



Il Metodo Braña

Cromoriflessologia della colonna vertebrale

Cos'è e a cosa serve:

- **Etimologia:** dal secondo cognome dell'Ideatore Sergio Lopez-Braña
- **Tipologia:** tecnica manuale in continua evoluzione che si avvale dell'ausilio di asticcioline di vetro speciale Braña (con priorità di brevetto) incolori o colorate appositamente ideate e di guanti di cotone bianchi "ad personam" è garanzia di igiene oltre a permettere una migliore sensibilità e un aiuto nel massaggio muscolare che sempre accompagna ogni seduta Braña. Fondamentale è il programma di Neuromeri Braña (metameri) con l'invio di messaggi al Sistema Nervoso Centrale (S.N.C.) per il ripristino di un equilibrio di tipo motorio (muscolare, articolare), neurovegetativo (per l'apparato digerente, circolatorio, etc.) e psichico attraverso programmi (Neuromeri Braña) mirati secondo le specifiche necessità temporali.

- **Benefici:** scarico immediato delle tensioni accumulate di varia natura (per stress, motivi familiari, traumatici, e quant'altro) con rilassamento generale psicofisico e miglioramento posturale e del sonno già dalla prima seduta accompagnato da una maggior consapevolezza del proprio corpo.
- **Meccanismi d'azione:** qualsiasi disfunzione dell'organismo può essere vista come una scarsa trasmissione di segnali o messaggi tra le varie parti del corpo umano con il S.N.C. Mediante adeguate rotazioni delle asticcioline di vetro i messaggi vengono inviati al S.N.C. con programmi mirati. Se inavvertitamente l'Operatore Braña sbaglia il Neuromero Braña il messaggio non viene recepito e il risultato non c'è. Occorre la giusta password per accedere al programma del nostro corpo, altrimenti non accade nulla: gli interneuroni specializzati possono bloccare il passaggio di un segnale "non adeguato" e non si hanno risposte da parte dell'organismo (unico effetto collaterale riscontrabile se questo può essere definito tale). Una parte esclusivamente manuale completa il trattamento (muscolare/articolare) per il riequilibrio posturale accompagnato dalla Ginnastica Baricentrica Braña appropriata in funzione dell'età e delle necessità del soggetto).
- **Distinguo da altre discipline esistenti:** Si differenzia dalle altre tecniche perché invia messaggi al S.N.C. (input) per il riequilibrio con asticcioline di vetro Braña a cui segue la risposta (richiesta) da parte dell'organismo.

Origini e storia:

- **Data e fondatore:** 1980 Sergio Lopez-Braña
- **Origine:** sin dagli anni '70 l'ideatore del Metodo Sergio Lopez-Braña aveva approfondito varie tecniche dalla digitopressione all'agopuntura alla massofisioterapia, ma nessuna era in grado di rispondere a tutti i quesiti che si poneva. Giunse, attraverso l'approfondimento dell'anatomia e della fisiologia del corpo umano, ad avere una grande intuizione: far giungere un messaggio al Sistema Nervoso Centrale S.N.C. avviando un collegamento con la Periferia. Per ampliare la propria preparazione scientifica si iscrisse alla Facoltà di Biologia presso l'Università di Genova, che frequentò sino al 3°anno. Qualsiasi disfunzione dell'organismo può essere considerata come una scarsa trasmissione di segnali o messaggi tra le varie parti del corpo umano con il S.N.C. Dopo varie prove giunse all'impiego di vetro speciale quale mezzo ideale per un'adeguata trasmissione rapida e senza effetti collaterali. Ideate con forme e dimensioni diverse a seconda delle necessità operative da valenti artigiani del vetro, oggi sono nella quasi totalità colorate. Infatti anche il colore interviene come parte integrante nella trasmissione dei messaggi e i nuovi programmi si adeguano a ciò. Negli spazi fra le vertebre il midollo spinale è facilmente raggiungibile e molto ricettivo allo stimolo trasmesso dalla pressione e rotazione delle asticcioline di vetro. Il Metodo è privo di rischi, purché gli Operatori Braña si attengano scrupolosamente a quanto viene insegnato nei corsi: non toccare zone infiammate o dolenti, ma agire sempre a monte e valle di un problema. Iniziò con l'insegnamento dall'aspetto motorio ritrovandosi con un gruppo di amici provenienti da diverse realtà nel settore "massaggi" per spiegare loro l'inserzione e l'origine dei muscoli e come poterli decontrarre secondo modalità manuali "nuove". Iniziò quindi un percorso di ricerca per sviluppare una tecnica per stimolare i Neuromeri, parti specifiche del midollo spinale (metameri), in contemporanea alle zone del corpo da trattare e per fare ciò capì che doveva "fare un collegamento". Successivamente comprese che le mani non permettevano di essere precisi su determinati punti di lavoro che aveva scoperto ed allora decise di farsi costruire apposite asticcioline di vetro speciale che avessero caratteristiche adeguate alle necessità del momento con forma e dimensioni particolari. Capì poi che la parte motoria dissociata dal Sistema Nervoso non poteva portare ai risultati ed approfondì prima il Sistema Nervoso Autonomo e successivamente il Sistema Nervoso Centrale. Continua a mantenersi aggiornato seguendo le varie scoperte nel mondo scientifico

(biologia, fisiologia, farmacologia, etc.) perché il Metodo Braña possa essere sempre all'avanguardia e rispondere alle esigenze e le problematiche della società contemporanea.

