

Press Review

The Best of **Consulcesi** Education



Tg2

LA STAMPA

Il Sole **24 ORE**

IL TEMPO.it
quotidiano indipendente

ANSA.it

il **Fatto**
Quotidiano

sky **tg24**

WIRED

AGI AGENZIA
ITALIA

ANSA – 3 marzo 2022

ANSAit

Giornata dell'udito, al via corso per il personale sanitario



Entro il 2050 saranno 700 mln le persone con problemi uditivi

Più di un miliardo di persone è a rischio di perdita d'udito. Tra le sei raccomandazioni dell'Organizzazione mondiale della sanità individuate come necessarie per contrastarla ce n'è una: garantire un'adeguata formazione e informazione del personale.

Oggi è la VII Giornata mondiale dell'udito e per l'occasione Consulcesi ha lanciato il corso "In reciproco ascolto. Interagire con il paziente sordo in situazione normale e di emergenza", in collaborazione con Emergenza Sordi Aps, con l'obiettivo di formare e informare adeguatamente pediatri, medici di base, infermieri e tutti i camici bianchi. Il corso, partendo dal riconoscimento della persona sorda sulla base di comportamenti fisici e psicologici, in particolar modo nelle situazioni di emergenza, approfondirà poi aspetti comunicativi e relazionali al fine di fornire ai partecipanti strumenti per riconoscere, gestire e comunicare al meglio in situazioni di emergenza e non, che vedano coinvolte persone affette da questa disabilità.

La perdita di udito è un problema che riguarda un crescente numero di persone in tutto il mondo. Secondo il rapporto 2021 dell'Oms sono oltre 430 milioni quelle che ne sono già affette e si stima una crescita entro il 2050 tale da raggiungere quasi i 700 milioni. "In Italia circa il 12% della popolazione è affetta da problemi di udito più o meno gravi, di cui 45mila sorde, e con i numeri destinati ad alzarsi, risulta ancora più importante lavorare per garantire e rafforzare il diritto di pari accessibilità di sordi e udenti, sancito nella Convenzione Onu sui diritti delle persone con disabilità.", dichiara Luca Rotondi, esperto nella gestione delle emergenze per le persone sorde e presidente di Emergenza Sordi, associazione per il sociale che promuove l'accessibilità ai servizi di emergenza e la cultura del primo soccorso sia verso sordi sia udenti.



Violeta Benini, l'ostetrica "divulvatrice": «Problemi sessuali femminili? Non ignorateli»

Dolore durante i rapporti ma anche difficoltà a raggiungere l'orgasmo: sono solo alcuni dei problemi con cui sono costrette a convivere molte donne. Alla base, spesso, false credenze molto radicate anche tra il personale sanitario. Cosa fare? Lo abbiamo chiesto all'ostetrica Violeta Benini, meglio nota sui social come la "divulvatrice"

Difficoltà a raggiungere l'orgasmo, calo del desiderio o dolore durante il rapporto: sono problemi sessuali femminili talmente diffusi da riguardare quasi una donna su due. A rivelarlo di recente è stata Violeta Benini, ostetrica esperta in rieducazione e riabilitazione del pavimento pelvico, nota sui social come la "divulvatrice". Sulla sessualità femminile pesano infatti ancora tabù e false credenze che sembrano essere estremamente radicate non solo nella società ma anche a livello scientifico, tra i professionisti della salute a cui le donne si rivolgono.

Problemi sessuali femminili: la difficoltà di ricevere una diagnosi corretta

I problemi della sfera sessuale sono spesso originati da disturbi che nella maggior parte dei casi potrebbero essere trattati e risolti se solo vi fosse una maggiore consapevolezza. E se fino a poco tempo fa pensavamo che le donne faticassero a ricevere una diagnosi perché poco propense a chiedere aiuto su questo tipo di argomenti, oggi sappiamo che la maggiore difficoltà è quella di trovare una risposta adeguata alle loro domande. «Alcuni disturbi vengono ignorati completamente. – ci racconta Violeta Benini – Le donne cercano aiuto: il problema però è la risposta che ricevono. Spesso si sentono dire che è tutto nella loro testa, che per arginare il dolore basta usare il lubrificante, cambiare posizione o addirittura cambiare partner. I dolori durante i rapporti sessuali, invece, possono e devono essere curati anche con la riabilitazione del pavimento pelvico. A volte bastano anche dei suggerimenti su come farsi auto-massaggi o come gestire la penetrazione con tecniche particolari per risolvere la difficoltà e poter assumere poi liberamente tutte le posizioni».

Il dolore non è mai fisiologico

Quando si parla di problemi sessuali femminili, un aspetto su cui è bene sensibilizzare le donne, riguarda proprio il dolore. Provare dolore infatti non andrebbe mai considerato normale e sopportato, ma valutato in modo approfondito e curato. «Il dolore non è fisiologico – precisa infatti Violeta Benini – anche durante i rapporti sessuali, può essere dovuto a una tensione dell'utero o ad altre tensioni muscolari. Così come è

molto diffuso il dolore da entrata, che la donna avverte nel momento in cui il pene entra in vagina. O quello post coitale, caratterizzato da bruciore. Queste problematiche possono essere date da infiammazioni delle mucose, che il più delle volte sono causate da vaginosi o da una disbiosi del microbiota vaginale. Problemi che potrebbero essere diagnosticati ma che spesso vengono completamente ignorati».

Vulvodinia: perché si fatica a ricevere una diagnosi?

«Lo stesso vale per la vulvodinia, – continua l'ostetrica Benini – patologia che è definita come un dolore vulvare senza causa specifica. Tuttavia la causa specifica il più delle volte sono le mucose infiammate ma la diagnosi di vaginosi non viene fatta e quindi, chi ne soffre, è spesso curata per una neuropatia e non risolve il problema».

Problemi sessuali femminili: un corso per formare i professionisti sanitari

Sui problemi della sfera sessuale femminile pesa soprattutto la mancanza di un'assistenza sanitaria adeguata. Alla base la scarsa conoscenza, anche da parte dei professionisti della salute, dell'anatomia dei genitali femminili. Ed è proprio per colmare questa lacuna che è nato il corso Consulcesi "Anatomia e sessualità femminile: abbattiamo i tabù", tenuto proprio da Violeta Benini. Lo scopo? Formare il personale sanitario sulle principali problematiche relative alla sessualità femminile. «L'obiettivo vero e proprio – sottolinea con decisione l'ostetrica Benini – è portare i medici e i professionisti a osservare meglio le vulve. Il corso è infatti corredato da molte foto».

