Perché dedicarsi a piccole attività creative migliora il benessere umano

Secondo un recente studio pubblicato sulla rivista Frontiers in Public Health, dedicarsi ad attività creative può migliorare significativamente il benessere e la salute mentale di chi le pratica. Se in passato ricerche avevano già evidenziato i benefici terapeutici dell'arte per chi soffre di problemi di salute mentale, i nuovi risultati dimostrano che l'intera popolazione, senza eccezioni, può trarre vantaggio da pratiche artistiche. Gli esperti hanno analizzato nello specifico i dati raccolti dal Dipartimento per la Cultura, i Media e lo Sport del Regno Unito, relativi a un campione di 7.182...

Questo è un articolo di approfondimento riservato ai nostri abbonati. Scegli l'abbonamento che preferisci (al costo di un caffè la settimana) e prosegui con la lettura dell'articolo.

Se sei già abbonato effettua l'accesso qui sotto o utilizza il pulsante "accedi" in alto a destra.

ABBONATI / SOSTIENI

L'Indipendente non ha alcuna pubblicità né riceve alcun contributo pubblico. E nemmeno alcun contatto con partiti politici. **Esiste solo grazie ai suoi abbonati**. Solo così possiamo garantire ai nostri lettori un'informazione veramente libera, imparziale ma soprattutto senza padroni.
Grazie se vorrai aiutarci in questo progetto ambizioso.

Username

Password

☐ Ricordami

Accedi

Password dimenticata