

## **La ricerca. È provato: mostre, teatro e concerti allungano la vita**

*Secondo una ricerca inglese agli over 50 basta andare almeno due volte all'anno a visitare gallerie d'arte e auditorium per ridurre del 14% il rischio di morte. Per chi ci va più spesso scende al 31%.*

Negli over 50 che visitano spesso musei e gallerie, o vanno al teatro e ai concerti, il rischio di morte per qualsiasi causa si riduce del 31%. È la conclusione di uno studio pubblicato sul British Medical Journal (BMJ), che ha esaminato oltre 6.700 persone nel corso di 14 anni.

I ricercatori dello University College di Londra hanno analizzato i dati su un campione rappresentativo a livello nazionale di 6.710 persone che avevano 50 anni o più nel 2002. Nel 2004-5, ai partecipanti è stato chiesto quanto spesso si dedicassero a musei, gallerie, concerti e teatro, oltre a una serie di domande sulle loro abitudini, istruzione, situazione finanziaria e vita sociale. I ricercatori hanno seguito i partecipanti fino al 2018, anno in cui quasi un terzo del gruppo iniziale era morto.

Anche dopo aver tenuto conto di una vasta gamma di fattori sanitari e sociali, si è scoperto che le persone con più di 50 anni che si occupavano regolarmente di attività artistiche avevano il 31% in meno di probabilità di morire rispetto ai coetanei che non lo facevano. Bastava comunque farlo per una o due volte l'anno per avere il 14% in meno di probabilità di morire durante lo studio.

I risultati sono in linea con le ricerche precedenti che suggeriscono come la passione per le attività artistiche possa migliorare la salute mentale, riducendo la solitudine e i comportamenti sedentari, con le malattie collegate, notano gli autori.

Redazione Agorà

14 gennaio 2020

<https://www.avvenire.it/agora/pagine/visitare-mostre-e-andare-ai-concerti-allunga-la-vita-ricerca-university-college-di-londra>