

COMUNICATO STAMPA

EXPO 2015: NUTRIRE, POTENZIARE CURARE

IL FUTURO DELLA SALUTE MENTALE

MILANO, 19 E 20 GIUGNO 2015

Entro il 2020 il 50% delle patologie invalidanti saranno i disturbi mentali. Se curare è stato il paradigma centrale della medicina e della psichiatria negli anni passati, per l'oggi e per il futuro questo concetto non potrà più reggersi da solo.

Servono nuovi ingredienti di prevenzione che possano garantire un miglioramento dello stato di benessere e di efficienza di tutti noi, sia una riduzione dei costi di una sanità che non potrà contare su risorse illimitate.

Nutrire, Potenziare, Curare

Questi tre concetti sono quelli che sosterranno la cura e la prevenzione dei disturbi mentali e che daranno una marcia in più a chi vuole raggiungere l'obiettivo di essere in forma mentalmente.

A questi si dovranno aggiungere nuovi criteri di cura integrando i protocolli "evidence based" e quelli "sartoriali", ovvero basati sulle esigenze del singolo.

Nutrire

Siamo quello che mangiamo, anche mentalmente. Dieta mediterranea (in grado di prevenire la depressione) ed assunzione massiccia di Omega 3 (che proteggono il cervello) sono due esempi di come l'alimentazione sia fondamentale per la salute mentale.

Potenziare.

Mantenere la mente attiva ed in forma è una delle garanzie più valide nella prevenzione dei disturbi psichici.

Potenziare significa anche creare una rete di relazioni sana e costruttiva per mirare un benessere diffuso socialmente.

Curare

Approfondire gli studi sulle cause biologiche e psicologiche che favoriscono i disturbi mentali, terapie mirate sul singolo e basate su criteri scientifici potranno favorire un sistema sanitario sostenibile in grado affrontare le problematiche legate ai problemi psichici.

Venerdì 19 giugno. Tavole rotonde.

Prima giornata Presidente del comitato scientifico: Giampaolo Perna. Tavole rotonde con: Emilio Sacchetti, Claudio Mencacci, Silvio Scarone, Giovanni Biggio, Mauro Percudani, Aristide Saggino (segue nel programma allegato).

Sabato 20 giugno. Lezioni magistrali.

Presidente del comitato scientifico: Giampaolo Perna. Lezioni magistrali di: Mario Maj, Charles Nemeroff, Glen O Gabbard, Daniel Weinberger, Carlo Altamura, Laura Bellodi.

*Il programma aggiornato ad oggi segue in allegato.