

**A MENTE E CORPO V – dal 5 al 7 Giugno**

**POTRAI SCOPRIRE E PROVARE GRATUITAMENTE**

**“ SEENTO ”**

*l’innovativo lettino per la **stimolazione multisensoriale integrata***

**SEENTO** è un innovativo lettino realizzato da **INNERSEE** - giovane *start-up* dell’Incubatore del Politecnico di Torino - in grado di eseguire **protocolli di stimolazione multisensoriale integrata**: sequenze di stimoli, studiate in collaborazione con i ricercatori del *Centro di Scienza Cognitiva* dell’Università di Torino, basate su metodiche di stimolazione sensoriale che la letteratura scientifica indica come efficaci nel favorire stati psicofisiologici correlati ad un maggior grado di benessere psicofisico soggettivo.



*SEENTO* integra:

- ✓ **un sistema di stimolazione visiva** (*proiezione video ad alta risoluzione e impulsi LED “Photic”*)
- ✓ **un sistema audio 3D immersivo**
- ✓ **un sistema di vibrazione tattile**
- ✓ **un sistema olfattivo aromacologico**

Grazie a una **tecnologia brevettata**, SEENTO genera e sincronizza **molteplici stimolazioni sensoriali**, quali:

- ❖ Video ad alta risoluzione di **scenari naturali**, selezionati in accordo con gli studi sulle qualità ristorative degli ambienti naturali, accompagnati da **effetti sonori ambientali tridimensionali** registrati in olofonia, per generare un'**esperienza immersiva**.
- ❖ Stimoli uditivi con *“battimenti binaurali”*: effetti acustico-percettivi, generati dall'accostamento di specifiche frequenze sonore, che favoriscono la modulazione neurofisiologica sfruttando il principio del *“Brainwave Entrainment”* – la naturale tendenza del cervello a sincronizzare la propria attivazione in accordo con la stimolazione sensoriale esterna.
- ❖ **Stimolazione visiva “photic”** con impulsi luminosi ritmici emessi da LED colorati, anch'essi programmati secondo la logica del *Brain Entrainment* e **sincronizzati** con le frequenze sonore.
- ❖ **Stimolazione tattile** generata da dispositivi integrati nella struttura del lettino, in grado di produrre una sensazione di onda vibrazionale che percorre il corpo dell'utente, o di potenziare l'effetto dei vari stimoli uditivi accostandovi la componente vibrazionale, avvertibile a livello corporeo.
- ❖ **Essenze olfattive** selezionate in accordo con i principi dell'*aromacologia* e con l'obiettivo del percorso sensoriale selezionato.



Tutto questo avviene nel massimo comfort e naturalezza: **l'utente non indossa alcun dispositivo**, e può muoversi in completa libertà, grazie a stimoli generati direttamente dalle tecnologie integrate in *SEENTO*.

L'esperienza offerta da *SEENTO* è infine completata dal comfort offerto dalla seduta, composta da **materassini ad acqua o gel riscaldati**, e dalle molteplici sfumature di colore, generate dal **sistema di illuminazione cromatica**, che si diffondono attraverso i cuscini della seduta.

## **SEENTO e PSICOTERAPIA**

*SEENTO* può diventare uno **strumento aggiuntivo** appannaggio dello psicoterapeuta e costituire un **supporto multifunzionale** per la pratica clinica.

Anche il terapeuta che non utilizza abitualmente lettini o chaise-longue nel proprio *setting*, potrà utilizzare *SEENTO*:

- ❖ **PRIMA DI UNA SEDUTA:** come “preparazione” alla successiva ora di lavoro insieme, per aiutare il paziente a raggiungere uno stato psicofisico favorevole alla seduta e all’esplorazione delle emozioni. All’arrivo in studio, il paziente avrà quindi a disposizione uno strumento in grado di accompagnarlo autonomamente verso un maggior grado di rilassatezza psicofisica, al fine di ridurre l’influenza negativa dello stress quotidiano sull’ora di psicoterapia e favorire il più possibile un clima relazionale disteso e cooperativo, sin dai primi minuti.
- ❖ **DURANTE UNA SEDUTA:** come affiancamento alle tecniche di stimolazione sensoriale che vengono adottate, ad esempio, a seguito di un picco di *arousal* fisiologico in caso di sintomatologia ansiosa o di episodi di *numbing* in caso di sintomatologia dissociativa (depersonalizzazione / derealizzazione), continuando a mantenere lo stato di relazione con il paziente. Gli stimoli sensoriali generati da *SEENTO* possono infatti trovare impiego durante l’applicazione di tecniche quali quelle di “*grounding*”, di rilassamento muscolare progressivo, nonché per la somministrazione di stimolazioni sensoriali bilaterali alternate tipiche delle procedure EMDR (tapping tattile, stimoli target per movimenti oculari ecc.). In generale, *SEENTO* è uno strumento polivalente che può adattarsi alle esigenze e alla creatività applicativa del singolo terapeuta.
- ❖ **AL TERMINE DELLA SEDUTA / DOPO UNA SEDUTA:** come aiuto nei casi in cui l’ora di terapia termini in un momento di elevata attivazione emotiva del paziente, che necessita di essere mitigata prima dell’uscita dallo studio del terapeuta; come attività ulteriore offerta al paziente, che si configuri come uno spazio autonomo dedicato alla riflessione su quanto emerso dal lavoro svolto insieme nell’ora appena conclusasi; come semplice strumento di relax prima del ritorno al “mondo esterno” e alla quotidianità.

