

**CONSULTA DELLE DONNE
COMUNE DI CASALE MONFERRATO**

I GIOVEDI' DELLE DONNE



**PROGETTO
DONNA, PENSA ALLA SALUTE !
LA SANITA' E IL RISPETTO DELLA PERSONA
LE CRITICITA' FEMMINILI**

CALENDARIO

CONFERENZA STAMPA : Martedì 11 gennaio 2011 ore 11,00 presso il Comune , sala Guala

INCONTRI:

ETA' FERTILE

Dott.ssa Emanuela Caprino 20 gennaio 2011

"Cuore di donna: prevenzione, diagnosi e cura"

Quanto è forte e fragile il cuore di una donna

Le donne dovrebbero preoccuparsi un po' di più del proprio cuore. Perché continuano a trascurarlo troppo?

Dott.ssa Gabriella Caprino 27 gennaio 2011

"Dieta e nutrizione: il Ben-Essere come stile di vita" Il Benessere (o "esistere bene") è uno stato che coinvolge tutti gli aspetti dell'essere umano. E' la condizione che ci fa sentire soddisfatti sia a livello fisico che emotivo ed è il miglior traguardo che si può raggiungere nella propria vita. Si può essere sani ma questo non vuol dire felicità, al contrario i problemi fisici e di salute indeboliscono il nostro lato mentale ed emozionale. La persona è un tutt'uno: fisico e psiche sono inscindibili e i problemi dell'uno si ripercuotono necessariamente sull'altro. Chili di troppo, donne a rischio nella terza età: Ingrassare nel corso degli anni e risultare in sovrappeso in età avanzata comprometterebbe in maniera molto seria la salute delle donne. Lo hanno stabilito gli autori dello studio pubblicato su British Medical Journal, seguendo la storia clinica di oltre 17mila donne, a partire dall'età di 50 anni. Valutazioni dettagliate riguardanti incidenza di patologie croniche, funzioni fisiologiche e capacità intellettive hanno permesso di stabilire una chiara correlazione tra stato di salute e peso corporeo.

Dott.ssa Carolina Schiavone 10 febbraio 2011

"La difficile realtà tra l'essere madre e l'essere figlia"

Madri affettuose, tenere, orgogliose. Ma anche ansiose, protettive. Figlie ambiziose, riconoscenti, mature. Severe, competitive. Amiche, complici, talvolta rivali: il legame tra madre e figlia è particolare, unico. Per ogni bambina, la mamma è il primo amore. Il papà viene dopo. "Il corpo a corpo

con lei rimane un punto fondante e fondamentale dell'assetto affettivo di ciascuna di noi. Tutte le figlie ritornano alla figura materna, pietra di paragone e di inciampo, come uno specchio nel quale rintracciare qualcosa di sé, qualcosa di segreto o non del tutto conosciuto". La madre può essere un esempio da ammirare e da imitare. O un modello da rifiutare. E viceversa: la figlia può essere il compimento delle aspirazioni personali, il riconoscimento e la conferma di sé. O un'amara disillusione. Essere madri è impegnativo. Ma lo è anche essere figlie: c'è chi ha aspettative e chi teme di deluderle. Chi ce la mette tutta per avere buoni risultati e chi non si sente mai all'altezza. Il rapporto madre e figlia è spesso ambivalente, perché i ruoli di chi impara e di chi insegna, di chi teme per la fragilità dell'altra, si invertono e si scambiano con lo scorrere della vita.

Dott. Roberto Chiapponi

24 febbraio 2011

" Maternità: un figlio a tutti i costi, un figlio quando"

.....Ti chiamerò Penelope - perché mi hai aspettato tanto prima di nascere. Hai aspettato che fossi pronta ... ma oggi lo sono.

Tu, il più grande amore della mia vita, arrivi dopo il dolore profondo e lo shock. Ma ci ho creduto pienamente, e ho sentito la forza per riuscirci, e ti ho desiderata così tanto che oggi, mentre ti scrivo, ti ho dentro di me. Mi tiri fuori una voce che non ho mai avuto: sei Tu, sangue del mio sangue, che mi fai raggiungere note mai sfiorate prima. Ogni tanto penso a te, sposti tutti i miei confini. Amor, che bello darti al mondo.(Gianna Nannini)

Dott. Joseph Ottolenghi

03 Marzo 2011

"La bellezza del corpo e la bellezza dell'anima. E' veramente importante essere belli fuori? Come accettare il passare del tempo e il corpo che cambia"

Il corpo viene utilizzato come strumento di affermazione. L'imposizione di nuovi canoni di bellezza, insieme ad un utilizzo manipolatorio del corpo è però spesso causa di disagio e sfocia in vere e proprie forme di negazione. Non sempre essere e apparire coincidono, ma talvolta si aiutano fra loro; e in ogni caso curare il proprio aspetto è indice di buona educazione sociale, oltre che personale. Tuttavia spesso tutto questo sconfinava nel voler raggiungere un traguardo probabilmente impossibile, perchè altrettanto spesso in realtà desidereremmo essere qualcosa di diverso da ciò che siamo.

