

# Bilíngues têm mais chances de retardar Alzheimer

30/03/12 - Pesquisadores canadenses afirmaram, nesta quinta-feira, que recentes estudos demonstram que o cérebro das pessoas bilíngues estão mais protegidos do declínio cognitivo e podem ter retardado o aparecimento de doenças degenerativas.

[Siga a SECTAM no twitter!](#)

O estudo, 'Bilinguismo: consequências para a mente e o cérebro', publicado na revista médica 'Trends in Cognitive Sciences', indica que o envelhecimento das pessoas fluentes em dois idiomas é menos suscetível a doenças como o Alzheimer.

“O bilinguismo tem um efeito leve entre os adultos, mas um impacto maior na velhice, um conceito conhecido como 'reserva cognitiva', afirmaram os autores do estudo, pesquisadores do Departamento de Psicologia da Universidade de York (Canadá).

Os cientistas acreditam que o uso de duas línguas estimula regiões do cérebro que são básicas para a atenção geral e o controle cognitivo.

Tendo que administrar duas línguas simultaneamente, o sistema de controle executivo do cérebro, que é o que facilita a concentração, é executado de forma contínua para evitar conflitos entre as línguas.

Outro estudo canadense divulgado em 2010 apontou que o bilinguismo pode ajudar a atrasar em até cinco anos a aparição dos sintomas do Alzheimer.

Fonte: Exame