



# ANSIA E DEPRESSIONE DURANTE LA PANDEMIA COVID-19: UTILI STRUMENTI DI LAVORO

## CALENDARIO INCONTRI 2021

25 MARZO

15 APRILE

13 MAGGIO

17 GIUGNO

23 SETTEMBRE

7 OTTOBRE

18 NOVEMBRE

ORE 13.30 - 14.30

WEBINAR ECM

Con il patrocinio di:



**SIP-Lo**  
Sezione Regionale Lombarda  
della Società Italiana di Psichiatria

In collaborazione con:

Sistema Socio Sanitario



Regione  
Lombardia

ATS Milano  
Città Metropolitana

# ANSIA E DEPRESSIONE DURANTE LA PANDEMIA COVID-19: UTILI STRUMENTI DI LAVORO

## WEBINAR ECM

### **Responsabili Scientifici**

#### **Galdino Cassavia**

*Direttore Dipartimento Cure Primarie ATS Milano*

#### **Giancarlo Cerveri**

*Direttore Dipartimento di Salute Mentale ASST di Lodi*

#### **Rossana A. Giove**

*Direttore Socio Sanitario ATS Milano*

#### **Claudio Mencacci**

*Direttore Dipartimento di Psichiatria ASST Fatebenefratelli Sacco Milano*

La pandemia Covid-19 ha impattato sul sistema sanitario lombardo con elevata intensità. Se gli Ospedali hanno dovuto fronteggiare l'ondata di accessi in Pronto Soccorso, nei reparti di Terapia Intensiva e in quelli approntati per gestire le diverse necessità di intensità di assistenza, il sistema della medicina territoriale si è trovato nella necessità di rispondere a bisogni di cura nuovi (Covid-19) e antichi in una situazione di grande stress emotivo che ha coinvolto la popolazione generale ma anche tutti gli operatori del sistema sanitario.

Il corso nasce dunque dall'idea di fornire ai Medici di Medicina Generale degli strumenti utili sia dal punto di vista tecnico che esperienziale per gestire i disturbi psichici più comuni nella loro attività clinica quotidiana. Si articola in un percorso di 7 incontri di circa 50 minuti l'uno in cui verranno proposti strumenti di semplice utilizzo sia dal punto di vista diagnostico che trattamentale per affrontare le patologie psichiche con particolare attenzione alle specificità emerse durante la pandemia Covid-19. Le tematiche affrontate saranno i disturbi depressivi, d'ansia, del sonno e quelli correlati a problematiche di dipendenza da alcol o sostanze. Verranno inoltre forniti specifici strumenti di lavoro utili a migliorare la gestione dello stress e favorire una maggiore resilienza. Strumenti che potranno essere proposti ai propri pazienti ma anche utilizzati nella propria esperienza quotidiana quando ritenuto utile ad implementare la capacità di gestione delle sollecitazioni emotive.

**25 MARZO 2021**  
dalle h.13:30 alle h.14:30

**I INCONTRO**  
**ANSIA E DEPRESSIONE NELLA PANDEMIA COVID-19**

**13:30 - 13:40**

**Presentazione e finalità del Corso**

Rossana A. Giove (Direttore Socio Sanitario ATS Milano)  
Galdino Cassavia (Direttore Dipartimento Cure Primarie ATS Milano)

**13:40 - 14:00**

**La pandemia Covid-19 l'impatto sulla salute mentale nella popolazione**

Claudio Mencacci (ASST Fatebenefratelli Sacco Milano)

**14:00 - 14:20**

**La pandemia Covid-19 l'impatto sulla salute mentale degli operatori sanitari**

Giancarlo Cerveri (ASST Lodi)

**14:20 - 14:30 Discussione**

**14:30 Chiusura dei lavori e abilitazione del questionario ECM on line**

**15 APRILE 2021**  
dalle h. 13:30 alle h. 14:30

**II INCONTRO**  
**LA VALUTAZIONE DELLA PATOLOGIA DEPRESSIVA**

**13:30 - 13:40**

**Introduzione**

Paolo Brambilla (Fondazione IRCCS Ca' Granda Ospedale Maggiore Policlinico Milano)

**13:40 - 14:00**

**La prevalenza della patologia depressiva nelle diverse fasi della pandemia Covid-19: PHQ-9 strumento di valutazione possibile, efficace ed immediato**

Mauro Percudani e Matteo Porcellana (ASST Grande Ospedale Metropolitano Niguarda Milano)

**14:00 - 14:20**

**Breve esperienza di mindfulness**

Valeria Garavaglia (ASST Fatebenefratelli Sacco Milano)

**14:20 - 14:30 Discussione**

**14:30 Chiusura dei lavori e abilitazione del questionario ECM on line**

**13 MAGGIO 2021**  
dalle h. 13:30 alle h. 14:30

**III INCONTRO**  
**IL TRATTAMENTO DELLA PATOLOGIA DEPRESSIVA**

**13:30 - 13:40**

**Introduzione**

Federico Durbano (ASST Melegnano-Martesana)

**13:40 - 14:00**

**L'utilizzo degli interventi farmacologici e ambientali per la personalizzazione delle cure nella patologia depressiva**