L'imene: questo sconosciuto

«Secondo la mia esperienza su certi aspetti regna la più totale ignoranza. – continua Violeta Benini – Un esempio? Pochi sanno come è davvero fatto l'imene. Quando studiavo, infatti, non mi è mai stato mostrato come fosse. In compenso, si sente dire di tutto: che si può rompere con i primi rapporti o andando in bicicletta o ancora che la rottura si completa con il parto. Il problema è che, se andiamo ad osservare due dei più importanti libri di anatomia, le immagini sui genitali femminili sono poche. Quelle relative ai genitali esterni non sono realistiche e raffigurano comunque vulve malate, con disfunzioni».

Falsi miti duri a morire

Alla scarsa conoscenza dell'anatomia femminile, si aggiungono poi falsi miti ancora molto radicati. «Prima di tutto quelli legati al desiderio. – sottolinea ancora la vulcanica "divulvatrice" – Si crede ancora che le femmine non pensano al sesso come i maschi, che non hanno voglia. Quando le femmine in realtà possono avere voglia tanto quanto i maschi: è un discorso soggettivo, legato all'individualità e non all'identità di genere. Quello che si tende a ignorare piuttosto è che le donne possono avere maggiori squilibri ormonali che incidono sulla libido. Quando faccio i sondaggi sui dolori mestruali, spesso alimentati da uno squilibrio ormonale, scopro che ne soffrono il 50/60 % delle persone che rispondono. Questo significa che la metà delle donne ha uno squilibrio ormonale e quindi, non tutte ma una parte di loro, potrà avere anche problemi legati alla libido».

Masturbazione femminile: ancora un tabù

«Un altro grande tabù riguarda purtroppo ancora la masturbazione femminile. – continua Violeta Benini – Le donne si masturbano ma non viene detto perché la femmina che prova piacere viene ancora considerata una poco di buono, una facile. Un esempio? Le persone che mi seguono, tendono a commentare meno i post in cui parlo di masturbazione o sex toys perché capita che poi ricevano messaggi in privato da persone che vogliono fare una chat erotica».

Orgasmi e false credenze

I tabù riguardano infine anche l'orgasmo femminile, al centro di false credenze che finiscono per pesare molto su una sessualità appagante e consapevole. «C'è ancora una scuola di pensiero molto radicata, sostenuta anche da sessuologi, secondo cui l'orgasmo è solo clitorideo – spiega l'ostetrica – Tuttavia le donne hanno un forte desiderio di provare piacere con la penetrazione: se viene detto loro che non si può raggiungere l'orgasmo con la penetrazione, viene dato un massaggio non solo sbagliato ma anche fuorviante che finisce per limitare il loro piacere. Io conosco molte pazienti che piano piano riescono a conquistare gli orgasmi da penetrazione, che magari prima non riuscivano a raggiungere per una disfunzione del pavimento pelvico che può incidere molto su questo».

Problemi sessuali femminili: conoscersi è il primo passo per superarli

La buona notizia? Il corso sull'anatomia femminile rivolto ai professionisti della salute e tenuto da Violeta Benini è disponibile gratuitamente anche per i non addetti ai lavori e dunque per tutte le donne che vogliono imparare a conoscersi da vicino. «L'ho lanciato l'8 marzo in concomitanza con la Giornata Mondiale della Donna ed è disponibile sul mio sito – racconta Violeta – Il corso è e resterà gratuito. Conoscersi, conoscere la propria anatomia e come dovrebbe funzionare, è infatti il primo passo verso un sesso appagante».

LA STAMPA – 10 febbraio 2022

LA STAMPA

QUELLE MENTI FERITE
E UN'AGGRESSIVITÀ
DA TENERE
SOTTO CONTROLLO

ARCOVIO A PAGINA 68

Le nostre menti ferite

Dalle paure alle psicosi
così il virus ha cambiato
i modi di vedere il mondo

VALENTINA ARCOVIO

Questa pandemia finirà. Non sappiamo quando e non sappiamo come. La certezza è che la nostra vita sarà molto diversa rispetto a quella di prima. Perché a essere diversi siamo proprio noi. Noi in quanto essere umani.

E' un dato di fatto su cui concordano psicologi, psichiatri, sociologi di tutto il mondo, che a due anni dall'inizio di questa emergenza stanno ora tirando le somme. «Sono mesi che ne discutiamo in conferenze e convegni mondiali, dagli Usa alla Russia, e siamo giunti tutti alla stessa conclusione: siamo cambiati», spiega Giorgio Nardone, psicologo e psicoterapeuta del Centro di Terapia Strategica e formatore Consulcesi con una collana di corsi dedicata alle implicazioni di natura psicologica legate al Covid-19. Ora la domanda a cui gli scienziati cercano di rispondere è come siamo diventati? Migliori o peggiori di prima?

«Al momento quello che abbiamo constatato è che le persone migliori sono migliorate di più, le persone peggiori sono peggiorate di più - dice apertamente Nardone -. E siccome, statisticamente, le persone migliori sono una minoranza, il risultato di questo cambiamento non piacerà a molti». Perché se vogliamo generalizzare - perdendo di conseguenza le sfumature, alcune delle quali an-

che positive - possiamo dire che l'essere umano «post-Covid» è più aggressivo, egoista, più diffidente, più fobico e solitario.

Aggressivi. Mezzo secolo fa il biologo francese Henri Laborit fece un esperimento «illuminante»: mise dei topolini in una gabbia apparentemente normale, ma che periodicamente inviava delle scosse elettriche. Gli animali, chiusi insieme in un ambiente ristretto, contro un male «invisibile» hanno cominciato ad essere più aggressivi gli uni contro gli altri e hanno iniziato ad azzuffarsi. «E' un po' quello che il virus Sars-CoV-2 sta facendo a noi - dice Nardone -. La frustrazione derivante dalla pandemia - aggiunge - ha aumentato l'aggressività verso gli altri e, in alcuni casi, anche verso se stessi. E' così che si spiega l'aumento dei casi di autolesionismo, di anoressia, di abuso di alcol e così si spiega la ferocia con cui ce la prendiamo con gli altri». Pensiamo alle liti contro chi non rispetta le regole anti-Covid, agli insulti sui social contro gli scienziati o alle aggressioni contro i medici... Può sembrare un cambiamento «passeggero», legato all'attuale situazione emergenziale. «In realtà, temo che questo aumento di aggressività sia molto più duraturo di quanto immaginiamo».

