

Módulo 1

Por qué y cómo enfermamos. Mantenimiento de la salud.

Docente

Dr. Jorge Enrique Ángel

Contenidos

- El equilibrio salud-enfermedad.
- Genética y epigenética.
- Principales factores implicados en la pérdida de la salud: nutricionales, emocionales, geoambientales y sociales.
- La importancia del estilo de vida.

Material adicional online:

- Toxicidad: causas, efectos y soluciones. Tóxicos ambientales y efecto en la salud (tóxicos químicos, disruptores endocrinos, radiaciones). Alimentos tóxicos.
- Inmunidad: factor inmunológico y enfermedad. Intestino e inmunidad. Factores dietéticos. Pruebas diagnósticas. Recomendaciones.
- Oxidación e inflamación: implicaciones en patología. Antioxidantes y cofactores enzimáticos.
- Falta de nutrientes. Principales carencias .Implicaciones en la salud.
- Factores emocionales. Evidencias. El papel del estrés. Gestión emocional.
- Factores genéticos y epigenéticos. La carga prenatal. Importancia del medio en la expresión genética. Estudios.
- Estudios clínicos y referencias bibliográficas.

Objetivos y competencias

Generales

Que el alumno conozca los principales factores externos e internos implicados en el mantenimiento de la salud y el desarrollo de patologías.

Objetivos específicos

- El alumno deberá al final de módulo reconocer los factores ambientales implicados en el mantenimiento de la salud.
- Deberá conocer la relevancia del estilo de vida para evitar el desarrollo de patologías.

Metodología y actividades

Lecturas previas

Tipo	Título/Autor	Caracter	Páginas	Enlace
Libro	Estrés oxidativo en medicina: un acercamiento al tema, por Vega Abascal, Jorge Baudilio	Recomendado	Leer completo	Biblioteca Virtual
Libro	La enfermedad y la cura: Conceptos de una medicina diferente, por Kerckhoff, Annette	Recomendado	Leer páginas 196 a 218	Biblioteca Virtual
Libro	La lucha continua: una historia de infecciones y cáncer, por Fernández Braña, Miguel	Altamente Recomendado	Leer la segunda parte, desde la página 189. La primera parte es optativa	Biblioteca Virtual
Artículo	Complementary/Integrative Therapies That Work: A Review of the Evidence	Altamente Recomendado		Link

Casos clínicos

Durante la clase el docente planteará casos clínicos para integrar los conceptos.

Dinámica

Para los participantes online se transmitirá la información con la ayuda de un moderador quien comunicará las preguntas a la clase presencial.