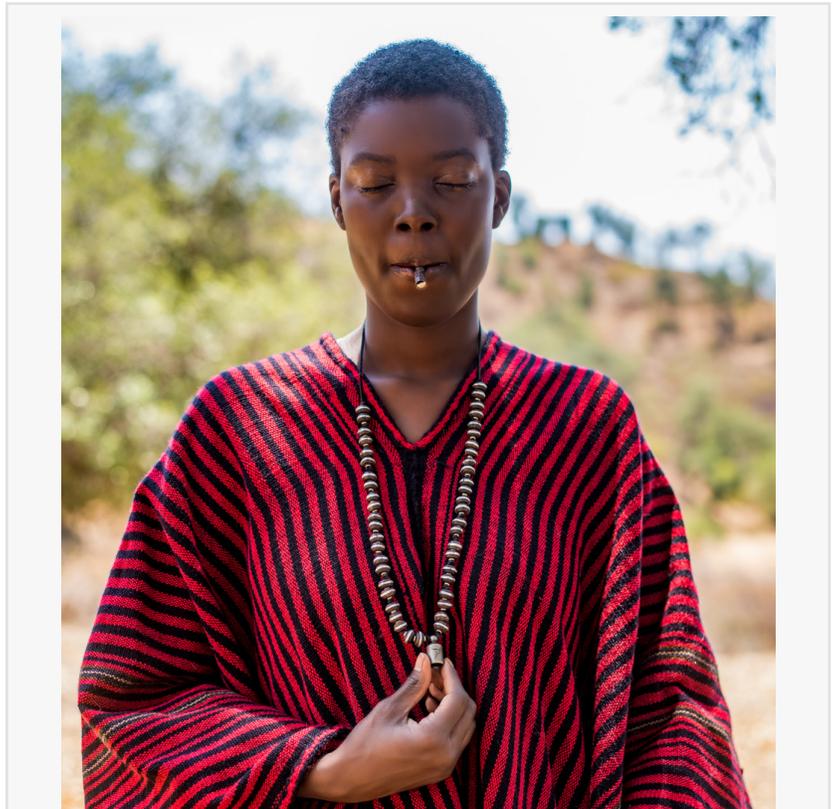


Lovetuner | Los Beneficios Mentales y Físicos de las Intervenciones Mente-Cuerpo

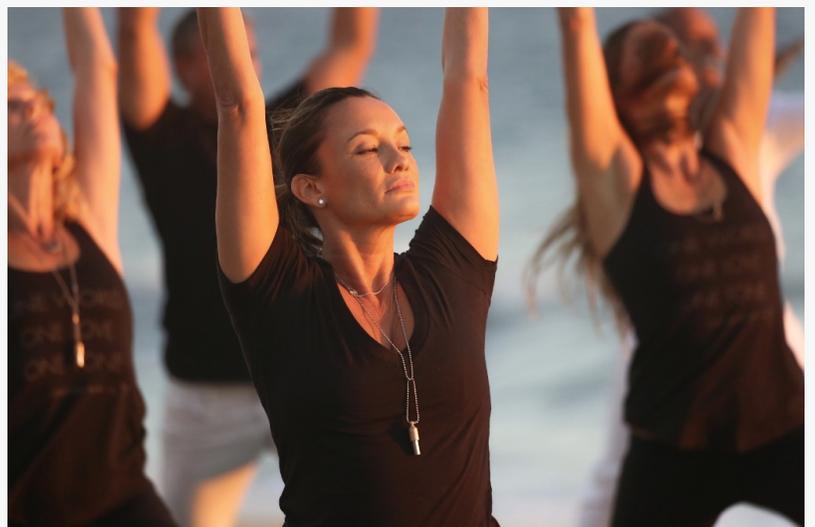
MALIBU, CA, USA, August 19, 2022 /EINPresswire.com/ -- No es secreto que las actividades de balance como el yoga, meditación y ejercicios de respiración nos proveen alivio del estrés, reducen la ansiedad y promueven una sensación de bienestar integral. Una nueva investigación demuestra que los beneficios de estas actividades van mucho más allá del bienestar mental únicamente. De hecho, ejercicios como la meditación, sanación sonora y ejercicios de respiración pueden crear cambios a nivel molecular.

