

Crisis emocionales las golpean más

Mujeres ponen

más corazón

◆ **EFE**

Washington, EE.UU.

Las mujeres son más propensas que los hombres a tener dificultades cardiacas después de las crisis emocionales y las situaciones estresantes.

Las enfermedades coronarias son una causa mayor de cientos de miles de muertes en EE.UU., pero la forma en que este mal afecta a los hombres y a las mujeres no es igual.

Otros estudios han mostrado que durante el ejercicio físico el corazón de los hombres se contrae más que el de las mujeres y esto disminuye el flujo de sangre. Pero las mujeres son más propensas que los hombres a tener síntomas de problemas cardiacos después de los sobresaltos emocionales.

Un equipo de investigadores llevó a cabo un estudio para entender estas diferencias y encontró que el flujo de sangre en las arterias coronarias aumenta en los hombres durante el estrés mental y emocional, pero no cambia en las mujeres, quienes sí demostraron que podían tener problemas cardiacos durante acontecimientos estresantes, como la pérdida de la pareja.

Las conclusiones también enfatizan el grado en que el estrés mental y emocional afecta la salud. "La reducción del estrés es importante para todos, sea cual sea su género", dijo un experto, "pero este estudio muestra la forma en que el estrés afecta de manera distinta los corazones de las mujeres, poniéndolas potencialmente en mayor riesgo de un problema coronario".



La reducción del estrés es importante para hombres y mujeres.