

ESTRES SOSTENIDO PROVOCA UN DESGASTE GENERALIZADO QUE AFECTA A TODO EL ORGANISMO

# Las causas que explican el envejecimiento acelerado

► La antropóloga chilena Sybila Arredondo (67 años) se reencontró el sábado con su madre. Llamó mucho la atención el que, en apariencia, se viese cercana a la edad de su madre, Matilde Ladrón de Guevara (92). Expertos explican que la tensión emocional y física son las causas de su vejez prematura.

La antropóloga chilena Sybila Arredondo (67), que permaneció 14 años en la cárcel de alta seguridad de Lima, llegó a Santiago el sábado para reencontrarse con su madre, la escritora Matilde Ladrón de Guevara (92). Al verlas juntas llama la atención, parecen tener edades similares, pero Sybila luce más frágil y cansada.

La doctora Adela Herrera, jefa de Geriátría del Hospital Clínico de la U. de Chile y Clínica Las Condes, explica que el envejecimiento se da en cada individuo de forma distinta, pero si a las condiciones normales se suman otras como "un ambiente hostil, bajo mucho estrés, mala nutrición y atención médica pobre o negligente, por ejemplo, es probable se envejezca más rápido que alguien que vive, rodeada de nietos y con una adulter activa tanto física como mentalmente".

## Mal estrés

El doctor Luis Risco, profesor de Siquiatria del Hospital Clínico de la Universidad de Chile, comenta que la persona que padece estrés sin interrupción y por largo tiempo vive un desgaste acelerado y generalizado de su organismo: "Se produce en el cuerpo una mayor cantidad de sustancias conocidas como radicales libres, una especie de basura que resulta de los procesos del cuerpo. Estos producen daño en todas las membranas que recubren tejidos y células del organismo". Ya decir, ataca desde las células de la piel hasta las neuronas. Por

ello, los radicales libres se levantan como grandes responsables del envejecimiento acelerado.

Otro elemento en juego, dice Risco, es una sustancia llamada CRF, que se produce en el cerebro y que regula la liberación de corticoides, hormonas que sostienen al organismo durante el estrés. Pero cuando éste es crónico, como en el caso de Sybila, la CRF se eleva a niveles en que daña las neuronas, particularmente las vinculadas con el manejo emocional.

## Emociones que duelen

Para la geriatra Adela Herrera, uno de los elementos vitales es el estado emocional. Entre los eventos que pueden influir en el envejecimiento acelerado están la muerte del cónyuge, enfermedad, jubilación, situación económica precaria, muerte de familiares y amistades. "También lo que yo llamo 'misericordia espiritual': la soledad, el abandono, el desarraigo, la incompreensión, la injusticia social o familiar, la falta de cariño", destaca Herrera.

La geriatra agrega que "Sybila Arredondo estuvo expuesta a casi todos los factores que detonan un envejecimiento acelerado, no sabemos si tiene alguna patología, pero estuvo expuesta a la soledad, al sufrimiento, al alejamiento de su familia, y por estar privada de libertad, al desarraigo".

Superar los efectos psicológicos, dice la experta, depende de la capacidad para adaptarse a la tensión que haya tenido la persona y al nuevo entorno que la persona tendrá al reintegrarse a su familia.



MATILDE LADRÓN DE GUEVARA, de 92 años (arriba) no parece ser la madre sino la hermana de Sybila Arredondo, de 67 (al lado). La antropóloga chilena que pasó 14 años en una cárcel de alta seguridad en Lima, Perú.



## Las causas que explican el envejecimiento acelerado. [artículo]

Libros y documentos

FECHA DE PUBLICACIÓN

2002

**FORMATO**

Artículo

**DATOS DE PUBLICACIÓN**

Las causas que explican el envejecimiento acelerado. [artículo]. retr.

**FUENTE DE INFORMACIÓN**

[Biblioteca Nacional Digital](#)

**INSTITUCIÓN**

[Biblioteca Nacional](#)

**UBICACIÓN**

Avenida Libertador Bernardo O'Higgins 651, Santiago, Región Metropolitana, Chile