Distaccati. La pandemia ci ha costretto per molto tempo a chiuderci in noi stessi. «Abbiamo iniziato a pensare agli altri con distacco, anche

nei casi di difficoltà», dice Adelia Lucattini, psichiatra e psicoanalista della Società psicoanalitica italiana e della International psychoanalytical association. Un classico esempio: se il vicino si è ammalato di Covid-19 la colpa è sua, perché l'abbiamo visto uscire senza indossare la mascherina. Zero empatia. «Siamo diventati più indifferenti e più distaccati verso le situazioni altrui», aggiunge l'esperta. La sovraesposizione a immagini drammatiche legate alla pandemia ci ha in qualche modo desensibilizzato. «Siamo diventati più insensibili, poiché di fondo si attribuiscono i disagi della pandemia alle altre persone», sottolinea Lucattini.

Fobici. La pandemia ci ha messo di fronte a un nemico esterno, che non si può vedere, in grado di penetrare il nostro corpo. «Il sentirsi continuamente minacciati da un nemico che può arrivare da qualunque luogo e in qualsiasi momento ha provocato lo scatenarsi o l'acuirsi di fobie vecchie e nuove - sottolinea Nardone -. Pensiamo a quanti hanno iniziato a lavarsi compulsivamente le mani». Oppure a chi ha cominciato ad avere paura degli spazi grandi e aperti o al contrario di quelli chiusi. C'è poi la fobia che succeda qualcosa di brutto ai propri cari o di subire aggressioni da sconosciuti... Fobie e paure che ci faranno compagnia per un bel po' di tempo. «Lo stress e l'ansia con cui stiamo convivendo da troppo tempo non sparirà

di colpo insieme al virus, ma perdurerà nel tempo, influenzando, a chi più e a chi meno, su molti aspetti della vita».

Solitari. Può sembrare contro-intuitivo: dopo tanto tempo lontani dalle relazioni sociali per scongiurare il rischio di contagiarsi, si può pensare erroneamente che, quando la pandemia sarà finita, ci sarà la voglia di riprendere e recuperare la propria socialità. «Invece, non è stato così con l'allentamento delle misure e temo non sarà così neanche nel prossimo futuro - dice Nardone -. E' come se ci fossimo assuefatti allo stare da soli, ad avere più relazioni virtuali che reali: alla fine continueremo a preferire il rimanere soli con tutte le conseguenze che questo comporterà sulle nostre vite e sulla nostra società».

Diffidenti. Dalle origini del virus alla «bontà» dei vaccini e delle terapie anti-Covid, fino all'obbligo Green Pass... Mai come in questo momento le teorie complottiste stanno conoscendo un grande successo. Non è più un fenomeno «di nicchia» e probabilmente neanche passeggero. Ma potrebbe essere solo la punta dell'iceberg. «La diffidenza verso gli altri, che siano persone, aziende o istituzioni, non scomparirà da un momento all'altro - commenta Nardone -. Chi più e chi meno, siamo tutti diventati più diffidenti e paranoici e più la paranoia aumenta e più cresce l'aggressività in un pericoloso circolo vizioso». —

© RIPRODUZIONE RISERVATA

“Abbiamo constatato che le persone migliori sono migliorate di più e le persone peggiori sono peggiorate di più. Da un punto di vista statistico non è un risultato incoraggiante”

Un boom della fatica percepita

Sos del dipartimento di Scienze Biomediche di Humanitas University: la pandemia ha impattato in modo grave sulla sfera psicologica ed emozionale. Lo studio, basato un campione di 2400 persone, rileva che il 21% degli intervistati nota un peggioramento nei rapporti con il partner e il 13% con i figli. Il 50% del campione denuncia un incremento della fatica percepita durante lo svolgimento delle attività lavorative

I segni del Disturbo post-traumatico da stress

Nel report realizzato da Humanitas University emerge come il 20% degli intervistati abbia riportato sintomi clinicamente significativi di disturbo post-traumatico da stress (in gergo medico Ptsd) in relazione alle esperienze legate alla pandemia. Il 28%, inoltre, ha lamentato una serie di sintomi ossessivo-compulsivi disturbanti, che sono in grado di interferire con le proprie attività quotidiane, dallo studio al lavoro

Lo specialista

Il Centro di Terapia ad Arezzo



Giorgio Nardone è psicologo e psicoterapeuta del Centro di Terapia Strategica di Arezzo. E' anche formatore Consulcesi con una collana di corsi dedicata alle implicazioni di natura psicologica legate alla pandemia da Covid-19.

ADNKRONOS – 1 ottobre 2021



Sanzioni Ecm, 'Consulcesi Club la soluzione per evitarle'



"Anche in questi 3 mesi, come facciamo da oltre 20 anni, saremo al fianco di medici e operatori sanitari. Stavolta li supporteremo" attraverso Consulcesi Club "affinché evitino sanzioni" per non avere raggiunto i crediti richiesti sul fronte della formazione Ecm (Educazione continua in medicina). Lo ha affermato in una nota il presidente di Consulcesi, Massimo Tortorella, commentando la dichiarazione del sottosegretario alla Salute Pierpaolo Sileri, che ha annunciato controlli e sanzioni a partire dal 2022 per quanti non saranno in regola con l'Ecm, dopo la proroga che scade il prossimo 31 dicembre.

"Una forte attenzione, un netto grande passo in avanti rispetto agli ultimi anni, confermato anche dalla recente comunicazione inviata dalla Fnomceo", Federazione nazionale Ordini dei medici, "a tutti i presidenti degli Ordini, per stimolare gli iscritti a rispettare le scadenze", ricorda una nota di Consulcesi, network per la tutela legale e il supporto formativo delle professioni mediche e sanitarie.

