

Cuida tu cerebro: Talleres de Mantenimiento Cerebral

2008-11-30 11:30:19



Existe una nueva generación preocupada más por la salud mental. Aparte del ejercicio físico que tan bien puede sentar, ahora toca el ejercicio mental con una serie de programas entrenamiento que prometen frenar o revertir el deterioro de los procesos cerebrales vitales para nuestra salud mental. Sus consumidores tienen una edad sobre todo entre los 40 y 70 años.

Talleres de mantenimiento cerebral. A veces contratados desde dentro de la empresa. La universidad de UCLA de Los Angeles se ha puesto en marcha un software capaz de estimular el sentido del oído, la concentración y la memoria

En España, el centro gallego de investigación biomédica EuroEspes (CIBE) está implantando, como un incentivo empresaria, un programa de prevención de riesgo cerebral para altos ejecutivos con el fin de controlar su cerebro frente a situaciones altamente estresantes y situaciones incontrolables típicas como el "borderline".

Incluye pruebas médicas que determinan con fines preventivos el riesgo de padecer un ictus y valora las probabilidades genéticas de desarrollar enfermedades degenerativas con los años.

Autor: MedicinaYSalud.org.