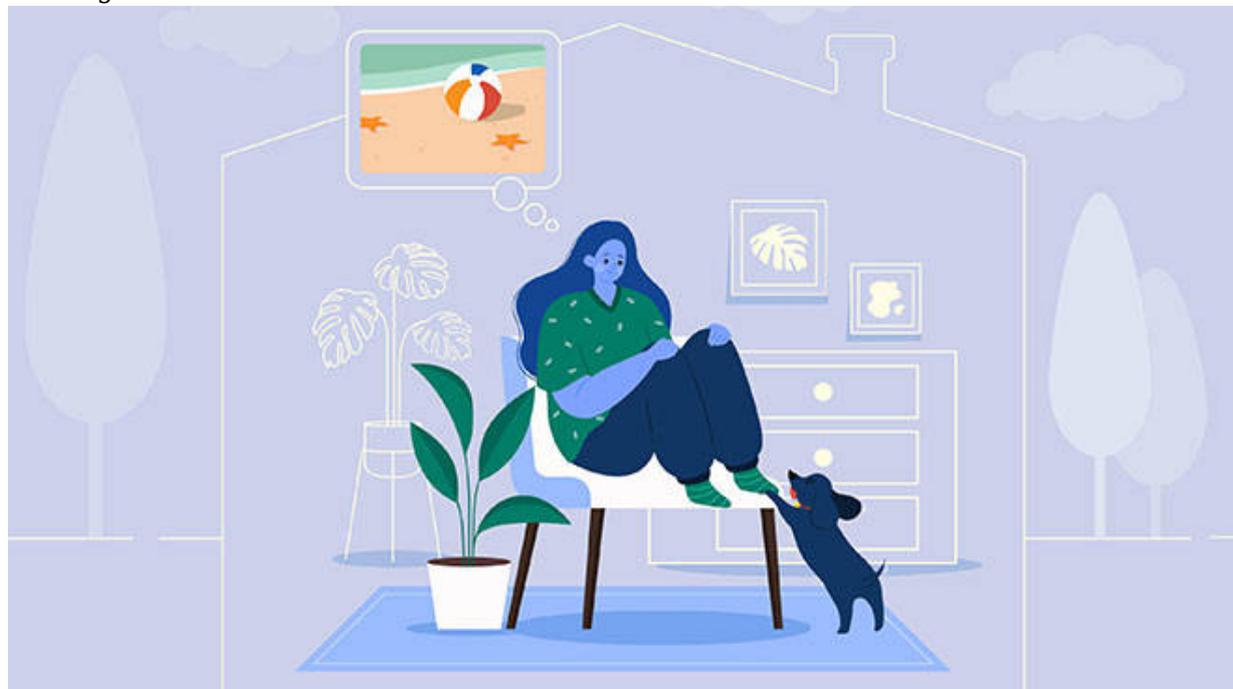


Vivere soli aumenta il rischio di depressione

di **Redazione**

22 Giugno 2020 - 9:50



Di Serena Mancioppi. Negli ultimi 30 anni il numero di persone che vivono da sole è raddoppiato. Uno studio condotto al Finnish Institute of Occupational Health dimostra che il rischio di depressione è quasi l'80% in più per coloro che vivono da soli rispetto alle persone che vivono in qualsiasi tipo di gruppo sociale o familiare.

Nelle donne un terzo di questo rischio è attribuibile a fattori socio-demografici, come la mancanza di istruzione e il basso reddito. Per gli uomini i fattori determinanti includono l'ambiente in cui scarseggiano i posti di lavoro, la mancanza di sostegno sul posto di lavoro o nella vita privata, e il bere "pesante".

E' noto che vivere da soli può aumentare il rischio di problemi di salute mentale negli anziani e nei genitori single, ma poco si sa circa gli effetti del vivere da soli sulle persone in età lavorativa. I ricercatori finlandesi hanno monitorato 3500 uomini e donne in età lavorativa per un periodo di sette anni e hanno confrontato la loro situazione di vita con i fattori di rischio psicosociali, socio-demografici, e di salute, tra cui fumo, alcolismo, bassa attività fisica, uso di antidepressivi.

Secondo Laura Pulkki-Råback, che ha condotto la ricerca, questo studio dimostra che le persone che vivono sole hanno un rischio maggiore di andare incontro a depressione: complessivamente non sono state registrate differenze di genere nel rischio di sviluppare depressione, ma le condizioni abitative disagiate (soprattutto per le donne) e la mancanza di sostegno sociale (in particolare per gli uomini) si sono dimostrati i fattori che principalmente contribuiscono a questo aumento del rischio.

Inoltre questo studio identifica chiaramente alcuni dei fattori che aumentano il rischio di depressione per le persone che vivono da sole, ma più della metà di questo aumento del rischio è ancora inspiegabile: ricercatori suggeriscono che questo potrebbe essere dovuto a sentimenti di alienazione dalla società, a mancanza di fiducia, o a difficoltà derivanti da eventi di vita critici.

Obiettivo incontro: In due la vita è più bella dal 1991

AGENZIA MATRIMONIALE PER SINGLE

Mettiamo in contatto persone serie, libere, motivate a costruire una relazione stabile e importante. ☐Incontra solo chi è compatibile con le tue preferenze e... FAI CENTRO IN AMORE!

CONTATTACI PER INFORMAZIONI GRATUITE E SENZA IMPEGNO

Obiettivo Incontro Genova

Agenzia di Servizi per Singles

☐Via Domenico Fiasella 4/9A Genova (GE)

☐Tel. +39 0105701032

☐Mob. Sms - WhatsApp ☐+39 3929209238☐

genova@obiettivoincontro.it

www.obiettivoincontro.it