

# PNI clínica: un viaje de descubrimiento científico, profesional y personal

| *Dr. Leo Pruimboom*

Estoy encantado de poder llevarte a un viaje de descubrimiento a través del plan de estudios del curso de formación en psiconeuroinmunología clínica. Voy a contarte todo sobre nuestro punto de partida, hacia donde nos conduce el viaje y cómo vamos a llegar allí. De esa forma tendrás una buena impresión del desarrollo científico, profesional y personal que vas a experimentar en el curso de formación de tres años en PNI clínica de PNI Europe.

Antes de empezar el viaje conviene saber que está construido alrededor de tres pilares: comprender cómo funciona, saber de dónde proceden y aplicar los conocimientos en la práctica clínica. Cada nuevo destino se enlaza de forma precisa con el anterior y va añadiendo siempre nuevos conceptos exclusivos. En ellos, la medicina preventiva y curativa del estilo de vida tiene un papel protagonista: las habilidades de tratamiento y la psicología se adquieren a lo largo de toda la formación.

Desde el principio del curso tendrás una buena noción de lo que va a aprender en los siguientes tres años, de modo que pueda considerar el primer módulo como un itinerario para que enseguida tenga en perspectiva un objetivo de desarrollo profesional y personal. Además, haremos que pueda poner pronto en práctica los primeros conocimientos que haya adquirido.

## **De la prehistoria hasta hoy**

¿Cómo nos hemos convertido en lo que somos ahora? Es evidente que la respuesta a esta pregunta no solo les interesa a los paleoantropólogos: la evolución humana también merece un papel central dentro de la ciencia médica actual. Y es que la medicina no es nada sin la biología, ni esta a su vez lo es sin la ciencia evolutiva. Por eso, nuestro viaje comienza en la prehistoria, de la cual estudiaremos los factores de presión evolutiva que nos han hecho humanos. Después avanzaremos en el tiempo y observaremos las patologías actuales y cómo la biología evolutiva puede aumentar la potencia de las intervenciones psiquiátricas y médicas actuales.

Por supuesto, daremos a conocer lo antes posible el aspecto práctico de la PNI clínica. Para ello trataremos ya muy pronto, desde el punto de vista evolutivo, una de las causas más frecuentes de los problemas de salud: el estrés. El estrés transitorio no es más que una reacción de huida-lucha que,

evolutivamente, es extraordinariamente útil. Los problemas comienzan dentro del contexto actual, en el que el estrés se cronifica. Hablaremos de intervenciones con las que podemos restablecer la homeostasis tras estrés agudo o crónico a través del hipotálamo. Además, trataremos por primera vez el papel central del sistema inmune.

Al sistema inmune le gusta acaparar tanta energía como sea posible a costa de los demás sistemas. Por eso decimos que el sistema inmune es "egoísta". El resultado será que ya nunca podremos prescindir de él a la hora de hablar de la salud y la enfermedad. En la consulta debemos tenerlo en cuenta, o correremos el riesgo de tratar las consecuencias y no las causas. Esto no solo es aplicable a las molestias físicas, sino, naturalmente, también a las psíquicas.

*“La medicina preventiva y curativa del estilo de vida tiene un papel protagonista en el curso de formación”*

## **La fuerza de la resoleómica**

También profundizaremos muy pronto en el curso en la queja más frecuente en la consulta cotidiana: el dolor. Le enseñaremos qué intervenciones naturales ayudan y cuáles no, pero también que el cuerpo dispone de un fabuloso mecanismo evolutivo para resolver las molestias por sí mismo: la resoleómica. Es un sistema que ha tenido millones de años para perfeccionarse, pero que en nuestra sociedad medicalizada parece haber caído en el olvido. Cuando le devolvemos su lugar prominente a este mecanismo, la recuperación se acelera.

A propósito, también nuestros órganos internos y huesos han atravesado juntos una larga evolución. Por eso trataremos los trastornos del tubo digestivo (por ejemplo, del hígado y el páncreas) al mismo tiempo que el esqueleto. A este respecto, también hablaremos de las interrelaciones con otros órganos, el cerebro y el sistema inmune. Y es que los órganos internos y los huesos deben ser considerados elementos interdependientes del sistema integral que es el ser humano.

#### **De cuadros clínicos “simples” a complejos**

Al acabar el primer curso de adquisición de conocimientos, conceptos y aplicación, se habrán colocado los cimientos de la PNI clínica. Ahora ya está lo suficientemente formado para hacer sitio a los conocimientos y habilidades obtenidos dentro de un proceso diagnóstico que descubra las causas subyacentes de la salud y la enfermedad.

*“Se especializará en estrategias de tratamiento de PNIc que pueden aplicarse dentro del entorno personal, la atención sanitaria, el mundo del deporte y la vida empresarial.”*

Además, ha llegado el momento de hacer avanzar nuestro tratamiento desde problemas de salud “sencillos” a cuadros clínicos cada vez más complejos. La P de PNI tiene un lugar cada vez más central. La integración se realiza a través del concepto de los tres sistemas egoístas (el cerebro, el sistema inmune y el metabolismo), que son responsables, colectiva o individualmente, de la salud y la enfermedad.

Pero no solo nos limitamos a las interacciones entre los órganos internos: también tratamos ampliamente el ser humano dentro de su entorno. Desde ahí iremos desarrollando paulatinamente una manera de pensar y tratar que es imprescindible para aplicar la PNIc en pacientes con afecciones complejas.

Aprenderá cómo realizar una anamnesis PNIc y cuál es el papel de los cinco metamodelos. También será el turno de tratar técnicas de entrevista psicológicas. Además, abordaremos otros instrumentos, como el análisis químico clínico, y mostraremos su valor añadido dentro del diagnóstico PNIc. Así estará bien preparado para luchar contra la carga patológica actual con medicina centrada en el estilo de vida.

