

BÍ QUYẾT TRƯỜNG THỌ CỦA CỤ BÀ CAO TUỔI NHẤT THẾ GIỚI

Antisa Khvichava, một cụ bà sống trong ngôi làng Sachino (Nga) được xem là người nhiều tuổi nhất thế giới khi vừa qua đời ở tuổi 132.

Mặc dù trên các giấy tờ cá nhân của cụ Khvichava có ghi cụ được sinh ra vào ngày 8/7/1880 nhưng nhiều người vẫn tỏ thái độ hoài nghi, nhận định nó không chính xác. Tuy nhiên, giới khoa học lại tin vào con số này và cho rằng không ai có thể biết chắc chắn tuổi thọ tối đa mà con người khả năng đạt được.

Theo Tổ chức nghiên cứu lão khoa Gerontology Research Group, năm 1798, người được xác nhận sống lâu nhất qua đời ở tuổi 103. Vào năm 1997, một phụ nữ Pháp tên là Jeanne Calment đã phá vỡ kỷ lục ấy và hưởng thọ 122 tuổi.

Đến đây, câu hỏi mà nhiều người quan tâm là tại sao họ lại đạt được mức tuổi đáng mơ ước như vậy?

Cụ bà Antisa Khvichava. (Ảnh: Internet)

Năm ngoái, trong một nghiên cứu trên nhóm người từ 95 tuổi trở lên, các chuyên gia của trường Y Albert Einstein thuộc Đại học Yeshiva ở New York (Mỹ) nhận thấy nhiều thói quen sức khỏe xấu như hút thuốc lá, uống rượu, chế độ ăn uống nghèo nàn, không tập thể dục khá phổ biến trong dân cư nói chung và nhóm người cao tuổi trên cũng không ngoại lệ. Điều này đồng nghĩa với việc nhân tố quyết định tuổi thọ của họ chính là đặc điểm gene.

Tuy nhiên, nói như vậy không có nghĩa là người dân chẳng cần phải thực hiện một lối sống lành mạnh khi mà số phận đã an bài dựa trên yếu tố di truyền. Sự chênh lệch tuổi thọ giữa cụ Kvichava với những người khác được giải thích là do cụ luôn từ chối các thói quen có hại cho sức khỏe.

Đối với người không may mắn có lợi thế di truyền học, để vượt được ngưỡng 100 (theo cuộc Tổng điều tra dân số năm 2010, có 53.364 người trăm tuổi tại Mỹ), tín đồ của phái Cơ Đốc Phục Lâm ngày thứ 7 luôn thực hiện đúng lời khuyên sống điều độ. Ngoài ra, nghiên cứu của tiến sĩ Gary Fraser và các đồng nghiệp trường Đại Học Y Loma Linda cũng đã tìm ra mối liên kết giữa tuổi thọ dài bất thường của tín đồ Cơ Đốc Phục Lâm với việc luyện tập thể dục, ăn chay, kiêng hút thuốc và thường xuyên sử dụng các loại quả hạch.

Hiện nay, danh hiệu người cao tuổi nhất còn sống do Tổ chức Kỷ lục Guinness thế giới công nhận đang thuộc về cụ Besse Cooper (116 tuổi), sinh ngày 26/8/1896 và sống ở bang Georgia (Mỹ).