

*Informare, comunicare ed educare è spesso altrettanto importante che curare. Il dialogo con il paziente o con i soggetti potenzialmente a rischio è una delle fasi fondamentali del processo diagnostico e terapeutico.*

*Per promuovere un'educazione sanitaria facilmente fruibile e una corretta informazione riguardo temi inerenti alla salute e al benessere psico-fisico riprendono dal mese di novembre i Mercoledì della Salute, il ciclo di incontri di informazione e prevenzione sanitaria con medici ed esperti, promossa dall'Amministrazione Comunale.*

*A partire dal 9 novembre sino al 30 novembre 2011, sarà possibile incontrare medici e specialisti, ricevere informazioni sulle varie patologie e porre domande.*

*Con un linguaggio chiaro e accessibile a tutti, si parlerà delle più comuni patologie, delle modalità di profilassi e delle eventuali cure.*

*I medici coinvolti saranno disponibili a rispondere a domande che, attraverso l'esposizione di casi personali, possano risultare di interesse collettivo. Gli incontri ospiteranno infatti le dissertazioni degli specialisti senza però precludere l'opportunità di formulare domande, chiarire dubbi, condividere esperienze cliniche.*

*Poter dialogare a tu per tu con medici ed esperti non è sempre facile, a volte è persino impossibile.*

*L'Amministrazione Comunale di Cormano, pensando e realizzando questa iniziativa con l'importante contributo dell'Azienda Speciale Farmacia Multiservizi Comunale, tenta di offrire alla città un servizio utile, favorendo un'informazione corretta con l'obiettivo di tutelare la salute pubblica.*

Il Sindaco  
Roberto Cornelli

[www.cormanomultiservizi.it](http://www.cormanomultiservizi.it)  
[www.comune.cormano.mi.it](http://www.comune.cormano.mi.it)

Per informazioni rivolgersi a:  
Tel. 02 6151693 - Tel. 02 66305228

**Cormano**  
COMUNE DEL NORD MILANO

Azienda Speciale Farmacia Multiservizi Comunale

 Regione Lombardia  
ASL Milano

 Asfmc

FARMACIA  
PUNTO SALUTE  
PARAFARMACIA

**Cormano**  
COMUNE DEL NORD MILANO

Azienda Speciale Farmacia Multiservizi Comunale

A TU PER TU CON L'ESPERTO

# i Mercoledì della Salute



**Ciclo d'incontri  
d'informazione  
e prevenzione sanitaria**

*con medici specialisti  
e operatori sanitari*

**Ore 18.45 - 20.00**

Sala Consiliare del Comune di Cormano  
Piazza Scurati 1 - Cormano

**INGRESSO GRATUITO**



**Azienda Speciale  
Farmacia Multiservizi Comunale**

**9 NOVEMBRE | ore 18.45**

**APERITIVO DELLA SALUTE**

Dott. Stefano Pastori, Specialista in Biochimica e Chimica Clinica

## **Analisi del sangue e dintorni**

**l'importanza degli esami ematochimici  
nella prevenzione e nella diagnosi delle malattie**

Il tema trattato è la prevenzione delle malattie attraverso gli esami del sangue. Ormai la tecnologia in laboratorio ha fatto fare alla scienza medica passi da gigante nella diagnosi e nella prevenzione delle malattie. Ma non tutti gli esami hanno lo stesso valore nell'inquadramento delle malattie e soprattutto nella prevenzione.

Lo scopo della serata è di illustrare il contributo che il laboratorio clinico può dare alla qualità del sistema sanitario nello screening e nella diagnosi delle malattie a più alta frequenza ed importanza.

