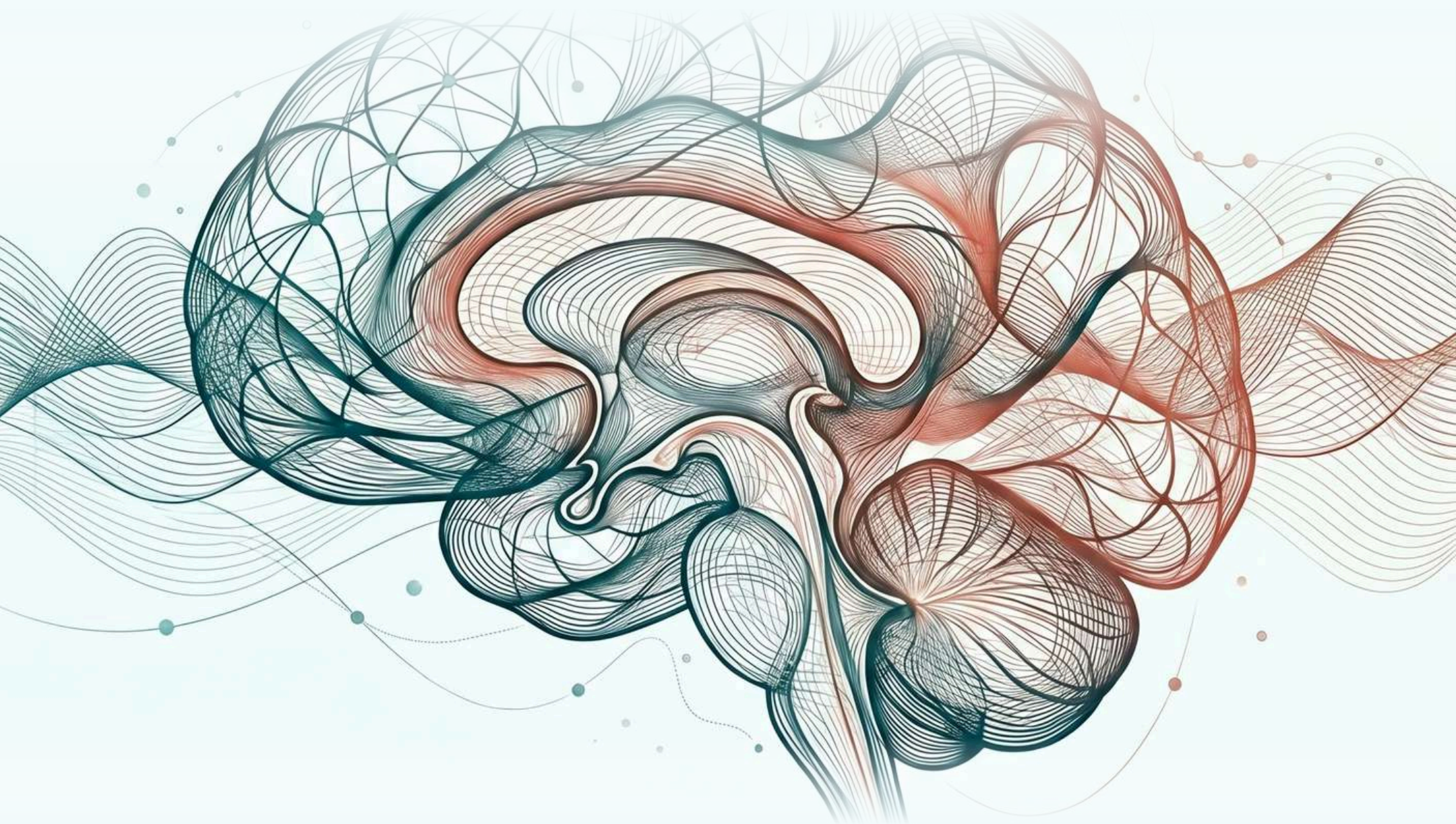



NEUROPSYQUE®

CEREBRO SANO,
VIDA SANA

MAPEO qEEG Y NEUROFEEDBACK: ¿QUÉ SON? / PREGUNTAS FRECUENTES



 Rua Dr. Bastos Gonçalves, 5B R/C, 1600-898, Lisboa

 +351 928 240 865

 info@neuropsiquiatria.pt

ÍNDICE

1	¿QUÉ ES EL MAPEO QEEG?	03
	↳ ¿QUÉ EVALÚA?	
	↳ ¿CÓMO FUNCIONA?	
	↳ ¿EN QUÉ CASOS ES NECESARIO?	
	↳ INFORMACIÓN RELEVANTE	
2	¿QUÉ ES EL NEUROFEEDBACK?	05
	↳ ¿QUÉ ENTRENA?	
	↳ ¿CÓMO FUNCIONA?	
	↳ ¿EN QUÉ CASOS SE APLICA?	
	↳ INFORMACIÓN RELEVANTE	
3	RESULTADOS ESPERADOS - NEUROFEEDBACK	07
4	PROCESO TERAPÉUTICO - NEUROFEEDBACK	08
5	PREGUNTAS FRECUENTES	10

1

¿QUÉ ES EL MAPEO QEEG?

El qEEG (Electroencefalograma Cuantitativo) es un examen que mide la actividad eléctrica de las distintas áreas del cerebro. Proporciona una "cartografía funcional", comparando los resultados con valores de referencia, ayudando así a comprender los patrones de funcionamiento cerebral y su reflejo en el comportamiento, las dificultades reportadas, y los síntomas presentados.



1. QUÉ EVALÚA

Patrones de funcionamiento neurofisiológico, captados en toda la estructura cerebral en forma de actividad eléctrica. Mide diferentes tipos de ondas cerebrales, permitiendo detectar anomalías y trazar futuras intervenciones.



2. CÓMO FUNCIONA

Se colocan pequeños electrodos en el cuero cabelludo y el examen dura unos minutos. Los datos son analizados posteriormente por software especializado e interpretados por nuestros profesionales.



3. EN QUÉ CASOS ES NECESARIO

En NeuroPsyque, el qEEG se utiliza como medio complementario de diagnóstico, apoyando la evaluación clínica de síntomas de todo el espectro de la neuropsiquiatría, y también en el ámbito de los programas terapéuticos de Neurofeedback.

3

QEEG - INFORMACIÓN RELEVANTE -