"Il dialogo costante con medici e operatori sanitari - ha aggiunto Tortorella - ci porta ad affermare che sono i primi ad essere soddisfatti di questo cambio di paradigma. La cultura della formazione, dell'aggiornamento continuo, è molto presente tra i nostri professionisti sanitari". Ora però, con le sanzioni in arrivo, bisognerà mettersi in regola in questi ultimi 3 mesi dell'anno e "la soluzione è Consulcesi Club, con i nostri oltre 250 corsi - ha sottolineato Tortorella - che abbinano il valore scientifico assicurato da docenti e società scientifica di primissimo livello con la straordinaria efficacia della formazione a distanza".

LA STAMPA – 9 luglio 2021

LA STAMPA

Medici a lezione di cucina per difendere la nostra salute d'estate



VIDEO

https://www.lastampa.it/salute/2021/07/09/news/intossicazione_alimentare_come_prevenirla_in_estate-309671862/

Gonfiore, mal di pancia, coliti, malesseri che potrebbero rovinarci le vacanze. Ecco gli errori che commettiamo e i consigli della nutrizionista

Dopo aver faticosamente conquistato il Green Pass per poter partire, sarebbe un peccato rovinarsi le vacanze per uno dei tipici problemi gastro-intestinali che in estate - a causa del caldo - aumentano. Gonfiore, mal di pancia, stipsi o al contrario diarrea possono diventare i nemici numero uno delle vacanze di milioni di italiani costringendoli a rinunciare a gusti e sapori. In realtà, spesso i sintomi di questi disturbi peggiorano a causa di errori che commettiamo fidandoci del 'sentito dire' o delle numerose fake news che girano in rete. È questo il tema centrale di Gusto è Salute, un progetto Consulcesi e Sanità In-formazione pensato per 'formare i formatori' e cioè medici di famiglia, nutrizionisti, infermieri e gli altri operatori sanitari per arrivare così alla popolazione generale. In realtà, ai disturbi gastrointestinali bisogna prestare attenzione non soltanto per evitare che ci rovinino le vacanze. "Colite, disturbi dell'alvo, reflusso, gonfiore sono la spia di numerose problematiche che possono essere gestite con alimentazione funzionale e biotipizzata", dichiara Serena Missori, endocrinologa nutrizionista e responsabile del progetto Gusto è Salute. "Importante è non sottovalutarle e correre ai ripari perché spesso questi sintomi sono la spia di qualcosa di più come steatosi epatica, gastriti, colon irritabile, diverticolite e altre malattie infiammatorie e croniche intestinali". L'alimentazione ha un ruolo chiave nell'insorgenza di queste problematiche. Gli errori

da evitare Tra i disturbi gastrointestinali più diffusi in estate ci sono la dissenteria e il gonfiore addominale che a volte possono insorgere o peggiorare per errori di comportamento che commettiamo istintivamente. Facciamo un esempio: “Quando abbiamo molto caldo - spiega Serena Missori - per rinfrescarci mangiamo e beviamo cibi e acqua freddi. Questo è un errore perché quando le temperature sono alte siamo vasodilatati e se si deglutisce qualcosa di freddo si crea una vasocostrizione che può bloccare la peristalsi”. No alla frutta fredda a fine pasto Come evitare questi problemi? “Meglio stemperare i liquidi ghiacciati ed evitare la frutta fredda a fine pasto”, risponde Missori. Per esempio, un classico dell'estate è l'anguria dopo pranzo o cena, ma è un errore perché è costituito per il 95% di acqua ed è come se avessimo bevuto mezzo litro di acqua fredda”. E la famosa diarrea del viaggiatore? “Si è scoperto che al di là dell'infezione che può insorgere - spiega Missori - il microbiota intestinale quando cambiamo regione o paese si modifica in relazione all'ambiente. Perciò, in vacanza meglio portarsi dietro dei probiotici e poi riscopriamo l'avena ricca di beta-glucani che favoriscono il transito intestinale e fanno bene al microbiota”. Il falso mito della pasta in bianco Uno dei classici consigli quando si ha qualche disturbo gastrointestinale è quello di mangiare in bianco per qualche giorno. “In realtà - chiarisce Missori - suggerire genericamente una dieta in bianco può essere fuorviante perché poi le persone mangiano pasta in bianco con il burro o latticini freschi che sono ricchi di lattosio e se si è intolleranti possono peggiorare i sintomi”. Spesso, quindi, sono proprio i ‘cibi bianchi’ che non consentono il miglioramento della situazione ma anzi favoriscono un peggioramento: “Il lattosio se c'è intolleranza, i farinacei molto raffinati come la pasta o addirittura il riso bianco brillato possono provocare gonfiore o meteorismo e peggiorare un disturbo gastrointestinale”, prosegue l'endocrinologa. Patate e verdure lesse A volte anche le patate vengono considerate un ‘cibo bianco’ che si può mangiare se si ha un disturbo gastrointestinale. “In realtà - prosegue la nutrizionista - le patate sono Solanacee e se c'è un intestino irritato possono peggiorare ulteriormente l'irritazione”. Spesso a pasta o riso in bianco si associano le verdure lesse: è una buona soluzione? “No - risponde Missori - perché sono verdure impoverite di Sali minerali e vitamine che non fanno altro che rallentare ulteriormente il transito intestinale”. Cosa è meglio mangiare allora? “Dipende dal disturbo - chiarisce la nutrizionista. In caso di diarrea, riso con olio e sale, che è bianco ma astringente. Se si tratta di gonfiore addominale e stipsi, meglio evitare latticini e pomodoro e mangiare ad esempio zucchine saltate in padella e pollo. Se, invece, il problema è la gastrite o il reflusso, possono aiutare pane a lunga lievitazione e prosciutto crudo”. Se la frittura può aiutare Altro mito da sfatare quando si tratta di alimentazione e disturbi gastrointestinali è quello che la frittura faccia male e vada evitata. E invece, la frittura stimola la secrezione di bile e facilita la pulizia intestinale. “Può far funzionare meglio fegato, colecisti e intestino perché può stimolare la peristalsi e può aiutare contro la stipsi. E' controindicato in caso di coliche biliari in atto o patologie gastrointestinali acute come la diarrea del viaggiatore perché stimola ulteriormente la peristalsi. Però in una condizione di buona salute, in caso di pigrizia intestinale o steatosi epatica il fritto fatto con un olio sano e la giusta temperatura, cioè senza superare il punto di fumo, è colagogo quindi facilita la pulizia di fegato, colecisti e intestino. Show cooking come a Masterchef Per diffondere il più possibile informazioni corrette su salute e alimentazione, il progetto formativo ‘Gusto è Salute’ rivolto ai medici e ai professionisti sanitari ha ideato un format che affianca ai contenuti teorici la preparazione pratica degli alimenti attraverso video e sessioni di show cooking, proprio come una puntata di Masterchef in cui la nutrizionista Serena Missori, (affiancata nelle diverse edizioni della serie formativa da Gianfranco Vissani, Roberto Valbuzzi) è affiancata questa volta da Marisa Maffeo, finalista a Masterchef, che forte del suo trascorso da infermiera realizza per ‘Gusto è Salute’ ricette che coniugano perfettamente il gusto, il piacere culinario e la tutela della salute.

