

Salud

PATROCINADO POR:


[Inicio](#)
[Vida Sana](#)
[Nutrición](#)
[Adicciones](#)
[Belleza](#)
[Padres](#)
[Sexualidad](#)
[Calculadoras y Test](#)
[Salud Mental](#)
[Primeros Auxilios](#)
[Salud Bucal](#)
[Medicina Alternativa](#)
[Galería de Fotos](#)

Salud



La rabia eleva riesgo de enfermedades y puede llevar a la muerte

Según un estudio de la Universidad de Granada, en España, episodios frecuentes de rabia pueden elevar el riesgo de contraer enfermedades a largo plazo.

Paros cardíacos, derrames, mala cicatrización y un sistema inmunológico debilitado pueden ser algunos de los males oriundos de la ira.

Los científicos descubrieron que preocuparse por los errores del pasado disminuye la capacidad de soportar el sufrimiento. El estudio analizó a 50 hombres y mujeres sobre sus sentimientos con relación a eventos de su vida, como errores y oportunidades perdidas. Los resultados, publicados en la revista médica PLoS One, mostraron que aquellos que se acordaban de los momentos tristes de la vida eran más propensos a ser sensibles al dolor.

Una posible explicación es que las emociones negativas causan disturbios en los circuitos del cerebro. Cuando alguien pierde la paciencia, la frecuencia cardíaca aumenta, la presión arterial sube y el flujo sanguíneo hacia los músculos se eleva. El proceso deja al cuerpo listo para luchar o huir.

Al mismo tiempo, los niveles de glucosa suben para dar a los músculos la energía necesaria para la acción y las glándulas suprarrenales producen adrenalina hormonal. Las pupilas se dilatan y los pulmones se expanden para recibir más oxígeno.

Los males son aún más intensos en aquellas personas que guardan sentimientos de rabia en vez de liberarlos. Un estudio de Suecia demostró que esos individuos presentan el doble de riesgo de tener un paro cardíaco al ser comparados con aquellos que descargan el estrés.

Más Información

PEDIATRÍA

Dosis de codeína podrían ser fatales para ciertos niños

NUTRICIÓN

Conozca diez súper alimentos y pierda peso comiéndolos

CORAZÓN

Aceite de pescado no ayudaría a pacientes con enfermedad cardíaca

NEFROLOGÍA

Hemodiafiltración, nueva técnica que aumenta la supervivencia

ALTRUISMO

Video en el iPod podría incentivar la donación de órganos

INVESTIGACIÓN

Vinculan radiografías dentales con riesgo de tumor cerebral

REVELAN

El trabajo nocturno o dormir mal aumentan el riesgo de diabetes

SOCIEDAD

El cáncer infantil no potencia el riesgo de divorcio

[VER TODAS](#)

Calculadoras

Índice de masa corporal

Descubra si está por sobre o debajo de su peso ideal.

Frecuencia cardíaca

[CALCULADORA](#)

Peso:

Kgs.

(EJ: 68.5)

Altura:

mts.

(EJ: 65.4)

Terra