#### **La carga patológica actual**

La vida sedentaria y la falta de ejercicio físico son factores de riesgo para el desarrollo de enfermedades crónicas. También todo tipo de factores alimentarios (como el contenido, la frecuencia y el momento) pueden provocar alteraciones en los sistemas y sus interacciones, como nuestro biorritmo. Por eso, todos los tratamientos comienzan con dos cosas que tienen que tener un papel protagonista en el ser humano: la alimentación y el ejercicio. De esta forma se pueden prevenir o curar muchas de las patologías actuales. Tómese el ejemplo de la hipertensión:

los últimos avances han demostrado que puede aparecer como consecuencia de la neuroinflamación del hipotálamo. En la raíz de esta inflamación hay, a su vez, numerosos factores de riesgo en los que se puede influir poco a poco a base de dieta, ejercicio y estilo de vida. ¿Para qué seguir recurriendo a los betabloqueantes?

A la búsqueda de respuestas, exploraremos las conexiones entre el sistema cardiovascular, los pulmones y los riñones y sus interacciones con otros órganos, el cerebro, el sistema inmune y el metabolismo. ¿Y el tratamiento? Lo introduciremos de forma lógica con ayuda de mecanismos de acción, metamodelos, la película de la salud y la jerarquía de las prioridades. Además, haremos distinciones, entre otros, por sexo y edad. Lo cierto es que estos dos factores tienen una gran influencia en el funcionamiento de todos los órganos internos y sistemas orgánicos. Por tanto, aprenderás a traducir los principios universales de la PNIc en un tratamiento personalizado para niños, hombres, mujeres y personas mayores.

#### **PNIc y sociedad**

Ahora que han pasado dos años, ha llegado el momento de integrar todos los conocimientos. Al mismo tiempo, podemos movernos “hacia afuera”: la integración de la inmunología, la neurología y la psicología con la sociedad en su conjunto. Obtendrás una panorámica sobre las estrategias de tratamiento de PNIc que pueden aplicarse dentro del entorno personal, la atención sanitaria, el mundo del deporte y la vida empresarial, y continuarás tu especialización en ellas. Ahora es el momento adecuado para colocar la P en su lugar destacado dentro de la PNI.

*“En la raíz de la inflamación hay numerosos factores de riesgo en los que se puede influir poco a poco a base de dieta, ejercicio y estilo de vida.”*

Integrando todos los conocimientos de los dos cursos anteriores, podemos volver a considerar al ser humano lo que es: un superorganismo. Lo que hacemos y pensamos es el resultado de una compleja interacción de nuestros sistemas internos con el mundo exterior. Por eso, en este módulo utilizamos el modelo del texto/contexto, en el que el texto sería, por ejemplo, el “ser humano” y el contexto, su “entorno”.

Además, veremos cómo el elemento contextual más importante está escondido dentro de nosotros mismos: nuestro microbioma. Para clarificar la trascendental influencia que este sistema tiene en nosotros y poder actuar sobre él, estudiaremos, entre otros, el eje microbiota intestinal-cerebro y la patología de las enfermedades neurodegenerativas.

#### **Psicología y estilo de vida**

Después de dos años, ya cuenta con el fondo necesario para aplicar intervenciones de PNic (como el aprendizaje

profundo) para controlar el comportamiento. Estudiaremos la influencia de la psique en el funcionamiento general del ser humano y viceversa. También examinaremos de cerca cómo es verdaderamente la bioquímica, la física, la endocrinología y la inmunología del comportamiento. Le daremos todo lo que necesite para manejar de forma eficaz y responsable la parte emocional del ser humano en el marco de la consulta.

Aglutinaremos todos los conocimientos que ha ido adquiriendo sobre medicina preventiva y curativa del estilo de vida y estudiaremos el papel que puede desempeñar dentro de la atención sanitaria actual. Trataremos la influencia que tiene el campo de fuerza político y económico sobre la atención sanitaria y cómo puede afectar al bienestar de tu cliente. También hablaremos de las intervenciones que le ayudará a hacer que su cliente sea fiel al tratamiento y que no vuelva a caer en viejos patrones.

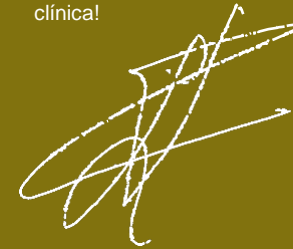
Finalmente, el deporte tiene una posición destacada dentro de la sociedad actual. Cada vez más personas corren maratones, participan en triatlones y montan en bici de forma intensiva. Los deportistas de élite son los modernos ídolos del pueblo y tienen que tener un rendimiento cada vez mejor. Los conocimientos y habilidades que adquirirás en este módulo te ayudarán a asesorar de forma eficaz a deportistas (aficionados o de élite) en el terreno del tratamiento y prevención de lesiones, la mejora del rendimiento y la tolerancia al estrés. Todo ello, por supuesto, sobre un trasfondo evolutivo.

#### **PNic y filosofía de vida**

Al final del viaje nos detendremos en todos los conocimientos y

habilidades que hemos conquistado con arduo trabajo en los tres años anteriores. No podemos por menos que concluir que la PNI clínica es mucho más que una mera ciencia práctica de la salud: es una manera de pensar, una filosofía de vida, aplicable a cada aspecto de la vida y la sociedad. Con la psiconeuroinmunología clínica estarás completamente preparado para desempeñar un papel decisivo en ellas.

Es un placer darle la bienvenida a este viaje de descubrimiento científico, profesional y personal, ¡la psiconeuroinmunología clínica!



Dr. Leo Pruimboom