



Cervello. **Fare la maglia è come meditare?**

Se lo sono chiesti i ricercatori dell'Istituto Neurologico Besta di Milano che hanno lanciato uno studio per capire quanto questa semplice attività faccia bene alla nostra mente. Per questo cercano uomini e donne dai 27 ai 63 anni, che almeno una volta alla settimana facciano la maglia o l'uncinetto. I 40 volontari selezionati verranno sottoposti a magneto/elettroencefalogramma (M/Eeg), un esame non invasivo

che registrerà l'attività cerebrale prima e dopo il tricot. La ricerca è effettuata in collaborazione con l'associazione Gomitolorosa e vuol dimostrare scientificamente i benefici di questa attività, che chi la pratica con costanza conosce già. Oltre al suo potere antistress si vuol capire se a livello cerebrale la maglia influisca in modo positivo sull'attenzione, come accade con la meditazione.