



Hemeroteca | Edición Impresa | RSS

Hoy -4.8 / 5.9 | Mañana -3.3 / 7.3 |

ideal tv.es tu televisión online...

Edición: Granada Edición Almería » Edición Jaén » Personalizar 14 diciembre 2009

Clasificados 11870.com Vivienda Empleo Coches mujerhoy.com Hoyvino

Portada Local Deportes Economía Más Actualidad Gente y TV Ocio Participa Blogs Servicios

Granada Costa Provincia

Estás en: Granada - Ideal > Noticias Granada > Noticias Provincia > Dormir como trogloditas es posible en las casas-cuevas de la provincia de Granada

PROVINCIA-GRANADA

Dormir como trogloditas es posible en las casas-cuevas de la provincia de Granada

La Universidad de Granada realizará un estudio sobre la calidad del sueño en estos lugares

13.12.09 - 02:56 - J. J. PÉREZ | GUADIX

6 votos

2 Comentarios | Comparte esta noticia »

Esto no es un anuncio de un producto milagroso de la teletienda. Si usted quiere dormir a 'pata suelta', sólo hay una opción comparable al 'sueño de los ángeles' y ésta es dormir en una cueva, pues todos los indicios apuntan a su influencia positiva en el descanso. De hecho, la Universidad de Granada está a la caza de los beneficios saludables de este hábitat autóctono, mediante un proyecto que se denomina 'Evaluación de la calidad y la eficiencia del sueño en los hoteles cueva de Andalucía'.

La pista para este estudio la dieron los clientes de los establecimientos hoteleros en cueva. Adoración Aranda, de Cuevas del Tío Tobas (Alcudía de Guadix), pudo constatar cómo los clientes cuando dejaban el establecimiento manifestaban, espontáneamente, lo bien que habían dormido. «Era atípico que casi la mitad de los clientes dijeran, sin que nadie les preguntara, lo bien que se sentían», dice Adoración. «Además, muchos de ellos volvían de nuevo. Concretamente, en más de 15 años tenemos una tasa de repetición superior al 42%» y eso, para Adoración, «es porque descansan».

Asociación

Este estudio está promovido y gestionado por la Asociación de Turismo Sostenible de Altiplánicas Norgranadinas, que aglutina a las comarcas de Guadix, Baza y Huéscar, en colaboración con un grupo de investigadores de la Facultad de Psicología de la Universidad de Granada. Su financiación corre a cargo de los Grupos de Desarrollo Rural de Guadix y del Altiplano de Granada, de la Junta de Andalucía y de la empresa especializada en el mundo del sueño Pikolín.

El grupo de investigación, encabezado por los doctores Gualberto Buela-Casal, Juan Carlos Sierra y Andrés Catena, se ha planteado qué diferencias existen en la calidad de sueño dependiendo del ambiente de descanso. Para ello, van a evaluar, mediante registros polisomnográficos -que se así se llaman los estudios de sueño- y otras pruebas, el descanso de las personas cuando duermen en hoteles de alta montaña, hoteles costeros, alojamientos en casas cueva y en la unidad de sueño de la Universidad.

Los empresarios de la hostelería en cuevas deben estar muy despiertos ante este estudio porque, según aseguran desde la Universidad de Granada, la realización de este proyecto de investigación sobre el descanso en las casas cueva es de gran relevancia social y económica, dado que los resultados afectarán directamente al tejido empresarial granadino relacionado con el turismo rural.

Efectos

Pero, ¿cómo puede influir una cueva en el descanso nocturno? El equipo de investigación asegura que diversos factores determinan la duración del sueño así como su estructura y calidad: la hora del día en que la persona duerme, factores propios de la persona que se dispone a dormir (edad, natrones de

BUENO Y MALO

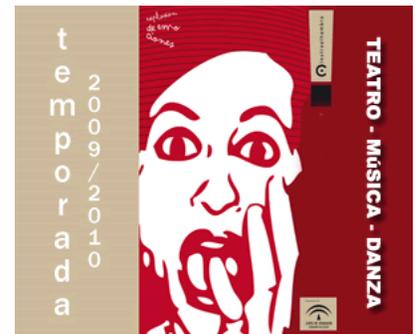
Factores negativos. La iluminación incorrecta, el ruido, los dormitorios fríos o con demasiado calor, la altitud o la humedad.

Ventajas de las cuevas. Ofrecen un ambiente tranquilo, de silencio y oscuridad, con temperatura suave constante, baja humedad y aislamiento.

Claustrofobia. Los dormitorios en las cuevas no suelen tener ventanas, por lo que es posible que ciertas personas sientan sensación de ahogo o de claustrofobia si la habitación está cerrada.



El dormitorio de una magnífica cueva rehabilitada en la capital granadina. :: J. E. GÓMEZ



BUSCAR EN IDEAL.ES

LO MÁS LEIDO

- El preso más antiguo de España vuelve a...
- El rayo que no cesa...
- El medio maratón de Granada, un asunto ...
- La leona perdida vuelve a 'casa'...
- Una muralla en 'desamparo'...
- El coso 'Alhambrenío'...
- Se buscan 500 donantes de mil euros...
- Los aparcamientos para motos se duplica...
- Berlusconi, tras la agresión: «Ha sido ...
- Los 'gurús' del campo...

Bienvenido a Accede directamente si tienes cuenta en

[+] Información

Actividad usuarios Iniciar sesión REGISTRO Cerrar barra



© Ideal Comunicación Digital SL Unipersonal

Registro Mercantil de Granada, Tomo 924, Libro 0, Folio 64, Sección 8, Hoja GR17840, Inscripción 1ª C.I.F.: B18553883 Domicilio social en C/ Huelva 2, Polígono de ASEGRA 18210 Peligros (Granada) Correo electrónico de contacto: idealdigital@ideal.es Copyright © Ideal Comunicación Digital S.L.U., Granada, 2008. Incluye contenidos de la empresa citada, del diario IDEAL editado por Corporación de Medios de Andalucía y en su caso, de otras empresas del grupo de la empresa o de terceros.

EN CUALQUIER CASO TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS:

Queda prohibida la reproducción, distribución, puesta a disposición, comunicación pública y utilización, total o parcial, de los contenidos de esta web, en cualquier forma o modalidad, sin previa, expresa y escrita autorización, incluyendo, en particular, su mera reproducción y/o puesta a disposición como resúmenes, reseñas o revistas de prensa con fines comerciales o directa o indirectamente lucrativos, a la que se manifiesta oposición expresa.

Contactar | Mapa Web | Aviso legal | Política de privacidad | Publicidad | Master de periodismo |
Visitas al Ideal

ENLACES VOCENTO

ABC.es
El Correo Digital
nortecastilla.es
Elcomerciodigital.com
SUR digital
Qué.es
La Voz Digital
Punto Radio
hoyCinema
Infoempleo
11870.com

Hoy Digital
La Rioja.com
DiarioVasco.com
Ideal digital
Las Provincias
El Diario Montañés
Laverdad.es
Finanzas y planes de
hoyMotor
Autocasion
Hoyino