



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

I shin den shin

[http://www.dacuoreacuore.it/e107\\_plugins/content/content.php?content.430](http://www.dacuoreacuore.it/e107_plugins/content/content.php?content.430)

Pagina 1/1

---

### **Lo yoga entra in ospedale**

mariagrazia, giovedì 06 maggio 2010 - 12:13:13

Parte oggi, 6 maggio, all'interno dell'Istituto Nazionale dei Tumori Regina Elena e dell'Istituto Dermatologico San Gallicano di Roma, un corso di yoga realizzato in collaborazione con la Federazione Italiana Yoga. L'intento è quello, già portato avanti in altre occasioni dagli stessi istituti e ben espresso dallo slogan "La persona prima di tutto", di umanizzare le cure, oncologiche e dermatologiche, e andare incontro alle esigenze degli assistiti.

Perché lo yoga? L'obiettivo che desideriamo raggiungere è quello di mettere in comunicazione corpo, mente e anima in un momento particolare della vita di queste persone, in cui è difficile trovare quell'equilibrio messo in discussione proprio dalla malattia. Le tecniche di respirazione, meditazione e rilassamento contribuiranno ad alleviare il disagio e lo stress percepiti durante il percorso di cura spiega il professor Francesco Bevere Direttore Generale degli Istituti.

Il corso, fortemente voluto dagli stessi pazienti, desiderosi di recuperare una maggiore consapevolezza di se stessi, dell'ambiente, anche nelle particolari circostanze in cui si trovano a vivere, non è solo, quindi, un percorso di apprendimento dello yoga. È allo stesso tempo un percorso di crescita interiore e un momento di acquisizione di nuovi strumenti per affrontare al meglio il percorso di cura.

Il ruolo dello yoga è finalizzato a fornire a questi pazienti tecniche atte a utilizzare propriamente la respirazione, affrontare le pratiche della concentrazione e della meditazione e naturalmente del relax che sono così benefiche per il recupero di serenità e la creazione di armonia annuncia sul sito della Federazione Italiana Yoga il presidente Eros Selvanizza.

[Fonte](#)