

---

### Encanecen jóvenes en tiempos de Covid-19

Por: Vladia Rubio / CubaSí

08/08/2020



Persiste la anécdota de que María Antonieta de Austria, encaneció de la noche a la mañana en vísperas de ser guillotina en 1793, y también afirman que al filósofo inglés Tomás Moro le sucedió igual antes de ser ejecutado en la Torre de Londres en 1535.

Ambos sucesos permanecen entre el mito y la realidad. Lo que sí es perfectamente comprobable y muy actual, es que se ha reportado la aparición de canas en personas jóvenes durante el confinamiento que ha tenido lugar a nivel planetario a causa de la pandemia.

Así [lo reportó la pasada semana la publicación digital Sputnik](#) .

Aunque singular, es un fenómeno que la ciencia ya puede explicar: el estrés hace encanecer.

Lo ha demostrado recientemente un equipo de investigadores de la Universidad de Harvard. La doctora Ya-Chieh Hsu, del departamento de Células Madre y Biología Regenerativa de esa universidad y autora principal del estudio, publicado en la revista Nature, asegura: "Encontramos que el estrés efectivamente causa que el cabello pierda su color, pero lo realmente interesante fue que finalmente descubrimos cómo ocurre esto".

De acuerdo con estos expertos, el principal responsable de que así suceda es el sistema nervioso simpático que "desencadena la respuesta de 'lucha o huida' en los mamíferos".

Tomaron como punto de partida la observación de ratones en los que constataron cómo el estrés afecta a las células madre específicas de los folículos pilosos, los responsables de producir las células de pigmento o melanocitos.

Al someter experimentalmente a estrés a los ratones, descubrieron que las células madres encargadas del color de la piel y el cabello, habían sufrido daños, y en semanas, los roedores encanecieron. Foto: William A. Goncalves/BBC

Así lo suscribe la doctora citada quien explicó que en su investigación encontraron que el estrés hace que los nervios simpáticos liberen el neurotransmisor norepinefrina, el cual es absorbido por las células madre de los melanocitos.

Ello provoca que todas las células madre se activen y se conviertan en células productoras de pigmento. “En solo unos pocos días, precisa, el reservorio de células madre que regeneran pigmentos se agota”, y una vez que se han ido ya no se puede regenerar el pigmento.

“Nos sorprendió que la activación del sistema nervioso simpático causara este tipo de daño porque la respuesta de ‘lucha o huida’ es una respuesta evolutiva beneficiosa y protectora ante el peligro”, agregó.

Aun cuando queda probado por el mencionado estudio que el estrés puede desencadenar el encanecimiento acelerado del cabello, esa no es la única causa, aclaró la investigadora Ya-Chieh. También el natural envejecimiento, mutaciones genéticas y cierto ataque inmunológico pueden producir la aparición de canas.

## Depresión y otras malas hierbas

Numerosas entidades de salud del mundo así como expertos a título personal han llamado la atención sobre el desencadenamiento del estrés producido por la pandemia, y específicamente a causa del aislamiento social como medida sanitaria.

Se asegura que, en general, cuando se expande una enfermedad infecciosa a las personas les asalta el miedo y la preocupación por su propia salud y la de sus seres queridos, también por su situación financiera y laboral, así como por la pérdida de servicios asociados a su subsistencia.



A esto podría asociarse un aumento en el consumo de tabaco, alcohol y otras sustancias tóxicas, así como dificultades para dormir o concentrarse y el agravamiento de problemas de salud crónicos, incluyendo los de salud mental. [De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud \(OMS\)](#), cerca de 450 millones de personas a nivel global sufren algún trastorno mental.

La científica chilena Isabel Behncke, doctora en primatología, especializada en el estudio de las raíces de la naturaleza humana, [ha declarado a BBC](#) que “somos primates sociales y estar aislados tiene efectos profundos en nuestra salud física y mental.

Cuando observas animales enjaulados, ya sean cetáceos, caballos, elefantes, loros, primates o grandes predadores, lo que ves son los llamados comportamientos repetitivos, como rascarse hasta lesionarse o dar vueltas en la jaula”.

Al referirse a esas conductas en humanos menciona que si “...empezamos a hacer scroll en redes sociales sin interactuar, simplemente de manera pasiva, repetitiva, lo que estoy observando son humanos en cautiverio. No es muy distinto a los loros enjaulados a los que vi sacarse las plumas”.

Esa ansiedad, ese estrés derivado de la falta de contacto físico y con la naturaleza, incluye entre sus consecuencias también la posibilidad de que aparezcan canas, independientemente de la edad y como ha sucedido a jóvenes en todo el mundo.

De todos modos, mejor las canas que el contagio. Teñirse el cabello soluciona lo primero, pero lo segundo...