

## Las artes y su impacto en nuestra salud

Completa las siguientes frases.

condición - estrés – reducir – lazos – empatía –  
creatividad – técnica - expresar – música - cerebro

1. La música puede ayudar a reducir el \_\_\_\_\_ y mejorar el estado de ánimo.
2. La pintura y el dibujo estimulan la \_\_\_\_\_ y permiten expresar emociones de forma no verbal.
3. La danza es una forma de arte que beneficia la \_\_\_\_\_ física y la coordinación.
4. La \_\_\_\_\_ ayuda a reducir los niveles de estrés y mejora la memoria en las personas mayores.
5. La danza permite \_\_\_\_\_ emociones y mejorar la salud cardiovascular al mismo tiempo.
6. Ver obras de arte estimula el \_\_\_\_\_ y despierta la imaginación.
7. Practicar artes visuales puede ayudar a mejorar la concentración y \_\_\_\_\_ los síntomas de depresión.
8. Bailar en grupo mejora las habilidades de comunicación y fortalece los \_\_\_\_\_ sociales.
9. Colorear mandalas es una \_\_\_\_\_ utilizada para promover la calma mental.
10. El teatro y la actuación permiten desarrollar la \_\_\_\_\_ emocional y comprender mejor a los demás.

## Las artes y su impacto en nuestra salud

Completa las siguientes frases.

condición - estrés – reducir – lazos – empatía –  
creatividad – técnica - expresar – música - cerebro

1. La música puede ayudar a reducir el \_\_\_\_\_ y mejorar el estado de ánimo.
2. La pintura y el dibujo estimulan la \_\_\_\_\_ y permiten expresar emociones de forma no verbal.
3. La danza es una forma de arte que beneficia la \_\_\_\_\_ física y la coordinación.
4. La \_\_\_\_\_ ayuda a reducir los niveles de estrés y mejora la memoria en las personas mayores.
5. La danza permite \_\_\_\_\_ emociones y mejorar la salud cardiovascular al mismo tiempo.
6. Ver obras de arte estimula el \_\_\_\_\_ y despierta la imaginación.
7. Practicar artes visuales puede ayudar a mejorar la concentración y \_\_\_\_\_ los síntomas de depresión.
8. Bailar en grupo mejora las habilidades de comunicación y fortalece los \_\_\_\_\_ sociales.
9. Colorear mandalas es una \_\_\_\_\_ utilizada para promover la calma mental.
10. El teatro y la actuación permiten desarrollar la \_\_\_\_\_ emocional y comprender mejor a los demás.