



Associazione Benessere e Tecnologie (BenTec) nonprofit
Via Meda, 14 20900 Monza telefoni segreteria: 348 7325725 direzione: 347 8482345
www.benesseretechnologie.org info@benesseretechnologie.org
C:F: P.Iva 06019920963

CONSENSO INFORMATO - Legge sulla privacy

L'associazione BenTec sviluppa tecnologie-progetti utili all'essere umano per migliorare la qualità di vita. In 15 anni sono stati sviluppati 8 protocolli clinici per l'uso del Biofeedback.

Oggi BenTec è anche strutturata per dare servizio sul dispositivo medico Biofeedback respiratorio con risorse adeguatamente preparate e si avvale della consulenza di un fisiatra-posturologo e di uno pneumologo in caso di problematiche complesse.

Il progetto si basa sul Biofeedback respiratorio BenTec, metodo e dispositivo medico, che garantisce un progressivo controllo della frequenza respiratoria, un miglioramento della condizione psico-fisica costante.

Il progetto prevede un processo di miglioramento e mantenimento, non può essere considerato invasivo e in nessun caso le risorse coinvolte nel progetto potranno essere considerate responsabili di eventuali problematiche della persona che decide di partecipare al progetto.

La firma del presente documento implica l'accettazione del progetto, la persona che partecipa al progetto dovrà cercare di rispettare scrupolosamente i piani di lavoro giornalieri/settimanali.

Non ci sono controindicazioni sul progetto.

Il progetto prevede una fase iniziale di analisi dei seguenti parametri:

pressione arteriosa, battiti cardiaci, frequenza respiratoria, capacità di controllo dell'atto respiratorio, opzionale spirometria,

Si consiglia l'acquisto di un Ossimetro & Spirometro per uso personale per mantenere monitorati alcuni parametri (flusso e FEV1 respiratorio, saturazione e battiti cardiaci), e che lo strumento consenta di inviare i parametri rilevati a BenTec e/o ai medici.

Suggerito: MIR SMART ONE OXI | | SpO2, BPM, Picco di flusso e FEV1 (costo euro 99 su Amazon)

Entro 3 giorni dopo l'analisi, la firma di questo documento e il versamento della quota associativa a BenTec (vedi costi sul sito) verrà creata la login che conterrà gli esercizi che la persona dovrà fare e il piano di lavoro giornaliero.

Gli esercizi dovranno essere fatti la mattina e la sera prima dei pasti da seduto per i primi 4 giorni, poi la mattina in piedi come da filmati presenti sul sito e la sera prima dei pasti. Bisogna sempre fare 3 esercizi distanziati di 3 minuti uno dall'altro, cercare di rispettare i 3 minuti. Se si superano i 10 minuti tra un esercizio e l'altro non si avrà nessun effetto (la durata di ciascun esercizio è di 90 secondi).

Dopo 7 giorni si consiglia di fare 10 metri in 10 minuti come da filmato, la prima settimana a giorni alternati, poi tutti i giorni (tempo impiegato 10 minuti).

Dopo 20 giorni dovranno essere verificati i parametri e compilato il modulo rilevazione dati, BenTec provvederà ad analizzare i dati e ridefinire il piano di lavoro. Non ci sono costi se la persona ha tutti gli strumenti necessari.

La rilevazione dei dati potrebbe essere chiesta da BenTec in tempi più brevi in funzione della condizione psico-fisica della persona.

Dopo 40 giorni verrà rivisto il piano di lavoro da BenTec e la persona potrà fare gli esercizi solo la mattina sempre in piedi. Il piano di lavoro sarà presente nella login.

Durante tutto il percorso progettuale si dovrebbero verificare dei miglioramenti progressivi, maggiore tonicità, leggero miglioramento delle capacità visive, maggiore resistenza fisica, maggiori riflessi.

I criteri comunicativi avverranno tramite WhatsApp, email e telefono, se sarà necessario in video chiamata.

BenTec fa controllo qualità che prevede una verifica di esecuzione degli esercizi giornaliero per i primi giorni, poi ogni 2-3 settimane. Farà delle telefonate per verificare se la persona ha bisogno di aiuto e manterrà aggiornato il data base del progetto.

Acqua: è consigliato un consumo d'acqua giornaliero tra 1,5 e 2,5 litri al giorno (salvo controindicazioni legate a copatologie) integrato con centrifugati di frutta (un bicchiere) 2 volte la settimana, utilizzando solo frutta di stagione, ideale mela e arancia per il periodo invernale, pesca-albicocca, arancia per i



Associazione Benessere e Tecnologie (BenTec) nonprofit
Via Meda, 14 20900 Monza telefoni segreteria: 348 7325725 direzione: 347 8482345
www.benesseretechnologie.org info@benesseretechnologie.org
C:F: P.Iva 06019920963

periodi estivi, in entrambi i casi anche un po' di uva (tenuto conto dell' eventuale presenza di disturbi della deglutizione legati alla malattia)

Cibo: non ci sono controindicazioni o consigli, ideale è una buona colazione, un primo a mezzogiorno e un secondo alla sera, ma tutto dipende dal consumo energetico, si confida in una adeguata preparazione della persona che partecipa al progetto. Non ha senso alterare le proprie abitudini o fare sacrifici. Il personale è a disposizione per consigli.

Fumo: non è necessario smettere di fumare, si dovrebbero riscontrare una maggiore soddisfazione nel fumare e una diminuzione progressiva del consumo di sigarette.

Integratori alimentari: si sconsiglia l'uso.

Farmaci: nessuna variazione, si consiglia dopo 3-6 mesi una visita specialistica di controllo per verificare la terapia e rifare una valutazione.

Tutti i dati rispettano la normativa sulla privacy, compresa la compilazione di moduli, in nessun caso i dati verranno utilizzati a scopi pubblicitari o forniti a terze parti.

I dati in forma anonima, senza nessuna possibilità che si possa risalire alla persona, potranno essere utilizzati per eventuali pubblicazioni scientifiche e/o convegni.

I costi di personale sanitario e del personale BenTec per le analisi o per la raccolta dati a domicilio non sono compresi nella quota associativa.

Preso visione del sito [si] [no]

Nome _____ Cognome _____

Data di nascita _____ Cellulare _____

Email _____

Data _____ Firma per esteso _____

Inviare il consenso informato compilato e firmato a : info@benesseretechnologie.org

Note:

Il biofeedback è un metodo d'intervento mediante il quale l'individuo impara a riconoscere, correggere e prevenire le alterazioni fisiologiche alla base di diverse condizioni patologiche (cefalea di tipo tensivo, l'emicrania, l'ipertensione essenziale, l'asma, l'ansia, ecc.) con conseguente loro riduzione o eliminazione.

Il biofeedback è un processo finalizzato all'apprendimento dell'autoregolazione, finalizzato al miglioramento della propria salute.