

Ky dokument nuk është prova. Prova janë bajtët e ruajtur: HTML-ja e faqes, pamja e saj, dhe zinxhiri i hash-eve që i lidh. Kjo dëshmi është paraqitja e tyre, e prodhuar automatikisht. Verifikohet me kodin më poshtë **pa na pyetur ne**.

ARTIKULLI

TITULLI	Punë e paqëndrueshme dhe pension i hershëm, studimi zbulon lidhjen me plakjen e trurit! Top Albania Radio
ADRESA	https://www.topalbaniaradio.com/pune-e-paqendrueshme-dhe-pension-i-hershem-studimi-zbulon-lidhjen-me-plakjen-e-trurit/
BURIMI	topalbaniaradio.com
GJENDJA	online

KOHA

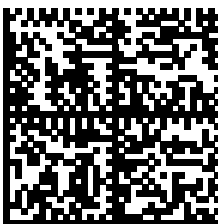
KAPUR NGA NE	26 shtator 2026, 06:30:19 UTC <i>Dritarja jonë e pasigurisë: ± 900 s — intervali me të cilin e kontrollojmë këtë burim.</i>
DEKLARUAR NGA PORTALI	26 shtator 2026, 06:05:21 UTC <i>Koha e deklaruar vjen nga pala që po vlerësohet. Ora jonë nuk preket prej saj, dhe të dyja shfaqen këtu të ndara.</i>

HASH-ET · SHA-256

PËRMBAJTJA	77804980a24972ff2099ef3531c5cabbb53497a4fb6fc366e444e40b0478b05d
TEKSTI	863d5f8eada6bb531565f989157d10f213072d2196cb0cf00bc65b15a315f4e4
PAMJA	e2311911ae3956cd50faeb17f7c87a350e6f7c6f1413e48393ba01225c5c3d31

ZINXHIRI I PROVËS

KJO HYRJE	510e7b120cb2e2d61719053b6ff09f468768ed08128bbab91af02af5435ce7b9
E MËPARSHMJA	—
RRËNJA MERKLE	a38a4fa799b1e73bbabeaa0ef113694411dbd892b18eb619eb2f3db166512539
ANKORIMI	submitted — dërguar, ende pa bllok <i>Deri te blloku, kjo provon integritetin, jo kohën.</i>



SKANOJE PËR TA VERIFIKUAR

Kodi të nxjerr te eksploruesi i STAMLES. Ai regjistër nuk është yni: nëse serveri ynë bie nesër, vula mbetet aty ku është.

Faqja tregon njërën nga tri gjendjet — **nuk u gjet**, **në radhë**, ose **e konfirmuar** me bllokun, rrënjën Merkle dhe transaksionin në Polygon. Krahazo hash-in që gjen atje me atë të shtypur më lart: nëse përputhen, kjo kapje ekzistonte para asaj ore, dhe ne nuk mund ta kishim ndryshuar pas saj.

<https://scan.stamles.eu/verify/510e7b120cb2e2d61719053b6ff09f468768ed08128bbab91af02af5435ce7b9>

PAMJA E FAQES

Renderuar nga HTML-ja jonë e ruajtur, jo nga rrjeti. **Riprodhon kopjen tonë, jo pamjen e atëhershme:** stilet dhe imazhet e largëta mund të mos ekzistojnë më ose të kenë ndryshuar.

Motori: chromium-stored+assets · dritarja 1280×1024 px



Health & Beauty Lifestyle

Punë e paqëndrueshme dhe pension i hershëm,
studimi zbulon lidhjen me plakjen e trurit!



Marisa Karabeci

26 Shtator 2026



TOP ALBANIA RADIO

Një karrierë e qëndrueshme gjatë moshës së mesme mund të ketë rëndësi edhe për mënyrën se si plaket truri. Një studim i ri i Columbia University Mailman School of Public Health ka gjetur një lidhje mes paqëndrueshmërisë së punës, daljes së hershme në pension dhe rezultateve më të dobëta njohëse në vitet e mëvonshme të jetës. Studimi është publikuar në revistën shkencore Alzheimer's & Dementia.