*SEENTO* può inoltre rappresentare uno strumento di relax **anche per il terapeuta**, per recuperare energie al termine delle sedute più faticose, o come aiuto al raggiungimento di un maggior grado di tranquillità e concentrazione prima dell’inizio dei colloqui.

## Protocolli di stimolazione multisensoriale già disponibili per SEENTO:

### Protocolli **RILASSANTI**

Set di stimoli specificatamente selezionati, in accordo con la letteratura scientifica, al fine di **promuovere un effetto di riduzione dello stress e dell'ansia di stato**, e di **diminuire l'arousal** fisiologico dell'utente quando si sente iper-attivato.

Gli stimoli comprendono:

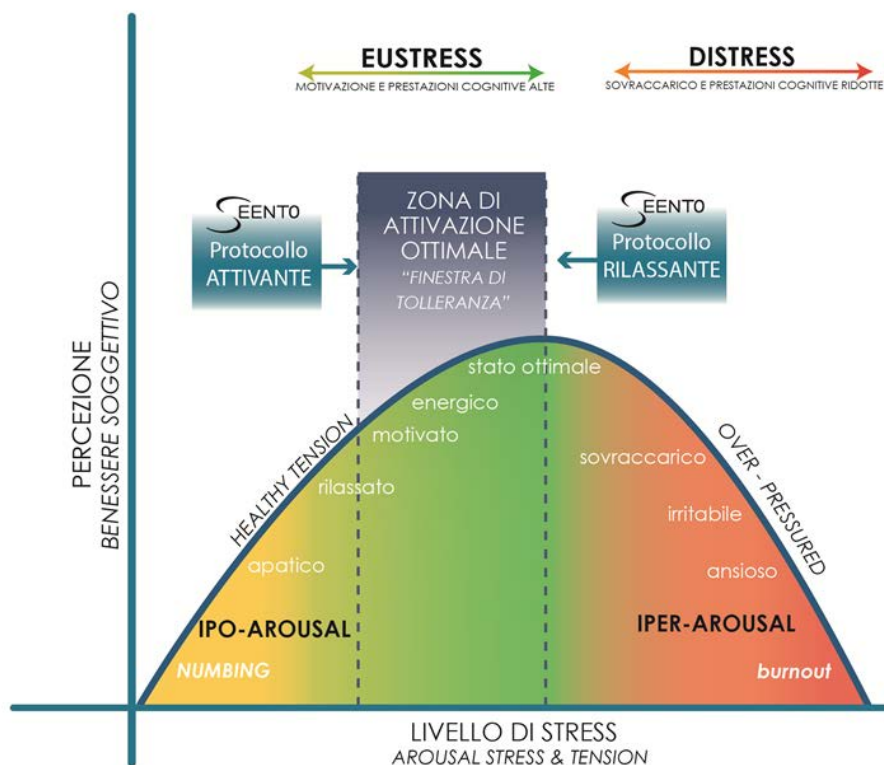
- ❖ **scenari naturali più statici** e caratterizzati da basso grado di movimentazione, in grado di generare uno stato di rilassamento, secondo gli studi sulle proprietà ristorative degli ambienti naturali
- ❖ **frequenze *brain-entrainment* uditive e visive sincronizzate di 10 Hertz**, atte a favorire un aumento di onde cerebrali "*alfa*", tradizionalmente associate agli stati di rilassamento
- ❖ **essenze olfattive** indicate come rilassanti negli studi aromacologici

### Protocolli **ATTIVANTI**

Set di stimoli coerentemente pensati per **promuovere un effetto di attivazione fisiologica** in caso di *ipo-arousal*, o per contrastare stati di affaticamento e sensazione di "fiacchezza" nel paziente.