LIBERO QUOTIDIANO – 26 novembre 2021



Dolori alla spalla per 3 italiani su 10, da Consulcesi Ecm su nuove tecniche



Circa 3 persone su 10 soffrono di dolori alla spalla. Si tratta di un problema diffuso che può essere dovuto a cause diverse o essere il segnale di altre malattie. Tra le tecniche più utilizzate nel trattamento del dolore alla spalla vi è sicuramente la terapia infiltrativa la cui efficacia è notevole e riesce ad avere sui pazienti degli effetti benefici rapidi, oltre che un prolungato mantenimento nel tempo. Ma è importante saper effettuare questa terapia nella maniera corretta, per trarne benefici. Per questo, il provider di formazione professionale Consulcesi ha realizzato un corso dedicato ai professionisti con la collaborazione di Andrea Grasso, specialista in Ortopedia e traumatologia dedicato alle "Le tecniche infiltrative nella spalla".

"Esistono diversi tipi di infiltrazioni per la spalla e le sostanze iniettate sono principalmente corticosteroidi e acido ialuronico. Questo trattamento è preferibile nelle persone anziane che non vogliono o non possono essere sottoposte ad intervento chirurgico", spiega Grasso.

"In situazioni di grande infiammazione, e quindi di grosso dolore, l'infiltrazione cortisonica può essere risolutiva, in quanto i corticosteroidi sono dei potenti antinfiammatori, e permette di gestire il paziente che, per altre problematiche, non può essere sottoposto al trattamento chirurgico - prosegue Grasso - Le infiltrazioni di acido ialuronico sono meno aggressive e si utilizzano nello spazio dei tendini, ma permettono di raggiungere un doppio risultato: sfiammare e lubrificare le diverse componenti articolari".

Le infiltrazioni vanno però eseguite con delle precise tecniche che presuppongono una conoscenza approfondita sia dell'anatomia dell'arto che dei concetti di sterilità chirurgica, al fine di evitare danni alla struttura vasculo-nervosa del paziente e complicanze di tipo infettivo. "L'obiettivo principale del corso promosso da Consulcesi è proprio quello di far chiarezza sulle tecniche infiltrative per curare la spalla e mostrare ai colleghi i vari punti su cui intervenire ed infiltrare. Vi sono, infatti, due regioni totalmente separate della spalla per cui è necessario capire dove inserire l'ago ed iniettare il liquido", spiega ancora Grasso.

“Conoscere bene la conformazione anatomica della spalla e i diversi metodi di infiltrazione, oltre ad essere necessario al fine di garantire una corretta terapia al paziente, risulta essere importante - conclude - ai fini della prevenzione dei rischi sia patologici che infettivi". Al termine del corso, dunque, i partecipanti avranno una conoscenza delle patologie che colpiscono la spalla e che possono essere trattate attraverso la tecnica infiltrativa, nonché una conoscenza approfondita delle diverse tipologie di infiltrazione e delle tecniche di esecuzione della terapia.

ADNKRONOS – 14 settembre 2021



Consulcesi: "Boom aggressioni a sanitari, va recuperato rapporto con paziente"



Al via corso di counselling da 32,5 crediti

Da quando è scoppiata la pandemia, e ancora di più con l'inizio della campagna vaccinale anti-Covid, le aggressioni verbali e fisiche contro scienziati e operatori sanitari si sono moltiplicate, segno che il rapporto medico-paziente si sta progressivamente usurando. Lo denuncia Consulcesi, network dedicato al supporto legale e formativo delle professioni sanitarie.

"Recuperare si può e si deve", afferma il presidente di Consulcesi Massimo Tortorella, annunciando il lancio del corso di formazione professionale 'Il counselling in ambito sanitario. Come costruire una relazione efficace con il paziente', da 32,5 crediti Ecm di Sanità In-Formazione per Consulcesi Club. "Si tratta del nostro unico corso di aggiornamento professionale da 30 crediti, un numero importante - sottolinea Tortorella - se si considera che il prossimo 31 dicembre scade la proroga concessa agli operatori sanitari per assolvere ai propri obblighi formativi".

"Il counselling sanitario è uno stile comunicativo che rende fertile la comunicazione con i pazienti, i caregivers e i colleghi", spiega Lucilla Ricottini, formatrice esperta nei campi della comunicazione in sanità e della gestione dei conflitti, nonché responsabile del nuovo corso Consulcesi. "La relazione con la cura è complessa come poche altre. Nel passato nessuno si è occupato veramente di insegnare come entrare in una relazione, come stare e come uscire da una relazione di cura, ovvero il ciclo del contatto. In realtà - aggiunge la formatrice - non tutti gli operatori sanitari, anche quelli particolarmente abili con la comunicazione quotidiana, sono dotati per natura di una specifica attitudine con la relazione interpersonale". Per questo, "tra modelli e approcci relazionali, il counselling sanitario rappresenta una proposta di grande valore".

