

**FACEFORMER<sup>®</sup>** FACY  
*by Dr. Bernidsen*



# Neurofisiológico

## Terapia de formación

Dispositivo médico patentado  
simple • causal • efectivo



# FACEFORMER® APP

## SU GUÍA DE FORMACIÓN



El **FaceFormer** es el **dispositivo de entrenamiento de FaceFormer**. El programa de ejercicio y terapia neurofisiológica y terapéutico son más eficaces cuando los realizas de forma regular y sigues las instrucciones de los ejercicios de la mejor manera posible.

La **aplicación FaceFormer es el compañero de entrenamiento ideal** para tu smartphone. La aplicación te apoya durante tus ejercicios y promueve la ejecución efectiva de las sesiones de entrenamiento.

## CARACTERÍSTICAS

- 🔗 Indicador de progreso de los ejercicios y sesiones de entrenamiento
- 🔗 Indicación de duración del ejercicio
- 🔗 Anuncio de la secuencia del ejercicio
- 🔗 El calendario de ejercicios registra los avances en el programa de formación
- 🔗 Recordatorio de formación personalizable
- 🔗 Adaptación a la rutina diaria personal
- 🔗 Pausa ajustable entre los pasos de entrenamiento
- 🔗 Gratis y sin publicidad



## DOWNLOAD

<https://app.faceformer.de>





# Gesundheit braucht Verstand



Dr. Klaus Berndsen

La terapia FaceFormer (FFT) es el resultado de muchos años de investigación neurocientífica. Décadas de experiencia en la teoría y la práctica de la rehabilitación apoyaron el desarrollo. El cerebro es el centro de nuestro pensamiento y actuación. Las conexiones nerviosas del cerebro humano se forman individualmente a cambio de las capacidades especiales de nuestros órganos. Garantizan que los movimientos, las funciones y las posturas se establezcan según patrones automatizados. Muchos de los patrones son ya innatos, otros son moldeados consciente o inconscientemente por las influencias del entorno. Ambos pueden verse influidos positiva o negativamente

por estímulos externos. Incluso comportamientos vitales como respirar, tragar, masticar, comer, beber, que llamamos "Funciones Básicas Dominantes", se adaptan a los estímulos erróneos y cambian sus rutinas originales. En la mayoría de los casos, esto ocurre en la primera infancia. Las disfunciones, los malestares, los síntomas de enfermedad, el dolor, el estrés psicológico, se presentan a menudo como cargas de por vida. Cada una de ellas suele ser tratada con gran esfuerzo material, de tiempo y económico, de forma puramente sintomática, arriesgada y sin garantía de éxito y falta de recuperación. La terapia de entrenamiento de FaceFormer, en cambio, corresponde al ideal de un tratamiento neurofisiológico causal. Los patrones erróneos de las "funciones básicas dominantes", los malos desarrollos, las disfunciones, las malas posiciones, se borran (extinción) y se sustituyen por patrones fisiológicos (habitación). Se crean así los requisitos fundamentales para la regresión de diversas enfermedades, disfunciones y sus consecuencias. Esto sólo puede lograrse mediante una terapia de entrenamiento neurofisiológico. No existen alternativas de eficacia comparable.



Sabine Berndsen

# Paso 1 Posición de inicio

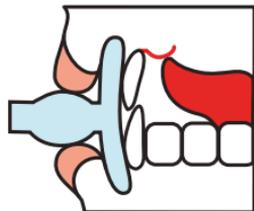
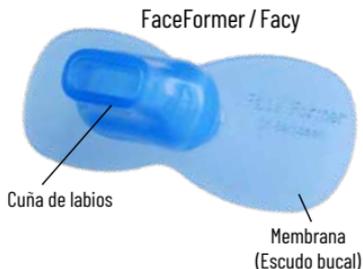
## Colocación del FaceFormer

El FaceFormer se coloca en el vestíbulo de la cavidad bucal.

1. La membrana de FaceFormer se encuentra detrás de los labios y delante de los dientes (vestibulo oral).
2. La cuña labial mira hacia afuera
3. Los labios yacen relajados alrededor de la cuña labial.

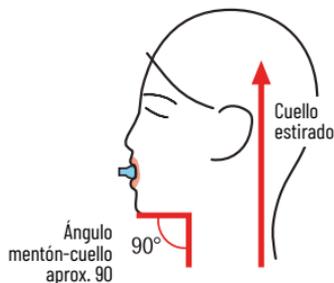
## Posición de la punta de la lengua

1. La punta de la lengua se encuentra a unos pocos milímetros detrás de los incisivos superiores en el paladar.
2. La punta de la lengua siente aquí una pequeña protuberancia. No toca los dientes.
3. Esta posición de la punta de la lengua se mantiene siempre. Forma parte de la postura natural y correcta y debe convertirse en un hábito.



