

# Integración en Salud

## PNIE

Modelo integrador:  
PSIQUIS  
SOMA  
ENTORNO



**PsicoNeuroInmunoEndocrinología**  
Nueva disciplina para la comprensión de los procesos de salud y enfermedad

El ser humano es por su naturaleza **Psicosomático**

**Ni Psicogénesis** →  
**Ni Biogénesis** →

Comprende al ser humano como una unidad.  
Las enfermedades no son orgánicas o psicológicas.  
Hablamos de psicosomas.



⚠ **Distrés o estrés negativo** ⚠  
Los estados crónicos de tensión, tristeza, angustia y desesperanza, producen respuestas de estrés negativo (o "distrés") con repercusiones inhibitorias en el sistema inmune.

El factor estresante puede dar diferentes respuestas en distintos individuos, pero también, en el mismo sujeto, en diferentes etapas de su vida.

El ser humano tiene la capacidad de producir cambios.  
¿Qué es la resiliencia?  
La capacidad de cambiar mediante la experiencia... es posible toda la vida.

Resiliencia es un atributo biológico y genético...  
El ser humano tiene una capacidad de adaptación y resiliencia...  
El ser humano tiene una capacidad de adaptación y resiliencia...  
El ser humano tiene una capacidad de adaptación y resiliencia...



El ser humano tiene una capacidad de adaptación y resiliencia...  
El ser humano tiene una capacidad de adaptación y resiliencia...  
El ser humano tiene una capacidad de adaptación y resiliencia...

El ser humano tiene una capacidad de adaptación y resiliencia...  
El ser humano tiene una capacidad de adaptación y resiliencia...  
El ser humano tiene una capacidad de adaptación y resiliencia...





# PsicoNeuroInmunoEndocrinología

Nueva disciplina para la comprensión  
de los procesos de salud y enfermedad

Modelo integrador :

PSIQUIS

SOMA

ENTORNO



PsicoNeuroInmunoEndocrinología

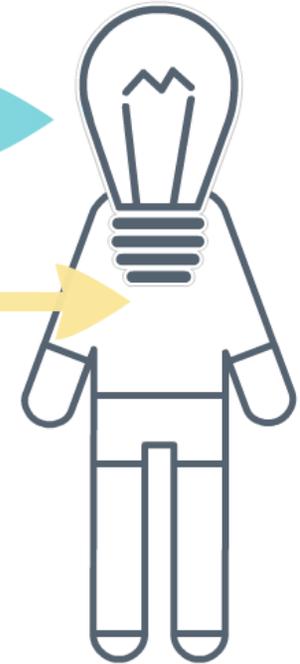
Nueva disciplina para la comprensión  
de los procesos de salud y enfermedad

