



# II° Congresso Nazionale Medico Cura Te Stesso

## Milano

## 4-5 Marzo 2011

**Sala Conferenze BPMILANO – Via Massaua 6**

## PROGRAMMA

Con il patrocinio di  
**OMCeOMilano**



Organizzazione e comunicazione



## **PRESENTAZIONE**

Dopo il successo del primo Congresso di Medico Cura Te Stesso (MCTS) a Modena, con gli oltre 300 medici che hanno partecipato ai lavori congressuali e alle attività espositive della showroom, nel 2011 l'Associazione organizza il secondo Congresso Internazionale Medico Cura Te Stesso nella prestigiosa metropoli milanese.

Come per la prima edizione, il Congresso è stato progettato per delineare più ampi orizzonti agli studi, conoscenze e osservazioni cliniche attualmente esistenti sulla tutela della salute psicofisica dei medici.

Il progetto è scaturito dal riscontro obiettivo della mancanza di un network trasversale che assista i medici di ogni categoria e specializzazione, aiutandoli a tutelare la propria integrità fisica e psichica, invitandoli a partecipare a programmi di screening, a sottoporsi a periodici controlli, a valutare l'efficacia di specifici protocolli terapeutici, a discutere collegialmente la compliance a specifiche strategie di prevenzione, fitness e wellness, e auto-sperimentando in gruppo su se stessi l'efficacia di determinati metodi autodiagnostici, oppure di farmaci o di protocolli, per recuperare e mantenere al meglio la propria salute.

Questa iniziativa trasversale è destinata quindi a censire, conoscere, prevenire e curare, con i mezzi più idonei e nelle istituzioni nazionali ed internazionali maggiormente accreditate e qualificate, tutte le principali problematiche di salute dei medici.

Oltre a sviluppare gli importanti argomenti previsti in programma, la caratteristica principale del Congresso è rappresentata dalle due showroom, dedicate una alla creatività scientifica, l'altra ai contributi artistico-umanistici dei medici. Un open space per la presentazione e divulgazione dei frutti dell'ingegno, fantasia e cultura aperta a tutti i partecipanti.

È gradita pertanto la partecipazione numerosa e come protagonisti di tutti i medici che ritengono di avere realizzato, nel corso della loro vita professionale opere d'arte, idee e progetti da condividere con l'intera comunità medica scientifica. Anche in tema di autosperimentazione, MCTS intende dare il proprio contributo spontaneo alla conoscenza e validazione di nuove espressioni terapeutiche o diagnostiche, per categoria nosologica, alla stessa stregua di quanto avviene nel corso delle sperimentazioni sui pazienti. Il messaggio etico estrinseco del nostro network quindi è di migliorare la qualità della comunicazione nel rapporto medico-paziente, attraverso un tributo di esperienze attive o passive di malattia e la sperimentazione e conoscenza di circuiti virtuosi di cura.

Con questi obiettivi, l'Associazione Medico Cura Te Stesso organizza iniziative di studi, meeting, convention, incontri di fitness, assistenza via internet per problemi di salute.

Prof. Beniamino Palmieri  
Università di Modena

## **DESTINATARI**

Tutti i medici che hanno preso coscienza della loro vulnerabilità, del ruolo espresso dalla loro professionalità a supporto del benessere fisico e psichico e della prevenzione delle malattie.

In particolare:

- **a tutti i medici** che sono stati o sono "pazienti" e che vogliono condividere nel network un supporto umano, scientifico e sociale;
- **a tutti i medici** che sono disponibili a offrire la loro esperienza professionale in regime di volontariato sotto forma di servizio periodico nazionale o internazionale in consulenza gratuita per casi difficili;
- **a tutti i medici** che, dotati di temperamento artistico e creativo-multimediale, hanno saputo o intendono esprimerlo degnamente e meritoriamente e comunicarlo in una arena nazionale;
- **a tutti i medici** la cui creatività è espressa con innovazioni tecnologiche diagnostiche o terapeutiche o metodologiche in ambito biomedico affinché attraverso il network si possano sviluppare prodotti nati dalla ricerca spontanea "sul campo";
- **a tutti i medici** che vogliono mantenere e incentivare il loro training fisico, convinti che fitness, wellness e in generale attività sportiva, siano un formidabile supporto al loro percorso professionale e costituire un incentivo e un paradigma nel dialogo medico-paziente per attingere ad uno stile di vita sano ed attento alla prevenzione;

## **MEDICI PITTORI, MEDICI INVENTORI, MEDICI ESPLORATORI, MEDICI MUSICISTI, MEDICI SCRITTORI, MEDICI...**

I medici sono un po' tutti *viaggiatori* animati dallo zelo di guarire un numero crescente di pazienti, coerentemente insoddisfatti e curiosi sempre alla ricerca di nuove scoperte e nuovi traguardi terapeutici. Non fa meraviglia quindi trovare l'ingegno multiforme espresso nella pratica professionale che si riverbera quindi non di rado nella storia di scoperte ed esplorazioni geografiche o etniche, archeologiche, astrali.

