





Descubrir meetic gratis y encontrar el amor

Soy 

Busco 

Región 

¡INSCRIPCIÓN GRATUITA!

Registrati subito

LOGIN:

PASSWORD: (Dimenticata?)

Login

[segnala una notizia](#)

[le segnalazioni](#)

[i giochi](#)

[blog.it](#)

[contatti](#)

[chi siamo](#)

Cerca





Attualità

[crimeblog](#)
[polisblog](#)

Motori

[autoblog](#)
[motoblog](#)

Cittadini

[02blog](#)
[06blog](#)

Spettacoli

[blogapuntate](#)
[cineblog](#)
[gossipblog](#)
[tvblog](#)

Arte

[artsblog](#)
[booksblog](#)
[comicsblog](#)
[designerblog](#)
[soundsblog](#)

Informatica

[blogvoip](#)
[downloadblog](#)
[gamesblog](#)
[ossblog](#)

Hi-Tech

[clickblog](#)
[gadgetblog](#)
[melablog](#)
[mobileblog](#)

Lifestyle

[bebeblog](#)
[benessereblog](#)

[deluxeblog](#)

[ecoblog](#)

[fashionblog](#)

[oroscopblog](#)

[pinkblog](#)

[queerblog](#)

Tempo Libero

[betsblog](#)
[englishblog](#)
[gustoblog](#)
[happyblog](#)
[toysblog](#)
[travelblog](#)
[yachtandsail](#)

Finanza

[finanzablog](#)
[soldiblog](#)

Sport

[calciblog](#)
[motorsportblog](#)
[outdoorblog](#)

Eros

[softblog](#)

Brasile

[focandoblog](#)
[carangoblog](#)
[criadesignblog](#)
[eletronicoblog](#)
[viajandaun](#)
[blogbelavida](#)

Inglese

[eurocarblog](#)

Una nuova terapia preventiva contro la sindrome della classe economica

pubblicato: venerdì 23 gennaio 2009 da fritha in: [Benessere Come vivere meglio](#)



I viaggi estivi sono ancora lontani, ma la scienza non si ferma: un gruppo di ricercatori dell’Università di Granada ha messo a punto un sistema che aiuta a prevenire e combattere la cosiddetta sindrome della classe economica che colpisce chi è già sofferente di disturbi circolatori e vene varicose, ma anche chi non ne ha mai sofferto prima, come conseguenza di viaggi in aereo molto lunghi.

La lunghezza del viaggio e l’immobilità quasi assoluta in una posizione può provocare addirittura un vero e proprio embolo che impedisce la corretta circolazione sanguigna. Gli esperti tendono a chiamare il disagio più genericamente sindrome del viaggiatore proprio perché è stata riscontrata la medesima esperienza non solo in chi viaggia in classe turistica ma anche in business class – anche se con minore incidenza – e addirittura in chi viaggia in pullman o in auto per periodi di tempo molto prolungati.

Mentre però chi viaggia a terra può in qualunque momento fermarsi e ristorarsi sgranchendo le gambe, chi viaggia in aereo, specie nelle classi turistiche delle compagnie che offrono servizi e spazi sempre più ridotti, è costretto all’immobilità quasi assoluta per molte ore. Il disagio si può presentare tuttavia solo se il volo supera le quattro ore.

Il sistema messo a punto dai ricercatori spagnoli si propone di limitare i danni, aiutando il passeggero, con una serie di piccoli esercizi da seduto, a riattivare la circolazione sanguigna, servendosi di un piccolo [cuscino chiamato flip-flow](#) e appositamente progettato che, posto sotto il piede, stimola la circolazione. Attualmente è in corso la fase di sperimentazione.

Foto | [Flickr](#)

PUBBLICITÀ

[Granada Hotels](#)

Cerca hotel confronta prezzi leggi Rassegne recenti prova TripAdvisor!
[www.TripAdvisor.it](#)

[Hoteles Baratos Granada](#)

Alojamientos económicos todo el año en todo el centro de Granada.

Entra

[Ofertas-Hotel-Granada.Excite.es](#)

Annunci Google

PUBBLICITÀ



[0 commenti](#)

★★★★★ (nessun voto)

Articoli simili



[Come guarire dal dolore cronico muscolare e articolare](#)

del 26 gen 2009



[Lo stress fa invecchiare molto più in fretta](#)

del 23 gen 2009



[Aromaterapia in ufficio con la chiavetta Usb](#)

del 23 gen 2009



[Tè, vino e cioccolato, la ricetta per migliorare il nostro cervello](#)





Descubrir meetic GRATIS

Soy 

Busco 

Región 

¡INSCRIPCIÓN GRATUITA!

NETWORK BLOG O

Ultime Gallerie

[Vedi tutte le gallerie](#)



Newsletter

[Iscriviti](#) alla newsletter gratuita di [benessereblog](#).

La tua email

Ok

In evidenza



[Un vaccino contro](#)

[l'herpes genit...](#)

05 mag

2008

Ultime Segnalazioni

[I rischi del radon per la salute](#)

[Seminario di costellazioni](#)

[familiari a Rimini](#)

[Sonno personalizzato???ripos](#)
[assicurato!!!](#)

[Alia Salus - Centro di](#)

[Formazione per la salu...](#)

[Roller Soccer - A Roma la](#)

[squadra di Roller S...](#)

[Vedi tutte le segnalazioni](#)

RSS syndication

Iscriviti al feed rss di [benessereblog](#)

[RSS 2.0](#)

[Feed per categoria](#)

Categorie

[ALIMENTAZIONE](#) (436)

[ERBORISTERIA](#) (4)

[LentaMente](#) (1)

[MEDICINA](#) (9)

[MENTE E CORPO](#) (3)

[Varie](#) (96)

ERBORISTERIA

[Infusi e tisane](#) (86)