



BOLETÍN

OCTUBRE 2015

¡ RECUERDA ESTA FECHA: 24 DE OCTUBRE DE 2015 ! 30º ANIVERSARIO DE WOOMB ESPAÑA Y RECICLAJE ANUAL DE MONITORES DE M.O.BILLINGS

Ya esta todo preparado para el 30º Aniversario de WOOMB España y el Reciclaje Anual de Monitores de Método de Ovulación Billings.

Ya sabes como ir a Alcalá de Henares desde Madrid: autobus, tren, coche particular,etc.. Desde nuestra cuentas de Facebook y Twitter puedes consultar las lineas de transporte público que hay para acceder al lugar donde se realizará el Reciclaje.



JORNADA DE RECICLAJE DE MONITORES Y CELEBRACIÓN DEL XXX ANIVERSARIO DE WOOMB ESPAÑA - SÁBADO 24 OCTUBRE 2015 -

Inscripción y recogida de documentación. 09:30 - 10:00

"Fisiología de la lactancia y Método Billings" 10:00 - 12:00
Dr. Juan Luis Delgado (Ginecólogo)

"Beneficios de la lactancia materna"
Dra. Laura Viñas (Pediatra)

DESCANSO 12:00 - 12:30

Revisión de gráficas 12:30 - 14:30

COMIDA 14:30 - 15:45

Conmemoración 30 años de Woomb España 15:45 - 16:30
(proyección de vídeo)

Mesa redonda: "En la frontera de la vida" 16:30 - 18:00
Dr. Juan Luis Delgado

Asamblea general de socios 18:00 - 19:00

Socios: 40€ / No socios: 50€
El precio incluye la comida

Salón de actos
Obispado de Alcalá de Henares
Plaza del Palacio s/n

Inscripciones aquí:
woombesp.es

En el Salón de Actos del Obispado de Alcalá de Henares, que ya albergó la anterior edición, nos acoge nuevamente para esta celebración tan especial treinta años del servicio a la vida y a las familias. A esta celebración del 30º Aniversario de WOOMB España se le ha unido el Reciclaje Anual de Monitores de M.O.B , condición necesaria y obligatoria para todos los monitores para mantener vigente su titulación.

La Jornada dará comienzo a las 9,30h y acabará con la Asamblea de socios a las 18h. Esta vez se ha dispuesto una comida de trabajo en el mismo obispado, para aprovechar al máximo el tiempo y poder departir libremente con todos los asistentes.

Es necesaria la previa inscripción a través de la web y realizar el pago a través de transferencia bancaria.

Durante el evento podremos adquirir documentación y materiales del Método de Ovulación Billings así como también tendremos la posibilidad de conocer detalles del programa del Congreso Internacional de WOOMB que se celebrará en Zagreb el próximo mes de Mayo.

NUEVO CURSO SEMIPRESENCIAL DE MONITORES DE MÉTODO DE OVULACIÓN BILLINGS 2015-2016

Ya se han abierto las inscripciones para el Curso Semipresencial de M.O.Billings 2015-2016 que finalizarán el día 10 de Noviembre y se pueden realizar directamente desde nuestra web.

Dada la buena aceptación de este formato WOOMB España vuelve a realizar un curso semipresencial para conseguir el título de Monitores de M.O.Billings con 25 horas on-line y dos fines de semana presenciales.

El curso comienza el próximo 16 de Noviembre y finaliza el último fin de semana presencial del 15 al 17 de Abril.

Como en las anteriores ediciones, aquellas monitoras que no hayan realizado la actualización del título (P.E.P) , podrán realizarlo en esta ocasión solo en el primer fin de semana y completando la parte on-line, todo a un precio más reducido.

CURSO SEMIPRESENCIAL DE MONITOR DE MÉTODO DE LA OVULACIÓN BILLINGS



Día límite de inscripción:
10 Noviembre 2015



Los fines de semana presenciales:
29 - 31 Enero 2016:
examen PEP.
15 - 17 Abril 2016:
examen final.



Los fines de semana en:
Centro Mariápolis Luminosa
C/ Poniente 33, Las Matas
(Madrid).
Ir en tren: línea C3, Las Matas.
Ir en bus interurbano: 620 y 622.



Por persona todo el curso:
425€.
Monitores con el título anterior al
2008 y que tengan pendiente la
actualización del PEP: 300 €.
(El precio incluye matrícula y
estancia pensión completa en
habitación compartida)

SESIONES ON-LINE

historia, beneficios y validez	16 NOV	01 FEB	reconocer la fertilidad en la lactancia
anatomía, fisiología y el ciclo	23 NOV	15 FEB	el efecto del estrés
elaboración de la gráfica	07 DIC	29 FEB	el periodo de la premenopausa
las 4 reglas del MOB	21 DIC	14 MAR	temperatura basal y anticoncepción
tipos de ciclos y PBI	04 ENE	28 MAR	patología ginecológica

SESIONES ON-LINE: Se facilitará una clave para descargar cada tema, de forma progresiva y según la fecha correspondiente, en la web de WOOMB ESPAÑA. Deberán descargarse también unos cuestionarios y ejercicios que se devolverán en un plazo fijo resueltos (en word y excel).