E non è un caso che l'arte, insieme al desiderio di esplorare, sia spesso presente nell'animo di molti medici che suonano, inventano, dipingono, scolpiscono, scrivono..

Un modo, anche questo, per riprendere il contatto con la vita, uscendo dalle dinamiche della sofferenza, delle frustrazioni e del burn out che tendono a logorare lo smalto morale e professionale del medico a cui ogni giorno è chiamato a rispondere.

Lo showroom del congresso diventa quindi un'opportunità per esporre e condividere reportage di viaggio, quadri, filmati, libri, musica.

## **SE VUOI ESPORRE LE TUE OPERE COMPILA IL MODULO ARTISTI (PAG.7)**

*"Dove il mondo cessa di essere il palcoscenico delle nostre speranze e dei nostri desideri per divenire l'oggetto della libera curiosità e della contemplazione, li iniziano arte e scienza.*

*Se cerchiamo di descrivere la nostra esperienza all'interno degli schemi della logica, entriamo nel mondo della scienza; se, invece, cerchiamo le relazioni che intercorrono tra le forme della nostra rappresentazione sfuggono alla comprensione razionale e pur tuttavia manifestano intuitivamente il loro significato, entriamo nel mondo della creazione artistica.*

*Ciò che accomuna i due mondi è l'aspirazione a qualcosa di non arbitrario, di universale."*

*(A. Einstein)*

## Programma Venerdì 4 Marzo 2011

ore 8.45 SALUTO DELLE AUTORITA' e DEL PRESIDENTE DELL'ORDINE DEI MEDICI **U. Garbarini**

### PRIMA SESSIONE

ore 9.00 UPDATE DI BIOLOGIA DELLA LONGEVITA' **S. Salvioli** (Università di Bologna –prof. F. Franceschi)

ore 9.45 MEDICI CENTENARI A MILANO: LE RIFLESSIONI DI UN ESPERTO **L. Bergamaschini**

ore 10.00 SONNO, ORMONI, INVECCHIAMENTO DI SUCCESSO E LONGEVITA' **A. Polimeni** (Milano)

ore 10.15 "THE PIT AND THE PENDULUM": LA PROFESSIONE MEDICA TRA STRESS LAVORATIVO E SILENTI ALTERAZIONI DELL'EQUILIBRIO REDOX **F. Marotta** (Milano)

ore 10.30 Coffee break

### SECONDA SESSIONE - COME MANTENERSI IN FORMA?

ore 10.45 FITNESS E PREPARAZIONE ATLETICA **L. Speciani**

ore 11.05 MONITORAGGIO DELLO STILE DI VITA DEL MEDICO E DEI PROPRI PAZIENTI **R. Perissin** (Milano)

ore 11.30 DIETA, NUTRIZIONE, ANTI OBESITA' PER IL BENESSERE **A. Vanotti** (Como)

### TERZA SESSIONE

ore 12.00 CONFLITTI ISTITUZIONALI E STRATEGIE PRATICHE DI ADEGUAMENTO **F. Pellegrino** (Salerno)

ore 12.40 Discussione

ore 13.00 Visita a stand e show room

ore 14.00 NUTRACEUTICA E NEUROSCIENZE: L'OMOTAUINA NEL TRATTAMENTO DEI DISTURBI COGNITIVI: POSSIBILE UNA AUTOSPERIMENTAZIONE SUI MEDICI? **G. Scapagnini**

### QUARTA SESSIONE - LE MALATTIE DEI MEDICI

ore 14.20 MEDICO-PAZIENTE. LE CRITICITÀ RELAZIONALI NELLE ISTITUZIONI SANITARIE

**L. Belloni** (Firenze) - **A. Lalli** (Massa Carrara)

ore 15.00 MEDICO CURA TE STESSO: ESPERIENZA DI UN MEDICO DI ROMA **C. De Vendictis** (Roma)

ore 16.00 coffee break

### QUINTA SESSIONE – Moderatore:

ore 16.30 ANTIAGEING E CHIRURGIA ESTETICA. CIO' CHE OGNI MEDICO VORREBBE SAPERE PER SE' E NON HA MAI OSATO CHIEDERE: L'ESPERIENZA DI UN CHIRURGO PLASTICO SUI MEDICI DI ENTRAMBI I SESSI **M. Klinger**

