



CENTRO ANALISI MONZA

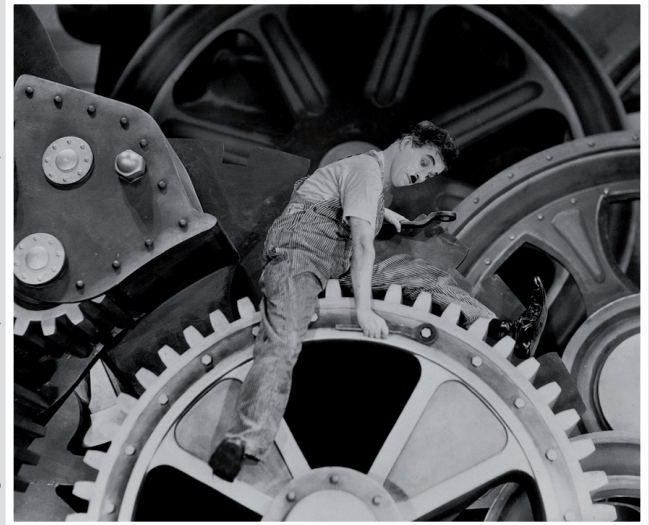


Immagine tratta dal film "Tempi Moderni" Charlie Chaplin, 1936

La partecipazione all'evento è gratuita,
ma è obbligatorio confermare la propria presenza
alla Segreteria Organizzativa:
Sig.ra Sara Casati - tel. 0392397.450
e-mail: segreteriaorganizzativa@cam-monza.com

Stress lavoro-correlato: dalla biologia al burn-out alla mindfulness

mercoledì 27 febbraio 2013

ore 19:45 - 21:15

***Auditorium CAM Centro Analisi Monza
viale Elvezia • Monza***



CENTRO ANALISI MONZA

Viale Elvezia • Monza
Tel. 039 2397.1 • Fax 039 2397402
www.cam-monza.com

Un'ampia casistica clinica, originariamente collegata all'ambito lavorativo, evidenzia come l'azione patogena degli stressor protratti nel tempo determini reazioni disadattive, ossia inadeguate, frutto di situazioni ansiogene o vissute come tali. Tali reazioni disfunzionali arrivano ad estendersi nella sfera extra-lavorativa, fino a favorire l'insorgere di manifestazioni somatiche tipiche di malattie fisiche, ma in realtà esiti di conflitti emozionali, che possono poi comunque tradursi in vere e proprie patologie.

Durante la serata saranno esaminati i diversi aspetti del "pianeta stress"; a partire dalle dimensioni del fenomeno nella nostra società, aggravato oggi dalla difficile congiuntura economica, che ne sta aumentando l'entità- e dai M.U.S., i Medically Unexplained Syntoms, fino alle basi biologico-neuromediatoriali di tale evento. Un intervento dedicato ai lavoratori e al malessere degli stessi imputato all'ambiente lavorativo prenderà in esame i diversi passaggi all'interno delle Aziende, soffermandosi in particolare sulle iniziative di prevenzione da mettere in atto. Tra queste, la nuova metodologia di "meditazione anti-stress" la Mindfulness, ossia il metodo della consapevolezza che arriva dagli Stati Uniti (ma ha origini ben più lontane nel tempo) per alleviare dolori e disagi del vivere quotidiano, con alcune note pratiche per "curare i disagi del quotidiano".

La discussione sarà animata da due esperti di particolare rilievo, quali il Presidente dei Dirigenti d'Azienda della Lombardia e un Giornalista attento alle esigenze dei cittadini e alle loro "problematiche adattive", quale il Vicedirettore del più importante quotidiano italiano. In conclusione sarà presentato il nuovo progetto "CAM CheckStress" per la prevenzione e gestione dello Stress, proposto presso il CAM Polidiagnostico.

Relatori:

Romano Ambrogi

Presidente ALDAI Ass. Lombarda Dirigenti Aziende Industriali

Maurizio G. Biraghi

Coordinatore Comitato Scientifico e Progetti di Ricerca CAM

Marco I. D'Orso

Responsabile Scientifico Medicina del Lavoro CAM
Docente presso l'Università di Milano Bicocca

Maira Gironi

Neurologo e consulente di Ricerca Clinica CAM
INSPE, San Raffaele, Milano

Alberta Motta

Psicologa - Psicoterapeuta, Mindfulness trainer

Annalisa Orsenigo

Psicologa - Psicoterapeuta

Giangiuseppe Schiavi

Vicedirettore Corriere della Sera

Stress lavoro-correlato: dalla biologia al burn-out alla mindfulness

Moderatori: **M.I. D'Orso – M.G. Biraghi**

- **Stress e organismo: dalle dimensioni del fenomeno agli eventi sentinella**
M. G. Biraghi
- **Biologia dello stress: mediatori, neuromodulatori e pratica specialistica**
M. Gironi
- **Gli attori aziendali e gli step operativi nella valutazione dello stress lavoro-correlato**
M. I. D'Orso
- **La Mindfulness: nuova metodologia anti-stress**
A. Motta
- **Brevi note di "gestione" dei disagi del vivere quotidiano**
A. Orsenigo

Conducono la discussione:

R. Ambrogi, M. G. Biraghi, M. I. D'Orso, G. Schiavi

- **Stress e prevenzione: il progetto CAM CheckStress**
M. G. Biraghi

L'incontro si terrà presso Auditorium CAM
Centro Analisi Monza - Viale Elvezia, Monza
mercoledì 27 febbraio 2013

seguirà rinfresco