



ACTUALIDAD | Redacción | Actualitzat el 16/08/2017 a les 16:33

¿Visitar museos o ir al teatro es bueno para nuestra salud?



Según una investigación publicada en la revista *Journal of Epidemiology and Community Health*, **las personas que invierten su tiempo libre en actividades culturales como ir al museo o al teatro tienden a tener un mejor estado de salud.**

La investigación ha investigado a 50.000 personas y finalmente ha revelado que tanto los chicos como las chicas que tocan instrumentos musicales, pintan, van al teatro o visitan museos durante su tiempo libre tienen mejor salud, gozan más de la vida y tienen menos probabilidades de sufrir ansiedad o depresión.



Los resultados confirman que cuantas más actividades culturales realizaban las personas investigadas más aumentaba la calidad de su salud. Según los autores de la investigación "los resultados de este estudio indican que el desarrollo de actividades culturales en la promoción de un mejor estado de salud queda justificado".