



¿Qué son las Barras de Access®? Investigación y otras informaciones

Las Barras de Access® son un conjunto de 32 puntos en la cabeza que, cuando se tocan ligeramente, estimulan un cambio positivo en el cerebro y desfragmentan los componentes electromagnéticos del estrés, el pensamiento y las emociones. Esta técnica suave y no invasiva trabaja en la liberación de los bloqueos físicos y mentales almacenados en el cuerpo y ayuda a favorecer una mayor facilidad en las diferentes áreas de la vida. Una sesión de las Barras de Access® puede ayudar de la siguiente manera:

- Mayor claridad mental
- Motivación
- Aumento significativo de la alegría y la felicidad
- Relajación más profunda
- Insomnio
- Ansiedad y depresión
- Salud y control de peso
- Estrés y agobio
- Migrañas
- Ataques de pánico
- TOC

NUEVAS INVESTIGACIONES CIENTÍFICAS

La investigación científica de la Dra. Terrie Hope (PhD, DNM, CFMW) publicada en el *Journal of Energy Psychology: Theory, Research, and Treatment* en noviembre de 2017 ha revelado que los resultados de una sesión de 90 minutos de las Barras de Access® supusieron una disminución significativa en la gravedad de la depresión y la ansiedad.

A partir de los resultados de cuatro cuestionarios estandarizados científicamente válidos y a través de la medición de patrones de ondas cerebrales utilizando mapas cerebrales, (EEGC), la Dra. Hope descubrió en su estudio que las Barras de Access® redujeron la gravedad de los síntomas de ansiedad en un 84,7 % (promedio). Los participantes tuvieron una reducción en la severidad de los síntomas de depresión de 82,7 % (promedio).

Los resultados de las mediciones de ondas cerebrales antes y después de las Barras de Access® mostraron un aumento en la coherencia cerebral en todos los participantes, indicando un cambio hacia un estado normal después de la sesión. La coherencia de las ondas cerebrales está asociada con la comunicación entre las regiones cerebrales, y los investigadores han averiguado que la

coherencia óptima del cerebro está correlacionada con muchos aspectos tales como la inteligencia, la capacidad de aprendizaje, el estado de alerta, el tiempo de reacción y la creatividad. Las disminuciones significativas en la gravedad mostradas en esta investigación sugieren que las Barras de Access[®] pueden ser efectivas como tratamiento para la ansiedad y la depresión. La Dra. Hope tiene prevista una investigación más extensa en un futuro cercano.

Para más información sobre esta investigación y el artículo completo publicado en el *Journal of Energy Psychology: Theory, Research, and Treatment*, 9(2), 26–38. November 2017 - doi:10.9769/EPJ.2017.9.2.TH, consulte:

<https://energypsychologyjournal.org/abstracts/abstracts-volume-9-number-2-november-2017/effects-access-bars-anxiety-depression-pilot-study/>

INVESTIGACIÓN ADICIONAL

La investigación de 2015 efectuada por el destacado neurocientífico, Dr. Jeffrey Fannin et al, con 60 participantes, examinó los efectos neurológicos de las Barras de Access[®]. Al medir las ondas cerebrales en las personas antes y después de una sesión de barras, esta investigación reveló efectos similares sobre la coherencia cerebral, donde 85 % de los participantes indicaron un aumento en la coherencia. Además, descubrió que las Barras de Access[®] tienen un efecto neurológico positivo en el receptor, similar a los experimentados por los meditadores avanzados, y producen estos resultados inmediatamente.

El libro blanco oficial de esta investigación puede consultarse AQUÍ:

<https://accessconsciousness.app.box.com/s/i8m1i1fwq7or82j38dzfbfol7cv0aeyj>

Haga clic a continuación para ver cómo el Dr. Fannin muestra lo que ocurre en el cerebro durante una sesión de barras: <https://www.youtube.com/watch?v=DgGbFRjqQPk>

MÁS INFORMACIÓN SOBRE LAS BARRAS DE ACCESS[®]

Una sesión de barras suele durar de 60 a 90 minutos y es un proceso que se puede llevar a cabo como una experiencia única, o de forma mensual, semanal o diaria. **Actualmente se utiliza en prisiones, empresas y escuelas de todo el mundo para facilitar una mayor salud y bienestar.** Los efectos de las Barras de Access[®] son individuales para cada persona y difieren de sesión en sesión. Sin embargo, además de mejorar la salud física, los receptores han reportado una mayor consciencia intuitiva, más gratitud, amabilidad, paz y calma, y una comunicación más fácil.

Gary Douglas, fundador de Access Consciousness[®], llevó a cabo la primera sesión de las Barras de Access[®] hace más de 25 años. Desde entonces, se ha expandido a 173 países y cuenta con más de 5000 facilitadores capacitados de las Barras de Access[®] en todo el mundo. Más información en www.accessconsciousness.com/bars



ACCESS
CONSCIOUSNESS®
Empowering people to know that they know®