Studiuesit analizuan 16 vite të historisë së punësimit, duke ndjekur 2,418 persona në Shtetet e Bashkuara. Pjesëmarrësit u klasifikuan sipas situatës së tyre në tregun e punës, nga punësimi i qëndrueshëm deri te papunësia, pasiguria në punë dhe largimi nga fuqia punëtore. Rezultatet treguan një diferencë të fortë te burrat. Ata që kishin kaluar periudha të përsëritura të punësimit të paqëndrueshëm regjistruan rezultate më të ulëta në testet njohëse dhe kishin probabilitet më të lartë për dëmtime njohëse. Sipas studiuesve, diferenca ishte e krahasueshme me afërsisht shtatë vite plakje njohëse.

Te gratë, lidhja u shfaq në një mënyrë tjetër. Dalja e hershme në pension ose qëndrimi për periudha të gjata jashtë tregut të punës u shoqëruan me rezultate më të dobëta në kujtesë dhe funksionet ekzekutive. Diferenca në kujtesë ishte e krahasueshme me rreth gjashtë vite plakje. Studiuesit analizuan edhe një pyetje tjetër: çfarë ka më shumë rëndësi për trurin, pasiguria që një person ndien për vendin e punës apo fakti që vazhdon të jetë i punësuar?

Rezultatet sugjerojnë se vazhdimësia e punësimit mund të jetë faktori më i rëndësishëm. Pra, vetëm ndjenja se vendi i punës është i pasigurt nuk rezultoi aq e lidhur me shëndetin njohës sa ndërprerjet reale dhe të zgjatura të punësimit. Dallimet më të mëdha u vunë re te personat që u larguan herët nga tregu i punës, qëndruan jashtë tij për periudha të gjata ose kaluan vazhdimisht nga një status punësimi në një tjetër. Autorët nënvizojnë se historitë e punësimit ndryshojnë edhe mes grave dhe burrave. Gratë në gjeneratat e analizuar kishin më shumë gjasa të kishin periudha të gjata jashtë

tregut formal të punës, shpesh të lidhura me përgjegjësitë familjare dhe të kujdesit. Te burrat, paqëndrueshmëria lidhet më shpesh me humbjen e pavullnetshme të punës ose me periudha të çrregullta punësimi.

Në vitin 2016, kur pjesëmarrësit iu nënshtruan vlerësimit të aftësive njohëse, rreth 30% e grave dhe 31% e burrave plotësonin kriteret për dëmtim njohës, ku përfshiheshin dëmtimi i lehtë njohës ose demenca. Megjithatë, studimi nuk provon se papunësia apo pensioni i hershëm shkaktojnë demencë. Ai identifikon një lidhje statistikore mes historisë së punësimit dhe shëndetit njohës në moshë më të madhe. Faktorë të tjerë shëndetësorë, ekonomikë dhe socialë mund të ndikojnë gjithashtu në këtë marrëdhënie. Për studiuesit, rezultatet ngrenë një çështje që shkon përtej tregut të punës: politikat që ndihmojnë njerëzit të qëndrojnë të punësuar dhe të kenë punë që i angazhon mendërisht gjatë moshës së mesme mund të kenë rëndësi edhe për plakjen e shëndetshme të trurit.

LAJME TË NGJASHME



Puna në ekip vlen më shumë se talenti individual sipas astronautëve!

3.5 MIN



“Është koha t’ia kaloj stafetën një pasardhësi”/ Keir Starmer njofton dorëheqjen si deputet: Do të përqendrohem në gjëra të tjera

2.5 MIN



Studim/Të mësoni një gjuhë tjetër ngadalëson plakjen e trurit!

3.5 MIN



Djali mbante nënën e vdekur tre vjet brenda frigoriferit... për të fituar pensionin!

2 MIN



Ekonomia e dobët, na përshpejton plakjen e trurit!