- **Effetti e Benefici:** riequilibrio posturale, miglioramento del sonno, migliore concentrazione, migliore funzionalità dell'apparato digerente e miglioramento estetico del soggetto.
- **A chi è consigliata:** è consigliata a tutti, compresa la donna in gravidanza.
- **A chi è sconsigliata:** a nessuno

Praticata con l'ausilio esclusivo dei prodotti naturali émeìa (Chémeìa srl) ideati a supporto del Metodo Braña per i trattamenti e consigliati per il mantenimento dei risultati che man mano si ottengono nel corso delle sedute.

- **Età consigliata:** a qualsiasi età da zero a ...cent'anni e più.
- **Età minima per cominciare:** dai primi mesi di vita del neonato. I bambini sono molto sensibili per cui sono sufficienti 10 min. di scarico con le asticcioline di vetro Braña.
- **Età a cui si può sempre praticare:** ad ogni età.
- Per i bambini può essere d'ausilio per una crescita armonica psicofisica, negli sportivi per migliorare il rendimento muscolare, per gli anziani di supporto per il mantenimento di un buon stato di salute, per coloro che svolgono una vita stressante per convivere al meglio con la propria realtà, per gli studenti per concentrarsi meglio nello studio, per gli adolescenti per superare meglio eventuali difficoltà legate al particolare periodo evolutivo.
- **Tempo di pratica per godere dei benefici:**
- **Durata minima di un ciclo:** di prassi un ciclo di 6 sedute, che l'Operatore Braña, in base ai risultati che sta ottenendo, valuterà.
- **Periodicità:** consigliato la prima volta almeno 2 volte la settimana, successivamente una volta a settimana.
- Di solito dopo circa 6 mesi è sufficiente un richiamo di 1 o 2 sedute per il buon mantenimento dello stato psicofisico, salvo complicanze sopraggiunte (influenza, intervento chirurgico, etc).
- **L'incontro con l'Operatore Braña:** trattamento individuale con indagine conoscitiva da parte dell'Operatore Braña che valuterà la tipologia di programma ad hoc con i Neuromeri Braña personalizzati.
- L'incontro si svolge in studio su un lettino dove la persona sdraiata viene trattata.

Fasi dell'incontro:

- **I° fase distensiva:** dopo un colloquio iniziale la persona, distesa sul lettino, riceve dall'Operatore Braña l'applicazione dei prodotti specifici émeìa, quindi viene rilassata con le asticcioline di vetro Braña che vengono fatte ruotare su tutto il corpo insistendo sulle zone sulle quali l'Operatore Braña può percepire blocchi energetici, tensioni, contratture muscolari.
- **II° fase programmazione personalizzata:** L'Operatore Braña segna accuratamente le vertebre per non sbagliare i punti di lavoro e passa alla programmazione personalizzata mediante i Neuromeri Braña.
- **III° fase manuale:** L'Operatore Braña svolge la parte manuale vera e propria con un massaggio base o muscolare specifico che viene effettuato in modo attivo mediante uno schema incrociato Braña per ripristinare l'equilibrio posturale e si accompagna ad una Ginnastica Baricentrica Braña diaframmatica attiva.
- **IV° fase massaggio di completamento:** Un massaggio manuale generale riattivante/tonificante completa il trattamento. Per un migliore risultato è consigliato almeno

un quarto d'ora di riposo prima di tornare alla vita quotidiana per poter ricevere il massimo dei benefici del trattamento, anche se non è un requisito indispensabile.

- **Requisiti formativi per un Operatore Braña professionale:** L' Operatore Braña viene preparato esclusivamente attraverso i corsi teorico/pratici organizzati dalla Chemeia srl presso l'West Garda Hotel di Padenghe sul Garda (BS) tenuti da Sergio Lopez-Braña (ideatore del Metodo) e sua figlia Barbara Lopez Braña.

I corsi Metodo Braña sono:

- Corsi base annuali di formazione per diventare **Operatori Braña**; successivamente chi desidera può accedere ai Corsi di avanzamento
- Corsi di avanzamento annuali per essere sempre aggiornati sulla Metodologia alla luce delle varie scoperte nel mondo in campo scientifico
- giornate a tema (generalmente 2 gg) a cui possono accedere tutti coloro che vogliono avere un primo approccio al **Metodo Braña** o vogliono approfondire un argomento specifico.

Ogni incontro comprende il mattino teoria/ dimostrazione pratica e pomeriggio pratica individuale che permette a ciascun allievo di acquisire immediatamente la tecnica manuale e di metterlo nella condizione di poterla mettere in pratica nel proprio ambito.

- **Come scegliere il tuo Operatore Braña:** L' Operatori Braña raggiunge nel corso degli anni una preparazione pseudouniversitaria che gli permette di affrontare, nel proprio settore di competenza, con un elevato grado di preparazione pratica e teoria, le problematiche che incontra quotidianamente sia esso estetista, fisioterapista, infermiere, massaggiatore, massaggiatore sportivo, massofisioterapista, medico termale, medico generico, naturopata, osteopata, personal training , etc.
- **Personaggi importanti che praticano o hanno praticato la disciplina:** numerosi, ma Samuel Pelliccioli è fra le persone che nel corso degli anni si sono sottoposte e/o si sottopongono al Metodo Braña che più di ogni altra desideriamo ricordare. Suo padre, il dott. Stefano Pelliccioli, per aiutarlo, da anni segue i nostri corsi di avanzamento.
- **Diffusione della disciplina e tendenze in Italia e nel mondo:** i corsi sono limitati ed a numero chiuso per permettere agli allievi di essere adeguatamente e scrupolosamente seguiti nel proprio percorso conoscitivo.

Grandi manifestazioni e principali eventi : vedere news e corsi in sito www.chemeia.it

- -corso di avanzato annuale per Operatori Braña dal gennaio a dicembre
- -corso di formazione o Stage annuali per Operatori Braña a numero chiuso
- -corsi tematici di 1 o 2 giornate nell'arco dell'anno (MiniStage).