Un percorso didattico per imparare a costruire una migliore relazione di cura

Il corso - riporta una nota - si articola partendo dall'anatomia del sistema nervoso e dal funzionamento dei neurotrasmettitori, per poi passare alla biologia delle emozioni e alla teoria della comunicazione, arrivando poi al counseling, di cui si spiegano le radici, la teoria e diverse pratiche. Infine, viene descritta l'applicazione del counselling nello specifico ambito sanitario, anche come forma di prevenzione e gestione delle situazioni che generano violenza. "Il percorso didattico proposto - evidenzia Ricottini - intende offrire gli strumenti per migliorare la qualità e l'efficacia della relazione tra professionista sanitario e paziente (e tra professionista e famiglia del paziente o colleghi), grazie allo sviluppo di maggiori capacità empatiche e all'acquisizione di competenze tra cui: l'ascolto attivo, la riformulazione, le tecniche motivazionali e la gestione empatica dello stress e dei conflitti".

Il nodo centrale dell'attività del medico e di ogni professionista sanitario, secondo l'esperta, è la sua relazione con il paziente che di per sé è terapeutica: il medico stesso è la prima medicina. "Con il giusto approccio - assicura Ricottini - si può ottenere: adesione alla cura, attivazione delle risorse interne necessarie per affrontare la malattia, riduzione del vissuto ansioso e delle richieste di attenzione".

Anche la violenza e la generale sfiducia verso gli operatori sanitari, secondo la responsabile del corso Consulcesi si può combattere con un'adeguata formazione. "Le abilità di counselling - conclude Ricottini - dovrebbero diventare parte integrante del bagaglio culturale del professionista sanitario, rendendo più efficace l'intervento e migliorando i risultati".

QUOTIDIANO SANITA' – 30 novembre 2021



Covid. Consulcesi: “Formazione degli operatori è segreto del successo della sanità italiana”



Per il presidente Tortorella "la gestione della pandemia nel nostro Paese è stata la migliore al mondo dopo Israele, gli altri Paesi hanno copiato le nostre misure, a due mesi di distanza. Questo perché i nostri professionisti sanitari sono tra i migliori al mondo grazie alla formazione solida anche grazie all'aggiornamento continuo che fanno. In pandemia, abbiamo riscontrato un picco di richiesta formativa da parte non solo dei medici ma di diverse professionalità sanitarie"

"La pandemia ha messo sullo stesso livello tutti i professionisti sanitari, dal medico al tecnico di laboratorio: ognuno ha contribuito con la propria specificità per un unico obiettivo", ha dichiarato Massimo Tortorella Presidente di Consulcesi alla III Conferenza nazionale sulla vulnerabilità e fragilità, voluta da Simedet e Fno Tsm-Pstrop in occasione del Forum Risk Management di Arezzo.

Presenti esponenti della sanità da Cesare Mirabelli, Corte Costituzionale a Don Massimo Angelelli, Cei e diversi apicali delle professioni sanitarie di Fnopi, Cnop, Fofi, Fnomceo e Onb.

In un confronto sulle vulnerabilità e fragilità del nostro Ssn, Massimo Tortorella racconta l'effetto della pandemia sull'Educazione Continua in Medicina: "La gestione della pandemia nel nostro Paese è stata la migliore al mondo dopo Israele, gli altri Paesi hanno copiato le nostre misure, a due mesi di distanza. Questo per vari fattori, non ultimo perché i nostri professionisti sanitari sono tra i migliori al mondo grazie

alla formazione solida anche grazie all'aggiornamento continuo che fanno. In pandemia, abbiamo riscontrato un picco di richiesta formativa da parte non solo dei medici ma di diverse professionalità sanitarie e a farla da padrone la formazione a distanza, che ha visto un incremento di circa il 30%".

In un confronto aperto tra i nuovi protagonisti non 'medici' della sanità, è stata presentata anche la Costituzione etica di cui si è auto dotata la Federazione delle professioni sanitarie Fno Tsm Pstrop.

"Un progetto unico e innovativo che oltre a rispecchiare i valori delle 19 professioni sanitarie della Federazione è condivisa da tutte le 30 professioni della sanità e che, un giorno non troppo lontano, potrebbe essere adottata da tutto il mondo della sanità - commenta Guido Rasi, ex direttore Ema e ora Direttore Scientifico di Consulcesi - che tante realtà diverse si dotino di una carta comune è un grande passo che va in direzione giusta, cioè verso la standardizzazione delle cure che a sua volta è uno degli elementi principali per garantire qualità e sicurezza a tutti i pazienti senza diseguaglianze. La pandemia ci ha imposto una svolta. E per imparare da questo evento imprevedibile, due gli elementi necessari: la centralizzazione e la standardizzazione. Il primo obiettivo, quindi, è quello di creare una cabina di regia, capace di contrastare la frammentarietà della formazione professione".

"Il secondo passo - prosegue - sarà quello di concentrare gli sforzi nella selezione delle nuove conoscenze, oggi più numerose che mai: oggi abbiamo la necessità di filtrare circa 7mila pubblicazioni al giorno, in modo da offrire agli operatori sanitari nuove conoscenze da usare subito nella pratica clinica. È un cambiamento importante che va fatto con grande senso di responsabilità", conclude Rasi.

LA REPUBBLICA – 9 luglio 2021

la Repubblica.it

'Il gusto è salute', una Ecm-serie per i medici



VIDEO - <https://video.repubblica.it/salute/medicina-e-ricerca/il-gusto-e-salute-una-ecm-serie-per-i-medici/391299/392013>

Lezioni teoriche ma anche sessioni di show cooking, proprio come una puntata di Masterchef. Cinque corsi dedicati alla dieta giusta per ipo e ipertiroidismo, infiammazione cronica silente, cellulite, intolleranze alimentari e problemi gastro-intestinali.

AFFARITALIANI – 10 dicembre 2021

affaritaliani.it 
Il primo quotidiano digitale, dal 1996

Oltre 3 mln gli italiani ossessivo-compulsivi, corso per medici e operatori



Dalla pulizia esasperata dell'a casa al controllo ripetuto delle chiavi dell'auto, fino a comportamenti estremi fortemente limitanti della libertà individuale, accompagnati da carico di angoscia difficile da gestire. Si tratta di alcuni segnali dei disturbi ossessivo-compulsivi, uno spettro di infermità che fa parte delle malattie mentali e coinvolge oltre il 5% della popolazione, senza distinzione tra sessi. L'esordio è mediamente in età adulta, dai 22 ai 35 anni, ma i primi sintomi possono manifestarsi nell'infanzia o in adolescenza.