Dott.ssa Anna Maria Avonto

"Il demone del mezzogiorno: La solitudine del nido vuoto. Recupero della vita sociale come continuità con la vita professionale nell'età "

L'età di mezzo, quella tra i quaranta e i sessant'anni, è caratterizzata dal massimo dell'azione e delle responsabilità sociali. Ma è anche l'età dei bilanci, del disincanto, del rimettersi in questione. Per alcuni psicologi la vita può essere addirittura divisa in due parti: prima e dopo i quarant'anni. Jung afferma che durante questa stagione dell'esistenza "si prepara una profonda modificazione dell'animo umano", mentre Erickson la definisce "una svolta necessaria, un momento in cui lo sviluppo deve procedere in un senso o nell'altro". E' anche chiamata il demone di mezzogiorno...

ETA' MATURA

Dott. Franco Vergnano

24 marzo 2011

"Il cervello e la memoria. La diagnosi precoce delle malattie neurodegenerative"

"Vivere serenamente il cambiamento del fisico e della mente"

Dott. Carlo Montagna **"Sai prenderti cura del benessere delle tue ossa? "**
"L'Artrosi: al di là delle false credenze"

Dott. Nazario Pacilli **7 aprile 2011**
"La donna e l' invecchiamento fra salute e malattia: il punto di vista dell'urologo"

Dott.ssa Grazia Mansueto **14 aprile 2011**
"Donne e menopausa"
La menopausa è l'evento che nella donna corrisponde al termine del ciclo mestruale e dell'età fertile. La menopausa è un periodo fisiologico della vita di ogni donna, ma vi è spesso la tendenza ad affrontarla come se si trattasse di una malattia cronica. In realtà i disturbi più frequenti che la accompagnano sono di intensità molto variabile nelle diverse culture, e nella maggior parte dei casi possono essere controllati con provvedimenti basati su comportamenti e su uno stile di vita salutare, e su un'alimentazione appropriato. Lo stesso a maggior ragione si può dire per i fattori di rischio per malattie degenerative che spesso si accentuano dall'età della menopausa: ipertensione, ipercolesterolemia, iperglicemia, osteoporosi, sovrappeso e per le malattie croniche che possono derivarne. Queste devono trovare la prima e più efficace risposta nella riscoperta di corrette abitudini di vita.

ETA' AVANZATA

Dott. Paolo Barbano **5 maggio 2011**
"La difficile scelta tra la vita di comunità e quella nella propria casa"
Con il termine 'anziano' ci si riferisce alle persone in età prossima al termine della vita media degli esseri umani, l'ultima parte del ciclo vitale umano, altrimenti detta vecchiaia. Le persone anziane hanno limitate capacità rigenerative e sono più vulnerabili a disturbi psichici, malattie e sindromi rispetto agli altri adulti.

Dott.ssa Anna Maria Avonto **"Il pudore e la vergogna: come affidarsi agli altri con serenità"**
Qualità dell'assistenza e qualità della vita. Composita, complessa, estremamente polisemica, la vergogna è un'esperienza che tutti gli esseri umani, in una circostanza o nell'altra, hanno vissuto. Guardiania dell'integrità del Sé e dei suoi confini, è ponte tra l'individuo e gli altri, fondamento della vita sociale, garanzia del limite, regolatore delle distanze e delle differenze. La vergogna, con gli affetti ad essa apparentati (l'umiliazione e la mortificazione sul versante distruttivo, il pudore, la modestia, la riservatezza, il tatto su quello positivo), è forse talmente presente sotto gli occhi di tutti che non la si coglie nella sua specificità e finisce per questo in altre categorie di emozioni come la colpa, l'inadeguatezza, la sfiducia, la depressione, la rabbia, il trauma, ... la dissociazione.

ETA' DELLA PASSIONE

Dott. Daniele Maggi **19 maggio 2011**
"Supporto psicologico in presenza di una grave diagnosi"
il medico di medicina generale (MMG) possiede una maggiore conoscenza del malato e attua un'azione educativa rivolta alla salute dell'assistito.

Dott.ssa Daniela Degiovanni: Età della passione: quando le donne incontrano la malattia.

- Supporto psicologico in presenza di una grave diagnosi.
- Perché la malattia non si trasformi in solitudine.
- Sono ammalata: a chi mi rivolgo?