

Lo stress è contagioso, si trasmette con un semplice sguardo

Autore: Staff Siciliafan

Data: 23 Aprile 2014



Stress è contagioso

Lo stress è contagioso e si trasmette proprio come un raffreddore. La clamorosa scoperta, fatta dagli studiosi del **Max Planck Institute e del Politecnico di Dresda**, dimostrerebbe la “contagiosità” dello stress tra le persone che condividono la stessa stanza: infatti, guardare qualcuno stressato aumenterebbe i livelli di cortisolo nel sangue anche nell’osservatore.

I ricercatori hanno sottoposto alcuni volontari a situazioni critiche misurando il loro livello di cortisolo e, nel 26 % di casi, la produzione dell’ormone dello stress era nettamente superiore alla norma. Se poi tra i volontari e gli stressati da osservare vi era un rapporto di parentela, la percentuale aumentava del 40%. Le cifre ottenute riguardano l’ esperimento condotto, sia quando le due parti erano vicine fisicamente, che nel caso in cui le immagini erano trasmesse da uno schermo (anche se i livelli erano minori).

"Questo significa che anche i programmi televisivi che ci mettono a confronto con il dolore possono aumentare i livelli di stress negli spettatori"- ha commentato Veronika Engert del Max-Plack, tra gli autori della ricerca.

Riferimento articolo: <https://www.siciliafan.it/lo-stress-contagioso-si-trasmette-semplice-sguardo/>

Generato il 16/06/2026