



# Biofeedback respiratorio BenTec (associazione no profit): dispositivo medico non invasivo classe I **CE**

Una metodologia da utilizzare, a regime, 2-3 volte la settimana (12 minuti al giorno), per:

- avere una nuova consapevolezza psico-fisica.
- ottenere nuovi equilibri posturali
- scoprire nuove performance
- aumentare la soglia del dolore
- avere un miglioramento della qualità di vita in modo progressivo
- gestire - diminuire - azzerare gli stati d'ansia.

Hanno validato la metodologia e la consigliano ai loro pazienti: fisiatri, pneumologi, neurologi, cardiologi, medici di base.

Gli esperti di discipline orientali dicono che porta alla consapevolezza e alla conoscenza del proprio respiro e del proprio corpo: **il soffio vitale**.

E' necessario fare una valutazione o un'autovalutazione (online). La valutazione può essere fatta in un centro convenzionato o a domicilio. I costi della valutazione sono variabili da 20 Euro a 150 Euro, quella online è gratuita (è necessario disporre degli strumenti sotto elencati).

Durante la valutazione, oltre alla prova e la formazione sulla metodologia, verranno fatte le seguenti valutazioni-analisi:

diaframma



–

saturazione - battiti cardiaci



pressione

arteriosa



spirometria



prima e dopo l'uso della metodologia.

La statistica ci dice che i risultati saranno (dopo 12 minuti):

saturazione (+4-5 punti percentuale); pressione a regime se dovuta a stati d'ansia; diminuzione del dolore del 20% se non c'è stato d'ansia, del 50-60% con stato d'ansia; sensazione di benessere e di relax; i parametri spirometrici migliorano tra il 13-45 %.

## Con l'uso:

- costante sensazione di benessere, dopo 3-4 giorni
- inizio diminuzione frequenza respiratoria 20-60 giorni
- inizio miglioramenti 15-40 giorni
- miglioramento elasticità del diaframma dopo 10 giorni.

### Modalità operative

Una volta fatta la valutazione o l'autovalutazione online viene creata una login personalizzata dove l'utente troverà i suoi esercizi che dovrà fare e il piano di lavoro.

L'utente verrà monitorato e contattato dal servizio di controllo qualità per verificare i dati e per verificare i miglioramenti.

Sul sito sono disponibili filmati che possono servire come promemoria e formazione all'uso.

Non serve nessun strumento basta un cellulare connesso a internet.

Per utilizzare la metodologia è necessario pagare la quota associativa a BenTec con bonifico bancario o carta di credito (vedi riferimento sul sito)

La dichiarazione di conformità è del 01 settembre 2019

La marcatura CE è stata fatta a marzo 2019

E' stato testato con più di 500 persone

E' stato integralmente sviluppato in Italia

Non ci sono controindicazioni sull'uso, si può smettere di utilizzarlo in qualsiasi momento.

Bisogna avere l'avvertenza di utilizzarlo in ambiente arieggiato

Per ottenere risultati bisogna rispettare il piano di lavoro.

## Per informazioni

[www.benesseretechnologie.org](http://www.benesseretechnologie.org) email: [info@benesseretechnologie.org](mailto:info@benesseretechnologie.org)

telefono 338 6320473



## STATISTICA

**Nello sport** (studi con medici dello sport CONI di Milano 2012-2014, varie discipline)

- miglioramento della prestazione: Agonisti dal 3 al 10%, Amatoriali 30%.
- riduzione dei battiti cardiaci durante la competizione del 18%
- riduzione dei tempi per la preparazione atletica del 30% (test tennis, calcio, tiro al piattello)
- diminuzione dell'acido lattico del 3-5% (test solo con agonisti, dopo un anno d'uso)

**Saturazione:** + 2-5 % persistenza variabile da soggetto a soggetto

**Pressione arteriosa:** a regime se dovuta a stati d'ansia

**VAS del dolore:** -15-20% senza stati d'ansia, - 50-60 % con stati d'ansia.

Spirometria alcuni utenti:

data	risultato (L/m)	Obiettivo (L/m)	%	FEV1 (L)	Sintomi/Note
21 gen 2021 11:37	485	381	127%	2.23	Rita dopo
21 gen 2021 10:49	472	471	100%	2.07	Rita prima
20 gen 2021 16:22	159	352	45%	1.6	Raffaella
20 gen 2021 16:10	139	352	39%	1.7	Raffaella
20 gen 2021 15:57	104	352	30%	1.5	Raffaella dopo
20 gen 2021 15:35	105	352	30%	1.35	Raffaella prima degli esercizi
23 gen 2021, 04:15:15	518	466	111%	3.29	Sto bene
23 gen 2021, 04:00:04	455	466	98%	2.78	Subito dopo esercizi mi sento leggermente affaticato per l'espiazione non ho più acidità
23 gen 2021, 03:34:25	418	466	90%	2.84	Prima
23 gen 2021, 03:08:05	421	466	90%	2.92	Tosse • Costrizione toracica • Bruciori di stomaco • Dopo fumo
24 gen 2021, 07:20:39	565	466	121%	3.49	Dopo 20 minuti
24 gen 2021, 06:37:48	491	466	105%	3.21	63 anni utente da anni Prima
25 gen 2021 19:20	295	436	68%	1.93	Michele dopo
25 gen 2021 18:52	214	436	49%	1.82	Affanno • Michele prima parkinson