

Et si vous piquiez une crise de calme ?

Oui, c'est possible grâce à BodySens, entreprise nîmoise, qui développe et commercialise des capteurs communicants au service de la vie.

Le STRESSERASER

Entrez en cohérence cardiaque...

Concrètement, on dit qu'on entre en cohérence cardiaque lorsque le rythme respiratoire et les battements du cœur s'harmonisent (aux alentours de 6 inspirations/expirations par minute) et que, par effet domino, les émotions s'apaisent.

Contrôler la cohérence cardiaque avec le StressEraser est une méthode scientifiquement démontrée pour réduire le stress.

L'état de cohérence cardiaque entraîne des bénéfices psychologiques et physiologiques importants :

En état de cohérence cardiaque, la surproduction de cortisol – l'hormone de stress – s'arrête, tandis que les taux de DHEA et d'immunoglobuline A (qui boostent les défenses immunitaires) augmentent.

STRESSERASER.



On s'auto-coache !!!

Glissez votre doigt dans ce petit boîtier : votre rythme cardiaque et sa variabilité (VRC) seront analysés, puis le StressEraser vous guidera pour entrer en cohérence cardiaque !

La technique est non invasive et la mesure très précise : le StressEraser vous proposera un rythme de respiration à suivre.

SIMPLE et EFFICACE !

Des études récentes le montrent :

- le StressEraser est efficace pour réduire l'insomnie, l'hypertension artérielle et l'anxiété.
- le StressEraser est un moyen cliniquement validé (USA) pour la mesure de la VFC (Variabilité de la Fréquence Cardiaque).