

Nuova ricerca: l'ansia aiuta a gestire meglio il pericolo

Data: Invalid Date | Autore: Tiziano Rugi



ROMA, 30 DICEMBRE 2015 - Essere ansiosi non è un male. Anzi, in alcuni casi potrebbe salvarti la vita. Secondo un nuovo studio dell'Istituto Francese di Sanità e Ricerca Medica, pubblicato sulla rivista eLife, lo stato di "iper-vigilanza" tipico delle persone ansiose permette ai segnali di allerta di sollecitare in tempi fulminei i settori del cervello responsabili delle reazioni, scatenando un aumento dell'adrenalina che permette una risposta tempestiva in caso di pericolo. [MORE]

In altre parole, in caso di situazioni di pericolo la risposta degli iper-ansiosi è più pronta di quella di persone normalmente più rilassate, che percepiscono la situazione di minaccia con minor lentezza. Le persone rilassate, invece, non riconoscono una minaccia in modo altrettanto veloce e i primi segnali di pericolo vengono recepiti da altre zone del cervello, preposte alla percezione sensoriale e al riconoscimento dei volti. Quindi la loro reazione a potenziali minacce è più lenta.

Per arrivare a questa conclusione i ricercatori hanno monitorato 24 soggetti che venivano posti di fronti a immagini di potenziali emergenze. Solo gli "osservatori iper-ansiosi" hanno mostrato un livello di sensibilità ai segnali di pericolo riscontrabile nella corteccia cerebrale".

"Le reazioni immediate possono aver rappresentato una forma di adattamento destinato alla sopravvivenza", ritiene la dottoressa Marwa El Zein, capofila della ricerca: "Per esempio, noi esseri umani ci siamo evoluti a fianco dei predatori che possono attaccare, mordere, pungere. Una reazione rapida da parte di una persona che sta provando paura può servire ad evitare il pericolo".

