

**Offerta lancio**  
 annuale **169.00 €** anziché ~~199.00 €~~ (Silver)  
 L'AVVISATORE MARITTIMO



RADIO AFFARI CASE METEO NECROLOGIE

# IL SECOLO XIX



EDICOLA DIGITALE  
 Leggi il giornale di oggi sul tuo Pc  
 anche su iPad, iPhone e Android  
 Abbonati subito

SPORT ECONOMIA CULTURA&SPETTACOLI TECH GOSSIP SALUTE FOTO VIDEO SHIPPING

MAGAZINE | 02 aprile 2012

## Il fast food stimola la depressione

COMMENTI (0)

0

Mi piace



Fast food

Londra - Il fast food può essere nocivo anche per la salute mentale. Secondo uno studio spagnolo pubblicato sul **Journal Public Health Nutrition**, mangiare junk, mangiare cioè hamburger, hot dog e pizza aumenta la probabilità di sviluppare depressione.

La ricerca è stata condotta da un team di due università spagnole, l'**Università di Las Palmas** de Gran

Canaria e l'Università di Granada.

In particolare gli scienziati hanno riscontrato che coloro che mangiano spesso nei fast food avevano il 51 per cento di probabilità in più di sviluppare la depressione rispetto a chi li frequenta poco o affatto.

«Più si consuma velocemente il cibo e maggiore è il rischio di sviluppare la depressione», ha detto **Almudena Sanchez-Villegas**, primo autore della ricerca. «Oltre ai problemi di salute fisica - ha aggiunto - questa abitudine è stata associata anche a problemi di ordine psicologico, per esempio a una minore reattività», ha aggiunto.

La ricerca ha coinvolto un **campione di 8.964 partecipanti**, cui non erano mai stati diagnosticati prima sintomi di depressione, o che comunque non avevano mai assunto anti-depressivi. Essi sono stati valutati per un periodo medio di sei mesi, dopo i quali a 493 persone è stata diagnosticata la depressione e hanno cominciato a prendere anti-depressivi.

© Riproduzione riservata

[Escuela EF en Roma](http://www.ef.com.es) [www.ef.com.es](http://www.ef.com.es)

Cursos reconocidos de italiano ¡Aprende italiano en Roma!

[Impara lo Spagnolo online](http://babbel.com) [babbel.com](http://babbel.com)

Semplice, comodo & divertente. Registrati ora e provalo gratis!

[Italiano all'estero?](http://www.BuyOn.it/Cashback) [www.BuyOn.it/Cashback](http://www.BuyOn.it/Cashback)

La prossima volta che viaggi passa da BuyOn e ti ridà parte dei soldi!

["Non Pagare" i Debiti](http://www.AgenziaDebiti.it/non-pagare) [www.AgenziaDebiti.it/non-pagare](http://www.AgenziaDebiti.it/non-pagare)

Sistemi Legali per "Non Pagare" i Debiti quando Non Riesci a Pagare!

Annunci Google

ALTRE SALUTE BENESSERE

Cerca...

Mi piace 39mila

### AFFARI

**affari** de IL SECOLO XIX  
 AFFITASI VENDESI  
 Case, auto, lavoro e tanto altro...

### METEO

+ previsioni complete

GENOVA IMPERIA SAVONA LA SPEZIA

Oggi +15° C | Domani +16° C | Ven 13 +14° C

### RADIO E PODCAST

Notiziario 12:00

Traffico e viabilità

### ULTIM'ORA

**icidi** 00:04 **Nigeria: bomba a Jos, di feriti**

PIÙ VISTI PIÙ LETTI PIÙ COMMENTATI

Le immagini della nave nel porto di Livorno...

La Samp si allena col sostegno degli Ultras...

Nude contro la legge che vieta l'aborto...

Paura nell'oceano Pacifico, le immagini...

Pasqua, il bilancio dei negozi...