

PSICONEUROINMUNOLOGÍA CLÍNICA PARA EL EQUILIBRIO FÍSICO Y EMOCIONAL

Nos encontramos en la actualidad con muchas patologías llamadas atópicas, crónicas, depresión endógena, fatiga crónica, lesiones crónicas que no curan, falta de rendimiento deportivo, ... y un largo etc. que no hemos vivido como especie hasta este momento. Nuestro medio ambiente actual ha cambiado radical y rápidamente en poco tiempo mientras que nuestra esencia biológica, nuestros genes no han cambiado desde nuestra conformación de homo sapiens. Para esta forma de vivir actual no tenemos adaptación. La forma de vivir actual nos enferma.

Ninguna de las patologías o desequilibrios que suframos es debida a una sola causa. Unos de los problemas de la medicina del momento es buscar “una causa”, cuando los motivos son multifactoriales. Desde la PNIc (Psiconeuroinmunología clínica) podemos entender los desequilibrios que sufrimos y cómo afectarán a nuestra biología, a nuestras emociones y a nuestro comportamiento. La conducta puede ser causa o consecuencia de un proceso patológico.

OBJETIVOS:

- Descubrir desde la PNI el impacto de la nutrición en nuestro ser y cómo afecta tanto a la parte biológica como a la emocional y psicosocial.
- Relaciones entre los sistemas neurológicos, endocrinos, inmunológico y su relación con la parte de comportamiento social.
- Capacitación para aplicar los contenidos en el día a día personalmente y como terapeutas.

CONTENIDOS:

ORIGEN GENÉTICO. QUIENES SOMOS. LA BUSQUEDA.

- Epigenética, la obra musical de la genética. Todo es modificable.
- Como hemos llegado a ser Homo sapiens y al importancia de la nutrición y reparto energético en esta evolución.
- El impacto de las infecciones para las adaptaciones. Polimorfismos genéticos.
- La búsqueda del ser humano. Que necesitamos para estar completos y como entender el grito de auxilio cuando le falta algo a nuestro ser.
- Cómo se afecta a nuestros genes con lo que vivimos (epigenética) y cómo invertir posibles daños.

RELACION ENTRE EJES ENDOCRINOS Y SISTEMA INMUNE.

- La relación del estrés y el sistema inmune. Activación eje HPA, inicio de enfermedades crónicas. Relación entre todos los ejes endocrinos.
- El desequilibrio principal: resistencia a la insulina. Ahí inicia todo.
- Relación con cansancio, tumores, lesiones, fatiga crónica. Comportamiento de enfermo.
- Los implicados: Hidratos de carbono. ¿Amigos o enemigos? Cómo usarlos, combinarlos y aprovechar su potencial.

HIPERACTIVACION DE SISTEMA INMUNE. INFLAMACIÓN Y ENFERMEDADES AUTOINMUNES.

- Macronutrientes: Proteínas. Conocer otras partes de ciertas proteínas: los antinutrientes. Su relación directa con del sistema inmune y alteraciones patológicas.
- Relación con enfermedades autoinmunes y cáncer.
- Cómo combinar y elegir las mejores proteínas para activar correctamente el eje músculo – cerebro – músculo.
- La relación de las proteínas con la resistencia a la insulina y los azúcares.

GRASAS. INFLAMATORIAS O ANTIINFLAMATORIAS.

- Relación del tejido adiposo con Sistema Inmune.
- Grasas demonizadas. ¿Nos enferman o nos curan?
- Tipos de grasas y su actuación en el cuerpo. Su relación con sistema límbico, con hidratos de carbono y su relación con la curación de patologías.
- Relación con sistema endocrino.
- Qué grasas vamos a elegir y por qué son las interesantes.

HORMONAS SEXUALES.

- Eje gonadal. Relación con los nutrientes y comportamiento endocrino.
- Eje hipotalámico. Inducción de conducta.
- Ciclo femenino. Patologías y desequilibrios.
- Tratamientos