

Fibromialgia: i benefici della musicoterapia

Like

0

Annunci Google

Cura Prostata Certa

Più testimonianze Audio e Video di ogni altro prodotto per prostata! www.ayurstate.com

Homologación de Títulos

Homologa tu Título o tus Estudios para trabajar en España www.homologaciontitulos.com

Sanihelp.it - La fibromialgia è una patologia caratterizzata da dolore cronico, cui spesso si associano disturbi di tipo psicologico, come ansia, depressione e insonnia. Secondo uno studio spagnolo, **la musicoterapia associata a a tecniche di rilassamento come l'immaginazione guidata, riesce a tenere sotto controllo i sintomi della fibromialgia**. A sostenerlo, una ricerca dell'Università di Granada pubblicata sulla rivista *Pain Management Nursing* dal team di *Mari'a Dolores Onieva Zafra*.

Lo studio ha coinvolto sessanta pazienti cui è stato chiesto di ascoltare, ciascuno a casa propria, dei cd contenenti musica e una voce guida per la visualizzazione di immagini rilassanti. Dopo quattro settimane di sessioni di ascolto giornaliere, i ricercatori hanno registrato un miglioramento della qualità della vita e una riduzione dei livelli di dolore: i benefici si sono mantenuti anche nelle otto settimane successive alla fine del trattamento.

Vota per primo l'articolo:



Annunci Google

Restaurante Japonés

Shasimi, sushi, sukiyaki... con descuentos de hasta el 90% Groupalia.com/Restaurante_Japones

Cerchi Libri Italiani?

Tutti i libri in italiano che vuoi direttamente dall'Italia a casa tua bol.it/LibriInItaliano

Audiocorso di meditazione

Scopri mente e subconscio Scarica ora l'audiocorso in MP3 MeditazioneAlfa.com

Residence 4* Alto Adige

Sauna e piscina esterna riscaldata! Hotel Maciacconi Selva Val Gardena. www.HotelMaciacconi.com/Residence

Annunci Google

Tags: fibromialgia musicoterapia benefici
Fonte: Asca

di **Valeria Leone**
revisione: 30-05-2011

Precedente

Per ricevere gli articoli e le **news di sanihelp.it** nella tua casella email

IN VIA LA TUA MAIL @

Successivo

Speciale
Dieta Zona 40 30 30

TUMORE AL SENO: IO VADO AVANTI

1. Conosci la malattia e vai avanti
2. Parlane in famiglia
3. Mangia bene
4. Riscopri la tua femminilità
5. Non sei sola
6. Riconoscersi e riapprendere

NEWS

- Melanoma: richiesta per un nuovo farmaco
- Fibromialgia: i benefici della musicoterapia
- Incontinenza pediatrica grave: la soluzione in 40 minuti
- L'effetto del sonno sul peso dei bambini
- La proteina p53 e l'insorgenza del tumore
- Pesce salva-cuore con cinque porzioni alla settimana

TUTTE LE NEWS

LE PIÙ VISTE



GLI ARGOMENTI DELLA SETTIMANA

SALUTE

Sei caffè al giorno
Il segreto di Pippa è il Pilates
Malattia: Tumore al seno nell'uomo

BENESSERE

Gambe in forma alle terme
Piante medicinali: Açai
Terme: Hotel Terme Due Torri

DIETA

Cibi per perdere peso
Dieta: La dieta del dottor Perricone o dieta lifting

SESSO E DINTORNI

Igiene intima maschile, questa sconosciuta

FITNESS

Corso a piedi nudi
Street Basketball