

# CÉREBROS INTELIGENTES VIVEM MAIS.

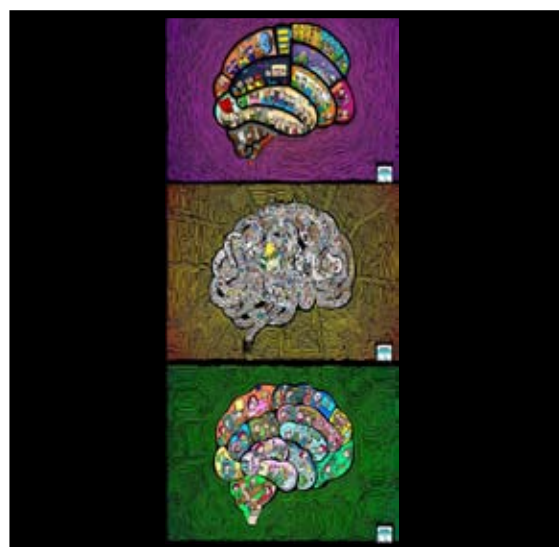
Você pode salvar este artigo no seu computador e enviar para amigos



POR DR. RICARDO A. TEIXEIRA

Já é bem reconhecido que uma maior inteligência está associada a maior longevidade e estudos recentes chegaram até a demonstrar que ganhadores do Oscar e Nobel vivem mais que seus colegas não ganhadores. Já temos evidências de que o nível de inteligência influencia a longevidade humana com o mesmo poder que o hábito de não fumar, e de forma ainda mais significativa que fatores como índice de massa corporal, hipertensão arterial e diabetes.

Podemos identificar pesquisas associando o grau de inteligência com a longevidade desde a década de 90, e hoje essa é uma área do conhecimento chamada de epidemiologia cognitiva. Há pelo menos quatro formas de explicar o porquê das pessoas mais inteligentes viverem mais. A primeira delas é que pessoas mais inteligentes tenham recebido mais educação e tido acesso a posições sociais e profissionais que permitiriam viver em ambientes menos arriscados. Outra questão importante é a relação entre inteligência e hábitos de vida mais saudáveis: atividade física, dieta equilibrada, menos álcool, menos cigarro, etc. Uma terceira explicação é a possibilidade



de que indivíduos menos inteligentes tenham sido vítimas de mais eventos prejudiciais à saúde, e aqui podemos pensar em eventos até mesmo pré- e perinatais. E por último, há evidências de que testes de inteligência podem ser na verdade indicadores de um sistema cerebral que vai além das habilidades cognitivas, como por exemplo, velocidade de reação motora a um determinado estímulo. Nesse caso não seria a inteligência em si que confere maior longevidade ao indivíduo, mas a inteligência reflete um estado cerebral mais desenvolvido como um todo.

Essas relações entre inteligência e longevidade fazem-nos refletir que a fonte da juventude está muito mais próxima da escola e condições básicas de saúde do que de pílulas milagrosas.

Set 2009

---

Confira outros artigos acessando nosso site

**[www.icbneuro.com.br](http://www.icbneuro.com.br)**

---