

NOTAS VIDA MODERNA

RELACIONES

EL AMOR ESTÁ EN EL AIRE

Viajar en avión puede producir situaciones incómodas: niños que lloran, adultos que roncan y otros que invaden el espacio personal. Pero para unos pocos ha sido el lugar propicio para caer bajo el hechizo de Cupido. Un estudio del banco británico HSBC reveló que una de cada 50 personas conoce al amor de su vida a 33.000 pies de altura. Las 49 restantes, si bien no cuentan con esa suerte, tienen altas probabilidades de forjar algún tipo de relación con otros pasajeros. Los investigadores entrevistaron a 2.150 personas de 141 países, y encontraron que 50 por ciento de los viajeros hablan con extraños y 16 por ciento establece conexiones de negocios, pero solo 12 por ciento logra entablar amistades duraderas. El estudio también reveló lo que más re-



FOTO: ISTOCK

prueba la gente en los vuelos: el 68 por ciento no soporta que alguien sea grosero con una azafata, mientras que el 48 por ciento detesta que el pasajero vecino se quite los zapatos. Además, al 46 por ciento le fastidia que los otros beban más de la cuenta y al 32 por ciento que las personas abusen de los reposabrazos o duerman sobre el hombro del vecino.

SALUD



FOTO: 123RF

MEJOR QUE EL VIAGRA

Científicos de la Universidad de Atenas, Grecia, descubrieron que la dieta mediterránea combate la disfunción eréctil, incluso más que el Viagra. Según el estudio, hecho con algo más de 600 hombres, los que siguieron este régimen alimenticio, rico en frutas, verduras, legumbres y aceite de oliva, redujeron en un 40 por ciento las probabilidades de sufrir impotencia. La razón, como dice Christina Chrysochou, investigadora y autora principal del trabajo, es que esta dieta mantiene los vasos sanguíneos saludables e incrementa significativamente los niveles de testosterona. "Esta solución libre de drogas permite a los hombres mantener su función sexual a lo largo del tiempo. El Viagra solo puede dar un efecto corto", explicó. El aceite de oliva, enfatizó la experta, también beneficia la salud cardíaca y circulatoria, en general, y previene dolencias como la diabetes, la presión arterial alta y la obesidad. Problemas que de manera indirecta podrían influir en la salud sexual a largo plazo.

SOBREPESO

LA PASTILLA PARA ADELGAZAR

Por primera vez la ciencia comprobó que una pastilla para combatir la obesidad funciona de manera eficaz y segura. Se trata de la lorcaserina, mejor conocida como Belviq, que actúa sobre la serotonina del cerebro y provoca sensación de saciedad. Para comprobar que es efectiva, investigadores de la Universidad de Cambridge estudiaron a 12.000 personas con sobrepeso. A la mitad le dio la pastilla y a la otra, un placebo. Luego de tres años, comprobaron que quienes tomaron la píldora perdieron 4 kilos, mientras que el otro grupo, solo 1,3. El medicamento, además, no demostró tener efectos secundarios significativos en el corazón, por lo que los hallazgos, presentados en la conferencia de la Sociedad Europea de Cardiología en Múnich, conmovieron al campo médico. Luego de varias décadas de intentos fallidos por desarrollar un medicamento seguro, el Belviq parece ser el santo grial que por fin ayudaría a reducir las altas tasas de obesidad mundial.



FOTO: ISTOCK

CIFRA

9,7 años más, en promedio, viven quienes juegan tenis regularmente en comparación con los ciclistas (3,7 años), nadadores (3,4 años) y corredores (3,2 años). El factor social sería la clave, aseguró el Saint Luke's Health Center que analizó la salud y el estilo de vida de 8.577 personas.

SEXUALIDAD

'MANICURES' QUE SALVAN VIDAS



FOTO: 123RF

Las manicuristas podrían jugar un papel fundamental en la salud de los británicos. La organización contra el cáncer Skcin del Reino Unido ideó la manera de capacitar a profesionales de la belleza para mejorar las tasas de diagnóstico oportuno en estas patologías. Aunque los trabajadores no son capaces de diagnosticar enfermedades, sí están preparados para dar señales de advertencia y sugerir a un cliente, con tacto, que debe visitar a su médico por síntomas raros en la piel. Hasta el momento, la iniciativa ha tenido gran éxito pues ya varias mujeres han detectado cánceres gracias a los consejos de su manicurista. En Colombia la Asociación Colombiana de Osteoporosis y Metabolismo Mineral (Acomm) lanzó en agosto la campaña 'Prevenir la osteoporosis está en tus manos'. De ese modo, capacitó a un grupo de manicuristas del país para que, al charlar sobre las uñas, alerten a las mujeres acerca de la importancia de conocer la salud de los huesos y visitar a su médico para prevenir cualquier problema.



FOTO: ISTOCK