¿PUEDO AGENDAR UN QEEG DIRECTAMENTE SIN CONSULTA MÉDICA PREVIA?

El qEEG debe integrarse siempre en una evaluación clínica. Si desea realizar el examen de forma independiente, con prescripción médica, es posible hacerlo.

¿EL QEEG PUEDE "VER" EL CEREBRO?



QEEG

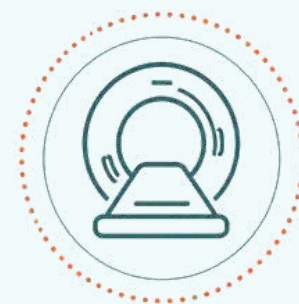
Mide la actividad eléctrica cerebral y ayuda a comprender cómo está funcionando el cerebro.

VS

¿CUÁL ES LA DIFERENCIA CON UNA RESONANCIA MAGNÉTICA?

R. MAGNÉTICA

Muestra la estructura y la anatomía cerebral. Son exámenes diferentes y complementarios.



¿ES SEGURO EL QEEG? ¿PROVOCA DOLOR? ¿TIENE EFECTOS SECUNDARIOS?



Totalmente seguro. Es un examen no invasivo e indoloro que raramente presenta efectos secundarios.

¿NECESITO ALGUNA PREPARACIÓN ANTES DEL EXAMEN?



Se recomienda acudir con el cabello limpio y seco, sin gel ni aceites. Podrán darse indicaciones específicas sobre el sueño, la cafeína o la medicación.



¿ES EL QEEG SUFICIENTE PARA DEFINIR UN TRATAMIENTO?

No. El qEEG es una herramienta de diagnóstico complementaria. Los resultados deben interpretarse junto con la historia clínica y los síntomas, en una evaluación realizada por un profesional especializado.

2

¿QUÉ ES EL NEUROFEEDBACK?

El Neurofeedback es una neuroterapia que permite observar la actividad cerebral y actuar sobre el comportamiento en tiempo real. El paciente recibe estímulos visuales o auditivos que refuerzan patrones cerebrales saludables y desincentivan los patrones disfuncionales. Funciona como un "gimnasio para el cerebro", entrenándolo para autorregularse.



1. O QUE TREINA

El Neurofeedback entrena al cerebro a autorregular patrones neurofisiológicos relacionados con la atención, la activación, la relajación y la estabilización emocional. El objetivo es un funcionamiento más saludable, consistente y adaptativo.