## Postura de la cabeza y estiramiento del cuello

La cabeza está erguida y el cuello estirado. Esta postura natural y correcta de la cabeza siempre se mantiene y debe convertirse en un hábito. Determina el equilibrio de la cabeza, la postura y la estática corporal.



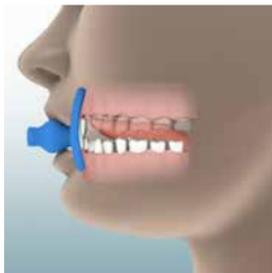
## Posición mandibular inferior

Los incisivos superiores están delante de los incisivos inferiores.\*

La mandíbula inferior no está desplazada.

Al tragar, se debe mantener la posición habitual de la mordida.

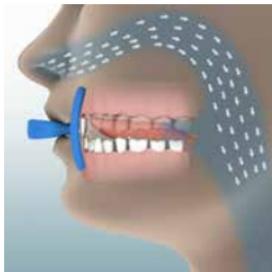
La cuña del labio del FaceFormer está alineada horizontalmente.



## La respiración nasal es necesaria

La respiración nasal es vital para la salud. Se desarrolla sistemáticamente mediante el entrenamiento de FaceFormer.

La respiración nasal debe habituarse y automatizarse inconscientemente e incluso durante el sueño.



\* Excepción: si la mandíbula inferior sobresale, se puede mantenerla posición habitual. beibehalten werden.

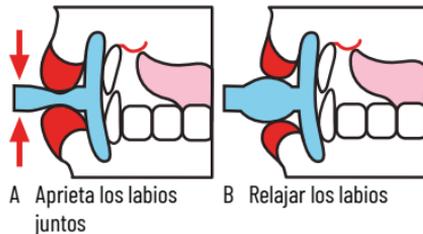
# Paso 2 Ejercicios



## Ejercicio básico

1. Presione la cuña labial con los labios juntos firmemente durante 6 segundos.
2. Mantenga la tensión labial. Muerde una vez con los molares y traga una vez al mismo tiempo. Mantener la posición de la punta de la lengua.
3. Fase de relajación: Soltar la presión de los labios. Los labios encierran la cuña labial sin presión. Los dientes no se tocan.

Repita el ejercicio 20 veces.



No lo olvides!



Posición de la lengua



Estiramiento de cuello



Respiración nasal



3 veces al día



6 segundos de tensión y relajación



20 repeticiones por ejercicio

## Ejercicio de tracción



1. Presione la cuña labial con los labios juntos firmemente durante 6 segundos. Tire de la cuña labial hacia delante con el pulgar y el índice.
2. Mantenga la tensión labial. Muerde una vez con los molares y traga una vez al mismo tiempo. Mantener la posición de la punta de la lengua.
3. Fase de relajación: Soltar la presión de los labios. Los labios encierran la cuña labial sin presión. Los dientes no se tocan.

Repita el ejercicio 20 veces.



**Entrenamiento con presión negativa:** La membrana del FaceFormer se chupa a sí misma sobre las filas de dientes durante el entrenamiento.

**Las manos derecha e izquierda** se alternan durante el ejercicio de tracción.

Puedes **ajustar y aumentar** la frecuencia del ejercicio en la aplicación FaceFormer.

No lo olvides!



Posición de la lengua



Estiramiento de cuello



Respiración nasal



3 veces al día



6 segundos de tensión y relajación



20 repeticiones por ejercicio

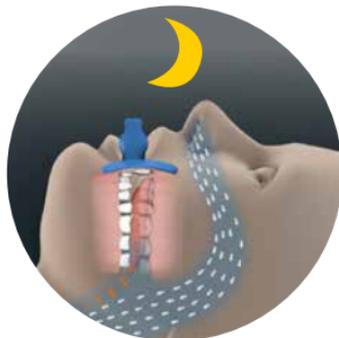
## Paso 3 Aplicación nocturna

Su respiración nasal mejorará notablemente Formación de FaceFormer después de unas 2-3 semanas.

A partir de ahora, el FaceFormer se utilizará por la noche además del ejercicios, el FaceFormer también se utilizará por la noche.

El uso nocturno promueve

- Respiración nasal y el cierre de la boca
- Presión baja en la boca y la garganta
- Fortalecimiento de músculos y tejidos
- Estabilización de la postura y tensión de la lengua, paladar blando y faringe
- Formación de patrones neuronales
- Automatización de patrones de movimiento



# EL CAMINO HACIA EL ÉXITO



Punta de la lengua  
hacia arriba



Estiramiento  
de cuello



Respiración  
nasal



Entrenar FaceFormer  
por lo menos 6 meses

## Cómo entrenar - Método

3

6

20



veces  
al día



→ 6 segundos Tensado  
→ Morder / tragar  
→ 6 segundos de relajación



Repeticiones  
por ejercicio

**Entrene cada día durante al menos 6 a 12 meses , incluso si tiene éxito a corto plazo.**

**Efectos secundarios:** En casos excepcionales, pueden aparecer irritaciones de la piel en la cavidad bucal. Reduce el entrenamiento a 8-10 repeticiones, 2-3 veces al día. Luego continúa el entrenamiento como se describe. Además, cuida regularmente las encías con un cepillo de dientes suave y aplica bálsamo labial a ambos lados del escudo bucal del FaceFormer.



