



22/2/2021 Ecco perché giocare a carte fa bene alla mente - Proiezioni di Borsa

Ecco perché giocare a carte fa bene alla mente

Giocare a carte è un'attività non solo piacevole ma anche benefica per la **salute** fisica e mentale di tutti, grandi e piccini. È un **hobby**, un passatempo molto diffuso ed amato, un momento di aggregazione. Tempo da poter trascorrere piacevolmente in compagnia di amici o parenti, organizzando incontri a casa o tornei ufficiali, sfidando la fortuna e l'intelligenza. Chi non ha mai giocato a carte?

Prima si giocava solo con carte reali, adesso è possibile giocare online. Infatti sul web si trovano svariati siti di giochi di carte e si ha l'opportunità di sfidare amici da tutte le parti del mondo. Ù

Esistono giochi popolari con diverse tipologie di carte che variano in base alla regione da cui provengono.

Le più popolari sono le carte napoletane, piacentine, romagnole, e le famose carte francesi.

Ecco perché giocare a carte fa bene alla mente

I giochi di carte stimolano il cervello, arricchiscono le reti neurali, le capacità cognitive e la memoria. Producendo effetti positivi, aumentano la capacità di ragionamento, concentrazione ed attenzione.

Le persone che partecipano al gioco delle carte già dalla prima partita risultano meno stressate avendo interagito con altre persone, scambiando chiacchiere, socializzando, mettendo da parte la competizione con il solo scopo di divertirsi. Sensazioni e pensieri piacevoli agiscono positivamente sul nostro sistema immunitario.

Giocare online dà la possibilità di conoscere altre persone, di socializzare e di fare amicizia.

Giocare a carte fa mantenere il buon umore e fa stare sereni. Può essere una buona occasione di gioco da svolgere con i propri figli incrementando la loro memoria, la loro manualità e rafforzando il legame sociale.

Ecco perché giocare a carte fa bene alla mente! Alcune tipologie di gioco stimolano, allenano a rimettere in moto il cervello con deduzioni, bluff, ragionamenti logici, formulazione di strategie, coinvolgendo la memoria verbale e la memoria visiva cercando di prevedere le mosse degli avversari e pensare alle proprie mosse successive.

Il gioco deve essere un momento di svago, di evasione un modo per scaricare la tensione accumulata ma non deve diventare una dipendenza o un accanimento alla vittoria specie se si scommettono soldi.