Una vida compartida: Armin y Montserrat Silberhorn, del mundo a Ca'n Granada

Después de residir en Sudamérica, Francia y Suiza este matrimonio ha encontrado en Ca'n Granada su nuevo hogar

REDACCIÓN
Palma

En Ca'n Granada conviven trayectorias vitales que parecen sacadas de un mapa lleno de localizaciones. Es el caso de Armin y Montserrat Silberhorn, un matrimonio que ha hecho del viaje, la curiosidad y el trato con las personas una forma de vida. Ingeniero de telecomunicaciones y antiguo cónsul alemán, Armin ha visitado cerca de sesenta países, mientras que Montserrat ha sido siempre su compañera de ruta. «Este es nuestro decimosexto cambio de casa, y creemos que ya es el último», explican.

Han vivido en Sudamérica, París, el sur de Francia y Ginebra, hasta que hace una década se establecieron en Mallorca. Durante años residieron en una finca familiar, pero con el paso del tiempo comprendieron que necesitaban un entorno más accesible y acompañado. «Vimos que ya no podía con todo. Aquí tenemos hospital, médicos y una atención constante», señala Montserrat. Desde su llegada a Ca'n Granada se han sentido acogidos y tranquilos. «Estamos muy bien aquí, muy sorprendidos para bien». Valoran la cercanía del equipo, la dimensión humana del centro y la atención personalizada. «Aquí somos unos sesenta y eso se nota. Conoces a todo el mundo y el trato es paciente y respetuoso».

Participan en la vida del centro y destacan actividades como el taller de memoria. «Es buenísimo, ayuda a rehacer el cerebro. Yo recupero palabras que había olvidado», explica Montserrat. También aprecian detalles cotidianos que marcan la diferencia: la comida, los espacios adaptados y la posibilidad de mantener su apartamento como un verdadero hogar.

Armin y Montserrat Silberhorn. | Ca'n Granada

Con casi ochenta y tres años, miran al futuro con realismo y calma. «No sabemos qué vendrá, pero saber que aquí nos cuidarán es muy tranquilizador». En Ca'n Granada han encontrado no solo atención, sino la certeza de estar muy bien acompañados en este penúltimo viaje.

Estancias permanentes

El complejo Ca'n Granada está compuesto por 51 apartamentos independientes, en los que cada vecino tiene a su disposición un amplio conjunto de servicios, espacios y actividades a la carta (servicio de control médico y enfermería, comedor y room-service, actividades dirigidas -canto, baile, pilates, yoga...), para que pueda escoger aquel estilo de vida que encaje con sus inquietudes y necesidades.

Estancias de recuperación

Ca'n Granada es el primer centro privado especializado en alojamiento con servicios sanitarios, destinados a la recuperación en periodos de convalecencia.

Dispone de programas especiales y a medida para que, mientras se disfruta de un alojamiento con todos los servicios, sean realizados aquellos cuidados y los oportunos tratamientos sanitarios para una mejor y más confortable recuperación.

www.cangranada.com
Camí dels Reis, 308
+34 971 902 202
info@cangranada.com

Biomarcadores para predecir la probabilidad de supervivencia

En el futuro, un análisis de sangre podría ayudar a identificar riesgos de forma temprana y orientar estrategias de tratamiento para promover un envejecimiento saludable

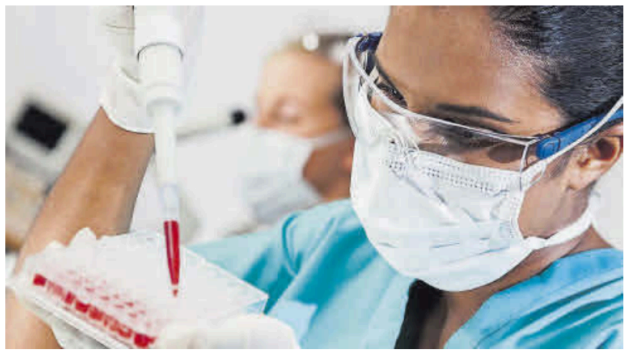
EFE
Madrid

A medida que envejecemos es más difícil saber quién tendrá años saludables y quién tiene más riesgo de sufrir un deterioro grave, pero un estudio ha descubierto unas moléculas en el torrente sanguíneo que podrían ayudar a predecir la probabilidad de supervivencia a corto plazo.

La investigación liderada por Duke Health y realizada en colaboración con la Universidad de Minnesota (Estados Unidos) ha comprobado que unas pequeñas moléculas de ARN conocidas como piRNAs pueden utilizarse como biomarcador del estado de salud y ayudarnos a predecir la probabilidad de que un anciano sobreviva al menos en los dos años siguientes.

Los autores creen que estos resultados -publicados en la revista *Aging Cell*- sugieren que, en el futuro, un simple análisis de sangre podría ayudar a identificar riesgos de supervivencia de forma temprana y orientar estrategias de tratamiento para promover un envejecimiento saludable.

Los piRNAs son moléculas del ADN encargadas de vigilar el genoma para evitar que haya mutaciones, regular el sistema inmune y reparar los tejidos. El equipo midió los piRNAs en muestras de sangre de adultos de 71 años o más y descubrió que tener niveles más bajos de ciertos piRNAs estaba fuertemente relacionado con una supervivencia más prolongada.



El estudio ha analizado muestras de sangre de personas mayores de 71 años. | Ingimage

«La combinación de solo unos pocos piRNAs fue el predictor más fuerte de supervivencia a dos años en adultos mayores; más fuerte que la edad, los hábitos de estilo de vida o cualquier otra medida de salud que examinamos», subraya Virginia Byers Kraus, autora principal del estudio y profesora en los departamentos de Medicina, Patología y Cirugía Ortopédica de Duke. «Lo que más nos sorprendió fue que esta señal tan potente proviniera de un simple análisis de sangre», añade.

El estudio estadístico mostró que un grupo de tan solo seis piRNAs podía predecir la supervivencia a dos años con una precisión de hasta el 86%. Además, los investigadores confirmaron estos hallazgos en un segundo grupo independiente de ancianos.

Los participantes que vivieron más tiempo presentaban consistentemente niveles más bajos de piRNAs específicos, algo que ya se había observado en organismos simples, apunta el estudio.

«Sabemos muy poco sobre los piRNAs en la sangre, pero lo que estamos viendo es que tener niveles más bajos de algunos específicos es mejor» y cuando estas moléculas están presentes en cantidades más altas «puede ser una señal de que algo en el organismo va por mal camino», advierte Kraus.

Para predecir la supervivencia a corto plazo, los piRNAs fueron más efectivos que factores como la edad, el colesterol, la actividad física y más de 180 medidas clínicas adicionales, mientras que para anticipar la supervivencia a largo plazo, aunque los factores del estilo de vida ganaron peso, los piRNAs siguieron aportando información valiosa sobre la biología subyacente, subraya el estudio. Los próximos pasos del equipo incluyen estudiar si los tratamientos, cambios en el estilo de vida o medicamentos, incluyendo nuevas terapias basadas en GLP-1; podrían alterar los niveles de piRNA, con el objetivo final de mejorar la salud a medida que envejecemos.