El ser humano es por naturaleza **PsicoSomático**

Ni Psicogénesis



Ni Biogénesis

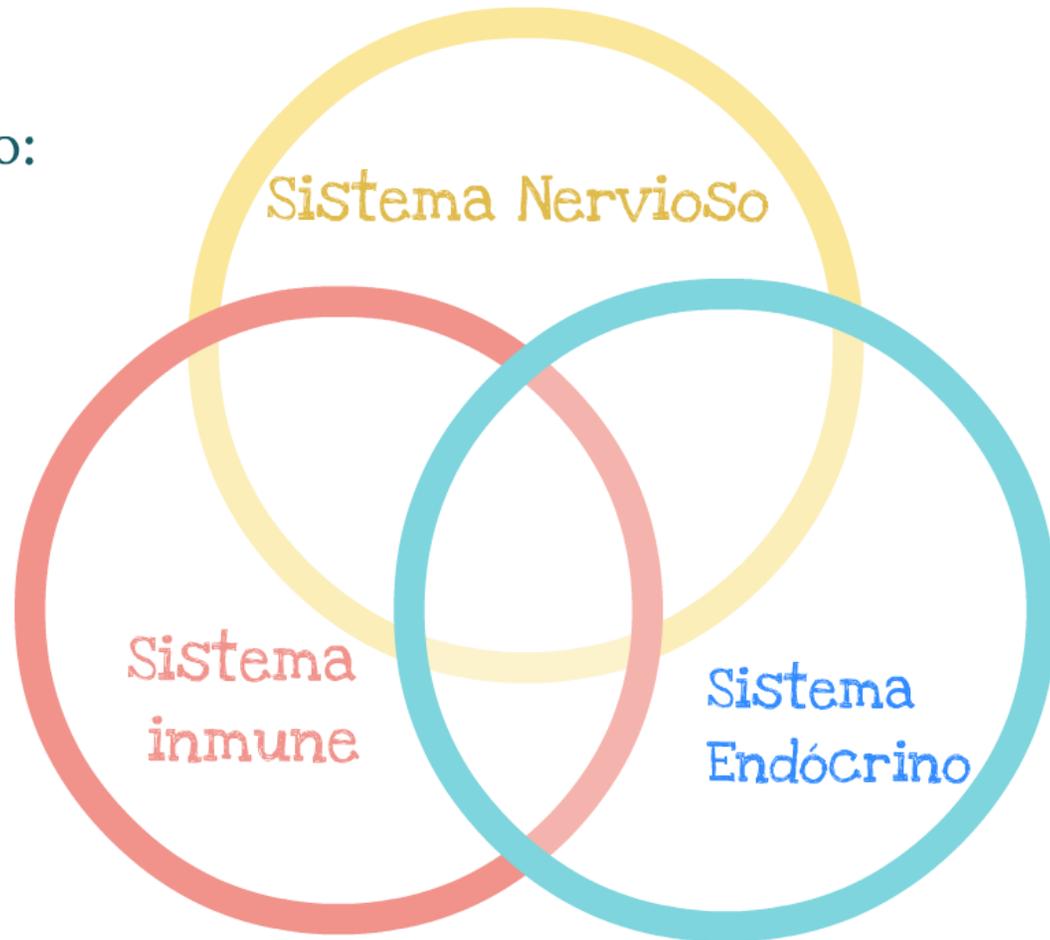


Comprende al ser humano como una unidad.

Las enfermedades no son orgánicas o psíquicas.

Hablamos de predominios.

Relación mente-cuerpo:



El ser humano es un **sistema abierto**.  
Todo está relacionado con todo.

Cualquier cambio en un sistema va a producir cambios en los otros sistemas.

**Ejemplos:**

- Un cambio hormonal va a afectar en lo psíquico.
- Una infección también va a afectar nuestro ánimo.
- Un duelo, puede traer insomnio, falta de apetito.
- Etc.

Frente a una enfermedad tenemos que tener presente...

# Convergencia temporal



Circunstancias presentes

El ser humano está en continuo flujo de intercambio con el entorno.

Ejemplos Farmacología, Psicoterapia, etc.

No hay certezas pronósticas.  
Hablamos de probabilidades.

