

Cada vez más residencias de ancianos apuestan por la cromoterapia

Las residencias geriátricas cada vez son más conscientes de los beneficios de la cromoterapia para los mayores. No se trata sino de aprovechar sus efectos curativos, estimulantes, antidepresivos y regenerativos para mantener el equilibrio y la armonía de los residentes

En las residencias de la tercera edad como Residencial El Mas cada vez es más común que se usen diferentes colores para pintar las distintas estancias. No es una elección aleatoria sino que responde a la intención de aprovechar los beneficios de la cromoterapia. Beneficios de tipo curativo, estimulante, antidepresivo y regenerativo. Desde estos centros recuerdan que es “una forma de ayudar a mantener el equilibrio y la armonía de los residentes”.

La cromoterapia tiene múltiples aplicaciones para tratar, por ejemplo, la ansiedad que a veces sufren las personas en la tercera edad. Se usan colores como el magenta, un color emocional, activo y que transmite calidez y una buena acogida. También el verde turquesa para fomentar la estimulación de las capacidades físicas, cognitivas y sensoriales de los usuarios. El amarillo y el azul son tonalidades que fomentan la tranquilidad y el sosiego. Por su parte, el naranja es un color versátil que transmite energía, vitalidad y positividad. El rojo fomenta la atención y la sociabilidad.

En centros como Residencial El Mas saben que los colores son unas interesantes herramientas terapéuticas a las que hay que sacar el máximo partido para mejorar el bienestar general de las personas mayores. De hecho, parte de los familiares de los residentes de este centro valenciano reconocen que “lo mejor de la residencia es el trato familiar con sus empleados y la tranquilidad que se respira”. Tranquilidad a la que contribuye una elección de los colores meditada y acertada.

La cromoterapia es por lo tanto una técnica empleada de cara a mejorar su calidad de vida. Desde un punto de vista científico, hace referencia a la actuación de la luz sobre la glándula pineal. Esto representa un estímulo o inhibición de la secreción de determinadas hormonas y neurotransmisores. Por eso es una terapia que se usa mucho en el tratamiento de personas con depresiones reactivas. Usando, entre otros, los colores fríos en el tratamiento de la ansiedad o la hipertensión por su efecto relajante. Por ejemplo, para combatir lo que se conoce como depresión estacional, se suele usar una luz blanca y brillante. La cromoterapia también tiene aplicación en los bebés. En este caso se usa la luz de color azul.

Datos de contacto:

Esperanza

Nota de prensa publicada en: [España](#)

Categorías: [Medicina alternativa](#) [Personas Mayores](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>