

 **Pruimboom**
Institute



Curriculum

Corso Introduzione alla psiconeuroimmunologia clinica



www.pruimboominstitute.com

Modulo 1

Nutrigenomica e nutrigenetica

Contenuto

Questo modulo inizia con una breve introduzione alla psiconeuroimmunologia clinica in generale, svelando i misteri di come la mente, il corpo e il sistema immunitario siano interconnessi.

Vengono esplorate due questioni fondamentali per la salute umana: l'impatto della nutrizione e della malnutrizione e come queste sfide abbiano creato un genoma e un epigenoma durante il processo evolutivo dell'*Homo sapiens*.

Successivamente, ci addentreremo nell'affascinante mondo dell'impatto della dieta, dell'esercizio fisico e dei ritmi sulla nostra salute generale. Scopriremo come questi elementi plasmano la nostra identità, influenzano il nostro benessere e influenzano il nostro comportamento. Esploreremo anche i segreti della nutrigenomica e della nutrigenetica, rivelando come le nostre scelte alimentari, le abitudini di esercizio fisico e lo stile di vita possono influenzare direttamente l'espressione dei nostri geni.

La cultura ha cambiato il nostro contesto e la vita moderna ha un impatto notevole sulla nostra salute, alterando la comunicazione tra i sistemi biologici che compongono il nostro corpo. La fisiologia e la salute dipendono da questa comunicazione tra i sistemi, quindi inizieremo questo viaggio esplorando i diversi modi di comunicare attraverso i neurotrasmettitori, le citochine e gli ormoni.

Obiettivi di apprendimento

Lo studente:

- Imparerà la PNI clinica come scienza.
- Imparerà la connessione tra diversi organi attraverso ormoni, neurotrasmettitori e citochine.
- Comprenderà la PNI e inizierà ad applicare queste conoscenze a se stesso e alla propria area di specializzazione.

Modulo 2

La nutrizione come medicina

Contenuto

L'alimentazione è una delle parti più importanti di quella che dovrebbe essere la medicina. È stata utilizzata come medicina per migliaia di anni per aumentare la resistenza, migliorare la salute e aumentare il quoziente intellettuale. L'alimentazione è un intervento universale, proprio come il sonno o l'esercizio fisico, ed è essenziale per recuperare la salute. Questo modulo analizza gli effetti dei diversi tipi di alimenti e nutrienti, nonché gli effetti della frequenza e dell'orario dei pasti. Analizza anche i momenti ottimali per mangiare, con particolare attenzione al digiuno intermittente. Scopri le cause delle malattie legate a una cattiva alimentazione, comprendi come funziona la barriera intestinale, la sua permeabilità, l'importanza

di mantenerla intatta per prevenire l'endotossiemia e analizza come l'ambiente influenza l'espressione dei nostri geni.

Obiettivi di apprendimento

Lo studente:

- Capirà quali ritmi alimentari sono più benefici per la salute e come utilizzare diverse strategie, come il digiuno intermittente, per indurre uno stato chetogenico.
- Imparerà quali parametri misurare per valutare l'impatto metabolico dei propri interventi.
- Imparerà lo "stato dell'arte" in materia di micro e macronutrienti, nonché di nutrienti e antinutrienti e il loro impatto sulla salute umana.

Modulo 3

Enzimi, ormoni

Contenuto

Il metabolismo è il sistema fondamentale della vita, quindi questo modulo si concentra sull'approfondimento della nostra comprensione della funzione degli enzimi e di come possiamo manipolarla. Esploreremo i catalizzatori e i fattori che ne limitano l'efficacia, tenendo conto sia dell'influenza della chimica, come il pH e i cofattori, sia della fisica, come la temperatura, la luce e i campi magnetici, sulla loro funzionalità.

La distribuzione dell'energia guida l'evoluzione e questo processo è facilitato dagli enzimi. In questo modulo esploreremo l'importanza vitale dell'attività enzimatica e come possiamo migliorarla positivamente attraverso l'esercizio fisico, la dieta e i cambiamenti comportamentali. Le vitamine del gruppo B sono essenziali per lo sviluppo della vita e agiscono come cofattori per il 31% dei nostri enzimi. Sono essenziali per la produzione di energia, il metabolismo e, quindi, il mantenimento della vita stessa.

Obiettivi di apprendimento

Lo studente:

- Comprenderà come funzionano gli enzimi e gli ormoni.
- Comprendere come l'esercizio fisico, la dieta e i cambiamenti comportamentali possono influenzare la funzione enzimatica.
- Sapere che: tutto è collegato attraverso vie neuronali e umorali.