# Más información



El entrenamiento periódico de FaceFormer tiene una influencia efectiva sobre las funciones nerviosas cerebrales y el rendimiento cerebral, la formación de patrones neurofisiológicos, los reflejos, la coordinación, la tensión del tejido y los músculos, la formación de presión baja en la boca y la garganta, las funciones en la boca, la garganta y la región facial, la respiración natural, la estática corporal, los movimientos corporales y el rendimiento sensorial.

Los tratamientos de causa, como la terapia de entrenamiento de FaceFormer, están diseñados para lograr ajustes positivos que se habitúan gradualmente con un éxito duradero. En muchos casos, las funciones corregidas sustituyen a la medicación, las ayudas y las operaciones. No existen alternativas comparativamente eficaces a las terapias de entrenamiento orientadas a la causa.

La terapia de FaceFormer produce cambios positivos al cabo de pocos días o semanas. Para estabilizar los patrones recién aprendidos, el entrenamiento se mantiene de forma constante durante un periodo de 6 a 12 meses.

## Aplicaciones de FaceFormer

- Trastornos de la deglución / disfagia
- Entrenamiento respiratorio
- Mal funcionamiento de la lengua
- Deterioro de las funciones masticatorias
- Trastornos del habla, del lenguaje, de la voz y del flujo del habla
- Evite chuparse el dedo, chupar chupetes, morderse los labios, etc
- Parálisis de la región de la boca/cara
- Pre y postoperaciones de cara, mandíbula y lengua
- Mala alineación de los dientes, anomalías de la mandíbula
- Rectificado y prensado de los dientes / bruxismo
- CMD, trastornos de la articulación temporomandibular
- Prótesis dentales, implantes dentales
- Trastornos del sueño, ronquidos, apnea del sueño
- Pérdida de audición, tinitus
- Mareos, enfermedad de Meniere
- Problemas de compensación de presión en el oído medio

- Cambio de respiración oral a nasal
- Jaqueca
- Activación de las funciones del nervio cerebral
- Alteraciones del equilibrio de la cabeza y de la estática corporal
- Perturbación de la salivación
- Influencia sobre el metabolismo, la diabetes
- Dolor de cabeza, cara, cuello y espalda
- Asma
- Reflujo
- Cosméticos: piel y músculos flojos del cuello, la cara y la barbilla
- Para aumentar el rendimiento y la condición en la vida cotidiana y el deporte

## Ejercicios Complementarios de tracción



Tirar hacia abajo



Tirar hacia arriba

Los ejercicios de tracción adicionales se realizan como se describe en el paso 2. Sólo se cambia la dirección de la tensión.

## Programa mejorado de terapia de formación de FaceFormer

Puede encontrar más información sobre terapias y especialistas en nuestra página web: <https://faceformer.de>



## Limpieza e higiene

1. Cada usuario tiene su propio FaceFormer (no puede ser utilizado por más de una persona).
2. El FaceFormer limpio se almacena en la caja de higiene prevista a tal efecto.
3. Antes del primer uso y después de cada aplicación normal, el FaceFormer se enjuaga con agua tibia (principio del cepillo de dientes).
4. En los hospitales, el FaceFormer se esteriliza regularmente en autoclave (110 a 130 °C).
5. Para uso no clínico en casa, el FaceFormer se puede esterilizar en agua hirviendo durante aprox 20 segundos.
6. En casos especiales (p. ej., para usuarios infecciosos), los médicos u oficiales de higiene deciden las medidas de esterilización.
7. **Recomendación:** Reemplace el dispositivo de entrenamiento FaceFormer después de aproximadamente 4 meses debido a la alta tensión y por razones de higiene.



## Medizinprodukt Made in Germany

El FaceFormer es un dispositivo médico aprobado. Fue patentado con el número 19831741.

**Farmacia:** Número central farmacéutico PZN 18092273

El FaceFormer se fabrica en Alemania. Está fabricado con un elastómero de silicona de alta calidad especialmente desarrollado para aplicaciones médicas. El material está libre de ftalatos (plastificantes), libre de látex y libre de bisfenol-A.



Sin látex



Sin bisfenol A



Sin ftalatos



# Método FaceFormer

**El FaceFormer es el dispositivo de entrenamiento** para un programa de ejercicio y terapia neurofisiológica funcional. La mejora sostenida se consigue mediante un entrenamiento regular y activo con el FaceFormer.