INSCRIPCIONES: www.woombespa.es/actividades/cursos-de-monitores. Concepto: "curso monitor y el nombre y apellidos". Cuenta: ES 42 0234 0001 0190 2842 1454 (Banco Caminos).
Enviar justificante de pago a woombespa@telefonica.net o a C/Francisco Zea 9, 28028 Madrid.

- Los alumnos PEP deberán realizar el programa on-line hasta el 29 FEB inclusive además de asistir al primer fin de semana presencial y realizar allí el examen correspondiente.
- Es necesario ser usuario/a de métodos naturales. En caso contrario, consultar.
- Para dormir en habitación individual hay que consultar disponibilidad y abonar la diferencia.
- En caso de renuncia se devolverá el importe íntegro si no ha comenzado el curso (salvo 20€ por gastos de gestión). Una vez comenzado el curso no se harán devoluciones.

*MOB = Método de la Ovulación Billings

WOOMB
MARIÁPOLIS

TENER RELACIONES SEXUALES DURANTE EL PERIODO INFERTIL MODIFICA EL SISTEMA INMUNOLÓGICO Y AUMENTA LA FERTILIDAD

Estudios anteriores sugirieron que la función inmune cambia durante el embarazo, así como después del parto y durante todo el ciclo menstrual, autores de este estudio dicen que sus hallazgos son los primeros en ilustrar el efecto del sexo en sí en estos cambios, así como en la regulación del sistema inmune .

Las conclusiones de los autores de este estudio, que fueron publicadas recientemente en la revista Fertility and Sterility, y en la revista Fisiología y Comportamiento, se derivan de los datos basados en 30 ciclos menstruales de las mujeres sanas. Alrededor

de la mitad de esas mujeres eran sexualmente activas, mientras que la otra mitad eran sexualmente abstinentes.



Los hallazgos en el primer documento sugieren que, en comparación con las mujeres abstinentes, las mujeres sexualmente activas tienen mayores cambios en las células T colaboradoras y en las proteínas que las células T utilizan para comunicarse. En el segundo

artículo, los investigadores encontraron que los niveles de anticuerpos, o inmunoglobulinas, también variaron entre los dos grupos de mujeres. Tanto los cambios observados en las mujeres sexualmente activas, pero no en las mujeres abstinentes, ayudándolas a aumentar las posibilidades de fertilidad.

Mientras que las células T ayudan a gestionar la respuesta inmune del cuerpo, las inmunoglobulinas ayudan a luchar contra los invasores extranjeros en el cuerpo para ayudar a prevenir la infección.

Con el fin de protegerse a sí mismo, el cuerpo necesita defenderse de los invasores extranjeros. Pero si se aplica esa lógica también del espermatozoides o un feto, entonces no puede ocurrir el embarazo. Los cambios en la inmunidad que experimentan las mujeres puede ser una respuesta a este problema.

En las mujeres sexualmente activas, los investigadores observaron mayores niveles de células T helper tipo 2 durante la fase lútea del ciclo menstrual, durante este período el revestimiento del útero se engrosa para prepararse para el embarazo. Este tipo de célula T impide que el cuerpo detecte el feto y el espermatozoides como un cuerpo extraño, permitiendo de este modo para la concepción.

Entre las mujeres sexualmente activas, los autores del estudio también vieron mayores niveles de células T helper tipo 1 durante la fase folicular del ciclo menstrual, cuando los folículos de los ovarios están madurando. Tipo de células T helper 1 ayudan al cuerpo a protegerse de las amenazas externas.

Los investigadores vieron igualmente cambios en los niveles de inmunoglobulina que ayudaron en la concepción en las mujeres sexualmente activas. Los niveles de anticuerpos de inmunoglobulina A, que normalmente residen en las mucosas del tracto reproductivo femenino y pueden afectar a la fertilización, fueron más altos durante la fase folicular entre este grupo de mujeres. Además, los niveles de anticuerpos de inmunoglobulina G, que generalmente se encuentran en la sangre y

ayudan a prevenir la enfermedad sin afectar al útero, fueron mayores en las mujeres sexualmente activas durante la fase lútea.

"De hecho, estamos viendo el sistema inmune responde a un comportamiento social: la actividad sexual", dijo uno de los autores del estudio. "Los sistemas inmunológicos de las mujeres sexualmente activas se preparan con antelación a la mera posibilidad de un embarazo."

Enlace original del artículo: <http://www.foxnews.com/health/2015/10/07/sex-outside-optimal-ovulation-window-changes-immune-system-increases-fertility/?intcmp=hppop>

