

DISFUNCIÓN TIROIDEA. CONDUCTA, ALIMENTACIÓN Y BIOENERGÉTICA

Duración: 20h.

Fechas: dos fines de semana: 29 y 30 de enero y 12 y 13 de febrero de 2022.

Horario: 29 y 30 de enero (sábado de 10 a 14h y de 16 a 20h; domingo de 10 a 14h); 12 y 13 de febrero (sábado y domingo de 10 a 14h).

Porque acompañar un proceso de salud tan complejo como es el relacionado con la glándula tiroides requiere un abordaje integral y holístico, te proponemos un enfoque transversal que une lo fisiopatológico, lo bioenergético y lo experimental desde el yoga y la meditación.

Desde IEN hemos pensado este curso para que nuestros alumnos sepan reconocer los tipos de desequilibrios tiroideos, para que sean capaces de realizar una anamnesis completa y tengan herramientas de acompañamiento en consulta o a nivel personal.

Este curso es para ti si:

- Te interesa entender y profundizar en los desequilibrios hormonales.
- Buscas ayudarte o ayudar a tus pacientes desde un nuevo enfoque que te diferencie.
- Quieres trabajar la escucha abierta para acompañar a las personas en sus diferentes fases de sanación.
- Te interesa la alimentación consciente.
- Quieres herramientas para gestionar el estrés emocional crónico.
- Estás dispuesta/o a experimentar y a indagar en ti desde diferentes ámbitos.

La profundización en la patología tiroidea está siendo una necesidad en el campo terapéutico. Debido a la variada gama de alteraciones que presenta, requiere un abordaje integral desde el conocimiento de la fisiopatología, del sistema bioenergético implicado, de la inmunonutrición y también de la alimentación consciente (*mindfuleating*). Todo ello contribuirá a que el acompañamiento en consulta, a nuestro propio proceso o a personas de nuestro entorno, sea amplio, profundo, rico y transversal, reconociendo a la persona en un proceso de sanación y auto-indagación necesario y maravilloso.

OBJETIVOS

1. **Saber** reconocer el tipo de desequilibrio tiroideo y los sistemas implicados a nivel neuroinmunológico.
2. **Conocer** herramientas para actuar sobre la epigenética de la alteración del desequilibrio hormonal y manejar los mecanismos de acción y estrategias que el organismo despliega.
3. **Ser capaz** de realizar una anamnesis completa (analítica, pruebas diagnósticas necesarias, funcionamiento del eje neuroendocrino, interrelación con otros sistemas corporales, necesidades energéticas, hábitos de conducta...)
4. **Sentir** el acompañamiento en el proceso desde un punto de vista integral, no solo científico, sino desde la escucha abierta a lo que la persona necesita en cada una de las fases de sanación (regeneración nocturna, biorritmo, libertad personal en la cadencia de los cambios, autodisciplina, permiso y coherencia cardíaca...)
5. **Experimentar** kriyas meditativas y yóguicas relacionadas con procesos energéticos implicados en alteraciones tiroideas y gestión del estrés emocional crónico.
6. **Comprender** la enfermedad como una oportunidad de toma de conciencia en nuestro proceso de aprendizaje.

METODOLOGÍA

Las clases se realizarán vía online en directo vía Zoom. La herramienta didáctica será participativa y estará integrada con la experiencia de kriyas meditativas.

A QUIÉN VA DIRIGIDO

Este curso está dirigido a naturópatas, nutricionistas, terapeutas, estudiantes de la salud, profesionales que ejercen en consulta y todas aquellas personas que deseen ampliar sus conocimientos para adquirir estrategias específicas para trabajar en consulta con personas con desequilibrios hormonales.

MÉTODO DE EVALUACIÓN

Se realizará una evaluación continua en cada uno de los apartados del curso.

VENTAJAS

- **La transversalidad** de esta formación hace que las herramientas que se ofrecen sean eclécticas, precisas y necesarias a la hora de acompañar un proceso de salud tan complejo como es el relacionado con la glándula tiroides.
- **La didáctica** de la formación se lleva a cabo desde el pilar fundamental de la experimentación y la autoindagación para que se dé una comprensión profunda de la alteración en la salud.
- **La visión de la salud** que proporciona la formación desde la ciencia y la conciencia permite acompañar desde una conciencia holística e integral los procesos hacia la prevención de la enfermedad y el bienestar y/o su restablecimiento.

PROGRAMA

INTRODUCCIÓN.

BLOQUE I: NEUROINMUNOLOGÍA

1. Anatomía.
2. Fisiología.
3. Funciones de la glándula.
4. Relación con otros sistemas y órganos. HPT, HPA Y HPG.
5. Fisiopatología en función de la alteración que presente la glándula.
6. Hipotiroidismo, Tiroiditis de Hashimoto.
 - Autoinmunidad, reclutamiento sistema inmunológico adaptativo.
 - E. Coli y H. Pilory (sintomático o asintomático)
 - Polimorfismo genético
 - Carencia de nutrientes
 - Apertura de barrera
 - Intolerancia alimentaria (caseína y gliadina)
 - ACE
 - IPE
 - Implicación hepática en las CYP
 - Yatrogenia
 - Carencias de nutrientes específicos (vitamina D, SE, yodo, vitamina A...)
 - Disruptores endocrinos específicos (bisfenol, exo estrógenos...)
 - Mecanismo de mimicry
 - Semiología
7. Hipertiroidismo, enfermedad de Graves-Basedow.

BLOQUE II: HERRAMIENTAS DESDE LA CIENCIA Y LA CONCIENCIA. SEMIOLÓGIA DE LA ALTERACIÓN TIROIDEA.

1. Falta de concentración (secuestradores atencionales: endógenos y exógenos).
2. Estrés crónico y agudo.
3. Resistencia a insulina (cerebral, hepática...)
4. IBG
 - (a) Factores antropogénicos
 - (b) Bacterias implicadas en el *quorum sensing*
 - (c) Barreras inmunológicas
5. Baja energía (outputs e inputs), atención y concentración, herramientas desde la autonomía atencional y la atención plena. IPE.
6. Alteraciones digestivas.
7. Cerebro no permisivo.
8. Biorritmo retrasado (Activación nocturna, lentitud en la activación diurna nadir / acrofase)
9. Sueño no reparador (Zeitgebers), biorritmo.
10. Confusión. Qué es lo que la enfermedad viene a enseñarnos.
 - Acompañamiento desde la meditación terapéutica (cómo implantar hábitos meditativos en nuestra rutina diaria).
 - Yoga y meditación terapéuticas relacionadas con alteración de la glándula y gestión del estrés crónico.
 - Orden en los pasos del tratamiento (redistribución energética, reparación de las barreras, balance neuroinmunológico, reprogramación, regeneración y detoxificación).

BLOQUE III: INMUNONUTRICIÓN Y ALIMENTACIÓN CONSCIENTE

1. Antinutrientes.
2. Nutrientes específicos en cada uno de los pasos de tratamiento.
3. Suplementación (incongruencias, interacciones, absorción, sinergias...)
4. Hambre, ansiedad y energía (rutas serotoninérgica, gabaérgicas, pranayamas específicos para las compulsiones, etc...)
5. Estrés y patología de tiroides (deiodinasas, T3, rT3 Y 4FF: IL1, IL6, FNT e interferón gamma). Vitamina A, vitamina D3, selenio y yodo.

Imparten: Mónica Catalán y Fernando Aparicio.