

En cuanto a los ámbitos más importantes en los que se puede utilizar la risoterapia, podemos destacar los siguientes:

-Pediatria. El uso del humor les hace superar con mayor facilidad su proceso de enfermedad.

-Cirugía. Disminuye el dolor o lo elimina.

-Psicoterapia.

-Enfermos terminales. Facilita el trabajo del personal sanitario y ayuda al paciente a aceptar su situación. Cabodevilla, psicólogo especialista en cuidados paliativos, afirma que el humor ayuda a una maduración de los pacientes y mejora la calidad de vida en los últimos momentos, mejorando la despedida de su familia. Por otro lado, Ruiz Irigoyen afirma que el humor interviene para que se viva humanamente la situación de despedida.

## CONCLUSIONES

La risoterapia dentro del ámbito de la salud, se considera como una terapia complementaria, que proporciona múltiples beneficios al paciente de forma integral, a nivel físico, psíquico y social.

Se trata de una estrategia que tiene un efecto positivo sobre la salud del paciente y mejora su calidad de vida.

El mayor número de publicaciones sobre el tema se encuentra de la mano de periodistas y escritores. No por ello, dicha información es desdeñable, sino que sería necesario realizar estudios científicos sobre los efectos que tiene la aplicación de la risoterapia. Del mismo modo, es importante que los profesionales de la salud introduzcamos estas terapias en los cuidados del paciente y más concretamente, en el caso de los TCAE, que desempeñamos nuestra labor en contacto directo con el paciente.

Por todo lo expuesto a lo largo de esta revisión bibliográfica, se puede concluir que la risoterapia debe ser incluida como medio útil y sin efectos secundarios, para el mantenimiento de la salud.



## Bibliografía

- Brannon L. & Feist, J. (2001). Psicología de la Salud. Madrid: Paraninfo.
- Martin, R. A. (2001). Humor, laughter, and physical health: methodological issues and research findings. Psychological Bulletin.
- OMS. (1995). El ejercicio de la enfermería. Informe del comité de expertos de la OMS. Génova: OMS.
- Castellví, Enric (2011). Taller Práctico de Risoterapia. Juegos y más juegos para provocar la risa. España: ALBA.
- Fernández Solís, Jesús Damián y M<sup>º</sup> Limón Mendizábal, Rosario. (2012). El Arte de Envejecer con Humor. España: ALJIBE.