

EL MÉTODO LEBED, UNA TÉCNICA DE PASOS COREOGRAFIADOS ADAPTADOS A LOS PARTICIPANTES

El baile en pacientes mayores puede ayudar a mejorar el equilibrio, la forma de caminar y reducir las caídas

En la tercera edad, el baile puede ser, además de una diversión, una práctica terapéutica, según dos estudios realizados por la Universidad de Missouri.

DM Nueva York - Martes, 20 de Abril de 2010 - Actualizado a las 00:00h.



¡vota!

0 comentarios

compartir (¿qué es esto?)



Los investigadores, liderados por Jean Krampe, observaron que una terapia basada en el baile puede mejorar el equilibrio y la marcha al caminar. En este grupo de población, mejorar la funcionalidad puede reducir el riesgo de caídas y lesiones.

"En los trabajos hemos constatado un aumento en los niveles de equilibrio, de la marcha y sobre todo de la funcionalidad entre los pacientes mayores que participaron en sesiones regulares de terapia física con baile. Aplicar estos programas en el cuidado del paciente anciano ayuda a reducir la carga económica producida por las caídas", afirma Krampe.

Para realizar los estudios se utilizó el Método Lebed, que incluye una combinación de pasos de baile de bajo impacto coreografiado con música y adaptado a las necesidades específicas de los participantes. Así, 18 bailarines acudieron a las sesiones durante un periodo de dos meses. "Los pacientes querían continuar una vez que terminó el periodo de estudio. Se observó en ellos que el baile puede aumentar la velocidad al caminar y el equilibrio, dos de los mayores factores de riesgo de las caídas". Asimismo, estudios previos en 2008 realizados por el grupo de Krampe en colaboración con el Programa de Atención a los Mayores, en Saint Louis, mostró que los participantes referían una mejora en el equilibrio y la forma de caminar.



¡vota!

0 comentarios

compartir (¿qué es esto?)



imprimir



tamaño



HAZ TU COMENTARIO

Escribe tu comentario

COMENTARIOS

Número de caracteres (500/500)

introduce tu comentario

Usuario logueado

ENVIAR

Condiciones de uso

- Esta es la opinión de los internautas, no de Diario Médico.
- No está permitido verter comentarios contrarios a las leyes españolas o injuriantes.
- Reservado el derecho a eliminar los comentarios que consideremos fuera de tema.
- Para cualquier duda o sugerencia, o si encuentra mensajes inadecuados, puede escribirnos a dminternet@unidadeditorial.es

Aviso Legal

En cumplimiento de lo establecido en la Ley Orgánica 15/1999 de Protección de Datos de Carácter Personal, le comunicamos que los datos que nos facilite serán tratados e incorporados en un fichero propiedad de Unidad Editorial Revistas, SL, empresa editora de Diario Médico y Diariomedico.com con domicilio en Madrid, Avenida de San Luis 25, (28033), a los efectos de poder proporcionarle nuestros servicios. El usuario podrá ejercitar sus derechos de acceso, rectificación y cancelación de datos personales mediante el correo electrónico dminternet@unidadeditorial.es.

twitter

TV y violencia machista: ¿una ayuda o un lastre? [Opinión] <http://ow.ly/1B6mn> hace una hora.

- Atlas de anatomía en 3D
- Diccionario Mosby
- Manuales Merck
- Manual Harrison

MÁS SOBRE ENTORNO

El análisis genético, una vía de prevención de muerte súbita

La muerte súbita es un tema de actualidad tras varios episodios en deportistas de elite. El Instituto Cardiovascular del Clínico sigue varias líneas de investigación para, a través de la genética, prevenir su aparición en pacientes jóvenes con síncope o antecedentes familiares.



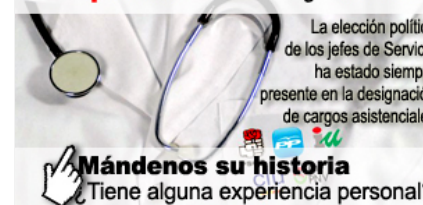
"La tecnología influye en el rendimiento y en la aparición de nuevas patologías"

Un estudio asocia una altura menor de las madres con una mayor mortalidad infantil

Diez cooperantes sevillanos en Haití

Tribuna. Tacones cercanos, ventajas y desventajas

El dedo político sobre los cargos clínicos



La elección política de los jefes de Servicio ha estado siempre presente en la designación de cargos asistenciales

Mándenos su historia

¿Tiene alguna experiencia personal?

Opinión en Diariomedico.com



Pantallas ¿saludables?

J.C. March



Motivos y motivaciones

Antonio Gual



Pantallas ¿saludables?

Mª Á. Prieto



Salud y acción

Carlos Artundo



Entre humos anda el juego

Mª Ángeles Planchuelo



Diálogos desde primaria

Asensio López



La gestión incierta

Sergio Minué

DIARIO MEDICO.com

Actividad acreditada por la Comisión de Formación Continuada del Sistema Nacional de Salud con:

5 créditos



ENTREVISTAS EN TWITTER