

Stressvolle psychosociale gebeurtenissen en biologische veroudering

Psychosociale stress kan een risico vormen voor mentale en lichamelijke gezondheidsproblemen. Studies uitgevoerd bij jongere volwassenen laten zien dat psychosociale stress ervoor kan zorgen dat het menselijk lichaam sneller verouderd. Deze biologische veroudering wordt in kaart gebracht door naar de lengte van telomeren te kijken. Telomeren bevinden zich aan de uiteindes van onze chromosomen en beschermen ons DNA. Wanneer men ouder wordt, worden deze telomeren vanzelf korter, maar er zijn factoren die het verouderingsproces kunnen versnellen. Wanneer telomeren te kort worden, zullen cellen in ons lichaam afsterven en kunnen gezondheidsproblemen optreden. Bij ouderen is nog niet zoveel bekend over het verband tussen psychosociale stress en telomeerlengte.

Binnen NESDO hebben wij onderzocht of ouderen die stressvolle psychosociale gebeurtenissen hebben meegemaakt, kortere telomeren hebben. Met stressvolle psychosociale gebeurtenissen bedoelen we kindermishandeling voor het 16^e levensjaar, andere negatieve gebeurtenissen voor het 16^e levensjaar (zoals scheiding van ouders en het overlijden van ouders), recente negatieve gebeurtenissen (bijvoorbeeld overlijden van partner of kind, of financiële problemen), en eenzaamheid.

Het ervaren van stressvolle psychosociale gebeurtenissen, gedurende de kindertijd of recent, blijkt geen verband te hebben met telomeerlengte op oudere leeftijd. Met andere woorden, ouderen die stressvolle psychosociale gebeurtenissen hebben meegemaakt, hebben vergelijkbare telomeerlengte als ouderen die deze gebeurtenissen niet hebben meegemaakt. Bij jongere volwassenen werd wel een verband gevonden tussen stressvolle psychosociale gebeurtenissen en telomeerlengte. Mogelijk zijn alle ouderen gedurende hun leven blootgesteld geweest aan een verscheidenheid van factoren die invloed hebben op telomeerlengte (zoals een ongezonde leefstijl of ziekte), waardoor het effect van stressvolle psychosociale gebeurtenissen niet terug te zien is.