

LIFESTYLE MEDICINE

NUOVI APPROCCI INTERDISCIPLINARI PER CURARE LA DEPRESSIONE

17 Maggio 2022 dalle 14,00 alle 18,30

Scuola di Medicina e Chirurgia Via Marengo 32 Torino, Aula 302

TEMA

Il corpo è lo strumento che la vita ci dona per suonare la nostra musica. Più impariamo a conoscere, accordare e lasciar risuonare il nostro strumento, più sarà possibile, nel nostro piccolo, contribuire a rendere più armonica la sinfonia della vita.

Un recente rapporto dell'Organizzazione Mondiale della Sanità ha classificato la Depressione come principale fattore di disabilità globale, con un grande impatto sulla qualità della vita delle persone. Di fronte ad un fenomeno così diffuso è necessario ampliare il punto di vista: l'evidence based mostra chiaramente il ruolo degli stili di vita, i loro effetti sugli aspetti metabolici, psichici e sociali, restituendo a questi un valore essenziale nel processo di prevenzione e cura, nonostante siano strategie spesso trascurate e sottoutilizzate nella gestione della depressione. Diversi studi hanno messo in luce un'associazione tra stili di vita salutari e la riduzione del rischio di depressione.

Obiettivo della formazione: presentare un modello che integri questi aspetti partendo dalle singole aree: psichica, metabolica, respiro, movimento, sonno, alimentazione; al fine di aiutare a costruire un progetto che ponga al centro la persona e non il suo disturbo.

RESPONSABILI SCIENTIFICI:

GIOVANNI ABBATE DAGA

Professore di I fascia in Psichiatria presso Università degli Studi di Torino,
A.O.U. Città della Salute e della Scienza di Torino.

LUCA OSTACOLI

Professore di I fascia in Psicologia Clinica presso Università degli Studi di Torino,
A.O.U. Città della Salute e della Scienza di Torino.

Introduzione ed obiettivi dell'evento

Luca Ostacoli, Alberto Rainoldi

14,15 - 15,45

La depressione: non solo una questione di "umore"

Moderatori: Giuliano Geminiani, Ezio Ghigo

Il rapporto corpo-mente
Luca Ostacoli

Le alterazioni del sonno come
causa e conseguenza
Alessandro Cicolin

Depressione e metabolismo: una
relazione bidirezionale
Fabio Broglio

16.15 - 17,45

La necessità di un intervento globale coordinato

Moderatore: Giuseppe Massazza

L'approccio PNEI
Giovanni Abbate Daga

Nutrizione e depressione: quali
evidenze dalla letteratura scientifica
Felicina Biorci

L'approccio motorio:
respiro e movimento
Amir Lafdaigui

Break time 15,45 - 16,15

Conclusioni del corso e verifica ECM
Giovanni Abbate Daga, Fabio Broglio

PROGRAMMA

COME

INFO ISCRIZIONI

L'iscrizione al corso si effettua online tramite l'apposito form di registrazione sul sito www.mindtomove.it, seguendo in home page il link dedicato (vedi QR code).

Una volta completata la registrazione attendere mail di conferma. Le iscrizioni verranno accettate in ordine di arrivo, sino ad esaurimento dei posti disponibili.

www.mindtomove.it/corsi-e-webinar/approcci-interdisciplinari-per-curare-depressione/

