

Aver cura di chi ci cura: corso base.

Aggiornamento sulle strategie per la gestione di stress, distress, sintomi vaghi e aspecifici e recupero psicofisico del benessere

11-25 settembre; 9, 23 ottobre; 6- 20 novembre 2023

orario: 14.00 – 18.15

Piattaforma digitale Microsoft Teams e Zoom

PRESENTAZIONE DEL CORSO

Nell'ambito della Rete Internazionale che promuove salute negli Ospedali e Servizi Sanitari (HPH) il tema della resilienza del personale sanitario è sempre stato un argomento cruciale, esso è diventato priorità indifferibile a seguito dell'emergenza COVID-19. La strategia è articolata in stretta collaborazione con gli ordini professionali di medici e psicologi ed è finalizzata alla continuità dei percorsi di promozione della salute del personale, con particolare riferimento alla nuova leadership. Saranno trattati i principi scientifici e discusse le più recenti evidenze sul Carico allostatico, vale a dire la stratificazione degli eventi stressanti, e la sua gestione efficace. Tale carico è diventato a livello individuale un peso difficile da sostenere da parte del personale sanitario vista la carenza di personale e l'ingravescente aumento della domanda assistenziale collegata alla cronicità e all'impatto gravoso determinato dalla pandemia.

L'iniziativa formativa proposta è dedicata al capacity building del personale sanitario per l'ampliamento dei team multiprofessionali che promuovono la salute e si propone di:

- ✓ promuovere la consapevolezza dei segni e sintomi che riguardano la presenza di stress cronico e infiammazione;
- ✓ imparare a riconoscere i propri bisogni di promozione della salute e a mettere in atto correttivi basati sullo stile di vita e la gestione efficace dello stress;
- ✓ l'apprendimento di conoscenze relative ai parametri che consentono di misurare in modo non invasivo i due assi dello stress system e di progettare piani di recupero psicofisico personalizzati da monitorare nel tempo basati sullo stile di vita;
- ✓ fornire gli elementi chiave per leggere e interpretare l'eventuale disregolazione dei meccanismi di reattività allo stress;
- ✓ dare un quadro sistemico della reazione allo stress, acuta e cronica e delle implicazioni biologiche e psicologiche che essa comporta;
- ✓ contrastare i meccanismi infiammatori collegati alla sovrastimolazione stressogena e di conseguenza ridurre le fonti di patogenesi collegate alla cronicità;
- ✓ apprendere un modello di intervento multiprofessionale, che promuova la collaborazione tra le discipline mediche, psicologiche, infermieristiche e con tutte le professioni sanitarie che a vario titolo intendono contribuire al modello di salutogenesi;
- ✓ lavorare in modo sinergico con i Servizi di Prevenzione, Protezione Ambientale e i medici competenti per piani di miglioramento multidimensionali stabili sulla promozione della salute e la gestione dei rischi del personale sanitario.



ARCS
Azienda Regionale
di Coordinamento
per la Salute



International Network of
Health Promoting Hospitals
& Health Services



REGIONE AUTONOMA
FRIULI VENEZIA GIULIA

OBIETTIVI

-

PROGRAMMA

Modulo 1

11 settembre 2023 IL CARICO ALLOSTATICO

14.00-14.30	Presentazione obiettivi del percorso formativo e compilazione Scheda Autovalutazione Medically Unexplained Symptoms-MUS- T0	Direzione Strategica ARCS e Ordini Professionali del personale coinvolto nella strategia e Cristina Aguzzoli Medico Promozione della Salute ARCS(UD),
14.30-16.00	Glossario dello stress e allostasi	Marina Risi, Medico, Centro PNEI Cure Integrate, Roma
16.15-17.15	Aspetti neuroendocrini dello stress	Marina Risi, Medico, Centro PNEI Cure Integrate, Roma
17.15-18.15	Aspetti metabolici dello stress: insulino resistenza	Felice Marcoccia, Endocrinologo, docente malattie del sistema endocrino e del metabolismo, Roma

Modulo 2

25 settembre 2023 I MEDICALLY UNEXPLAINED SYMPTOMS (MUS)

14.00-15.00	Stress e sistema immunitario	Marina Risi, Medico, Centro PNEI Cure Integrate, Roma
15.00-16.00	La strategia integrata "Aver cura di chi ci cura" per la riduzione e l'eliminazione dei MUS	Cristina Aguzzoli, Medico Promozione della Salute ARCS(UD)
16.00-16-15		



