

Salute. Infarto: La calma è la virtù dei forti. Arrabbiature e stress ne raddoppiano il rischio

Data: 11 dicembre 2019 | Autore: Redazione



La calma è la virtù dei forti e sarebbe proprio il caso di aggiungere di cuore. Sì perché i forti stress, le arrabbiature e gli sconvolgimenti emotivi possono più che raddoppiare il rischio di un attacco cardiaco nell'ora successiva. Se poi allo sconvolgimento emotivo o all'arrabbiatura si aggiunge uno sforzo fisico il viene triplicato. A rivelarlo è uno studio condotto su un vasto campione di individui di 52 paesi da Andrew Smyth, della McMaster University in Canada, pubblicato sulla rivista *Circulation*.

Lo studio

Il lavoro ha coinvolto 12.461 pazienti (di età media 58 anni). Non è il primo studio ad evidenziare un legame tra lo stato psicofisico di un individuo, ovvero l'essere particolarmente stressanti o prendersi delle arrabbiature, come un fattore di rischio a breve termine per l'attacco cardiaco; ma è il primo ad essere condotto su un così vasto campione di individui di diversi paesi e quindi a riportare i risultati più completi.

I ricercatori hanno chiesto al campione di individui reduci da infarto di riportare se nelle ore precedenti l'attacco di cuore avessero avuto dei forti stress emotivi o uno scoppio di rabbia oppure ancora se avessero sostenuto uno sforzo fisico abbastanza estremo o entrambe le cose in contemporanea.

Da qui è emerso un chiaro legame tra sconvolgimenti emotivi, arrabbiature o grossi sforzi fisici e rischio di infarto nell'ora immediatamente successiva, indipendentemente da altri fattori di rischio noti per il cuore. Inoltre arrabbiature e sforzo fisico insieme possono più che triplicare il rischio di infarto a breve termine.

Notizia segnalata da (tg24-ore)

Articolo scaricato da www.infooggi.it

<https://www.infooggi.it/articolo/infarto-arrabbiature-e-stress-ne-raddoppiano-il-rischio/117220>

