

## Terapia de la risa

Escrito por PreguntasFrecuentes - 18/09/2009 08:49

---

Sabías que una buena carcajada es mejor que:

- Una aspirina: la risa produce betaendorfinas con capacidad analgésica.
- La leche: El humor aumenta las hormonas relacionadas con el crecimiento.
- Un masaje: durante la risa se estira la columna vertebral y se relaja las cervicales.
- Una droga dura: un buen chiste activa los mecanismos de recompensa del cerebro.
- Un inhalador: durante la carcajada, los pulmones reciben el doble de oxígeno.

Así que a reirse todo el mundo :D

=====

## Re: Terapia de la risa

Escrito por marimar2 - 25/07/2010 09:18

---

tengo muchas ganas de reir, pero como? hay algunas pelis que sean buenas y que hagan reir de verdad.

=====

## Re: Terapia de la risa

Escrito por asepro - 25/07/2010 20:02

---

De pelis no sé, pero aquí te dejo algunos videos de youtube que a lo mejor te arranca una sonrisa:

[http://www.youtube.com/watch?v=3s0qu\\_LOCb8](http://www.youtube.com/watch?v=3s0qu_LOCb8)

=====

## Re: Terapia de la risa

Escrito por asepro - 25/07/2010 20:03

---

<http://www.youtube.com/watch?v=Pu2RIJg35kM>

=====

## Re: Terapia de la risa

Escrito por asepro - 25/07/2010 20:04

---

[http://www.youtube.com/watch?v=--cMZM\\_M4fA](http://www.youtube.com/watch?v=--cMZM_M4fA)

=====

## Re: Terapia de la risa

Escrito por asepro - 25/07/2010 20:05

---

<http://www.youtube.com/watch?v=sCRT2KzsPaM>

=====

## Re: Terapia de la risa

Escrito por asepro - 25/07/2010 20:05

---

<http://www.youtube.com/watch?v=vFbKIHZFxIM>

=====

## Re: Terapia de la risa

Escrito por asepro - 25/07/2010 20:07

---

[http://www.youtube.com/watch?v=pf9zCSd3\\_mc](http://www.youtube.com/watch?v=pf9zCSd3_mc)

=====