

14 aprile 2025 9:21

Essere sposati aumenta il rischio di demenza: nuovo studio

di [Redazione](#)



Mi credereste se vi dicessi che rimanere single o porre fine al vostro matrimonio potrebbe ridurre le probabilità di sviluppare la demenza? Un [nuovo studio](#) condotto da ricercatori della Florida State University suggerisce, in modo alquanto sorprendente, che le persone non sposate hanno meno probabilità di sviluppare la demenza.

Se pensate di aver sentito il contrario, avete ragione. Uno [studio](#) americano del 2019 ha rilevato che le persone non sposate avevano "probabilità significativamente maggiori di sviluppare demenza durante il periodo di studio rispetto alle loro controparti sposate".

In effetti, si ritiene generalmente che le persone sposate godano di una salute migliore. Gli studi hanno dimostrato che hanno un rischio ridotto di [malattie cardiache e ictus](#) e tendono a [vivere più a lungo](#). Perché il nuovo studio è giunto a questa sorprendente scoperta? Diamo un'occhiata più da vicino.

I ricercatori hanno analizzato i dati di oltre 24.000 americani senza demenza all'inizio dello studio. I partecipanti sono stati monitorati per un massimo di 18 anni. Fondamentalmente, il team ha confrontato i tassi di demenza tra i diversi gruppi coniugali: sposati, divorziati, vedovi e celibi/nubili.

Inizialmente, sembrava che tutti e tre i gruppi di persone non sposate avessero un rischio ridotto di demenza rispetto al gruppo sposato. Tuttavia, dopo aver considerato altri fattori che potevano influenzare i risultati, come il fumo e la depressione, solo le persone divorziate e non sposate presentavano un rischio inferiore di demenza.

Sono state osservate differenze anche a seconda del tipo di demenza. Ad esempio, essere single era costantemente associato a un minor rischio di malattia di Alzheimer, la [forma più comune di demenza](#). Tuttavia, questo non è stato riscontrato per [la demenza vascolare](#), una forma più rara della condizione.

I ricercatori hanno inoltre scoperto che le persone divorziate o mai sposate avevano meno probabilità di passare dal [deterioramento cognitivo lieve](#) alla demenza e che le persone rimaste vedove durante lo studio avevano un rischio minore di sviluppare demenza.

Possibili spiegazioni

Un motivo di questi risultati inaspettati? Le persone sposate potrebbero ricevere una diagnosi precoce perché i loro coniugi notano problemi di memoria e insistono per una visita medica. Questo potrebbe far sembrare la demenza più comune nelle persone sposate, anche se non lo è.

Questo fenomeno è chiamato "[bias di accertamento](#)", ovvero quando i dati sono distorti a causa di chi riceve la diagnosi o viene individuato più facilmente. Tuttavia, le prove a sostegno di questo concetto non erano solide. Tutti i partecipanti si sottoponevano a visite annuali da un medico, che poteva essere considerato un referente in grado di individuare i primi segni di demenza nel partecipante.

Forse il campione di persone utilizzato, tratto dallo studio del National Alzheimer's Coordinating Center (NACC), non era rappresentativo della popolazione più ampia. In particolare, il campione mostrava bassi livelli di diversità etnica e di reddito. Inoltre, quasi il 64% dei partecipanti era sposato. Questo potrebbe influenzare il modo in cui questi risultati inaspettati vengono applicati al resto del mondo. Potrebbero essere stati semplicemente un caso esclusivo dei partecipanti al NACC.

Tuttavia, è più probabile che questi risultati evidenzino quanto siano complessi gli effetti di rotture, transizioni e scelte matrimoniali sulla salute del cervello. Essere sposati non è affatto un fattore protettivo comprovato per la demenza, con una precedente meta-analisi (uno studio di studi) che ha mostrato risultati [contrastanti](#).

Il nuovo studio della Florida State University utilizza uno dei campioni più ampi finora raccolti per esaminare questo problema e ha un notevole peso. Evidenzia che le ipotesi basate su ricerche precedenti, secondo cui la vedovanza e il divorzio [siano eventi di vita molto stressanti](#) che possono [scatenare il morbo di Alzheimer](#) o che [le persone non sposate siano socialmente isolate](#) e quindi possano essere a maggior rischio di demenza, potrebbero non essere sempre corrette.

Le dinamiche relazionali non sono affatto semplici. Come accennato nell'articolo, tali dinamiche potrebbero "offrire una comprensione più sfumata rispetto a un semplice effetto binario". Fattori come la qualità del matrimonio, i livelli di soddisfazione dopo il divorzio, considerazioni culturali o la socievolezza delle persone single rispetto a quelle in coppia possono contribuire a spiegare questi risultati apparentemente contraddittori.

Questo studio mette in discussione l'idea che il matrimonio sia automaticamente positivo per la salute del cervello. Piuttosto, suggerisce che l'effetto delle relazioni sulla demenza sia molto più complesso. Ciò che conta potrebbe non essere lo stato della tua relazione, ma quanto ti senti supportato, connesso e realizzato.

(Avinash Chandra - Postdoctoral Researcher, Neurology, Queen Mary University of London - su The Conversation del 11/04/2025)

CHI PAGA ADUC

l'associazione non **percepisce ed è contraria ai finanziamenti pubblici** (anche il 5 per mille)

La sua forza economica sono iscrizioni e contributi donati da chi la ritiene utile

DONA ORA (<http://www.aduc.it/info/sostienici.php>)