



Psiconeuroinmunología aplicada a la Atención Primaria.



Actualización de herramientas
para el acompañamiento de la
sintomatología más prevalente
en la Atención Primaria, basada
en la Psiconeuroinmunología
Clínica (PNI).

Más información:

@alba.pni.saludconciencia2.

+34 658115781



Kumeia
laboratori de salut

**Salud
Conciencia**

Objetivos.

Ofrecer herramientas actualizadas, basadas en la evidencia científica, que generen un impacto positivo en la calidad de la asistencia sanitaria pública.

Ofrecer herramientas que actualmente se utilizan en "terapias privadas" (inaccesibles para gran parte de la población) a profesionales sanitarias de las instituciones públicas, para que puedan facilitarlas en los procesos de salud que acompañan.

Profundizar en las causas y los mecanismos de acción fisiológicos que generan la sintomatología más prevalente en los centros de Atención Primaria para realizar un abordaje que vaya más allá de la medicalización.



¿Qué es la Psico-neuro Inmunología (PNI)?

La PNI es una herramienta basada en la **evidencia científica** que estudia el cuerpo-mente desde:



- Una perspectiva integral que tiene en cuenta el **contexto**, la **historia de vida** y las **emociones**.
- La interrelación entre la **microbiota** y los sistemas inmunitario, endocrino, digestivo, nervioso y la historia de vida.



Kumeia
laboratori de salut

**Salud
Conciencia**

¿Qué herramientas utiliza la PNI?

El respeto a la **cronobiología**, los **biorritmos**, la **alimentación antiinflamatoria** y el reconocimiento de la **historia vital** y el **contexto** de la persona para que pase de ser "paciente" a ser activa en salud.

Etiquetas "movilizadoras" que encaminan al proceso de salud en lugar de "cronificar" síntomas, considerando el **síntoma como un aviso** de una necesidad no cubierta del organismo.



¿A quién va dirigido?



Profesionales de Atención Primaria que sientan la necesidad de:

- Profundizar sobre el impacto de la microbiota y la inflamación intestinal en distintos mecanismos fisiológicos.
- Actualización de herramientas terapéuticas basada en la evidencia.
- Mirada mas integral e integrada.
- Atender la causa de los síntomas para reducir la medicalización de la población.



¿A quién va dirigido?



Profesionales sanitarias de distintas disciplinas (psicología, fisioterapia, osteopatía...) que quieran ampliar la mirada en sus prácticas diarias.

Personas interesadas en tomar un rol activo en sus procesos de salud y profundizar en el funcionamiento del cuerpo.

"Cuando se trata de salud,
todo está conectado"



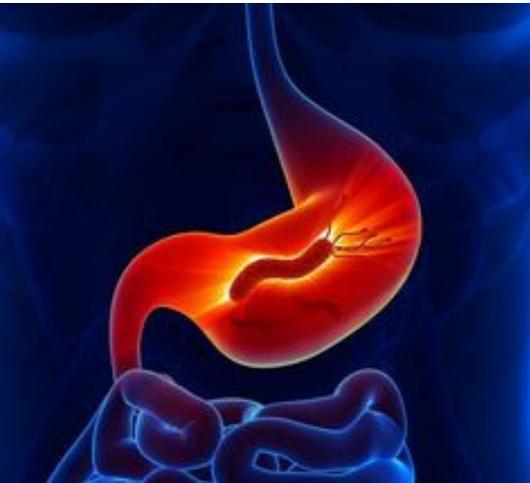
Kuməia
laboratori de salut

**Salud
Conciencia**

¿Qué abordaremos?

- Sintomatología digestiva:

- Dispepsia. Ardor. Reflujo.
- Helicobacter Pylori.
- Hinchazón. Gases.
- Diarrea. Estreñimiento.
- Patologías gastrointestinales:
Chron, colitis ulcerosa, colon irritable.



- Desequilibrios de la microbiota:

- SIBO.
- Candidiasis.
- Parasitosis.
- Disbiosis.



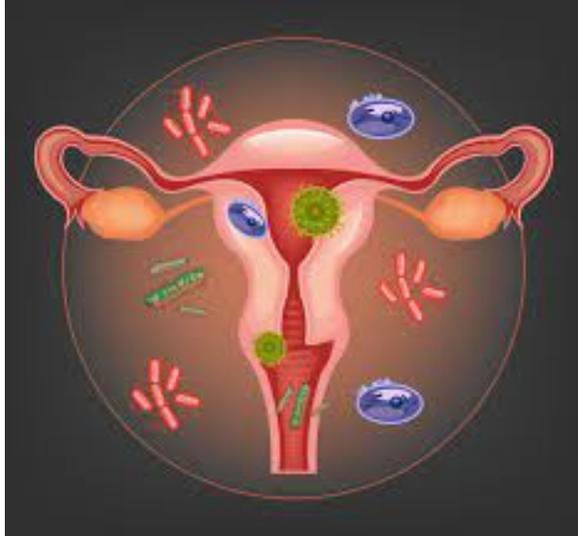
¿Qué abordaremos?