2. COMO FUNCIONA

Durante la sesión, sensores colocados en el cuero cabelludo registran la actividad cerebral. Esta información se procesa y transforma de inmediato en feedback visual y/o auditivo, en tiempo real.



3. EM QUE CASOS É APLICADO

El Neurofeedback puede integrarse en programas terapéuticos dirigidos a los más diversos síntomas y quejas funcionales: dificultades de concentración, ansiedad, estrés, alteraciones del sueño, autorregulación emocional, entre otras. El protocolo siempre se personaliza al perfil de cada persona.

NEUROFEEDBACK - INFORMACIÓN RELEVANTE -



¿PUEDO INICIAR EL NEUROFEEDBACK SIN UNA EVALUACIÓN PREVIA?

No. En NeuroPsyque, el Neurofeedback se integra en un plan terapéutico individualizado. La evaluación clínica y el mapeo qEEG se realizan antes de la primera sesión, para planificar el tratamiento de forma segura.



NEUROFEEDBACK

Actúa directamente sobre el comportamiento mediante feedback en tiempo real, de forma progresiva.

VS

MEDICACIÓN

Actúa químicamente en el organismo y puede ayudar a controlar los síntomas. Puede utilizarse en paralelo, pero debe controlarse con atención.

¿CUÁL LA DIFERENCIA ENTRE AMBOS?



¿ES SEGURO EL NEUROFEEDBACK? ¿PROVOCA DOLOR? ¿TIENE EFECTOS SECUNDARIOS?



Es un tratamiento no invasivo e indoloro. Si aparecen efectos secundarios, son leves y generalmente se presentan y abordan en las primeras sesiones.

PRECISO DE ALGUNA PREPARACIÓN ANTES DE LAS SESIONES?



Cabello limpio y seco, sin gel ni aceites. Podrán darse otras indicaciones específicas sobre el sueño, la cafeína o la rutina el día de las sesiones.



¿ES NECESARIO "SABER CONTROLAR" EL CEREBRO?

No. El Neurofeedback no requiere necesariamente un esfuerzo mental intenso ni ninguna técnica especial por parte de la persona. El entrenamiento funciona por adaptación y práctica, mediante ganancias graduales. La neuroplasticidad del cerebro facilitará cada sesión futura.

3

RESULTADOS ESPERADOS -NEUROFEEDBACK-

1. MÁS ATENCIÓN Y FOCO



- + CONCENTRACIÓN
- + CLARIDAD
- + ORGANIZACIÓN

2. MEJOR REGULACIÓN EMOCIONAL



- ESTRÉS
- ANSIEDAD

3. SUEÑO, ENERGÍA Y RECUPERACIÓN



- CANSANCIO
- + DISPONIBILIDAD

4. MEJOR RENDIMIENTO



- + AUTORREGULACIÓN
- + CONSISTENCIA
- FRUSTRACIÓN

5. EVOLUCIÓN GRADUAL Y CONTINUA



- + CONTROL
- + BIENESTAR



! IMPORTANTE

EL NEUROFEEDBACK NO PRODUCE CAMBIOS INSTANTÁNEOS.

Aunque es un tratamiento **muy eficaz**, el Neurofeedback **no tiene un efecto inmediato** como ocurre con algunos tratamientos farmacológicos. Los resultados **son progresivos** y deben ser monitorizados de cerca por especialistas.

4

PROCESO TERAPÉUTICO -NEUROFEEDBACK-

1. CONSULTA INICIAL

Conocimiento y análisis detallado del caso clínico (anamnesis); aplicación de instrumentos psicológicos de preevaluación; explicación de la técnica de Neurofeedback y de los pasos siguientes.

2. ELECTROENCEFALOGRAMA CUANTITATIVO (QEEG) – MAPEO CEREBRAL

Examen neurofisiológico para evaluar la actividad eléctrica cerebral y definir el protocolo de intervención personalizado.

3. CONSULTA DE DEVOLUCIÓN DE RESULTADOS

Entrega y análisis del resultado del qEEG y plan de entrenamiento cognitivo con indicación del número de sesiones de Neurofeedback (entre 10 y 15 en la primera fase). Incluye: informe de resultados; plan de intervención personalizado.