Un estudio reciente publicado en el diario "Frontiers in Immunology" (Fronteras en Inmunología) revisó más de una década de estudios analizando cómo el comportamiento de nuestros genes se ve afectado por las llamadas Intervenciones Mente-Cuerpo (MBIs en inglés), incluyendo conciencia, presencia, yoga y meditación. De acuerdo con los investigadores, las MBI dejan una "marca molecular" en nuestras células que revierte el efecto que el estrés deja en el cuerpo. (<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fimmu.2017.00670/full>)

Cuando una persona está expuesta a un evento altamente estresante, su sistema nervioso simpático se activa (el sistema responsable de la respuesta



Meditación Lovetuner utilizando el poder de la frecuencia curativa de 528 hz



Práctica de yoga elevada con el Lovetuner

de lucha o escape), aumentando la producción de una molécula llamada NF-kB. Esta molécula reacciona activando genes para producir proteínas llamadas citoquinas que causan inflamación a nivel celular. Esta reacción es útil en una situación de lucha o escape, pero la exposición prolongada al estrés puede producir efectos graves en nuestra salud física y mental.

Este estudio reciente muestra que las personas que practican MBI de manera regular, como yoga o meditación, muestran el efecto contrario. Sus cuerpos mostraron una disminución en la producción de NF-kBs y citoquinas. Es decir, tienen un riesgo reducido de enfermedades relacionadas con la inflamación.



Herramienta de meditación de frecuencia Lovetuner 528hz

Como dice la investigadora principal Ivana Buric, del Centro de Psicología de la Universidad de Coventry: "Estas actividades están dejando lo que llamamos una marca molecular en nuestras células, que revierte el efecto que el estrés o la ansiedad tendrían en el cuerpo, al cambiar la manera en que se expresan nuestros genes. De manera simple, las MBI hacen que el cerebro dirija nuestros procesos de ADN por un camino que mejora nuestro bienestar".

Esta investigación provee más información sobre la poderosa conexión entre nuestra salud mental y física.

[Lovetuner](#) utiliza esta conexión entre nuestra salud mental y física para producir la sanación con un ejercicio muy simple. El Lovetuner alinea a la persona con [la frecuencia de 528 Hz](#), también conocida como la frecuencia reparadora del ADN o frecuencia del amor. Cuando uno exhala, la respiración se conecta con la frecuencia de 528hz, alineando las moléculas de agua en el cuerpo, proporcionando la sensación de relajación profunda.

Ya sea con prisa por el tiempo o con capacidad de asignar una hora para la meditación o el yoga, Lovetuner es la herramienta perfecta para elevar nuestra vibración, ayudándonos a vivir con una mentalidad positiva. Lovetuner verdaderamente facilita la meditación; Con solo 6 ciclos simples de respiración es posible alcanzar los mismos efectos que con una meditación de 30 minutos. Mientras que Lovetuner es un excelente sustituto de la meditación -ya que se puede hacer en cualquier lugar y solo toma unos minutos-, también es una [herramienta para meditación](#)

maravillosa para añadir a una práctica ya existente.

Cuando disminuimos la velocidad de nuestra respiración y nos volvemos conscientes de nuestra propia inhalación y exhalación, estamos calmando nuestro sistema nervioso simpático. Nos aleja del estrés y del modo crítico de lucha o escape. La retroalimentación sonora de Lovetuner nos ayuda a concentrarnos en la respiración. Esto alienta a la persona a mantener su exhalación por más tiempo. Como el sonido de la frecuencia sanadora de 528hz permite despejar completamente la mente y reconectar con el corazón, crea coherencia cardíaca.

Como estamos constantemente recibiendo nueva información, puede volverse paralizante. Por eso es tan vital aprovechar las Intervenciones Mente-Cuerpo, que ayudan a liberar la mente, aclarando intenciones y objetivos.

Cuando “sintonizamos” se produce una alineación entre el estado emocional y físico con el entorno, creando una perfecta armonía con uno mismo y el mundo. Si existe un momento perfecto para descubrir Lovetuner y experimentar todos sus increíbles beneficios, definitivamente es ahora.

Para aprender más, visita www.lovetuner.com

Lovetuner Team

Lovetuner

+1 310-457-5697

[email us here](#)

Visit us on social media:

[Facebook](#)

[LinkedIn](#)

[Other](#)

This press release can be viewed online at: <https://www.einpresswire.com/article/586914271>

EIN Presswire's priority is source transparency. We do not allow opaque clients, and our editors try to be careful about weeding out false and misleading content. As a user, if you see something we have missed, please do bring it to our attention. Your help is welcome. EIN Presswire, Everyone's Internet News Presswire™, tries to define some of the boundaries that are reasonable in today's world. Please see our Editorial Guidelines for more information.

© 1995-2022 Newsmatics Inc. All Right Reserved.