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