4. INICIO DEL PROTOCOLO DE INTERVENCIÓN

Sessões de Neurofeedback. Duração: 45 minutos cada; Frequência e número de sessões: entre 10 a 15 sessões, conforme o protocolo definido.

5. REEVALUACIÓN INTERMEDIA

Após a 10^a ou 15^a sessão: Realização de novo Eletroencefalograma Quantitativo (qEEG); Consulta de análise de resultados e reajuste do protocolo, se necessário.

6. CONTINUACIÓN DEL PROTOCOLO DE INTERVENCIÓN (2.ª FASE)

Programación de una nueva serie de 10 a 15 sesiones de Neurofeedback.

7. EVALUACIÓN FINAL

Al final del proceso terapéutico: realización del 3.er qEEG; consulta de entrega y análisis del informe final de resultados.



5



PREGUNTAS FRECUENTES

MAPEO QEEG

1. ¿Puede el qEEG ayudar a identificar el origen de los síntomas?

- Sí. El qEEG puede ayudar a identificar patrones de funcionamiento cerebral que permiten a los especialistas comprender con mayor profundidad la raíz de los síntomas y tener mayor claridad sobre los métodos terapéuticos a utilizar en el tratamiento.

2. ¿Puede el qEEG ayudar a comprender síntomas persistentes sin explicación clara?

- En algunos casos, sí. El qEEG puede revelar alteraciones funcionales profundas en la actividad cerebral, incluso cuando otros exámenes no muestran alteraciones evidentes.

3. ¿Es el qEEG eficaz en todas las edades?

- Sí. El qEEG puede realizarse en niños, adolescentes, adultos y personas mayores. La interpretación de los resultados siempre se adapta a la edad y al contexto clínico de cada persona.

4. ¿Puede el qEEG verse influenciado por el estrés o la ansiedad en el momento del examen?

- Sí. El estrés, la ansiedad, el cansancio, el sueño o la cafeína pueden influir en la actividad cerebral en el momento del examen. Por ello, estos factores se tienen en cuenta en el análisis de los resultados.

5. ¿Cómo se analizan los resultados del qEEG?

- Los resultados se analizan mediante software especializado y son interpretados por profesionales clínicos, comparando los patrones cerebrales observados con bases de datos normativas adecuadas a la edad.

6. ¿Qué significa "desregulación" cerebral?

- "Desregulación" significa que determinadas áreas o redes neurales del cerebro pueden estar funcionando de forma menos equilibrada o eficiente, lo que puede estar asociado a síntomas patológicos cognitivos, emocionales y conductuales.

7. ¿Qué significa "hiperactividad" o "hipoactividad" en zonas específicas del cerebro?

- Significa que ciertas áreas del cerebro presentan una actividad por encima o por debajo de lo esperado. Dependiendo de la región implicada, esto puede estar relacionado con dificultades de atención, ansiedad, impulsividad, fatiga mental, entre otras manifestaciones.

8. ¿Qué tipos de ondas cerebrales se miden en el qEEG?

- El qEEG mide diferentes tipos de ondas cerebrales, como delta, theta, alfa, beta y gamma. Cada una está asociada a distintos estados de funcionamiento cerebral, como la relajación, la atención, el sueño o el procesamiento cognitivo.

9. ¿Puede el qEEG predecir la respuesta al tratamiento?

- El qEEG puede proporcionar información útil para personalizar el tratamiento y orientar las decisiones clínicas, pero no permite predecir resultados con total certeza. Al igual que en todos los métodos terapéuticos (como en el caso de la medicación), hay muchas variables en juego que en último término determinan el éxito y la durabilidad del tratamiento.

NEUROFEEDBACK

1. ¿El Neurofeedback funciona mediante estimulación eléctrica o magnética?

- No. El Neurofeedback no estimula el cerebro con electricidad ni magnetismo, como ocurre con la EMT o la tDCS. La tecnología se basa en la monitorización y recogida de información, ayudando al cerebro a autorregularse mediante la adaptación a estímulos durante el entrenamiento.

2. ¿Son permanentes las mejoras alcanzadas? ¿Puede el cerebro "desaprender" tras finalizar el Neurofeedback?

- La gran mayoría de las personas mantiene mejoras a largo plazo, especialmente cuando el entrenamiento está bien dirigido e integrado en el seguimiento clínico. Sin embargo, los resultados pueden variar de una persona a otra.

3. ¿Es el Neurofeedback eficaz en todas las edades?