### QUINTA SESSIONE - MEDICINA DIFENSIVA **S. Angeletti** – Presidente Vicario Associazione Stampa Medica Italiana

ore 17.00 MEDICI TRA ASSICURAZIONI E RASSICURAZIONI: LA MEDICINA DIFENSIVA **R. Villano**

### SESTA SESSIONE - MEDICI E STILI DI VITA

ore 17.30 MEDICO ANZIANO E STILE DI VITA. QUALI OPPURTUNITÀ? **R. Scortegagna** (Padova)

ore 18.00 Seminario o discussione

ore 19.00 Chiusura prima giornata

ore 20.30 Cena di Gala

## Programma Sabato 5 Marzo 2011

### SETTIMA SESSIONE - LE MALATTIE GRAVI Moderatore: **M. Bregni**

ore 9.00 IL MEDICO AMMALATO DI CANCRO **M. Cantore** (Massa Carrara)

ore 9.30 MALATTIE NEUROLOGICHE: LA SLA UN ANNO DOPO **M. Melazzini** (Milano)

ore 10.00 Music & coffee break

### OTTAVA SESSIONE - LA CREATIVITA' DEL MEDICO

ore 11.00 ARTE SALUTE BELLEZZA CREATIVITÀ. LA CÀ GHIRONDA **G. Martani** (Bologna)

ore 11.30 WEB BABEL SYNDROME E SECONDO PARERE **B. Palmieri** (Modena) - **T. Iannitti**

ore 12.00 CUAMM MEDICI PER L'AFRICA **M. Franzetti** (Padova)

ore 12.30 INTERPLAST **P. Morselli** (Bologna)

ore 13.00 Discussione e Saluti Ufficiali

ore 13.20 Chiusura lavori

## MODULO ISCRIZIONE

Inviare al numero di fax 039 9684000 e-mail [segreteria@windsorcommunication.it](mailto:segreteria@windsorcommunication.it)

### DATI PERSONALI

nome e cognome \_\_\_\_\_

luogo e data di nascita \_\_\_\_\_

codice fiscale \_\_\_\_\_

p.iva \_\_\_\_\_

professione \_\_\_\_\_

disciplina/specializzazione \_\_\_\_\_

iscrizione all'albo n° \_\_\_\_\_

indirizzo \_\_\_\_\_

città \_\_\_\_\_ prov. \_\_\_\_\_ cap \_\_\_\_\_

telefono \_\_\_\_\_ cell. \_\_\_\_\_

e-mail \_\_\_\_\_

Autorizzo al trattamento dei miei dati personali la Windsorcommunication in occasione della legge n.23 del "codice per la protezione dei dati personali". Il consenso è limitato dalla legge (D. leg 30 Giugno 2003 n°196)

### ECM

**RICHIEDO ECM**    **SÌ**     **NO**

Medico/farmacista 42 euro (IVA incl.)

Neolaureato 12 euro (IVA incl.)

Bonifico bancario intestato a:

WINDSORCOMMUNICATION sul c/c Barclays Bank IBAN IT2520305120400000030070060

Causale: II°CONGRESSO INTERNAZIONALE MEDICO CURA TE STESSO

N.B. Le spese di spedizione sono a carico del mittente

### PARTECIPAZIONE ALLA CENA DI GALA (4 MARZO 20.30)

**SÌ**  30 euro

**NO**

### PARTECIPAZIONE MOSTRA ESPOSITIVA

**SÌ**  Compilare modulo apposito

**NO**

Data \_\_\_\_\_

Firma \_\_\_\_\_

\* L'iscrizione risulterà completa all'invio del presente modulo compilato in tutte le sue parti. Per la richiesta ECM e/o per la partecipazione alla Cena di Gala dovrà essere inviato unito alla copia del bonifico bancario.

4-5 Marzo 2011

## **MODULO PER RICHIESTA ESPOSIZIONE MEDICI PITTORI, MEDICI SCULTORI, MEDICI INVENTORI, MEDICI ESPLORATORI, MEDICI MUSICISTI, MEDICI SCRITTORI, MEDICI...**

**COGNOME** \_\_\_\_\_

**NOME** \_\_\_\_\_

**CITTA'** \_\_\_\_\_

Indicare la specializzazione medica \_\_\_\_\_

Desidera esporre\*

- n°\_\_ quadri/stampa/tavole pittoriche
- n°\_\_ libri/poesie/racconti
- n°\_\_ fotografie
- eseguire n°\_\_ brani musicali
- altro \_\_\_\_\_

Si prega di allegare alla richiesta una descrizione sull'attività artistica che si desidera presentare

Inviare foto delle opere (cover di libri, foto di sculture, quadri, ecc...) in formato jpg con breve didascalia, il titolo, il nome dell'autore e il contatto e mail  
inviare breve descrizione del reportage di viaggio che si intende esporre

Inviare all'indirizzo [segreteria@windsorcommunication.it](mailto:segreteria@windsorcommunication.it) oppure via fax al numero 039 9684000

Prima di inviare il materiale da esporre si prega di richiedere la conferma della disponibilità da parte della segreteria organizzativa chiamando il numero di telefono 039 2494036 o scrivendo all'indirizzo [segreteria@windsorcommunication.it](mailto:segreteria@windsorcommunication.it)



tel. 039 9684000 e-mail: [segreteria@windsorcommunication.it](mailto:segreteria@windsorcommunication.it)

\*Eventuali diritti SIAE saranno pagati dall'artista e inviati alla segreteria organizzativa 15 giorni prima della data dell'evento; allestimento, supporti tecnologici, services vari vanno preventivamente richiesti. Eventuali spese aggiuntive e supporti per l'esposizione(cavalletti, ecc...) saranno a cura dell'artista.