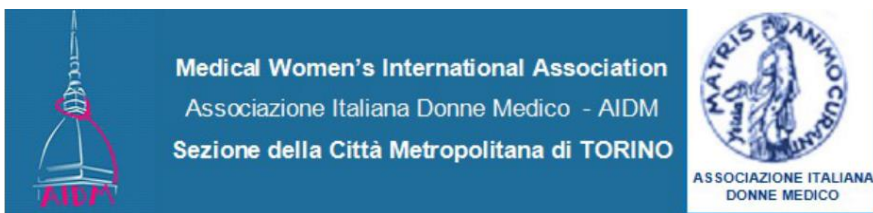




Azienda Ospedaliera
Ordine Mauriziano
di Torino



Torino, Giovedì 31 maggio 2018

CORSO Educazione Continua in Medicina n° 228690 - 6 Crediti ECM

Alimentazione consapevole e cibo quotidiano

Programma

Aula Carle A.O. Ordine Mauriziano
Largo Turati, 62 -10128 Torino



AIMD, socio ordinario **FISM** – Federazione delle Società Medico-Scientifiche italiane: N.A017, provider standard n. 558, accredita il corso per le professioni: **medico (tutte le discipline), dietista, infermiere con competenze metaboliche.**

Obiettivo formativo n° 23: **Sicurezza alimentare e/o patologie correlate**

Iscrizioni. Occorre inviare la scheda d'iscrizione compilata e firmata a: aidmtorino@gmail.com, entro il 29 maggio 2018. Verranno accettate le prime 90 schede pervenute. Fa fede la data in cui la scheda viene inviata. Qualora la scheda non risultasse acclusa al programma, richiederla direttamente all'indirizzo mail di cui sopra.

Si rende noto che, ai fini dell'acquisizione dei crediti formativi, è **INDISPENSABILE** la presenza effettiva al 100% della durata dei lavori e almeno il 75% delle risposte corrette al questionario di valutazione dell'apprendimento

PROGRAMMA

13.30 Registrazione partecipanti

13.50 Saluti istituzionali (invitati: Direttore Generale Dr. Silvio Falco A.O. Ordine Mauriziano, Direttore Generale Dr. Fabio Alberti ASL Città di Torino)

Introduzione

Prima sessione. Moderatrice: Teresa Gallo

- 14.00 Lettura magistrale **Il “CIBO DI MARE” oggi: forziere di salute...o di metalli?** Silvio Greco
- 15.10 **Principi di “sana alimentazione” e differenze di genere.** Daniela Vassallo

Seconda sessione: Moderatrice: Nicoletta Biglia

- 15.40 Tavola rotonda: **Rischio di cancro in cucina. Fattori di rischio e tumore mammario.** Patrizia Pasanisi
Prevenzione e cura del cancro a tavola: codice europeo. Anna Demagistris
I contaminanti occulti. Gabriella Tantarri
- 16.50 **Dislipidemie cibo-correlate e rischio cardiovascolare nei due generi.** Gianlorenzo Imperiale
- 17.20 **Pausa**

Terza sessione. Moderatrice: Fulvia Canaletti

- 17.30 **Allora cosa si può fare? Conoscere il “ miglior cibo quotidiano” nella grande distribuzione.** Simona del Treppo
- 18.00 Sessione interattiva: **Mindfulness, utilizzo consapevole dei 5 sensi**
18.00 Mindfulness: Essere consapevoli . Antonella Laezza
18.15 Mangiare in consapevolezza. Essere presenti con i 5 sensi. Luca Ostacoli. Lorena Giovinazzo
- 19.15 **Discussione interattiva sulle relazioni precedenti e considerazioni conclusive**
Daniela Vassallo, Gabriella Tantarri
- 20.15 Test ECM
- 20.30 Chiusura lavori

Responsabili scientifiche: : Gabriella Tantarri, Daniela Vassallo

Comitato scientifico: Enrica Ciccarelli, Elena Garro, Claudia Pitari, Maria Grazia Sclavo, Ornella Testori
Segreteria organizzativa: Ornella Testori, Elena Garro

Relatori/Relatrici

Simona Maria Del Treppo Agronoma. Consulente di aziende agroalimentari per lo sviluppo di sistemi di gestione della sicurezza alimentare secondo il metodo Hazard Analysis and Critical Control Points.

