

افراد هنردوست عمر طولانی تری دارند

تحقیق جدید نشان می دهد افراد عاشق هنر طول عمر بیشتری دارند.



تحقیق جدید نشان می دهد افراد عاشق هنر طول عمر بیشتری دارند.

به گزارش خبرنگار مهر، دانشمندان دانشگاه کالج لندن با بررسی وضعیت بالغ بر ۶۷۰۰ فرد مسن به مدت ۱۴ سال دریافتند طرفداران هنر نرخ طول عمرشان به مراتب بیشتر بود.

«دیزی فانکورت»، سرپرست تیم تحقیق، در این باره می گوید: «یافته های ما اثبات نمی کند که هنر موجب افزایش طول عمر خواهد شد، اما شواهد نشان می دهد مشارکت در فعالیت های هنری به سلامت بهتر کمک می کند.»

به گفته فانکورت، «مشاهده هنرها می تواند برای سلامت جسمی، روانی و هیجانی خوب و مفید باشد.»

طبق نتایج پژوهشی، غرق شدن در موسیقی، هنر یا تئاتر، رفتن به موزه یا کنسرت موسیقی می تواند موجب تحریک ذهنی، کاهش استرس یا اضطراب و شانس معاشرت با افراد دیگر شود.

این مطالعه شامل ۶۷۱۰ فرد با میانگین سنی ۶۶ سال بود. بالغ بر ۳۰۰۰ نفر از این شرکت کنندگان گهگاهی (یک یا دو بار در سال) در وقایع و رویدادهای هنری شرکت می کردند درحالیکه ۱۹۰۰ اغلب اوقات (حداقل هر چند ماه یکبار) در اینگونه رویدادها حضور پیدا می کردند.

در طول ۱۴ سال پیگیری وضعیت این افراد، هر دو گروه در مقایسه با افرادی که هیچ حضوری در فعالیت های هنری نداشتند نرخ مرگ کمتری مواجه بودند. در گروه اول نرخ مرگ و میر ۴۷ درصد و در گروه دوم ۲۷ درصد بود.

همچنین مطالعات نشان داد افراد هنردوست در تست های حافظه و تفکر امتیاز بالاتری داشتند، ناتوانایی های جسمی شأن کمتر بود و در مجموع تحرک فیزیکی و اجتماعی بیشتری داشتند.