

PSYCHOLOGICAL MEDICINE

Nuovo studio: il matrimonio fa bene alla salute

FAMIGLIA

22_04_2020

**Giuliano
Guzzo**



Quando finalmente riapriranno le chiese, gli uomini farebbero bene a sposarsi; non tanto e non solo per far felici le fidanzate, ma per la loro stessa salute. A consigliarlo neppure troppo velatamente, attenzione, non è qualche attempato moralista bensì un articolo apparso domenica su PsyPost, portale internet specializzato in psicologia e neuroscienze, a proposito di una recente ricerca apparsa su *Psychological Medicine*,

rivista sottoposta a *peer review* e pubblicata dalla [Cambridge University Press](#); non si tratta insomma di un sondaggio uscito su qualche bollettino parrocchiale, tutt'altro.

E cosa dice questo studio? Quello che si diceva poc'anzi, e cioè che esiste un forte legame tra nozze e salute maschile. Più esattamente, tale ricerca ha posto in luce una relazione che non può non far riflettere: quella tra il consumo, negli uomini, di sostanze nocive per la salute - alcol, tabacco, cannabis - e il matrimonio, risultato associato appunto ad una più contenuta assunzione delle stesse. Naturalmente, dinnanzi a tale riscontro alcuni scettici già penseranno all'obiezione tale per cui non è il matrimonio a scoraggiare l'uso di sostanze, ma sono gli uomini che ne fanno minor uso, semplicemente, a sposarsi di più.

Ebbene, la cosa bella di questa ricerca sta proprio nel fatto che essa guarda oltre tale possibilità. Infatti, i tre autori del lavoro - Jessica E. Salvatore, Charles O. Gardner e Kenneth S. Kendler - hanno realizzato una ricerca con cui si sono monitorati, da una parte, 1.790 uomini appartenenti a coppie di gemelli (scelta utile per tenere più sotto controllo eventuali influenze familiari o individuali), e dall'altra si sono esaminati i dati di costoro per un arco temporale esteso, cosa che ha consentito una scansione longitudinale delle condotte dei soggetti facenti parte del campione. Alla fine di questo lavoro sono emersi almeno due dati di rilievo.

Il primo riguarda una significativa riduzione dell'uso maschile di sostanze nocive alla salute riscontrata poco prima del matrimonio e negli anni immediatamente successivi alle nozze; dunque - tornando alla possibile obiezione poc'anzi ricordata - si può affermare con sicurezza che sì, è proprio la promessa d'amore eterno siglata con la propria sposa ciò che orienta l'uomo verso una migliore condizione di salute. Ma non è tutto.

Lo studio uscito su *Psychological Medicine*, intitolato «[Marriage and Reductions in Men's Alcohol, Tobacco, and Cannabis Use](#)», ha difatti messo in luce anche un secondo dato degno di nota, vale a dire quello secondo cui il consumo di alcol, tabacco e cannabis negli uomini che convivono con la loro partner è più vicino ai livelli dei single che degli sposati. In altre parole, non è la convivenza o il generico «volersi bene» ma proprio il matrimonio il fattore protettivo per la salute individuale degli uomini.

Naturalmente, per prevenire un'altra scontata obiezione, non è che il matrimonio automaticamente guidi l'uomo lontano da ogni pensiero autodistruttivo o lo renda automaticamente santo e fedele: magari fosse così. Quello che la ricerca in parola ci sta dicendo è un'altra cosa, e cioè che, almeno nella generalità dei casi, la condizione

coniugale conduce i mariti - che restano mortali e peccatori al pari di tutti gli altri - verso stili di vita più salutari e rispettosi della loro dignità. Un riscontro, questo, avente risvolti sia educativi sia sociali.

I risvolti educativi consistono nel fatto che, se un marito fa meno uso di certe sostanze, significa che, quando sarà padre, sarà inevitabilmente a sua volta un educatore più virtuoso nei confronti dei suoi figli, i quali saranno quindi influenzati da un modello positivo; il bene chiama bene. I non meno tangibili risvolti sociali dell'attenzione alla salute maschile ascrivibili al matrimonio riguardano invece i minori costi sanitari determinati da uomini in salute e, soprattutto, lontani dal vortice delle dipendenze.

Ecco, insomma, che il caro vecchio matrimonio si conferma - sulla base, *repetita iuvant*, delle più affidabili e recenti acquisizioni scientifiche - un istituto cardine della società, semplicemente fondamentale per sorreggerla sul piano sanitario, economico ed educativo. Ne consegue la necessità, anche in vista della ripartenza post pandemia di cui dovranno essere protagonisti l'Occidente e il mondo intero, di una riscoperta dell'istituto matrimoniale. Un istituto che, ben lungi dall'essere un fatto privato o un patto tra «persone che si vogliono bene», rappresenta un indispensabile pilastro di civiltà.