Modulo 4

Neurotrasmettitori e medicina sistemica

Contenuto

Questo modulo si concentra sullo studio del connettoma umano, approfondendo la nostra comprensione dei neuromessaggeri e delle citochine. La comunicazione neuroimmunologica, sia a livello neuronale che umorale, è essenziale per mantenere la flessibilità omeostatica. Esploreremo anche altri messaggeri prodotti da tessuti specifici, come le adipochine, le miokine e le epatocine. Negli esseri umani, tutto è interconnesso e questa interconnessione è alla base della nostra straordinaria capacità di adattarci ai cambiamenti contestuali e di interagire con l'ambiente.

Qual è il ruolo dei neurotrasmettitori nella comunicazione tra cervello, sistema immunitario, società e geni? In che modo lo stress influisce sul sistema immunitario? Nel corso di questo modulo esploreremo come possiamo influenzare la funzione dei neurotrasmettitori attraverso l'esercizio fisico, la dieta, l'esposizione al freddo e i cambiamenti comportamentali in base alle emozioni che proviamo. Analizzeremo anche l'importanza di un approccio olistico per le persone con sintomi multipli. Esamineremo il controllo del sistema nervoso autonomo e l'importanza della vita intermittente. Discuteremo anche la necessità di una medicina globale integrativa che tenga conto delle pandemie, delle persone e delle loro interazioni. Tutte queste conoscenze saranno applicate come strategie terapeutiche nella pratica clinica.

Obiettivi di apprendimento

Lo studente:

- Comprenderà come funzionano i trasmettitori neurologici e immunologici.
- Saprà come influenzare la funzione dei trasmettitori attraverso l'esercizio fisico, la dieta e i cambiamenti comportamentali.
- Svilupperà una comprensione sistematica per un approccio più efficace ai propri clienti o pazienti.

Modulo 6

Medicina sistemica e fisica quantistica

Contenuto

La medicina sistemica si profila come un elemento cruciale nell'approccio alle persone affette da malattie croniche. Non siamo solo chimica, siamo anche fisica. In questo modulo esploreremo la profonda connessione tra la fisica quantistica e la medicina sistemica. L'essere umano può essere inteso, da un punto di vista energetico, come un'entità biologica altamente efficiente.

Pertanto, non possiamo ignorare il ruolo fondamentale dei mitocondri come organelli fondamentali per il mantenimento e la produzione di energia. Gli esseri umani si sforzano di raggiungere la massima

efficienza energetica.

Sebbene la fisica quantistica sia ancora agli albori in campo biologico, ne riconosceremo il ruolo vitale in importanti processi biologici. Discuteremo i fondamenti della vita e dell'Homo sapiens, sottolineandone l'importanza per la scienza contemporanea e la sua evoluzione. Prenderemo anche in considerazione il concetto di Vita Intermittente come approccio olistico al trattamento dei sistemi biologici.

Obiettivi di apprendimento

Lo studente:

- Apprenderà i concetti di base della fisica quantistica applicati alla biologia.
- Sarà in grado di svolgere una sessione di apprendimento approfondita sul tema della medicina dei sistemi.
- Sarà in grado di applicare concetti e modi di pensare basati sulla medicina dei sistemi a persone affette da malattie croniche.

Modulo 6

È tutta una questione di energia

Contenuto

In questo ultimo modulo approfondiremo il tema dell'energia, poiché ripristinarne la distribuzione è l'obiettivo principale per chi soffre di malattie croniche e per mantenere la salute in generale. Impareremo il complesso processo decisionale, sempre basato sulla comunicazione tra il cervello e il sistema immunitario, che svolgono un ruolo cruciale nella nostra salute. Il processo decisionale si basa sulla valutazione e sull'analisi metabolica; la decisione di muoversi o meno, di mangiare o meno, tutte queste decisioni dipendono dai livelli di energia e dai vari processi di produzione di energia.

Tutto ruota intorno all'energia: la stessa evoluzione è incentrata su di essa. In medicina, la distribuzione dell'energia all'interno degli organismi e tra di essi è una delle leggi fondamentali. Imparerete a regolare questa distribuzione di energia. Analizzeremo i cambiamenti nella distribuzione dell'energia che si verificano durante la risposta allo stress e come l'attività bioritmica regola questo processo.

Obiettivi di apprendimento

Lo studente:

- Imparerà che affrontare la distribuzione dell'energia e ripristinare i livelli energetici è il primo passo.
- Imparerà ad applicare strategie iniziali di recupero energetico.
- Sarà in grado di applicare questi concetti nella sua pratica quotidiana.

"Questo corso fornirà una panoramica fondamentale dei complessi meccanismi e delle interrelazioni di tutti i sistemi corporei. Esplorerà l'applicazione della biochimica, della fisiologia, della biologia e dell'anatomia nel contesto della PNI clinica"



Pruimboom Institute



Scarica questo file in PDF.