

## U. de Michigan Mejor salud mental: analizan los beneficios de ser abuelos

Quienes son abuelos tienen más probabilidades, que los mayores que no lo son, de decir que casi nunca se sienten aislados, según la Encuesta Nacional sobre Envejecimiento Saludable de EE.UU., hecha por la U. de Michigan. En total, el 72% de los abuelos dice que casi nunca se siente aislado, en comparación con el 62% de aquellos sin nietos. Estos últimos también tienen más probabilidades de decir que su salud mental es regular o mala (13% frente a 9%).

“Para muchas personas mayores, convertirse en abuelos es un hito importante. Nuestros hallazgos muestran que hay muchas dimensiones de ser abuelos y posibles efectos positivos de serlo, algunos de los cuales pueden no ser ampliamente reconocidos”, dijo Kate Bauer, profesora asociada de la U. de Michigan.

El director de la encuesta, dr. Jeffrey Kullgren, agregó: “Los proveedores de atención médica deberían considerar la posibilidad de preguntar a sus pacientes mayores si participan activamente en la vida de sus nietos, y tal vez alentar una mayor participación entre quienes luchan contra la soledad o depresión”.