

Los biorritmos

2008-11-05 12:24:10

Como todo el mundo sabe hay días buenos y días malos, y estos días se pueden determinar calculando lo que conocemos como **biorritmos**, estos ritmos biológicos se pueden dividir en tres básicos y sus puntos altos y bajos son diferentes para cada persona. Los tres **biorritmos** básicos son: físico, emocional e intelectual.

- El biorritmo físico dura 23 días y marca el momento físico en el que nos encontramos. Todo lo relativo a nuestra salud y nuestra fortaleza física se refleja en este ritmo.

- El biorritmo emocional dura 28 días y tiene que ver con todo aquello relacionado con nuestro estado de ánimo. Si este ritmo está alto nos será más fácil relacionarnos con los demás y estaremos de buen humor.

- El biorritmo intelectual dura 33 días y se relaciona con nuestro estado mental en todo aquello lo relacionado con actividades de aprendizaje, creatividad o memoria.

Si podemos ver en qué estado se encuentra nuestro biorritmo nos será más fácil afrontar las situaciones cotidianas. Si quieres calcular tus biorritmos para los próximos siete días puedes hacer con nuestra [aplicación de calculo de biorritmos](#).