

"Gracias a la tecnología del neurofeedback para entrenar el cerebro podemos potenciar nuestras habilidades y competencias" afirma Sydney Pinoy, experto en Neurofeedback y neuroliderazgo

Según el experto en Neurofeedback y Director de la clínica Neuros Center de Barcelona, Sydney Pinoy Peyronnet, "Gracias a la técnica del Neurofeedback podemos potenciar nuestras habilidades y competencias de todo tipo. El cerebro es un músculo y tenemos que entrenarlo"

En los últimos años la tendencia ha sido la de cuidar nuestro cuerpo gracias al deporte o las dietas. Ahora lo mismo debe suceder con el cerebro. "El Neurofeedback consiste en entrenar el cerebro, el cual se ha de cuidar cada vez más con la cantidad de informaciones que vamos procesando cada día –advierte- a causa de los avances de la sociedad para por ejemplo, prevenir la ansiedad, el estrés o los problemas de sueño".

Actualmente está creciendo el número de personas que la usan habitualmente, como, por ejemplo, los astronautas de la NASA, equipos de fútbol como el AC Milán o el Real Madrid y equipos olímpicos como los de Estados Unidos, Noruega y también militares de la Navy Seals, la marina norteamericana, y las fuerzas especiales de Australia.

Asimismo, marcas como Apple, Sony o Samsung invierten mucho en tecnología para que podamos entender mejor nuestras propias costumbres o hábitos. Si sabemos, por ejemplo, a qué velocidad va nuestro corazón podremos aprender a bajar o subir nuestro ritmo cardíaco conscientemente, a esto se le llama retroalimentación. "Podemos aprender de nosotros mismos ¡y esto es una revolución!" señala.

Un dato importante es que la retroalimentación es uno de los modelos más rápidos de aprendizaje, porque estamos viendo en tiempo real lo que está ocurriendo y así podemos rectificar si realizamos un error.

Hasta ahora ha resultado difícil poder tener un control sobre nuestra psyche o mente pero con un entrenamiento cerebral lo podemos lograr y esto es gracias al Neurofeedback.

Potenciar el cerebro ofrece la posibilidad de mejorar en áreas claves como el control del estrés en la toma de decisiones, la creatividad en la resolución de problemas y la empatía en el trabajo en equipo. Al mejorar nuestras habilidades podemos ser capaces de mejorar profesionalmente. El neuroliderazgo pone de relieve así la importancia que tiene conocer el funcionamiento del cerebro, lo cual es una realidad gracias al neurofeedback.

Sydney Pinoy fue uno de los ponentes destacados de la jornada “Innovando en Liderazgo: Nuevas tendencias en bienestar emocional en las organizaciones” organizada por Neurochange Lab! el pasado 4 de octubre en el Centro de Cultura Contemporánea (CCCB) de Barcelona. Neurochange Lab! es un proyecto social de educación emocional para líderes de organizaciones, que ayuda solidariamente a líderes sin recursos y representado por su Embajadora Institucional Lorena Rienzi, ingeniera y economista, Leader-Coach y autora del libro “Liderazgo Intuitivo”.

Más información:

www.neurocenter.com

Datos de contacto:

Nuria

Langreo

646904664

Nota de prensa publicada en: [Barcelona](#)

Categorías: [Sociedad](#) [Cataluña](#) [Medicina alternativa](#) [Recursos humanos](#) [Innovación](#) [Tecnológica](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>