Gli stimoli comprendono:

- ❖ **scenari naturali più dinamici**, con un più elevato grado di movimentazione, per elicitare l'attenzione selettiva spontanea secondo gli studi sulle proprietà ristorative degli ambienti naturali
- ❖ **frequenze *brain-entrainment* uditive e visive sincronizzate di 20 Hertz**, atte a favorire un aumento di onde cerebrali "*beta*", tradizionalmente associate agli stati di attivazione e *task-engagement*
- ❖ **essenze olfattive** indicate come attivanti negli studi aromacologici



## *Protocolli per il lavoro dello Psicoterapeuta*

**INNERSEE** sta attualmente sviluppando l'integrazione in *SEENTO* di *innovazioni specifiche per il lavoro dello psicoterapeuta*, che verranno rese disponibili nel corso dei prossimi mesi, quali:

- ❖ **Stimolazioni bilaterali alternate**, sia **visive** che **tattili**, utilizzabili durante l'impiego di procedure EMDR eseguite dal terapeuta, quali "stimoli target" per i movimenti oculari del paziente o come alternativa al *tapping* tattile eseguito manualmente dal clinico. Tali stimolazioni possono anche essere utilizzate come semplice metodica di stimolazione sensoriale "stand-alone", efficace nella riduzione dello stress. Le stimolazioni visive e tattili potranno essere sincronizzate fra loro ed eseguite contemporaneamente, per ottenere un effetto più consistente.
- ❖ **Integrazione di sistemi di biofeedback**, quali sensori di respirazione o di frequenza cardiaca (anch'essi non invasivi e impercettibili all'utente), in grado di consentire a *SEENTO* di modificare in tempo reale la stimolazione generata, sulla base dei dati biometrici dell'utente, al fine di massimizzarne l'effetto psicofisico. Tali tecnologie potranno altresì fornire all'utente informazioni sul proprio stato psicofisiologico in tempo reale, utili durante pratiche come esercizi di respirazione, meditazione di consapevolezza, esercizi *sensory-motor* ecc.
- ❖ Protocolli di *rilassamento muscolare progressivo* e procedure di *body-scan* tramite **voce-guida**, a scelta riproducibili in contemporanea con la riproduzione degli scenari naturali immersivi.
- ❖ Riproduzione di tracce audio e registrazioni **musicali** selezionate in accordo con i principi della musicoterapia, a scelta sincronizzate con la stimolazione vibrazionale tattile.

## **INNERSEE e gli PSICOTERAPEUTI**

SEENTO è progettato come una piattaforma tecnologica **creativa e in continua evoluzione**: INNERSEE intende sfruttare la propria tecnologia innovativa realizzando sempre nuovi *PLUG-INS* aggiuntivi scaricabili dall'utente. Questi nuovi protocolli di stimolazione multisensoriale potranno riguardare ambiti tematici specifici o aree applicative di potenziale interesse per i professionisti che operano nell'ambito del benessere psicofisico dell'individuo.

Per questo, INNERSEE desidera **instaurare un dialogo aperto con gli psicoterapeuti** interessati a SEENTO, di modo da poter realizzare, in stretta collaborazione con i professionisti stessi, prodotti e soluzioni che possano risultare di concreto interesse e di reale supporto nella pratica professionale<sup>1</sup>. Potete comunicarci sin d'ora le vostre impressioni, le vostre curiosità sulle basi teorico-scientifiche del funzionamento dei protocolli di stimolazione o i vostri "desiderata" sulle capacità future di SEENTO rivolgendovi a: [info@innersee.it](mailto:info@innersee.it)

### **DESIDERI PROVARE SEENTO GRATUITAMENTE ?**

**Al convegno S.I.T.C.C. " MENTE e CORPO V "**

presso l'Aula Magna della **Cavallerizza Reale** di Torino

**dal 5 al 7 Giugno 2015**

Lo staff di **INNERSEE** sarà lieto di accogliervi e illustrarvi le funzionalità di **SEENTO**, rispondere alle vostre curiosità e farvi **sperimentare in prima persona** i protocolli di stimolazione multisensoriale

<sup>1</sup> Oltre a basare le proprie innovazioni tecnologiche su principi e metodiche la cui efficacia nel diminuire stress percepito e ansia di stato è già stata comprovata da studi pubblicati in *journals peer-reviewed*, INNERSEE si impegna a testare e migliorare l'utilità dei propri prodotti attraverso la collaborazione con ricercatori nell'ambito delle neuroscienze cognitive e della psicologia clinica.

Un primo studio pilota svolto dal Dipartimento di Psicologia dell'Università di Torino ha già messo in luce la capacità dei protocolli Rilassanti e Attivanti di SEENTO di modulare l'attivazione psicofisica dei soggetti testati nelle due direzioni opposte attese (la misurazione effettuata comprendeva, oltre a strumenti *self-report* – quali lo *State-Trait Anxiety Inventory*-, anche indici fisiologici oggettivi quali variazione di frequenza cardiaca e attività elettrodermica).

L'inizio di un nuovo studio di efficacia con gruppo di controllo è previsto per l'estate del 2015.