# Si la persona se cierra...

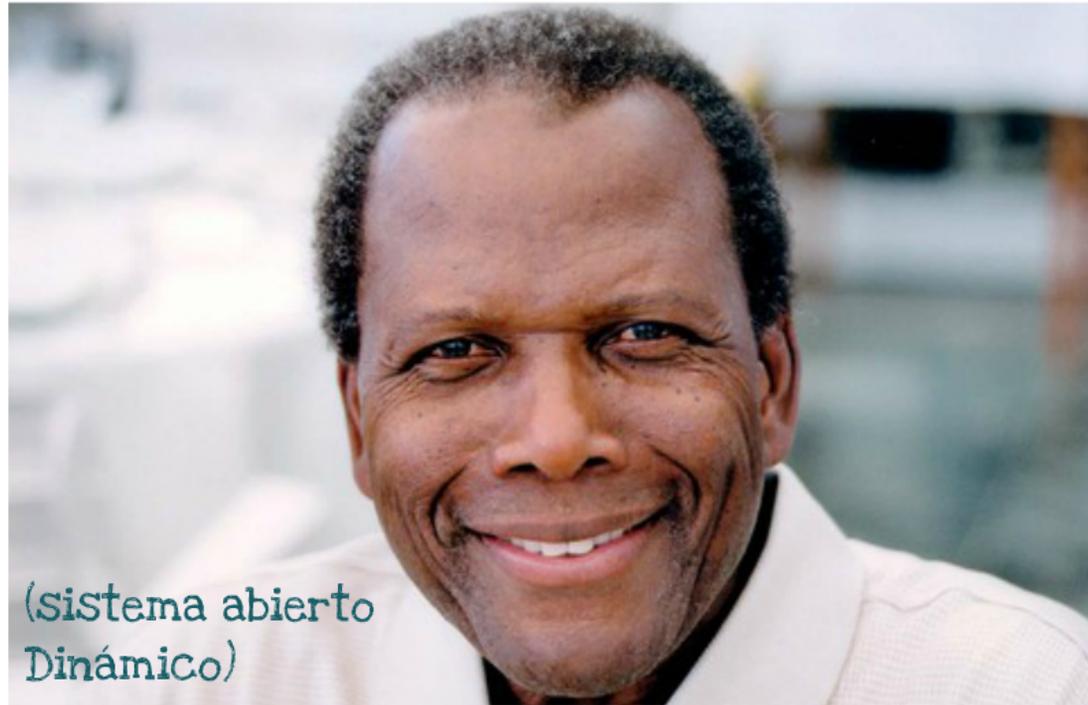


Deja de recibir estímulos

Evolución predecible

(sistema cerrado  
Estático)

## Si la persona se abre...



Incorpora estímulos positivos

El ser humano es una configuración única y no podemos hablar de certezas pronósticas.

### Interactúa:

- lo genético
- factores adquiridos a lo largo de su historia bio-psíquica
- las circunstancias actuales
- expectativas futuras - memoria del futuro

# Presente

# Pasado

# Futuro



# Expe



Se relaciona con un entorno:

- físico- ambiental
- Socio- cultural

Se combina con factores:

- biológicos
- cognitivos
- psicoemocional-vincular
- Socio-ecológicos
- espirituales

Todo esto da un estado de salud.

Ej- cómo es la vivienda, si entra el sol, si es húmeda, si hay ruidos.

Por lo tanto el ser humano es un todo psicosomático  
Ej- Depresión, cambio postural, en el sueño y apetito.  
Gastritis ulcerosa trae desánimo.

Simultaneidad de un acontecer (psíquico y orgánico).

Ver con quién nos vinculamos  
Y cómo nos vinculamos.

- coautores del bienestar
- coautores de la enfermedad

Todo lo que vivimos produce modificaciones en nuestros circuitos neurobiológicos.

Produce hipersensibilidad y arborificación dendrítica que pueden operar en posteriores repuestas.

El ser humano es un sistema abierto y los estímulos son captados en forma de red.

Las respuestas a esos estímulos van a depender de cada individuo y los recursos de la persona.





#### FACTORES DE ESTRÉS

- Nivelación baja en cobertura (alimentación, vivienda, trabajo)
- Factores socioeconómicos
- Factores socioculturales
- Conductas de riesgo
- Hábitos no saludables
- Situaciones traumáticas

Hoy hablamos de **estrés**

¿Qué entendemos por estrés?

No es lo que vemos exteriormente (Estar agitado)

**Es la insatisfacción de las necesidades en todas las dimensiones**

Biológica (Dormir, cantidad y calidad)

Cognitivas (cómo son nuestros pensamientos)

Psicoemocional-vincular (cómo nos vinculamos, clima emocional en el cual vivimos)

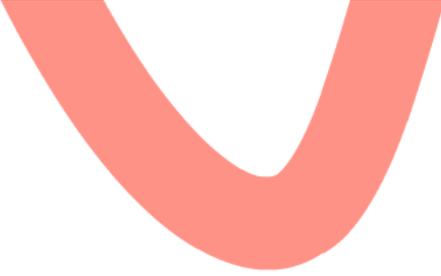
Socioecológica (Necesidades económicas, trabajo, vivienda, etc.)