ARCS
Azienda Regionale
di Coordinamento
per la Salute



International Network of
Health Promoting Hospitals
& Health Services



REGIONE AUTONOMA
FRIULI VENEZIA GIULIA

16.15-17.15	Stress e metabolismo: il ruolo della tiroide	Felice Marcoccia, Endocrinologo, docente malattie del sistema endocrino e del metabolismo, Roma
17.15-18.15	Stress e parametri analisi asse metabolico	Felice Marcoccia, Endocrinologo, docente malattie del sistema endocrino e del metabolismo, Roma
Modulo 3 Gli aspetti psicologici del curante		
9 ottobre 2023		
14.00-15.00	Percezione dello stress e visione PNEI parte I	Marina Risi, Medico, Centro PNEI Cure Integrate, Roma
15.00-16.00	Percezione dello stress e visione PNEI parte II	Sabrina Ulivi, Psicologo - Psicoterapeuta. Specialista in Psicologia Clinica, esperto in Neuroimmunomodulazione e Performance Psico-fisica. Pistoia
16.00-16-15		
16.15-17.15	Aspetto psicologico del curante	Sabrina Ulivi, Psicologo - Psicoterapeuta. Specialista in Psicologia Clinica, esperto in Neuroimmunomodulazione e Performance Psico-fisica. Pistoia
17.15-18.15	Biofeedback e impatto sull'asse nervoso dello stress: cosa succede quando respiro bene?	Sabrina Ulivi, Psicologo - Psicoterapeuta. Specialista in Psicologia Clinica, esperto in Neuroimmunomodulazione e Performance Psico-fisica. Pistoia
Modulo 4		
23 ottobre 2023 Relazione tra nutrizione e stress		
14.00-15.00	Nutrizione e medically unexplained symptoms: relazione tra psiche, stress e microbiota	Antonio Sacco, Medico di Medicina generale, esperto in medicina funzionale integrata, nutrizionista dello sport, Verona
15.00-16.00	Nutrizione e Pnei: effetto dei cibi sul network neuroendocrino e psicologico parte I	Giulia Mecozzi, Biologa nutrizionista, esperta in psiconeuroendocrinoimmunologia, Roma
16.00-16-15	Pausa	



ARCS
Azienda Regionale
di Coordinamento
per la Salute



International Network of
Health Promoting Hospitals
& Health Services



REGIONE AUTONOMA
FRIULI VENEZIA GIULIA

16.15-17.15	Nutrizione e Pnei: effetto dei cibi sul network neuroendocrino e psicologico parte II	Giulia Mecozzi, Biologa nutrizionista, esperta in esperta in psiconeuroendocrinoimmunologia, Roma
17.15-18.15	Nutrizione: cosa succede quando mangio bene e rispetto i ritmi circadiani?	Antonio Sacco, Medico di Medicina generale, esperto in medicina funzionale integrata, nutrizionista dello sport, Verona
Modulo 5 Relazione tra attività fisica e stress		
6 novembre 2023		
14.00-15.00	Attività fisica e PNEI: evidenze scientifiche	Antonio Sacco, Medico di Medicina generale, esperto in medicina funzionale integrata, nutrizionista dello sport, Verona
15.00-16.00	Attività fisica funzionale alla salute: cosa fare, come farla, quando farla Parte I	Michele Marro, dottore in educazione motoria preventiva ed adattata, Docente Open Academy of Medicine (VE)
16.00-16-15	Pausa	
16.15-17.15	Attività fisica funzionale alla salute: cosa fare, come farla, quando farla Parte II	Michele Marro, dottore in educazione motoria preventiva ed adattata, Docente Open Academy of Medicine (VE)
17.15-18.15	Attività fisica: cosa succede quando mi muovo bene e rispetto i ritmi circadiani?	Antonio Sacco, Medico di Medicina generale, esperto in medicina funzionale integrata, nutrizionista dello sport, Verona
Modulo 6 Modello Aver cura di chi ci cura		
20 novembre 2023		
14.00-15.00	Discussione con i P.I. dello studio pilota "Aver cura di chi ci cura"	Annunziata Antonietta; Del Giudice Pietro; Lardieri Gerardina; Portolan Patrizia; Ronchese Federico; De Filippo Roberto
15.00-16.00	Dibattito con i partecipanti e discussione di casi parte I	Cristina Aguzzoli, Medico Promozione della Salute ARCS(UD) e Marina Risi, Medico, Centro PNEI Cure Integrate, Roma
16.00-16-15	Pausa	



ARCS
Azienda Regionale
di Coordinamento
per la Salute



International Network of
Health Promoting Hospitals
& Health Services



REGIONE AUTONOMA
FRIULI VENEZIA GIULIA

16.15-17.15	Dibattito con i partecipanti e discussione di casi parte II	Marina Risi, Medico, Centro PNEI Cure Integrate, Roma e Cristina Aguzzoli, Medico Promozione della Salute ARCS(UD)
17.15-18.15	Take Home messages	Marina Risi, Medico, Centro PNEI Cure Integrate, Roma e Cristina Aguzzoli, Medico Promozione della Salute ARCS(UD)

Responsabili scientifici dott.ssa Cristina Aguzzoli, dr. ssa Marina Risi

SEGRETERIA ORGANIZZATIVA

SC Centro Regionale Formazione

Direttore: dott.ssa Simonetta Degano

Referente corso: dott.ssa Lucrezia Pascolo tel. 0432 1438172

e-mail: formazione@arcs.sanita.fvg.it

sito web: www.arcs.sanita.fvg.it