músicas para dormir

Escrito por deidaramateo - 20/11/2018 02:48

Hola a todos, espero estén muy bien

Bueno simplemente quiero pasar a dejar un poco de información porque la verdad es que no tengo mucho tiempo, y es que quiero decirles que yo antes sufría mucho de insomnio y las noches se me hacían eternas, pero bueno me puse a investigar incansablemente sobre las cosas que podía hacer para solventar ese problema.

Resulta que después de un tiempo encontré algunos vídeos de músicas para dormir que son muy relajantes, y admitiendo un poco sobre eso les diré que me ha funcionado (y lo sigue haciendo) ya que ahora me duermo mucho más rápido

==========

Re: músicas para dormir

Escrito por Adriana1980 - 30/03/2019 15:31

La música es un relajante con acordes suaves, pero el problema de dormir pueden ser causas medicas que se controlan con tratamiento, estres, fatiga, etc, o tener una cama que no nos de las comodidades que queremos y el mal dormir crea insomnio, si acompañas la musica con un buen colchon mejor seran tus sueños, renueva tu cama con topperviscoelastico.online, esto te dara el placer de disfrutar el descanso.

==========