

Certurile în cuplu aruncă în aer sănătatea. Vezi unde se poate ajunge

Steluța Indrei / 01 aug 2018 / 16:18



Descriere foto:

Certurile în cuplu au un puternic impact negativ asupra sănătății, confirmă un studiu efectuat de o echipă de ce la Universitatea din Michigan.

Cercetările au arătat că neînțelegerile pot duce la eliberarea crescută a hormonilor de stres, dereglări ale funcției sistemului imunitar.

Autorii au monitorizat 373 de cupluri pentru a afla în ce măsură conflictele partenerilor în privința unor subiecte despre sau modul de petrecere a timpului liber au impact negativ asupra sănătății, relatează theguardian.com.

Conflictul duce la inflamație în corp

Conflictul într-o relație poate duce la inflamație în organism, modificări ale poftei de mâncare și eliberarea crescută a hormonilor de stres, dereglări ale funcției inimii și ale sistemului imunitar.

Certurile afectează negativ sănătatea ambilor parteneri, deși se pare că există un impact mai mare asupra bărbaților.

Căsătoria, efecte controversate

Unele studii au arătat că persoanele căsătorite trăiesc mai mult decât cei divorțați, văduvi sau celibatari. „Ei au o bună sănătate mentală, sunt mai puțin susceptibili în a dezvolta boli și se vindecă mai repede atunci când sunt bolnavi”, spun studiile.

Cu toate acestea, rezultatele noului studiu contestă ideea că mariajul este întotdeauna un lucru bun atunci când vine vorba de sănătate și bunăstare.

„Experiența unui conflict puternic într-o relație este extrem de dăunătoare sănătății, comparabilă cu fumatul sau alcoolul”, spune cercetătorul Rosie Shrout.

„Nu vorbim despre micile conflicte care, inevitabil, apar într-o relație. În schimb, certurile frecvente de-a lungul mai multor ani pot avea un impact negativ asupra sănătății.”

siguranță vor avea un impact negativ asupra sănătății partenerilor. Este important să învățăm să comunicăm eficient și să minimiza pagubele", a declarat cercetătorul.