

¿Cómo puede ayudar la Psico-neuro-inmunología a tu salud hormonal?



Muchas parejas que llevan tiempo intentando tener hij@s acuden a mi consulta porque notan que algo les falta, quieren tener más recursos y desean tener la mejor salud posible para transitar este camino

Y es que en muchas ocasiones desconocemos que los hábitos del día a día y la carencia de sustancias esenciales, van poco a poco afectando a nuestra salud general y más específicamente a nuestra capacidad reproductora y salud hormonal.

Cómo es nuestro **descanso**, cómo es nuestro trabajo, qué nivel de **actividad o falta de ella**, cómo es nuestra **alimentación**, cómo está nuestra **microbiota**, cómo está nuestra **tiroides**, cual es nuestra situación psicoemocional, **cómo nos sentimos...** Son algunas preguntas muy sencillas que desde la visión integrativa y global de la **Psiconeuroinmunología** nos permite ver en consulta la realidad de cada persona y diseñar unas pautas muy sencillas y prácticas en conjunto.



ZAHIRA O. NARANJO
PSICO-NEURO-INMUNOLOGÍA

Analizar qué mecanismos y procesos hay detrás de diagnósticos como ovario poliquístico, falta de maduración de los ovocitos, alteraciones del seminograma, endometriosis....

Valorar cómo afecta un contexto mas proinflamatorio donde nuestro sistema inmune dificulta la fecundación...

Teniendo en cuenta que, la mayoría de los problemas de fertilidad masculinos se deben a alteraciones en volumen, movilidad y en morfología espermáticos y son altamente modificables.

Y sin olvidar que en ocasiones el gran deseo de ser padres y las dificultades presentes pueden suponer una situación de alto estrés que tiene un impacto a nivel endocrino que en sí mismo es causa de infertilidad.

Zahira O. Naranjo
Enfermera Col 60.059
Experta en **Psiconeuroinmunología clínica**

zahira.o.naranjo@gmail.com **685402226**



zahira o. naranjo psico-neuro-inmunología clínica