**El método terapéutico FaceFormer que hemos desarrollado** se basa en muchos años de investigación científica sobre las funciones y los trastornos de la región de la cabeza, el cuello, la garganta, la boca, la nariz y los oídos y sus efectos en el organismo humano.

**iCompara!** Los dispositivos que prometen una mejora espontánea siguen el "principio de la muleta". Sus aparentes mejoras no pocas veces conducen a nuevos daños y dolores en otras partes como resultado de desajustes a menudo persistentes. El método FaceFormer, en cambio, desarrolla continuamente patrones funcionales biológicos naturales, patrones de movimiento y posturas. La terapia de entrenamiento de FaceFormer finaliza cuando éstos se automatizan y se establece una condición estable permanente.

**El entrenamiento convierte los movimientos, las posturas y las funciones erróneas** y las sustituye por patrones biológicos correctos, tal y como la naturaleza lo ha previsto.

**Nada viene de la nada.** Siga las instrucciones del ejercicio lo más fielmente posible. Los sencillos ejercicios son eficaces y requieren poco tiempo. Siga practicando aunque las primeras reacciones positivas se produzcan al poco tiempo. El éxito es divertido. ¡Deja que te motive!

**Para que el éxito sea duradero,** hay que realizar el entrenamiento con el FaceFormer regularmente durante 6 a 12 meses. Entonces habrás interiorizado y automatizado el nuevo comportamiento, incluso durante el sueño. Ahora puede detener el programa de ejercicios. Sin embargo, incluso dos sesiones de entrenamiento a la semana contrarrestarán el debilitamiento de los músculos y los tejidos relacionado con la edad.

**iConsidera!** El entrenamiento constante es la mejor manera de aumentar el rendimiento y eliminar los problemas de salud con causas funcionales. Con el método FaceFormer, científicamente reconocido y probado, puedes conseguir este objetivo de forma natural.



## FaceFormer ZERO plus ONE

PZN 18092267 › Artículo número DI-FF-ZO

El combipack de inicio para el entrenamiento regular de FaceFormer y para su uso durante la noche.



## FaceFormer ZERO

PZN 18092250 › Artículo número DI-FFG-PT

El FaceFormer ZERO, más blando, facilita el inicio del entrenamiento regular, para el uso nocturno, la optimización de la respiración en el deporte y las aplicaciones cosméticas. Los niños de hasta 10 años de edad se entrenan con el FaceFormer ZERO durante todo el período de terapia.



## FaceFormer ONE blue mit DVD

PZN 18092238 › Artículo número DI-FFD-BW

El FaceFormer ONE blue en un set junto con el programa de ejercicios para la terapia FaceFormer en DVD para reproductores de DVD comunes.



## FaceFormer ONE blue

PZN 18092273 › Artículo número DI-FF-BB

El clásico FaceFormer ONE blue: sencillo, causal, eficaz para numerosos problemas de salud y dolores en la zona de la cabeza, nariz, mandíbula, garganta, cuello y espalda.



## FaceFormer ONE clear

PZN 18092244 › Artículo número DI-FF-KPG

El FaceFormer transparente: discreto para entrenar sobre la marcha. Funcionalmente idéntico al FaceFormer ONE blue.

## Links

- **Dr. Berndsen Tienda online:** <https://drberndsen.de>
- **FaceFormer Lista de profesionales:** <https://faceformer.de/faceformer-behandlervverzeichnis/>
- **Youtube:** <https://www.youtube.com/c/DrBerndsenmedical>
- **Facebook:** <https://facebook.com/Faceformer>
- **TikTok:** <https://www.tiktok.com/@mindtohealth>

## Erklärung der verwendeten Etikettensymbole

	Medical Device - Dispositivo médico
	Unique Device Identification (Número de identificación del producto)
	Artículo número
	Designación del lote
	Marca CE Dispositivo médico de clase 1
	Fecha de fabricación
	Fabricante
	Proteger de la humedad (embalaje)
	Proteger de la luz solar directa
	Información disponible en Internet ( <a href="https://faceformer.de">https://faceformer.de</a> )
	UDI Código matriz

# FACEFORMER<sup>®</sup> FACY

by Dr. Berndsen



Dr. Berndsen GmbH  
Wasserstraße 25  
D-59423 Unna  
Germany  
Fon: +49 (0) 23 03 8 99 91  
Fax: +49 (0) 23 03 8 98 86  
E-Mail: [help@drberndsen.de](mailto:help@drberndsen.de)  
Web: [www.drberndsen.de](http://www.drberndsen.de)



FaceFormer<sup>®</sup>  
Dr. Berndsen/Berndsen  
© Todos los derechos reservados