

Primo Piano - *Ricerca: la solitudine aumenta il rischio di malattie alle valvole del cuore*

Roma - 15 apr 2026 (Prima Notizia 24) **Una ricerca condotta in Cina evidenzia come il sentirsi soli aumenti fino al 23% la probabilità di sviluppare patologie degenerative delle valvole cardiache. Gli esperti: "Intervenire sui legami sociali può ridurre l'onere clinico ed economico delle malattie".**

Esiste una correlazione diretta tra l'isolamento emotivo e la salute delle valvole cardiache, secondo quanto emerge da un corposo studio internazionale pubblicato sul Journal of the American Heart Association. Il lavoro dei ricercatori del Secondo Ospedale Xiangya della Central South University di Changsha ha gettato nuova luce su come la carenza di legami sociali non impatti solo sulla sfera psicologica, ma possa compromettere fisicamente l'efficienza del muscolo cardiaco. Le malattie valvolari degenerative, caratterizzate da un progressivo irrigidimento che ostacola il regolare passaggio del sangue, sono finite sotto la lente d'ingrandimento attraverso l'analisi dei dati di ben 463.000 adulti iscritti alla UK Biobank. Monitorando i partecipanti per circa 14 anni, gli scienziati hanno rilevato oltre 11.000 nuovi casi, evidenziando una tendenza preoccupante: chi vive in una condizione di solitudine ha il 19% di probabilità in più di soffrire di cardiopatie valvolari, con un rischio che sale al 21% per la stenosi aortica e al 23% per l'insufficienza mitralica. L'aspetto più significativo dello studio risiede nel fatto che la solitudine agisce come un fattore di rischio indipendente. Sebbene comportamenti poco salutari spesso associati all'isolamento — come fumo, obesità, sedentarietà o abuso di alcol — contribuiscano al peggioramento del quadro clinico, essi spiegano solo in parte la relazione con la patologia valvolare. Anche la predisposizione genetica gioca un ruolo: i soggetti con un alto rischio ereditario e punteggi elevati di solitudine hanno mostrato le probabilità più alte di ricevere una diagnosi. Come sottolineato da Cheng Wei, coautore dello studio: "I nostri risultati suggeriscono che affrontare la solitudine potrebbe contribuire a ritardare la progressione della malattia, posticipare gli interventi chirurgici come la sostituzione valvolare e, in definitiva, ridurre l'onere clinico ed economico a lungo termine delle malattie valvolari cardiache". La ricerca suggerisce quindi che migliorare il benessere emotivo e favorire connessioni sociali significative non sia solo una questione psicologica, ma un vero e proprio intervento preventivo per la salute del cuore.

(Prima Notizia 24) Mercoledì 15 Aprile 2026