Anna Demagistris Dirigente Medico Responsabile SS Dietetica e Nutrizione Clinica, AO Ordine Mauriziano di Torino

Lorena Giovinazzo Psicologa-Psicoterapeuta in formazione, Dipartimento di Scienze Cliniche Biologiche, A.O.U. San Luigi Gonzaga, Orbassano (To)

Silvestro Greco Dirigente di Ricerca ISPRA (Istituto Superiore per la Protezione e la Ricerca Ambientale), distaccato al Ministero dell’Ambiente, Consigliere Scientifico del Sottosegretario di Stato

Gianlorenzo Imperiale Direttore, SC Medicina Interna per Intensità di Cura 3 – Osp. Martini ASL Città di Torino

Antonella Laezza Psicologa psicoterapeuta - SSD Psicologia Clinica AO Ordine Mauriziano

Luca Ostacoli Dir. Medico Ricercatore Confermato SSVD Psicologia Clinica e Oncologica – Città della Salute e della Scienza di Torino

Patrizia Pasanisi Dir. Medico, Fondazione IRCCS Istituto Nazionale dei Tumori, Milano

Gabriella Tantarri Consulente ORL Città della Salute e della Scienza di Torino, spec. ORL, Medicina del Lavoro, Oncologia Medica, Presidente AIDM Torino

Daniela Vassallo Dir. Medico S.S. Dietetica e Nutrizione Clinica, A.O. Ordine Mauriziano, Torino

Moderatrici

Nicoletta Biglia Professore Associato di Ginecologia e Ostetricia SSDU Breast Unit, A.O. Ordine Mauriziano, Università di Torino

Fulvia Canaletti Dietista, A. O. Ordine Mauriziano, Torino

Teresa Gallo Dir. Medico S.C. Radiodiagnostica A.O. Ordine Mauriziano, Torino - Presidente CUG

RAZIONALE

L'eccesso di un vivere sempre più veloce, rapido e "demanding", immersi in un mondo sovraccarico di pensieri e ruminazioni sul passato e di "rimuginii"o pensieri anticipatori del futuro, ci espone, donne e uomini, ad una condizione mentale di stress, dove gli automatismi e le abitudini possono prendere il sopravvento rispetto alla nostra capacità di consapevolezza e alla possibilità di conoscere e scegliere cosa sia veramente di beneficio per noi. Spesso infatti sono proprio gli automatismi, le abitudini e i pensieri a determinare i nostri comportamenti. Diventa interessante, a tale proposito, riflettere sulle nostre scelte alimentari " a tavola", ricercando " la sana alimentazione, gradevole e fattibile"; analizzando inoltre quali siano le ricadute e rischi sullo stato di salute, sia per il genere femminile che per quello maschile, se procedessimo inconsapevoli seguendo scelte alimentari errate. Così come vi sono differenze nel metabolismo femminile rispetto a quello maschile, vi sono differenze anche nei fattori di rischio cibo-correlati, in particolare per il rischio cardiovascolare e i rischi di sviluppare tumori, in sedi diverse e con meccanismi differenti, prevenibili facilmente grazie a informazioni e a codici di comportamento già esistenti ma ancora poco divulgati in rapporto al peso di messaggi pubblicitari invadenti e condizionanti.

E' molto utile comprendere appieno i vantaggi della mindfulness, anche in riferimento al comportamento alimentare e agli stili di vita. Infatti mangiare con attenzione e presenza mentale, ovvero: "Mindfully" ci consente di essere ancor più consapevoli sempre e di poter " vigilare" con maggior serenità sui rischi e sulle implicazioni sulla salute.

Il corso vuole fornire informazioni aggiornate sulla tematica relativa alla correlazione esistente tra abitudine, consapevolezza e comportamento alimentare e rischio oncologico e cardiovascolare. Dedicando attenzione alle linee guida vigenti per tali tematiche, non sottovalutando tuttavia le problematiche inerenti la compliance alle proposte terapeutiche, che spesso richiedono un diverso approccio e gestione per donne e per uomini.