1.5 MIN

MË TË LEXUARAT



“Një politikan, vajza e Alfred Cakos dhe...”/ Bledi Mane zbulon banorët e këtij sezoni të BBV?



Rama në Këshillin Europian të Korporatave: Paqja, kusht për zhvillimin ekonomik!



Qytetarët po paralajmërohen të qëndrojnë larg një dashi të rrezikshëm që endet i lirë në qytet!



E reja vjen me një njoftim interesant: “Kërkoj një burrë me mbiemrin tim...”



Nations League, Kosova debuton me fitore!



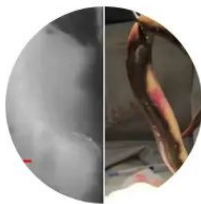
Italia ndalon burkën në shkollë/Kufizime edhe për nxënësit e huaj në klasa!



Parada Seksi e Yjeve: kush do të digjet nga dashuria këtë fundjavë!



Si i jep fund marrëdhënieve secila shenjë e zodiakut!



55-vjeçarit i nxjerrin nga barku ngjallën e gjallë pas një dite!



Në këtë vend mendojeni dy herë para se të dëgjoni muzikë me zë të lartë, do të gjobiteni!

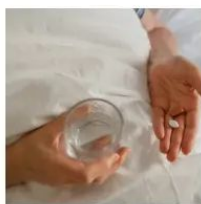
EDITORI SUGJERON



Sa kalori digjen gjatë vërtetë seksit?!



"Zemra ndalet për gjysmë ore..." / Prof. Dr. Altin Veshti zbulon çfarë ndodh gjatë operacionit: Pacientët kanë frikë!



Melatonina apo L-Theanine?! Ja cili suplement mund të ndihmojë më shumë me gjumin...



Të njëjtat vargje të përsëriten gjithë ditën? Ja pse një këngë mund të të "ngecë" në kokë...



Një ilaç i ri për kancerin e pankreasit mund t'u japë pacientëve më shumë kohë!



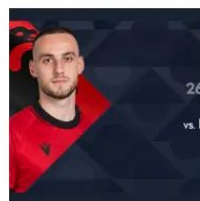
"Një politikan, vajza e Alfred Cakos dhe..." / Bledi Mane zbulon banorët e këtij sezoni të BBV?



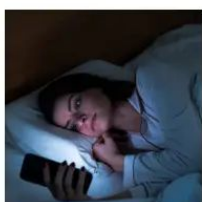
A vazhdon të jetë i virgjër? At Nikolla Xhufka tregon si vepron kur përballet me tundimet seksuale: Edhe tani me vajza të bukura...



"Më bezdis përndjekja..." / Ina Aderi: Më kanë ngacmuar personazhe, do dashurohem larg kamerave...



Kuqezinjtë nisin misionin e ri në Nations League, të gjitha emocionet live dhe ekskluzivisht në DigitAlb!



Pse na mungon dikush më shumë gjatë natës? Ja çfarë mund të fshihet pas kësaj ndjesie...

RRETH NESH

Top Albania Radio promovon muzikën më të zgjedhur shqiptare dhe të huaj, me edicionet informative dhe një larmi programesh kulturore. 27 vjet transmetim, për të dhënë më të mirën.

KONTAKT

Address: Sheshi Italia 1, Arena Center, Tirana, Albania
Email:

Tel: +355 69 208 0500
+355 69 442 8873

COPYRIGHTS

Përmbajtja e këtij website është pronë e Top Albania Radio. Kopjimi, përdorimi apo riprodhimi i paautorizuar i tij, përbën shkelje penale.

LINKS

[Kontakti](#)
[Marketing](#)
[Frekuencat](#)
[Aksesueshmëria](#)
[Mundësi Punësimi](#)
[Privacy Policy & Terms](#)

JavaScript is required for [tabnav](#) widget to work properly.

Pamja këtu është e ri-koduar për ta futur në dokument. Artefakti autoritar është skedari WebP i ruajtur, dhe hash-i i tij është ai i shtypur te faqja e parë — pra dallimi është i verifikueshëm, jo i fshehur.