

## Viaggio alla ricerca del benessere: ciclo di incontri

**Pubblicato:** Mercoledì 17 Ottobre 2012

**Un viaggio alla scoperta dell'equilibrio tra corpo e mente, un percorso attraverso le**

tappe significative della vita toccando le problematiche che, di volta in volta, coinvolgono gli aspetti legati alla salute naturalmente connessi con gli aspetti psicologici e personali. È quanto proposto dall'**Istituto Medico Santa Chiara di Gallarate** con un **ciclo di conferenze "Salute e Benessere. Viaggio in sei tappe attraverso corpo e mente"** che si articola in sei appuntamenti tra ottobre 2012 e febbraio 2013, **aperti al pubblico e completamente gratuiti**, con l'obiettivo di contribuire a diffondere una **maggior cultura della salute e del benessere psicofisico**.

**La sede di via A. Da Brescia 1 ospiterà dunque serate** che toccheranno tematiche che interessano fasce d'età diverse, dalla menopausa all'anoressia, dalla chirurgia e medicina estetica all'obesità, passando per una tappa fondamentale, quella dedicata alle buone pratiche per un cuore sano. Ma ci sarà anche un **"fuori sede" con la serata del 7 febbraio dedicata a "Come i disturbi alimentari influenzano il ciclo"**, relatrice la dottoressa Frascoli specialista in ostetricia e ginecologia, incontro che si terrà a Varese grazie al supporto del Comune di Varese – Assessorato Famiglia, Persona e Università.

«Non solo destinate a un pubblico femminile – precisa il **direttore sanitario dell'Istituto Medico Santa Chiara, la dottoressa Maura Blini** – le nostre serate sono pensate anche per gli uomini di tutte le età che, si sa, sono sempre più attenti a seguire un regime di vita salutare e alla cura del corpo».

Secondo un'indagine della Doxa eseguita per la Fondazione Italiana Medicina e Chirurgia Estetica, nel 2011, su un campione di 250 uomini, il 44% si è dichiarato abbastanza favorevole alla chirurgia estetica, il 29% era totalmente favorevole mentre solo il 4% ha affermato di essere totalmente contrario.

«Altro delicato discorso – prosegue la dottoressa Maura Blini – è quello dedicato ai **disturbi del comportamento alimentare e alle ricadute** che questi hanno sugli aspetti più squisitamente femminili, quali il ciclo mestruale. Quando la perdita di peso supera una determinata soglia, il corpo si difende facendo tesoro di tutte le risorse. La sospensione del ciclo è un campanello di allarme importante perché indica che si è raggiunta una soglia critica».

**Alessio Blini, Amministratore Delegato Istituto Medico Santa Chiara di Gallarate** «La nostra è una struttura giovane che tuttavia fin dagli esordi ha sempre rivolto particolare attenzione alla cultura della prevenzione, organizzando incontri su temi specifici rivolti ai suoi pazienti. Con questo primo ciclo di conferenze apriamo anche al pubblico con l'intenzione di favorire la divulgazione delle "buone pratiche" per uno stile di vita sano e per il benessere psicofisico. Siamo inoltre disposti a collaborare con eventuali associazioni no-profit del territorio che si occupano di patologie specifiche, offrendo i nostri spazi e i nostri professionisti per iniziative medico/scientifiche/divulgative e campagne promozionali».

### **Il programma:**

#### **1. Giovedì 18 ottobre ore 21.00**

Dottoressa Cristina Frascoli Specialista in Ginecologia e Ostetricia  
"Vivere la menopausa con serenità"

#### **2. Giovedì 8 novembre ore 21.00**

Dottor Vincenzo Ottaviano Specialista in Chirurgia Plastica Ricostruttiva ed Estetica  
“L’io ideale, immagine e realtà”

**3. Giovedì 22 novembre ore 21.00**

Dottoressa Maura Blini/Professor Franz Baruffaldi Preis Specialisti in chirurgia plastica e ricostruttiva  
“Le nuove frontiere della chirurgia plastica”

**4. Giovedì 17 gennaio ore 21.00**

Dottoressa Rachele Aspesi Farmacista e consulente nutrizionale  
“Nutrizione e obesità: quando il cibo diventa il nemico”

**5. Giovedì 31 gennaio 2013 ore 21.00**

Dottoressa Elena Blini/Dottoressa Daniela Orsida Specialiste in Medicina Interna Cardiologie  
Ospedaliere  
“Sette passi per un cuore sano”

**6. Giovedì 7 febbraio ore 21.00**

Dott.sa Cristina Frascoli Specialista in Ginecologia e Ostetricia  
“Come i disturbi alimentari influenzano il ciclo”

Redazione VareseNews

redazione@varesenews.it