- El Neurofeedback puede utilizarse en niños, adolescentes, adultos y personas mayores, adaptando el protocolo a las características y necesidades de cada persona.

4. ¿El Neurofeedback mejora la cognición?

- En algunos casos puede contribuir a mejoras en áreas como la atención, la concentración, el procesamiento mental, la autorregulación y, sí, también el rendimiento cognitivo.

5. ¿El Neurofeedback altera la personalidad, las emociones o la memoria?

- El objetivo del Neurofeedback no es alterar la personalidad, sino promover un funcionamiento cerebral más equilibrado y eficiente. Algunas personas reportan grandes mejoras en la estabilidad emocional, la claridad mental y la capacidad de concentración.

6. ¿Existen contraindicaciones para el Neurofeedback?

- El Neurofeedback se considera generalmente seguro y bien tolerado. No existe ninguna contraindicación expresa. Aun así, cada caso debe ser evaluado individualmente por profesionales cualificados.

7. ¿Puedo hacer vida normal después de la sesión?

- Sí. En la mayoría de los casos, es posible retomar inmediatamente las actividades habituales tras la sesión.

8. ¿Dos personas con los mismos síntomas pueden necesitar protocolos diferentes? ¿Pueden síntomas similares tener orígenes cerebrales distintos?

- Sí. Personas con síntomas similares pueden presentar patrones cerebrales considerablemente diferentes. Por eso, la evaluación individual y el qEEG son importantes para personalizar el protocolo de Neurofeedback y adaptar el tratamiento a las necesidades específicas de cada "cerebro".

MÁS INFORMACIÓN EN:

WWW.NEUROPSIQUIATRIA.PT/NEUROFEEDBACK-E-QEEG

The screenshot displays the website for NeuroPsyque, featuring a navigation menu with 'HOME', 'A CLÍNICA', 'PATOLOGIAS TRATADAS', 'ESPECIALIDADES', and 'ARTIGOS'. The main content area is titled 'NEUROFEEDBACK' and includes a photograph of a person wearing a blue EEG cap while sitting at a computer. Below the photo is the heading '"UM GINÁSIO PARA O CÉREBRO"' and a brief description of neurofeedback as a non-invasive brain regulation technique. To the right, a diagram titled 'COMO FUNCIONA O NEUROFEEDBACK' outlines a four-step process: 1. Avaliação (detailed brain mapping), 2. Monitorização (real-time EEG activity capture), 3. Feedback (audiovisual signals), and 4. Aprendizagem (brain learning).

qEEG & Neurofeedback

NEUROPSYQUE®

CEREBRO SANO,
VIDA SANA


BUSCA TRATAR UNA CONDICIÓN ESPECÍFICA? ENCUENTRE LA CONDICIÓN Y NUESTRO ENFOQUE EN:

The screenshot displays the website's interface. At the top, there is a navigation bar with contact information: email (info@neuropsiquiatria.pt), phone (+351 928 240 865), and address (Rua Dr Bastos Gonçalves, 5B R/C, 1600-898, Lisboa). Social media icons for Facebook, Instagram, YouTube, and LinkedIn are also present. Below the navigation bar is a menu with options: INICIO, LA CLÍNICA, ESPECIALIDADES (highlighted), and ARTÍCULOS. A language selector shows Spanish (ES) and a 'CONTACTO' button is visible. The main content area is titled 'Patologías tratadas' and includes a sub-header: 'Aquí encontrará todas las afecciones tratadas en NeuroPsyque.' The content is organized into three columns: 'Salud mental', 'Dolor y bienestar físico', and 'Evaluación y seguimiento'. Each column contains several items with icons and text descriptions.

Salud mental	Dolor y bienestar físico	Evaluación y seguimiento
Depresión	Dolores de cabeza	Evaluación neuropsicológica tras un traumatismo físico (accidente)
Ansiedad, ataques de pánico y fobias	Dolor lumbar y cervicalgia	Evaluación neuropsicológica pre y postoperatoria
Estrés, agotamiento y fatiga mental	Dolor crónico (fibromialgia)	Después de la apoplejia
TOC	Dolor neuropático	Parkinson, Alzheimer y otras enfermedades

WWW.NEUROPSIQUIATRIA.PT

 Rua Dr. Bastos Gonçalves, 5B R/C, 1600-898, Lisboa

 +351 928 240 865

 info@neuropsiquiatria.pt