"I disturbi ossessivo compulsivi sono molto più frequenti di quel che pensiamo, nel nostro Paese esiste una grande parte di sommerso, difficile da individuare e spesso la prima causa è di tipo culturale. E' quindi importante diffondere informazione su questi disturbi per comprenderli, riconoscerli e affrontarli con il giusto approccio terapeutico", commenta Giorgio Nardone psicoterapeuta e autore di diversi libri sul tema che ha curato il primo corso di formazione professionale rivolto proprio medici di famiglia, pediatri, infermieri, logopedisti oltre che a psicologi e psicoterapeuti, dal titolo "Paziente virtuale: disturbi ossessivo-compulsivo e istrionico di personalità".

L'obiettivo del corso - riferisce una nota - è imparare a riconoscere i primi campanelli d'allarme che lasciano presagire lo sviluppo della patologia. "Se individuato in tempo, attraverso un percorso terapeutico personalizzato, il disturbo ossessivo-compulsivo si può completamente superare", afferma Nardone. Il modello di apprendimento proposto dal provider Consulcesi è basato sull'interattività e il gaming. Il corso è infatti ispirato alla nota serie televisiva 'La Casa di Carta, in uscita in questi giorni. Negoziare con un rapinatore per salvare degli ostaggi è la sfida proposta ai partecipanti, con l'aiuto di pazienti virtuali, per districarsi tra insidie e difficoltà dell'entrare in relazione utile con chi soffre del disturbo e riuscire ad aiutare sé stesso e gli altri a vivere meglio. Il corso è disponibile gratuitamente su piattaforma Consulcesi Club e dà 6 crediti utili a completare il triennio formativo in scadenza il 31 dicembre.

IL TEMPO – 27 settembre 2021

IL TEMPO.it
QUOTIDIANO INDIPENDENTE

Sei milioni di italiani con disturbi alla tiroide, Consulcesi insegna a combatterli a tavola



I disturbi alla tiroide colpiscono circa 6 milioni di italiani, per lo più donne, con ripercussioni notevoli sulla salute: problemi di peso, sintomi intestinali, gonfiore addominale, stanchezza e stress. Lo ricorda Consulcesi, che a ipotiroidismo e ipertiroidismo ha dedicato l'ultimo corso della serie formativa Ecm 'Gusto è Salute'. Docente d'eccezione Serena Missori, endocrinologa, nutrizionista e autrice di diversi libri di cui l'ultimo da pochi giorni in libreria, su 'La dieta della tiroide biotipizzata', affiancata dall'influencer e chef Marisa Maffeo. Coniugare il piacere del cibo e la cura della salute è l'obiettivo del progetto, la cui terza serie insegna dunque come prevenire e affrontare anche a tavola i disturbi tiroidei.

Ipotiroidismo e ipertiroidismo - sottolinea Consulcesi, network dedicato alla tutela e alla formazione della professione medica - sono le più frequenti malattie che interessano la tiroide, alterandone la produzione degli ormoni T3 e T4. Il compito di questi due ormoni è quello di stimolare la crescita, lo sviluppo dell'organismo e l'equilibrio di tutti i suoi sistemi, in particolare il sistema cardiovascolare, il sistema gastrointestinale e il sistema nervoso. Il ridotto funzionamento della tiroide, tipico dell'ipotiroidismo, provoca una riduzione degli ormoni tiroidei normalmente in circolo e, quindi, un rallentamento del metabolismo energetico che può anche determinare un serio aumento di peso e altre problematiche cliniche. Mentre una iperattività della tiroide, dovuta all'ipertiroidismo, determina un aumento dei livelli degli ormoni tiroidei nel sangue, accelerando le funzioni vitali dell'organismo.

Durante il corso Ecm - si legge in una nota - l'importanza della formazione medica in ambito alimentare sarà dimostrata anche attraverso la visione di uno show cooking in cui vengono individuati gli alimenti giusti e viene spiegata la loro corretta preparazione e associazione per ogni corso della serie.

"Con questo corso vogliamo sfatare alcuni miti circa il rapporto tra l'alimentazione e tiroide e fornire indicazioni e consigli pratici da mettere in campo sin da subito per gestire al meglio le problematiche tiroidee - afferma Missori - Il corso, infatti, affronta il tema dell'impiego di alimenti utili per la gestione di ipo ed ipertiroidismo, così come l'associazione favorevole degli alimenti funzionali e l'integrazione con nutraceutici per ottimizzare la funzione tiroidea con e senza associazione a terapia convenzionale".

Il progetto Gusto è Salute - evidenzia la nota - si sta rivelando molto importante per i medici che hanno potuto aggiornare le proprie conoscenze in ambito alimentare, attraverso dei corsi in cui i contenuti teorici possono essere riscontrati nella preparazione pratica degli alimenti, grazie alla collaborazione tra esperti di medicina e professionisti del mondo culinario. "In questo modo si è voluto trasmettere agli operatori sanitari le tecniche migliori, da trasferire ai propri pazienti, su come mangiare in modo sano e con gusto, ma divertendosi e curando la salute", aggiunge Missori.

Ai primi 100 professionisti sanitari che termineranno il corso verranno regalati gli ingredienti, così da potersi cimentare in cucina e realizzare piatti in cui potranno riscontrare direttamente che, nella consapevolezza di ciò che è bene mangiare e nella giusta interazione tra gli alimenti - conclude Consulcesi - il Gusto è Salute.

AGI – 11 settembre 2021



Come si manifesta la 'sindrome da rientro' negli studenti



Secondo la neurologa e psicologa Maria Cristina Gori, l'ansia di tornare tra i banchi è legata ai lunghi mesi di didattica a distanza

Paura di non essere in grado di "nascondersi" dietro uno schermo, ansia di un nuovo ambiente o di tornare in un contesto che non si frequenta da almeno due anni, paura di non essere accettati dai gruppi in presenza. Queste sono alcune delle ansie e paure degli studenti che inizieranno il nuovo anno scolastico, una vera e propria "sindrome da rientro" che si somma alla preoccupazione di essere contagiati.

