

Tricô: prática antiga, porém benefícios novos

Social - Página 21

7 de outubro de 2021

# Tricô: prática antiga, porém benefícios novos

A prática do tricô é importante para crianças até idosos. Ajuda na concentração, a manter o foco, no raciocínio e a relaxar. Cada etapa exige atenção máxima. "A prática

ajuda pessoas com dificuldades de se concentrar ou que são muito agitadas", informa a terapeuta ocupacional Ada Salvetti, doutora em neuropsiquiatria e ciências do comportamento pela UFPE.

"Também é benéfica para idosos, pois mantém o cérebro ativo, ajudando a prevenir doenças degenerativas, e melhora a performance motora e das conexões cerebrais", informa.

A prática do tricô é importante para crianças até idosos. Ajuda na concentração, a manter o foco, no raciocínio e a relaxar. Cada etapa exige atenção máxima. "A prática ajuda pessoas com dificuldades de se concentrar ou que são muito agitadas", informa a terapeuta ocupacional Ada Salvetti, doutora em neuropsiquiatria e ciências do comportamento pela **UFPE**. "Também é benéfica para idosos, pois mantém o cérebro ativo, ajudando a prevenir doenças degenerativas, e melhora a performance motora e das conexões cerebrais", informa.