

Relatori:

Maurizio Biraghi

Coordinatore Comitato Scientifico CAM

Giuseppe Civitarese

Psichiatra e Psicoanalista, membro della Società Psicoanalitica Italiana e dell'American Psychoanalytic Association

Maira Gironi

Neurologo CAM - Phd Neurobiologia Sperimentale

Davide Nahum

Psicologo, specialista in psicoterapia cognitiva, CAM

Daniela Ovdia

Medico e giornalista scientifico
Dipartimento di neuroscienze cognitive, Ospedale Niguarda;
Agenzia Zoe di informazione scientifica (Milano)

Segreteria Scientifica:

M. Gironi - M. Vaghi

335 6647727 - 340 1404079

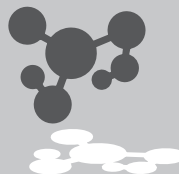
Segreteria Organizzativa:

Cristina Grisanti - tel. 039 2397.267

**CAM**

CENTRO ANALISI MONZA

Viale Brianza, 21 • Monza
Tel. 039 2397.1 • Fax 039 2397402
www.cam-monza.com

**CAM**

CENTRO ANALISI MONZA



CERVELLO E TEMPO: alleati o nemici?

***Considerazioni dalle Neuroscienze, per aiutare
il nostro cervello con l'avanzare degli anni***

mercoledì 18 maggio 2011

ore 19:45 - 21:00

Polidiagnostico CAM

viale Brianza, 21 • Monza

Era il 1873 quando Golgi sollevò il sipario sul cervello: per la prima volta venivano identificate le cellule nervose. L'unico colore a disposizione a definire il corpo cellulare e le sue ramificazioni era il nero. 2011, le Neuroscienze accendono il cervello di colori. Sono quelli con cui le ultime tecniche di neuroimmagine tracciano le vie delle emozioni, inseguono il pensiero, ci indicano esattamente quali aree cerebrali si attivano di fronte a un'opera d'arte, quando ascoltiamo della musica, quando ricordiamo, quando crediamo di essere a riposo.

La scoperta dei **neuroni specchio**, decodificando il gesto di chi ci è di fronte in un'emozione che condividiamo, ci ha spiegato perché emozioni ed intenzioni degli altri siano intellegibili tra gli esseri umani.

E ancora, il dogma secolare che vedeva il cervello come organo perenne, fatto di cellule che se distrutte non potevano essere sostituite è stato platealmente smentito dalle scoperte recenti sulle proprietà del cervello adulto.

Il cervello si trasforma e si ricrea. Si ricrea attraverso il fenomeno della neuro plasticità ed è capace di rigenerare se stesso attraverso la neurogenesi di altre cellule neuronali. Vero però, che non tutti i neuroni neo-nati nel cervello adulto sopravvivono. Che cosa permette la loro crescita e sopravvivenza ed in generale, che cosa permette la sopravvivenza del cervello e delle sue preziose funzioni con l'avanzare degli anni?

Poche certezze, molti dati confondenti che nascono anche dalla difficoltà di disporre di un modello sperimentale di invecchiamento cerebrale che sia perfettamente riproducibile. Qualcosa però sappiamo. Le neuroscienze ci insegnano, per esempio, che alcune **abitudini di vita** sono associate ad un migliore prosperità cerebrale, tra queste l'attività fisica, una corretta alimentazione, ma soprattutto l'arricchimento ambientale fatto di stimoli e sollecitazioni. Il cervello è quindi altamente influenzabile dall'"esterno", ma indubbiamente la sua prosperità dipende anche dall'integrità del microcosmo emotivo. **Potenza e violenza delle emozioni.** La memoria per esempio, è influenzata in tutte le sue fasi operative (assimilazione, codificazione e rievocazione della traccia), dal nostro vissuto, dall'emozione che in quel momento è protagonista. "Ci si dimentica per sopravvivere" diceva Freud, ma dove poniamo il confine tra protezione emotiva ed inizio di malattia cerebrale? Il cuore quindi, come alleato della nostra mente se sappiamo metabolizzare l'emozioni o pericoloso nemico se lasciamo che queste emozioni possano distruggere la lucidità del nostro pensare.

CERVELLO E TEMPO: alleati o nemici?

Moderatori: D. Ovadia - M. Biraghi

- **"Cervello, mente, cuore" come interagiscono queste scatole magiche?**
D. Ovadia
- **Mind your brain: alcune strategie per salvare e potenziare il nostro cervello**
M. Gironi
- **Emozioni da cui difenderci, emozioni per proteggerci**
G. Civitarese
- **Il potenziamento cognitivo, dalla teoria alla pratica**
D. Nahum
- **"Mettiti alla prova"**
dimostrazione pratica sulle potenzialità plastiche del cervello

mercoledì 18 maggio 2011 alle ore 19:45

Polidiagnostico CAM - Viale Brianza, 21

seguirà buffet

La partecipazione all'evento è gratuita, **ma è obbligatorio confermare la propria presenza** alla Segreteria Organizzativa:
Sig.ra Cristina Grisanti tel. 039 2397.267 - fax 039 2397319
e-mail: cristinagrisanti@cam-monza.com