



## **La salute e l'aspettativa di vita dipendono dallo stress cronico e dal carico allopatrico che gravano sul singolo individuo**

"Il genere umano non può sopportare troppa realtà". Questa semplice verità non è stata espressa da uno scienziato, ma da un poeta: Thomas Stearns Eliot. Nel 1977 il neuroscienziato Peter Sterling e il biologo Joseph Eyer misero in luce la correlazione tra mortalità e organizzazione sociale. Secondo Sterling ed Eyer l'organizzazione sociale capitalista moderna, attraverso il lavoro intensificato e conflittuale e la distruzione di forme cooperative e di sostegno della comunità sociale, provoca una forte mortalità in eccesso tra gli adulti nei paesi sviluppati. Essi svolsero ricerche volte a identificare la correlazione tra condizioni sociali destrutturanti (disoccupazione, migrazione, divorzio, ecc) e maggiori incidenze di accidenti cardiovascolari e fenomeni di ipertensione arteriosa. Poi iniziarono a cercare i mediatori biologici in grado di predire il rischio cardiovascolare correlato allo stress. Secondo loro lo sviluppo economico ha forgiato la personalità umana indirizzandola verso un modello dannoso per la salute. Esistono evidenze epidemiologiche della relazione tra stress e ipertensione, infatti nelle società urbane la pressione sanguigna media (la cosiddetta ipertensione essenziale) è molto più alta di quella delle società agricole. Comunque lo stress non colpisce tutti allo stesso modo ma dipende dalla personalità del soggetto. Negli USA, il 75 per cento dei maschi adulti presenta una personalità di tipo A. Il comportamento di tipo A è contrassegnato da alcune caratteristiche patognomoniche: impazienza, fretta, stress, irritazione, rabbia. Infatti, lo stress cronico e le sue conseguenze sembrano essere la causa principale di mortalità nella società statunitense. Negli USA nonostante la diffusione ed espansione delle cure sanitarie, il tasso di mortalità degli uomini è aumentato nell'ultimo secolo (dal 1870 al 1975) soprattutto negli anni successivi alla grande depressione e agli inizi degli anni '90. Negli ultimi anni si sta facendo strada un modello transdisciplinare della salute umana che prende in considerazione vari aspetti: biologici, psicologici, sociali, comportamentali e spirituali i quali, sinergicamente, vanno a determinare la salute globale dell'individuo. Secondo i ricercatori Robert-Paul Juster, Bruce McEwen e Sonia Lupien i governi dovrebbero avviare politiche pubbliche per coltivare la "resilienza" negli individui, infatti la riduzione del carico allostatico che ne deriverebbe allontanerebbe dalle panacee polifarmaceutiche che attualmente affliggono le strategie biomedicali, portando a un miglioramento della salute pubblica e a minori spese sanitarie.