

---

## Le ragioni del cuore

**Autore:** Andrea Luciani

**Fonte:** Città Nuova

**Il fisiologo Luigi Agnati della fondazione Irccs “Lido di Venezia” e del prestigioso Karolinska Institute di Stoccolma, ha illustrato i rapporti tra cuore e cervello.**

Il fisiologo Luigi Agnati della fondazione Irccs “Lido di Venezia” e del prestigioso *Karolinska Institute* di Stoccolma, in una recente conferenza presso l’Università di Urbino, ha illustrato i rapporti tra cuore e cervello. Lo studioso afferma che è la comunicazione tra cuore e cervello che genera le emozioni. Si pensi al batticuore che insorge in vista di un pericolo, o a quando da piccoli il cuore batte velocemente se si finisce nel buio. Secondo Agnati, cuore e cervello dialogano continuamente e si scambiano segnali anche di tipo “meccanico” mediante onde che percorrono i vasi arteriosi. La relazione tra questi due organi è tale che se il cuore aumenta i suoi battiti, anche il cervello modifica le sue funzioni. Così come la stimolazione meccanica del vago migliora una depressione grave, non più curabile con i farmaci. L’interdipendenza tra cuore e cervello, come confermata dai recenti studi di fisiologia umana, ci invita a considerare tutto l’organismo umano come una meravigliosa unità e ad averne una visione meno settoriale, meccanicistica. Il cuore dunque non è semplicemente una pompa che spinge il sangue nelle arterie per portare ossigeno e sostanze nutritive a tutti i tessuti, anche i più lontani. Si pensi al sistema nervoso che, ricevuti impulsi stressanti dal cuore, direttamente ed attraverso il sistema endocrino invia segnali a tutti gli altri apparati (cuore, circolazione, muscoli, apparato digerente ecc.) per difendere l’integrità dell’intero organismo.

Da uno studio dei ricercatori dell’Università di Boston (Usa) pubblicato su *Circulation*, una delle riviste ufficiali dell’*American Heart Association* arriva un’altra scoperta: un allenamento per mantenere il cuore giovane può rallentare anche l’invecchiamento cerebrale: la salute del cuore e del cervello vanno di pari passo, e un’insufficienza cardiaca potrebbe ripercuotersi anche sul benessere cerebrale, fino a portare alla demenza.

Mantenere il cuore in forma, quindi, potrebbe rallentare l’invecchiamento del cervello.

Quello che abbiamo illustrato ci invita perciò a rivalutare la funzione del cuore. Non per nulla la Bibbia pone nel cuore la sede profonda dell’intelligenza e della volontà.