



# La gent millora molt més ràpid amb les nostres teràpies i acaba estalviant temps i diners

Tothom hauria d'entrenar el cervell i fer una prova de Neurofeedback com a mínim una vegada a la vida

Al vell mig de Sarrià acaba d'obrir les portes Neurocenter, un espai únic a Barcelona dirigit a persones que volen millorar algun aspecte psicològic o físic. Es tracta d'un centre de teràpies innovadores i eficaces que busquen l'harmonia entre cos i ment. Les tècniques que apliquen el Sydney Pinoy i l'Elisa Estradé resolen en el menor temps possible problemes psicològics. Un centre molt complet que de ben segur serà de referència al barri i a la ciutat.

## Què es Neurocenter?

És un centre psicològic on posem a disposició dels clients eines per solucionar problemes i per potenciar certes habilitats en el menor temps possible.

Tenim una vessant més terapèutica de gent que ve a curar-se, persones que tenen depressió, ansietat o un pensament obsessiu però també hi ha la vessant de persones que venen a millorar i potenciar habilitats més concretes.

## Com ho feu?

Quan la gent ve al nostre centre per primer cop, fem un anàlisi per veure quins aspectes podem millorar, potenciar o reparar de cada persona. Oferim sempre un suport i un acompanyament personalitzat en tot el camí.

## Què us diferencia d'altres centres?

La tècnica del Neurofeedback és el nostre tret més diferenciador. És una tècnica no invasiva que ens ajuda a entendre com funciona cada ment. Mitjançant una màquina especial amb 19 sensors medim l'activitat cerebral de cada usuari, analitzem i reparam les zones que no funcionen bé. És un mètode obert a tot tipus de públic enfocat a persones que volen millorar en el seu àmbit personal i laboral.

## Com quins?

Es pot utilitzar per afavorir aprenentatges de contingut verbal, per perdre la por a parlar en públic, per ser un bon líder, millorar la concentració, la coordinació. També treballem altres tipus de problemes més complexes, té moltes aplicacions.

## Com funciona exactament?

La prova del Neurofeedback dura uns 30 - 40 minuts i es fa amb electrodes. Es tracta d'un electroencefalograma on es col·loca el casc amb 19 sensors que enregistren l'activitat cerebral. L'anàlisi s'envia a Estats Units on es fa un mapeig cerebral complet. Quan ens tornen els resultats veiem quines són les zones del cervell que calen entrenar.

## I llavors?

Un cop sabem quines són les zones del cervell que estan treballant massa, massa poc o que no estan ben connectades fem un tractament individualitzat on l'usuari treballa específicament la zona adequada. Pot ser des de la part més depressiva, a la més obsessiva, la de l'estrès, la del son...

## Sembla molt efectiu...

Ho és. Se solucionen molts tipus de problemes d'ansietat, d'atenció... En persones amb dèficit d'atenció (TDA i TDAH) es resolen el 90% dels casos. Amb unes 60 sessions de Neurofeedback s'atura aquest problema perquè es canvien les ones del cervell i no cal medicar-se.

## Com s'aconsegueix?

Col·loquem el casc amb els sensors que enregistren les ones cerebrals. Si aquestes ones es-



L'Elisa Estradé i el Sydney Pinoy estan al capdavant de Neurocenter



tan treballant massa o no estan bé, el videojoc que està projectat a la pantalla i connectat a la màquina Neurofeedback es para. Quan el cervell està relaxat, concentrat i treballa bé, es reprèn. És com aprendre a conduir un cotxe. Al principi costa, però després es van creant poc a poc connexions noves al cervell o potenciant les que ja hi havia. No és una tècnica invasiva. No enviem cap tipus d'informació al cervell. És el videojoc el que capta l'ona del cervell i el guia cap a on anar treballant zones específiques.

## Sembla de ciència ficció...

És el futur de la psicologia. La personalitat no canvia però millora el benestar de la persona. La gent es troba molt millor i pot controlar les emocions. Tothom hauria de fer alguna vegada a la seva vida una prova així. La gent hauria d'entrenar el cervell i millorar les ones que no estan bé.

