

# BENEFICIOS Y RESULTADOS BIODINAMICA CRANEOSACRAL

Un estudio internacional con 237 participantes saca a la luz los beneficios de la **biodinámica craneosacral**

\*Los participantes recibieron un mínimo de 5 a 10 sesiones



**75%**  
Si - mejoró significativamente



¿Mejoró tu problema específico?



**91%**  
Si - mejoró significativamente



¿Mejoró tu salud en general?



**89%**  
Si - mejoró significativamente





¿Sientes que gracias a BCS tienes mayor conciencia corporal y de tus sensaciones y sentimientos?

## Como actúa la Biodinámica Craneosacral en 8 puntos:

- ✓ Aumenta la vitalidad y mejora la gestión del estrés
- ✓ Ayuda a sintonizar las habilidades de consciencia sensorial
- ✓ Facilita la auto sanación a un nivel energético y de fluidos
- ✓ Facilita la auto regulación fisiológica y emocional
- ✓ Aumenta la concentración y la conciencia sin juicio
- ✓ Orienta hacia la quietud y la expansión en la dinámica del sufrimiento
- ✓ Conecta con la matriz original de la salud intrínseca, presente en la naturaleza
- ✓ Ayuda a desarrollar una conexión consciente hacia los recursos internos y externos



Una versión completa del estudio y de los resultados están disponibles en:

 [www.centro-craniosacrale.it](http://www.centro-craniosacrale.it)  
 [www.craneosacral.cl](http://www.craneosacral.cl)

★ **94%**

Reporta que recibir sesiones de *biodinámica craneosacral* ha mejorado su habilidad para **gestionar el estrés**

 **218**

de los 237 entrevistados reportan que la práctica de la BCS ha mejorado su **relación** con su problema

★ **96%**

Reporta que recibir sesiones de *biodinámica craneosacral* ha mejorado su sensación de **tensión general**

 **215**

de los 237 entrevistados reportan que la práctica de la BCS ha influido positivamente para su **crecimiento personal**



\*\*Esta entrevista aporta los resultados de un sondeo y no constituye un estudio formal sobre la eficacia de la Biodinámica Craneosacral. La biodinámica no pretende substituir diagnósticos o terapias médico-sanitarias, dado que opera únicamente para promover la sensación de bienestar y el aumento de la vitalidad.



# **BENEFICIOS DE LA TERAPIA BIODINAMICA CRANEOSACRAL**

## **Resultados de estudios de caso de clientes internacional**

Autor Paolo B. Casartelli

Data Analysis Annamaria Grandis

Coordinado por el Centro Biodinamica Craniosacrale C.B.C.

Traducido al español por el Instituto de Biodinámica Craneosacral de Chile IBCC

### **Introducción**

En el año 2013 organizamos un estudio para evaluar la eficacia de los tratamientos de Biodinámica Craneosacral a lo largo de un gran grupo de clientes y estudiantes. Estábamos interesados en recibir el feedback en relación a la eficacia así como a los efectos sobre el estrés, el crecimiento personal, la salud en general y el bienestar. Se llevaron a cabo 237 entrevistas, a lo largo de un período de 6 meses, con personas que habían recibido un mínimo de 5 sesiones de terapia biodinámica craneosacral.

La terapia biodinámica craneosacral (TBC) está creciendo y evolucionando rápidamente como un campo de trabajo. Uno de sus beneficios principales es mejorar el bienestar holístico de los clientes. A lo largo de los años, la práctica biodinámica ha dado un cambio radical en sus metodologías desde la osteopatía biomecánica tradicional y el modelo craneosacral hacia una práctica donde se enfatiza en la cualidad del campo relacional, la atención plena, la quietud, la compasión y en especial, una conciencia en el contacto. A través de la aplicación creativa de los principios de tratamiento biodinámico, se obtienen resultados positivos considerando la sensación de bienestar percibida por el cliente y su capacidad para auto-regularse, tanto física como emocionalmente.

La intención de nuestro estudio fue explorar ampliamente la percepción de los clientes de los beneficios de las sesiones de TBC. En particular, estábamos interesados en supervisar su habilidad percibida para lidiar con el estrés, su percepción de la alegría de la vida, el nivel de reducción del estrés, el aumento de la atención corporal y la conciencia de las sensaciones, así como los efectos en general sobre sus mayores problemas de salud.

Nuestro estudio consistía en una simple entrevista informal, y como tal no posee el carácter de un estudio científico.

Sin embargo, el estudio aportó una muestra representativa de sujetos y abrió una ventana hacia la percepción pública de la Terapia Biodinámica Craneosacral. En este informe vamos a resumir y discutir nuestros hallazgos más relevantes.

Los datos recogidos en el estudio pueden encontrarse en nuestra página web ([www.centro-craniosacrale.it](http://www.centro-craniosacrale.it)) o contactándonos.

## **Conclusiones**

Este estudio, a pesar de los límites que su forma tiene, ha revelado algunas tendencias significativas en nuestro campo y nos ha dado algunos indicadores positivos sorprendentes. La gente que recibe terapia biodinámica craneosacral, disfrutan de diversos efectos beneficiosos. Tienen un mejor sentido de bienestar, sienten menos estrés y perciben que su estado de salud está mejorando. Queremos enfatizar que la cualidad de la presencia terapéutica, la quietud, la resonancia empática del campo relacional, y la práctica de la atención plena sobre lo que se basa el proceso biodinámico, juegan un rol importante en el resultado del tratamiento. Más información sobre la práctica y la metodología pueden ser encontrados en nuestro póster y en el libro *"Biodinamica Craniosacrale in 12 Passi"*.

Sugerimos que investigaciones futuras lleven a profundizar en la comprensión de los temas que han surgido de este estudio. Los resultados justifican un esfuerzo continuo por cuantificar la motivación del cliente la cual es claramente holística y encontrar más detalles acerca de la cualidad y satisfacción de los resultados. La Terapia Biodinámica Craneosacral es en su núcleo una práctica de atención plena llevada a cabo por dos personas. Se debería realizar investigación e inversión para entender cómo la conciencia de la quietud y de la percepción de la Respiración Primaria – mientras se está en relación y en un contacto físico- influencia específicamente nuestra función del sistema nervioso, nuestro sistema cardiovascular y en general nuestra fisiología y metabolismo.