

Ser optimista, más allá de la vuelta a la rutina según Witemotions

Aunque cada uno tenga sus motivos, investigadores de la Facultad de Medicina Feinberg de Northwestern University (Estados Unidos), consideran que ser optimista puede mejorar la salud cardiovascular

Después de las vacaciones, regresan los horarios, las reuniones, los atascos y las prisas. Todos estos factores podrían resumirse con una misma palabra: rutina. Aparece en septiembre y es entonces cuando muchas buscan la manera de hacerla lo más llevadera posible. Puede que entre todos los consejos y planes que se propongan para no echar tanto de menos el verano, la de ser positivo se convierta en uno de los más populares. Ahora, además, una investigación refuerza esta idea.

Se trata de un estudio llevado a cabo por investigadores de la Facultad de Medicina Feinberg de Northwestern University (Estados Unidos) y publicado recientemente en el Journal of the American College of Cardiology. En el trabajo se ha puesto de manifiesto que ser optimista, día a día, puede mejorar la salud cardiovascular. Después de haber analizado el entorno social de los participantes en el estudio, se sostiene que el bienestar psicológico puede ayudar a fortalecer las perspectivas de las personas ante algunas enfermedades y reducir, por lo tanto, algunos síntomas.

Asimismo, los investigadores han observado que los pacientes más optimistas tienen menos probabilidades de ser fumadores y realizan más actividad física de forma regular, lo que les hace mejorar su salud cardiovascular. Además, mantienen dietas más completas ya que consumen más frutas y verduras y menos carnes y productos procesados. Es decir, el optimismo les empuja a llevar, al mismo tiempo, un ritmo de vida más sano.

Desde Witemotions se han propuesto contribuir a ese positivismo a través de sus productos y fomentando la creatividad. Su filosofía se basa en convertir fotografías en objetos personalizados originales. Calendarios de pared con fotos para alegrar cada mes y eventos por preparar, composiciones en formato collage que dan vida a estas fotos que están guardadas, etiquetas de vino para decorar, blocs de notas que también son diarios de viaje o que pueden hacer de agendas y hasta juegos de mesa, son algunas de las propuestas para repartir positivismo cuando el cliente recibe el pedido en casa. Y es que todo el proceso de edición online es fácil y se realiza en muy pocos minutos, con el soporte del equipo técnico en todo momento. Afirman desde Witemotions que septiembre es un mes lleno de recuerdos y que, lejos de almacenarlos, una buena opción es sacarlos a la luz para revivirlos y alimentar ese optimismo que beneficia a la rutina y, sobre todo, al corazón. Además el positivismo se puede compartir si el producto se regala a un amigo o familiar.

Sobre WitEmotions

La personalización sin límite es la filosofía de esta empresa fundada en Terrassa en el año 1964. Premiada en varias ocasiones por su trayectoria y sus trabajos, ofrece un servicio integral de comunicación gráfica que va desde la impresión tradicional, hasta la producción de elementos con efectos especiales y alto nivel de personalización, servicios gráficos para E-commerce o campañas de marketing on-line.

Datos de contacto:

M. Sanchez

Nota de prensa publicada en: [Barcelona](#)

Categorías: [Nacional Fotografía Consumo](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>