## També es fa aquesta teràpia en nens?

Sí, funciona molt bé en casos de nens amb problemes d'aprenentatge o amb hiperactivitat. Primer mirem com és la seva vida per detectar si hi ha algun tipus de trauma. Si aquest és el cas, llavors utilitzarem l'EMDR per resoldre el trauma i després aplicarem el Neurofeedback.

## Què és l'EMDR?

És una altra tècnica molt efectiva que resseteja la ment per enfocar de forma clara i nítida el dia a dia. Mitjançant moviments oculars, com quan estem dormint en fase REM, ajudem a arxivar les experiències negatives de les nostres vides. Aconsegüim desensibilitzar les emocions que es queden atrapades, siguin traumàtiques o no, en el nostre cervell emocional i deixem que passin al cervell intel·lectual reprocessant-les.

## El Neurofeedback i l'EMDR actuen de forma ràpida?

Es millora molt més ràpid que en qualsevol altra teràpia perquè són tècniques que incideixen directament al cervell sense medicació. Té una efectivitat molt ràpida i estan científicament demostrades. Al final la gent s'estalvia temps i diners.

## Entenc que no són excloents

No, al contrari. El Neurofeedback i l'EMDR es complementen molt bé.

## Pot servir per treballar amb gent que té algun tipus d'addicció?

I tant. Pensa que sovint, es prenen drogues per compensar algun dolor, encara que sigui de for-

El Neurofeedback és un bon tractament per persones de totes les edats. La seva aplicació és efectiva tant en la infància, en l'edat adulta com en la tercera edat. No es tracta d'una teràpia invasiva. Els resultats que s'obtenen es mantenen en el temps ja que el cervell crea nous patrons més funcionals.

Les àrees d'aplicació del Neurofeedback són molt variades:

### A NIVELL TERAPÈUTIC:

Tractament d'ansietat depressió, obsessió, trastorns del son, addiccions... Problemes neurològics derivats de traumatismes craneals, convulsions per epil·lèpsia, autisme. Així com en el tractament de les migranyes i com a teràpia complementària al tractament del dolor.

En la infància és un dels millors tractaments pel TDA, TDAH trastorn dèficit d'atenció sense o amb hiperactivitat sense necessitat de tractament farmacològic. Problemes d'aprenentatge a l'escola i conductuals.

### ENTRENAMENT MENTAL:

Com a potenciador de les diferents funcions cerebrals s'utilitza com a entrenament mental per a esportistes d'èlit. També per potenciar la memòria, atenció, relacions interpersonals o funcions més concretes que obtenen millores en l'àmbit laboral i dels business.

I en qualsevol persona sana que vulgui millorar en alguna àrea emocional, en competències o augmentant el rendiment en qualsevol estudi que estigui realitzant.

ma inconscient. Aquella droga fa estar feliç, relaxat, content i actua com un tractament d'alguna cosa que no està resolta. La droga compensa aquest dolor i acaba sent una addicció. Amb el Neurofeedback es poden crear noves connexions del cervell, mai recuperar les parts danyades. Cal pensar també que sovint, a part de l'addicció, hi ha un problema emocional que s'ha compensat amb la droga. En aquests casos es pot fer EMDR per anar on es va originar el trauma i el Neurofeedback posteriorment per recuperar o fer noves connexions de la part danyada. És molt complet i científic. Hi ha trastorns que no es poden curar però sí millorar.

### Veig que també feu entrenament personal

Sí, el centre té 500m. A la planta de baix fem entrenament esportiu i físic com a complement. Tenim entrenadors personals, coaches, fem boxa, tonificació, ioga i stretching.... També fem massatges, osteopatia, acupuntura, fisioteràpia, higiene alimentària. Tot és complementari, ens agrada donar un bon servei als nostres usuaris.

### Neurocenter

C/Gresolet 14, 08034 Barcelona

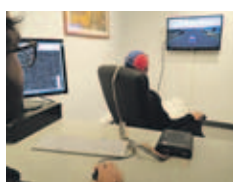
T. 93 328 37 31

admin@neurocenter.com

www.neurocenter.com

Horari: de dilluns a divendres de

10:00 a 20:00



**El Neurofeedback i l'EMDR són tècniques no invasives que milloren, potencien i reparen zones del cervell**

