José Cedena y su ‘saineterapia’

Actualidad Empresarial | 06/08/2022 | 00:00

La risa puede aportar numerosos beneficios a la salud de las personas, ya que, según los expertos, al margen de los evidentes beneficios psicológicos y sociales, puede contribuir a aumentar las defensas y mejorar el sistema inmunológico, aumenta el volumen respiratorio y la oxigenación de la piel, fortalece el corazón y mejora la circulación, incluso puede combatir los dolores de espalda, al ponerse la columna vertebral en movimiento, etc.

José Cedena comenta con orgullo en alguna entrevista que sus sainetes cumplen con creces con esta función terapéutica, como así se lo confirman algunos grupos de teatro de mayores, que hacen sus sainetes y le llaman de vez en cuando para darle las gracias por lo bien que se lo pasan y lo que se ríen en los ensayos, llegando a olvidarse de todos sus problemas y hasta incluso de sus dolores. Circunstancia que, según manifiesta, es su mayor satisfacción como autor. Y es que son muchos los grupos de pensionistas que consumen los sainetes de José Cedena, ya que, tanto por su temática – siempre hilarante – como por su duración, son ideales para estos colectivos.

Este paralelismo de todas sus creaciones con la salud y la risoterapia le ha llevado a titular algunos de sus libros como: Saineterapia. La risa es la medicina de los pobres… y de los ricos; Sainetecedina. La mejor medicina para quien no orina; Sainetes diuréticos, con vitaminas R, I, S, A; Sainetes medicinales. No curan los males, pero se te olvidan; Sainetes risoterapéuticos.

Aparte de ser títulos simpáticos y sugerentes, son una auténtica declaración de intenciones de un autor teatral cuya mayor obsesión es hacer reír, hacer que la gente se olvide de las penas y los problemas y, en definitiva, “hacer felices a los demás”.

Autor: Redacció

https://gironanoticies.com/empresarial/181249-jose-cedena-y-su-saineterapia.htm