

**Si apre la porta:
un leone...**



Il corpo si modifica per venire incontro alle crisi:

- 1) L'apparato digerente si chiude.
- 2) La respirazione va alle stelle (iperventilazione).
- 3) La secrezione di ormoni sessuali è inibita.
- 4) Adrenalina, noradrenalina e cortisolo vanno nel sangue.
- 5) Mobilizzazione di energia.
- 6) Attività cardiovascolare aumentata.

GLI ORMONI DELLA RISPOSTA DELLO STRESS

CRH → ACTH → GLICORTICOIDI (ADRENALINA-CORTISOLO)

RISPOSTA CARDIOVASCOLARE ALLO STRESS

- Si attiva il **sistema nervoso simpatico** mediante i glicorticoidi che avviano i neuroni associati. Dall'altro rafforzano ADRENALINA e NORADRENALINA che lavorano sul cuore.
- I reni tendono a riassorbire l'acqua grazie alla vasopressina. (una ferita potrebbe causare un abbassamento della pressione per effetto del sangue perso)
-

STRESS → Aumento della pressione? → SI!

STRESS CRONICO → Aumento cronico pressione? → SI!

*Lo **STRESS SOCIALE** provoca **ipertensione** e **aterosclerosi** legata all'iperattività del simpatico*

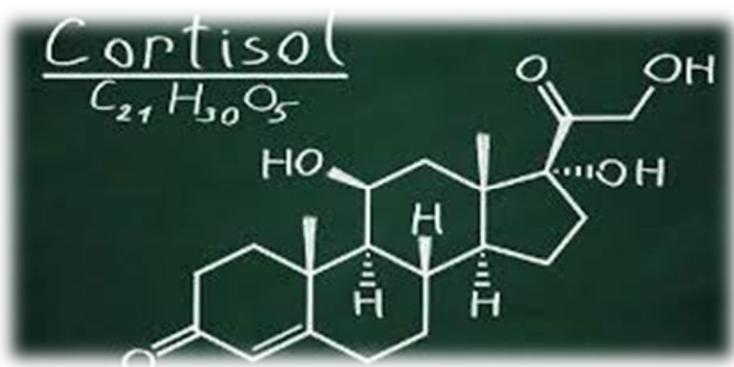
STRESS E DIABETE

L'insulina? "L'ormone ottimista vuole portare i soldi in banca"

Nelle situazioni stressanti le cellule non devono immagazzinare per cui sviluppano una certa resistenza all'insulina.

*Inoltre i **glicorticoidi**, l'**adrenalina**, la **noradrenalina**, vanno tutte nella stessa direzione: dicono alle cellule di mobilitare e non farsi ingannare dai progetti ottimistici dell'insulina*

PRESUPPOSTI PER IL DIABETE



*Il **cortisolo** in medicina è considerato L'ORMONE DELLO STRESS.*