



[www.dacuoreacuore.it](http://www.dacuoreacuore.it)

I shin den shin

[http://www.dacuoreacuore.it/e107\\_plugins/content/content.php?content.556](http://www.dacuoreacuore.it/e107_plugins/content/content.php?content.556)

Pagina 1/1

---

#### **SALUTE: STUDIO USA, LO YOGA DIMEZZA GLI EPISODI DI ARITMIA**

mariagrazia, domenica 03 aprile 2011 - 18:17:08

(AGI) New Orleans - Lo yoga, che già si è dimostrato abbassi l'ipertensione e i livelli di colesterolo, può dimezzare il rischio delle comuni, ma potenzialmente pericolose aritmie del battito cardiaco. Lo ha dimostrato uno studio statunitense, il primo ad esaminare i vantaggi dell'antica pratica indiana sulla fibrillazione atriale, un problema che è uno delle principali cause di ictus ed è piuttosto comune tra gli anziani. Oltre a dimezzare gli episodi di fibrillazione atriale, lo studio ha scoperto che lo yoga riduce anche i sintomi di ansia e depressione

[Fonte](#)