*Seguirà un momento di confronto con il pubblico per rispondere alle domande.*

**A tutti i partecipanti verrà distribuito un coupon per effettuare gratuitamente l'esame del colesterolo presso la Farmacia Comunale di Cormano.**

**16 NOVEMBRE | ore 18.45**

**APERITIVO DELLA SALUTE**

Dott.ssa Alessandra Bagnoli (Medico Chirurgo e Psicoterapeuta)

Dott.ssa Alessandra Santangelo (Psicologa e Psicoterapeuta)

Dott.ssa Ilaria Squaiella (Psicologa)

## **Lo stress e la malattia**

**Un approfondimento ai disturbi d'ansia e agli attacchi di panico**

- Le Teorie sullo stress: psicologia e neurofisiologia.
- L'Ansia e gli attacchi di panico.
- Le Terapie dello stress: la farmacologia, le tecniche e medicine complementari, le tecniche di rilassamento (il training autogeno, le visualizzazioni e la meditazione).
- Trattamenti psicologici. Terapia psicoanalitica, psicodinamica e cognitivo comportamentale.

**TEST Conclusivo Correzione del test e spazio di confronto con il pubblico.**

**Per chi volesse approfondire le tematiche illustrate durante la conferenza con particolare riferimento alle tecniche di rilassamento, al termine della serata sarà possibile iscriversi a una seduta promozionale di training autogeno. Le serate verranno organizzate presso il Punto Salute il lunedì 7-14-21-28 dalle ore 20 alle ore 21.**

**23 NOVEMBRE | ore 18.45**

**APERITIVO DELLA SALUTE**

Dr.ssa Silvia Bovo, Specialista in Neurologia

## **Invecchiamento cerebrale e demenze**

La demenza è una sindrome caratterizzata sia dalla perdita funzioni cognitive - tra le quali, la memoria - e sintomi che riguardano la sfera della personalità, l'affettività, l'ideazione e la percezione, le funzioni vegetative, il comportamento.

All'esordio tali manifestazioni possono essere difficili da riconoscere e a volte vengono interpretate come espressione di un normale invecchiamento della persona.

Si descriveranno i principali quadri di demenza, tra i quali la malattia di Alzheimer, come si sviluppa la malattia (fattori di rischio e fattori protettivi) e le differenze con il normale processo di invecchiamento cerebrale, come si giunge alla diagnosi, quali sono le terapie attualmente a disposizione e i servizi di supporto nell'assistenza del malato.

*Al termine dell'incontro sarà possibile eseguire un breve TEST di valutazione generale delle funzioni cognitive (memoria, attenzione, linguaggio, prassia).*

*Seguirà un momento di confronto con il pubblico per rispondere alle domande.*

**30 NOVEMBRE | ore 18.45**

**APERITIVO DELLA SALUTE**

Dott.ssa Alessandra Bagnoli (Medico Chirurgo e Psicoterapeuta)

Dott.ssa Alessandra Santangelo (Psicologa e Psicoterapeuta)

Dott.ssa Ilaria Squaiella (Psicologa)

## **Perché ci ammaliamo?**

**La salute e la malattia in psicosomatica**

- Concetto di uomo come unità mente/corpo.
- Come si somatizza una malattia.
- Il significato del sintomo e la psicoterapia quale strumento di cura.
- I cicli della vita e psicosomatica:
  - 1) *Infanzia.* Perché il bambino somatizza? - Rapporto madre-bambino in gravidanza e nei primi mesi di vita - Funzioni della figura materna - Malattie pediatriche.
  - 2) *Adolescenza.* Concetto di adolescenza - Cosa vive un adolescente a livello psicologico - Patologie più frequenti in adolescenza (coliti, ansia, attacchi di panico, cefalée, dismenorrea, acne).
  - 3) *Adulto e anziano.* Le più comuni patologie dell'adulto, dalla Cervicalgia, all'Ipertensione Arteriosa, al Colon Irritabile, viste da un punto di vista psicosomatico.
- Anoressia e bulimia: lettura psicosomatica e psicoanalitica e terapie naturali.

**TEST Conclusivo Correzione del test e spazio di confronto con il pubblico.**