- Asma.
- Cefaleas
- Fatiga y cansancio "crónicos".
- Incompetencia del sistema inmunitario.
 - Infecciones de repetición.
 - Alergias.
 - Enfermedades autoinmunes.



¿Qué abordaremos?



- Sintomatología uroginecológica.
 - Infecciones urinarias de repetición.
 - Candidiasis, vaginosis bacteriana de repetición.
 - Virus del Papiloma Humano.
 - Dismenorrea.
 - Síndrome premenstrual.
 - Endometriosis.



- Alteraciones de la piel.
 - Dermatitis.
 - Psoriasis.
 - Rosácea.
 - Acné.



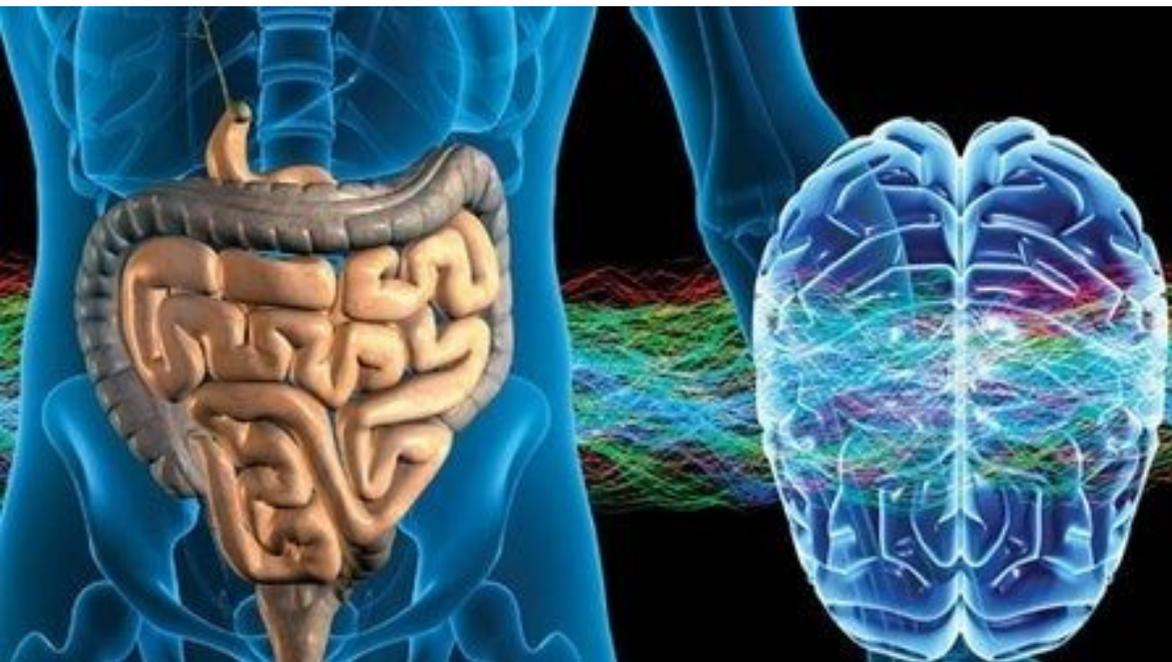
¿Qué abordaremos?

- **Inflamación de bajo grado y síndrome metabólico.**
 - Resistencia a la insulina.
 - Obesidad. Diabetes. Hipertensión.
 - Hígado graso no alcohólico.



¿Qué abordaremos?

- Alteraciones relacionadas con la **neuroinflamación**. Relación entre el tubo digestivo y el cerebro.



- Autismo.
- TDAH.
- Depresión.
- Alzheimer.
- Epilepsia.



Metodología

- Información referenciada con **bibliografía científica**.
- Opción de 2 grupos de Octubre - Diciembre 2023:
 - Grupo 1: **Martes 18.30-20.30h**
 - Grupo 2: **Jueves 19h-21h.**
- **Modalidad online.**
- **180 horas.**
- **Clases grabadas para poder verlo en diferido.**
- Sesiones grupales de **resolución de dudas.**



Pagos y reserva de plaza.

- Reserva plaza:
 - Antes del 15 de Julio: 150€
 - A partir del 16 de Julio: 200€

Descuento de 15€ del precio final por cada persona que traigas.