Espiritual (Sentido de vida)

**Estrés:** es la respuesta normal de adaptación del ser humano ante diferentes estímulos, internos o externos.

Internos- demandas psicofísicos (ej: exceso de trabajo, falta de sueño)

Externos- calor, frío, ruido.



# FACTORES DE ESTRÉS

- 
- Necesidades básicas no cubiertas (alimentación, vivienda, trabajo).
  - Factores ambientales
  - Factores inmunológicos
  - Conductas adictivas
  - Hábitos no saludables
  - Sucesos vitales traumáticos

# Síndrome General de Adaptación o Estrés

- Es la capacidad de resolución de las tensiones provocadas en el organismo, que se acomodan en equilibrio armónico.
- Estrés: tensión necesaria para la vida. -Hans Selye
- **REACCIÓN DE ALARMA:** Si el estresor desaparece se generan mecanismos de autorregulación y se vuelve al equilibrio inicial.
- Incremento de la actividad simpática.
- Secreción de adrenalina y noradrenalina, el sujeto se prepara para la huida o lucha.
- **FASE DE RESISTENCIA:** El estresor continua produciendo una sobreadaptación, sin modificar lo que le genera malestar.
- Selye llama a la fase de alarma y resistencia etapas de afrontamiento.

# FASE DE AGOTAMIENTO

- Se pierde “energía de adaptación” y caen las estrategias defensivas y el individuo entra en una fatiga generalizada.
- Pérdida del precario equilibrio mantenido en fase de resistencia.
- Se agota la capacidad de sobreadaptación y tiene lugar la Enfermedad General de Adaptación. Debido a la acumulación de excitación excesiva crónica y constante (aumento del cortisol, toxicidad hormonal) con riesgo de lesión corporal.



**Homeostasis:** Modo en que el organismo responde ante los estímulos buscando el equilibrio (cambios de temperatura, etc.)

Los estímulos que alteran la **homeostasis**- llamados factores estresantes por ser generadores de respuestas de estrés, ponen en funcionamiento los sistemas de **Alostasis**.

**Alostasis** es la manera eficaz del cuerpo de tratar con las circunstancias medioambientales y los estímulos a que se exponen los individuos todos los días, tanto internos como externos