Tra gli effetti della DAD, come la dispersione scolastica, la cattiva alimentazione, l'eccesso di sedentarietà, i disturbi del sonno, il binge watching, la dipendenza da videogiochi, si aggiunge l'angoscia di non essere all'altezza di affrontare il nuovo anno scolastico in presenza. A parlarne è Maria Cristina Gori, neurologa psicologa e docente del corso ECM "Imparare dal Covid-19: le conseguenze psicologiche da isolamento e didattica a distanza" realizzato da Consulcesi.

"Ogni passaggio di grado scolastico - spiega - richiede un diverso approccio allo studio e alle nuove materie. Ogni inizio prevede un rischio di imprevedibilità. Se poi le imprevedibilità sono molteplici, il quadro si complica ancora di più. Se l'imprevedibilità non riguarda solo il nuovo ciclo di studi, ma anche le modalità con cui può avvenire la frequenza, tutto si diviene più complesso. Sarò in grado di tollerare tanti stimoli nell'aula? Di tenere i media silenziati? Di tenere la mascherina? Di andare d'accordo con tutti? Di stare nel silenzio o nel chiasso di un'aula per tanto tempo, senza la possibilità di spegnere un interruttore e di allontanarmi? Il mio metodo di studio sarà adeguato ai nuovi ritmi?"

"Paure legate a pandemia, isolamento e dad"

Ci sono paure psicologiche associate alla pandemia e all'incertezza delle strategie preventive messe in atto alle quali si aggiungono a quelle pregresse dovute all'isolamento e alla didattica a distanza per questo, come sottolinea Gori, "iniziare a vivere le prime certezze nell'incertezza, come in un gioco di parole, è la nuova sfida educativa per tutti: per i docenti, per i genitori, per gli studenti".

E ancora, "iniziare un percorso di studi è come partire per un viaggio con una valigia dentro cui decidiamo di portare ciò che ci serve. Nella valigia ci sono la nostra storia, le nostre abilità, la nostra personalità; non è detto, però, che tutto ciò che abbiamo nel bagaglio ci servirà per il viaggio. Magari servirà tirare fuori solo qualcosa al momento giusto per poi riporlo, ad esempio la capacità' attenta in un compito in presenza, l'ironia e la simpatia nell'orario di ricreazione, o anche in alcuni momenti la capacità' di tollerare la solitudine se ne abbiamo bisogno, senza sentirci frustrati per questo".

Ognuno di noi, dunque, possiede delle competenze trasversali, ovvero quelle abilità che ci appartengono, che abbiamo imparato a sviluppare negli anni, o per le quali abbiamo una particolare predisposizione e che possono essere messe in gioco nei contesti più' disparati.

"Sfida nel segno della flessibilità e delle strategie alternative"

"Una delle grandi sfide di questi tempi è poter tradurre in atto tutte queste competenze, mettendole in campo nei momenti più' diversificati", spiega la psicologa, secondo la quale "nel futuro saranno proprio queste abilità a costituire i tratti essenziali della flessibilità nel lavoro, in famiglia e nelle reti sociali, a permettere un sano adattamento ad ambienti mutevoli restando sempre se stessi".

Sembra essere estremamente importante approfondire quegli studi relativi alla deprivazione sociale per comprendere "il sottile funzionamento della mente davanti ad una situazione incerta come la pandemia, imparando a riconoscere le disfunzioni della mente dinanzi ad eventi imprevisti", sottolinea la dottoressa Gori. "Il corso ECM realizzato da Consulcesi, oltre a fornire le informazioni scientifiche attualmente disponibili in merito agli effetti del distanziamento sociale sulle giovani generazioni utili a comprendere il mondo che verrà, così come immaginato dalle giovani generazioni; ha l'obiettivo di fornire gli strumenti per comprendere le fonti scientifiche dei dati e per conoscere le esperienze di successo educativo, perché la pandemia ha mostrato non solo le criticità, ma anche la possibilità di sopravvivere, di apprendere e di imparare strategie alternative", conclude Gori.

LIBERO QUOTIDIANO - 27 agosto 2021



Ogni anno in Italia si verificano circa 100mila ustioni



Può succedere in casa mentre si cucina sui fornelli. Oppure in bagno mentre si usa la piastra per capelli. Ma anche in spiaggia dopo una giornata sotto il sole rovente o in strada appoggiandosi alla marmitta dei motorini...Le ustioni rappresentano tra i più comuni incidenti domestici e non solo. Si stima che in Italia ne avvengano circa 100mila all'anno. E dopo gli incendi boschivi che hanno attraversato l'Italia il numero è aumentato. Saperle riconoscere è fondamentale, sia per evitare di compiere nell'immediato azioni che possono peggiorare la situazione che per intervenire tempestivamente in casi particolarmente gravi. Questo è uno dei motivi per cui è stato organizzato e lanciato il corso di formazione professionale ECM di Sanità In-Formazione per Consulcesi Club intitolato "Le ustioni: classificazione, diagnosi e trattamento".

"Le ustioni rappresentano un rilevante problema per l'impegno necessario alla loro cura e per gli esiti invalidanti che spesso ne conseguono – spiegano Rosario Ranno, direttore dell'UOC Grandi Ustioni e Chirurgia Plastica e Maria Giardina, dirigente medico dell'UOC Grandi Rischii e Chirurgia Plastica, entrambi presso l'Azienda Ospedaliera per l'Emergenza Cannizzaro, Catania -. I soggetti colpiti, siano essi adulti o bambini, possono necessitare di cure specialistiche con degenze in terapia intensiva, e con esiti cicatriziali invalidanti che possono ridurre il ritorno alla vita sociale per tempi lunghi e talvolta con invalidità permanenti sia fisiche che psichiche", aggiungono. Il corso si compone di video-lezioni corredate da materiali didattici di approfondimento.

"E' fondamentale che gli operatori sanitari sappiano distinguere tra un'ustione di I, di II e di III grado", sottolinea Ranno. "Le ustioni rappresentano la terza causa di morte nel mondo e la prognosi dei pazienti dipende molto spesso da quello che si fa (o non si fa) nelle prime 48-72 ore", aggiunge. Per un medico fare la scelta giusta può fare la differenza per qualità della vita di un paziente ustionato. E soprattutto può fare la differenza tra la vita e la morte.

SKYTG24 – 24 giugno 2021



Generazione V, libro di Guido Rasi sul Covid-19



VIDEO - <https://video.sky.it/news/cronaca/video/generazione-v-libro-guido-covid19-video-679950>