

In luminoterapie utilizam aparate speciale (in special in tarile nordice pentru a substitua lipsa luminii din cauza iernii):lampi ai carora spectrul e aproape cu cel ai luminii, Elecolight sau Biolight. Intensitatea in luminoterapie se masoara in lux. Lumina de casa de ex emite 50-100 lux, dar lampile de luminoterapie emit de la 2500 la 10000 lux!!!
 Mai multe studii recente au arătat că tratamentul cu lumina are un rol foarte eficient în tratamentul de reglare a somnului și, în cazul bolii Alzheimer.
 Luminoterapia poate fi, prin urmare, prezentata ca o alternativă la tratamentul conventional, avand ca baza psihoterapia și anumite medicamente.

Spatiile Snoezelen



Metoda Snoezelen (o contracție a snuffelen olandeză care înseamnă „a se relaxa”) este o abordare nouă pentru îngrijirea persoanelor dependente. Metoda consta în evidentierea gradului de conștientizare a senzații fizice (pentru persoanele cu dificultăți de învățare și de comunicare). Persoana trebuie să simtă emoțiile în trupul său, cu simțurile sale cu ajutorul muzicii, jocurilor de culori și luminii scăzute. Acesta este practicat într-un loc destinat pentru aceasta!

Bilantul de sanatate

Pierre Van Obberghen si-a dat seama că, dacă vom prezenta la un individ o serie de culori dispuse la întâmplare pe o grilă, în care sunt rugați să păstreze jumătate din culori și sa îndepărtează cealaltă jumătate în funcție de preferințele lor Rezultatul selecției va crea un grafic pe care apar vârful, jgheaburi și zone de platou. Acest grafic se comportă ca o adevărată harta de identitate cromatică, arată cu precizie caracteristicile viziunii

Această reparație a alegerilor demonstrează că preferințele de culoare nu sunt nici ciclice, nici circumstanțiale, ea ne asigură fiabilitatea și exactitatea informațiilor furnizate.

Caz practic: femeie cu fibrom uterin evita culorile verde tircuaz și rosu deschis

Indivizii care au fost in coma evita culoril albastru inchis (culorile reci) prefera culorile portocalii (calde).

Observații ne permit să asociam o culoare pentru fiecare zonă anatomică și psihologică. Atunci când unul dintre aceste teritorii este perturbat, e afectată percepția culorii corespunzătoare

Concluziile testelor de culoare

Persoanele fizice care au preferințe de culoare identice, au aceleasi caracteristici:

- **Comportamentale**
- **Fiziologice**
- **Anatomice**
- **sau psihologice. Aceste caracteristici sunt ușor măsurabile prin testul de culoare, care s-a dovedit sa fie un instrument minunat pt diagnosticare.**

Bibliografie

- > <http://ecam.oxfordjournals.org/cgi/content/full/4/2/1>
- > <http://www.equilibre-romandie.net/la-chromato/recherche-scientifique-sur-les-effets-de-la-chromatothérapie.pdf>
- > <http://www.lampe-de-luminotherapie.com/luminotherapie-sante/>
- > www.wikipedia.ro
- > <http://pagesperso-orange.fr/revue.shakti/couleurs.htm>
- > <http://www.naturamedic.com/chromotherapie.htm>
- > http://www.chromo-therapy.com/Pages/Principales/12_Test_Oracle.html