

⇒ Flash ⇐

Lo stress può essere contagioso?

Engert V, *Psychoneuroendocrinology*, 2014

Alessandra Negrini

Secondo osservazioni recenti, molti professionisti nel campo della colonna vertebrale ritengono che il proprio lavoro e il ruolo che rivestono all'interno del sistema sanitario siano causa di stress dannoso per la propria salute. Lo stress è un importante modulatore del dolore cronico e gli specialisti della colonna hanno a che fare ogni giorno con pazienti stressati dal dolore cronico.

Uno studio effettuato da studenti tedeschi ha dimostrato che lo stress dannoso è contagioso.

Veronika Engert ha voluto verificare l'esistenza del cosiddetto "stress empatico", riuscendo a dimostrare che chi osserva o partecipa a situazioni stressanti sviluppa risposte di stress conclamato valutato in termini di secrezioni ormonali. Quando si è esposti al pericolo, il proprio corpo reagisce con alti livelli di cortisolo che, se protratti per lunghi periodi, hanno proprietà neurotossiche e un impatto negativo sul sistema immunitario.

Lo stress cronico può essere contagioso soprattutto per il personale sanitario e i membri della famiglia degli individui cronicamente stressati.