¿Quién soy?

Soy Alba Campos Lizcano, Enfermera especialista en Enfermería Familiar y Comunitaria y Psiconeuroinmunóloga, curiosa y crítica y entusiasta por naturaleza.

Estudí enfermería y, poco después, hice la especialidad de Familiar y Comunitaria con la intención de "promover la salud desde la base", considerando la Atención Primaria como eje vertebral del sistema sanitario.

Cuando fui consciente de que no tenía ningún sentido "separar el cuerpo" por órganos o sistemas, como hace el modelo biomédico occidental, me formé como Psiconeuroinmunóloga en la escuela Regenera, herramienta con la que actualmente acompaño procesos de salud.

Formo parte de COS, una Cooperativa de Salud Integrativa en la que trabajamos en equipo sobre los procesos de salud de las personas que acompañamos, con una mirada interdisciplinar y respetuosa con los propios procesos.

También formo parte de Kumeia "Laboratori de Salut". Junto con mis compañeras, co-creamos espacios generadores de salud, considerándola como una herramienta de transformación social.

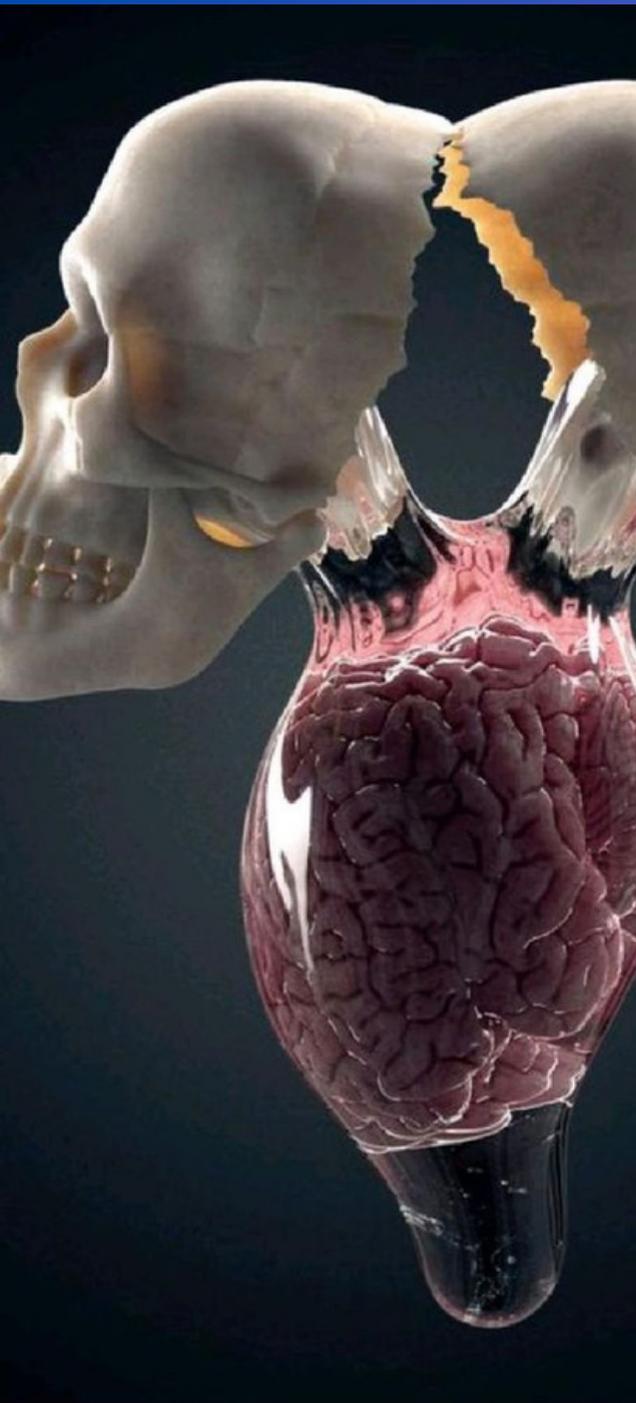
Si queréis saber más sobre mí, podéis consultar mi blog "

Salud Conciencia".



Kumeia
laboratori de salut

**Salud
Conciencia**



Psiconeuroinmunología aplicada a la Atención Primaria.

:
Octubre - Diciembre 2023.

- Grupo 1: Martes 18.30-20.30h
 - Grupo 2: Jueves 19-21h
- 180h.

Modalidad online.
Posibilidad de hacerlo en diferido.
Plazas limitadas.

Más información:

@alba.pni.saludconciencia2.

+34 658115781



Kuməia
laboratori de salut

**Salud
Conciencia**