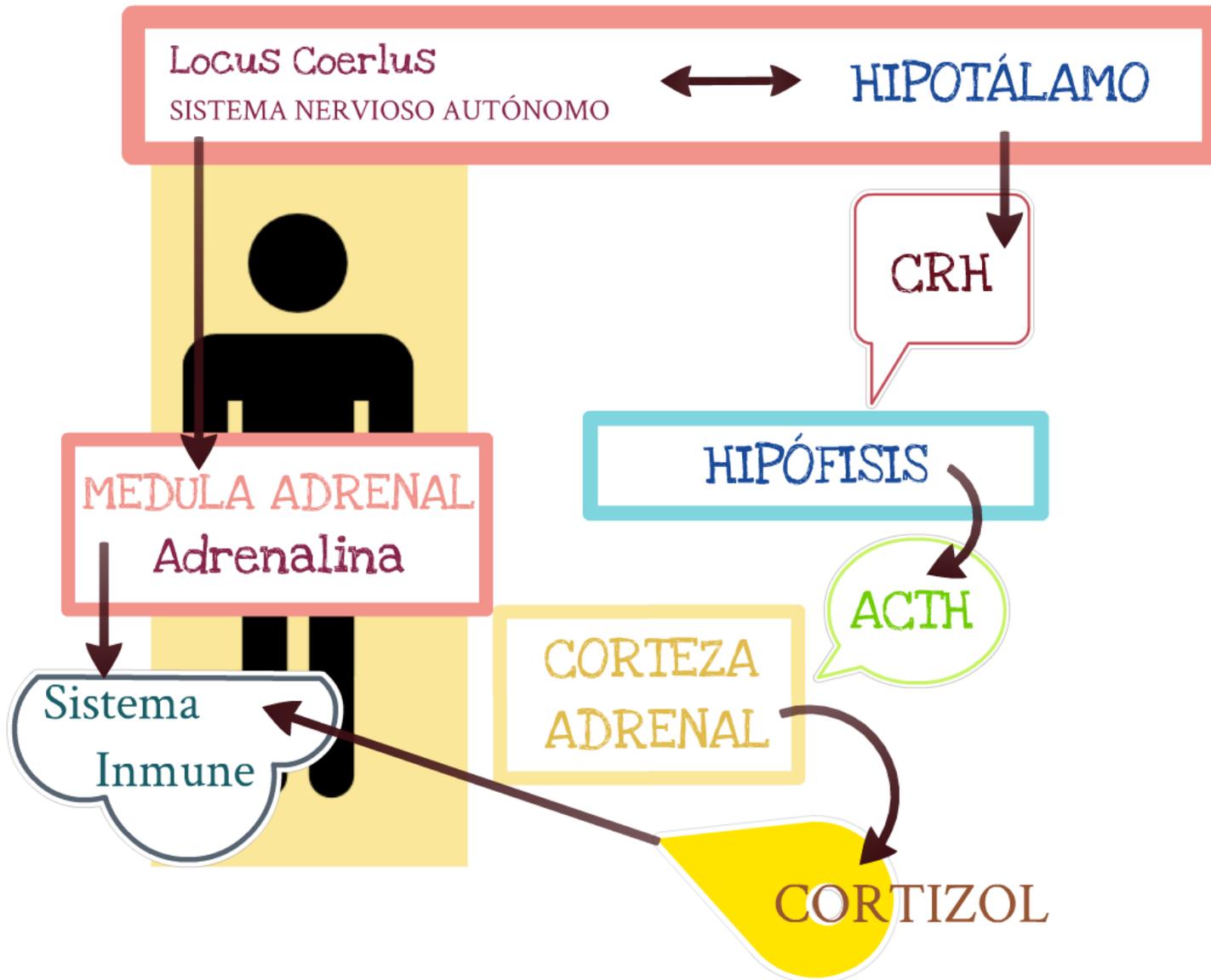
Cuando hay un abuso del sistema de **Alostasis**:

Los sistemas pueden **hiperaccionarse**: ejes HHA y Neurovegetativo

### **Sobrecarga Alostática**

Desgaste acumulativo que resulta de la hiperactividad sostenida en el tiempo, para adaptarse a las demandas constantes

Cuando un estímulo impacta nuestro sistema nervioso se activan dos ejes:



Ambos sistemas se intermodulan y afectan al sistema inmune.  
El Cortisol y la Adrenalina son inhibidores del Sistema Inmunológico.

## **Distrés o estrés negativo**

Los estados crónicos de tensión, tristeza, angustia y desesperanza, producen respuestas de estrés negativo (o "distrés") con repercusiones inhibitorias en el sistema inmune.

El factor estresante puede dar diferentes respuestas en distintos individuos, pero también, en el mismo sujeto, en diferentes etapas de su vida.

La respuesta del organismo a un estímulo va a depender de los **mecanismos de afrontamiento ó defensa del individuo**, según lo considere amenazante o no.

Ej: Si una persona vivió maltrato de niño eso va activar circuitos (de la amígdala) del miedo.

Si un niño se sintió querido y protegido y tuvo muchas experiencias de bienestar, va tener un tono basal serotoninérgico (hormona de bienestar) que es un amortiguador de las respuestas de estrés.

Toda experiencia previa va a dar circuitos generadores de futuras respuestas.





El ser humano tiene la capacidad de producir cambios.

-W. James

¿Qué es la **neuroplasticidad**?

La capacidad de cambiar mediante la experiencia  
...y es posible toda la vida.