Bernardo Dell'Osso (ASST Fatebenefratelli Sacco Milano)

**14:00 - 14:20**

**Esercizi di respirazione guidata consapevole**

Viviana Venturi (ASST Fatebenefratelli Sacco Milano)

**14:20 - 14:30 Discussione**

**14:30 Chiusura dei lavori e abilitazione del questionario ECM on line**

**17 GIUGNO 2021**  
dalle h. 13:30 alle h. 14:30

**IV INCONTRO**  
**LA VALUTAZIONE DELLA PATOLOGIA ANSIOSA**

**13:30 - 13:40**

**Introduzione**

Roberto Cavallaro (IRCCS Ospedale San Raffaele Milano)

**13:40 - 14:00**

**La prevalenza dei disturbi d'ansia nelle diverse fasi della pandemia Covid-19: GAD-7 strumento di valutazione possibile, efficace ed immediato**

Giuseppe Carrà e Francesco Bartoli (ASST Nord Milano)

**14:00 - 14:20**

**Pratica di self compassion**

Valeria Garavaglia (ASST Fatebenefratelli Sacco Milano)

**14:20 - 14:30 Discussione**

**14:30 Chiusura dei lavori e abilitazione del questionario ECM on line**

**23 SETTEMBRE 2021**

dalle h. 13:30 alle h. 14:30

**V INCONTRO  
IL TRATTAMENTO DEI DISTURBI D'ANSIA**

**13:30 - 13:40**

**Introduzione**

Marco Toscano (ASST Rhodense)

**13:40 - 14:00**

**L'utilizzo degli interventi farmacologici e ambientali per la personalizzazione delle cure dei disturbi d'ansia**

Giancarlo Belloni (ASST Ovest Milanese-Lombardia)

**14:00 - 14:20**

**Focalizzazione di risorse personali che possano aiutare ciascuno dei partecipanti nell'affrontare lo stress (tecniche di visualizzazione)**

Viviana Venturi (ASST Fatebenefratelli Sacco Milano)

**14:20 - 14:30 Discussione**

**14:30 Chiusura dei lavori e abilitazione del questionario ECM on line**

**7 OTTOBRE 2021**

dalle h. 13:30 alle h. 14:30

**VI INCONTRO  
PANDEMIA COVID-19 E DIPENDENZE: EFFETTI OSSERVATI E ATTESI**

**13:30 - 13:40**

**Introduzione**

Riccardo Gatti (ATS Milano)

**13:40 - 14:00**

**Gli effetti della pandemia Covid- 19 sulle dipendenze da alcol e sostanze**

Gianmaria Zita (ASST Fatebenefratelli Sacco Milano)

**14:00 - 14:20**

**Pratica di rilassamento muscolare progressivo basato sul modello di Jacobson**

Valeria Garavaglia (ASST Fatebenefratelli Sacco Milano)

**14:20 - 14:30 Discussione**

**14:30 Chiusura dei lavori e abilitazione del questionario ECM on line**

**18 NOVEMBRE 2021**

dalle h. 13:30 - 14:30

**VII INCONTRO  
RICONOSCIMENTO E TRATTAMENTO DEI DISTURBI DEL SONNO**

**13:30 - 13:40**

**Introduzione**

Claudio Mencacci e Giancarlo Cerveri

**13:40 - 14:00**

**Insonnia ai tempi del Covid-19: inquadramento diagnostico e modalità di trattamento**

Orsola Gambini (ASST Santi Paolo e Carlo Milano)

**14:00 - 14:20**

**Conclusioni del corso su strumenti tecnici ed esperienziali utili nella pratica clinica**

Claudio Mencacci, Giancarlo Cerveri, Valeria Garavaglia

**14:20 - 14:30 Discussione**

**14:30 Chiusura dei lavori e abilitazione del questionario ECM on line**

## INFORMAZIONI GENERALI

### ACCREDITAMENTO ECM

Tutti gli incontri in Webinar sono stati accreditati per le seguenti professioni sanitarie:

Medici di Medicina Generale.

Ogni corso Live Webinar è accreditato singolarmente e darà diritto all'acquisizione dei crediti ECM indicati qui di seguito (nel rispetto dei vincoli AGENAS).

#### **25 marzo**

n. crediti assegnati: **1,5**

#### **15 aprile**

n. crediti assegnati: **1,5**

#### **13 maggio**

n. crediti assegnati: **1,5**

#### **17 giugno**

n. crediti assegnati: **1,5**

#### **23 settembre**

n. crediti assegnati: **1,5**

#### **07 ottobre**

n. crediti assegnati: **1,5**

#### **18 novembre**

n. crediti assegnati: **1,5**

L'acquisizione dei crediti ECM da parte dei partecipanti è subordinata a:

1. partecipazione al 90% della diretta Live Webinar Zoom del singolo corso;
2. compilazione questionario di gradimento;
3. superamento del test di valutazione dell'apprendimento (almeno 90% delle risposte esatte).

**I crediti ECM acquisiti per ogni Webinar sono cumulabili fra loro.**

**La partecipazione all'intero programma formativo darà diritto all'acquisizione di 10,5 crediti formativi.**

### MODALITÀ DI ISCRIZIONE

L'iscrizione ai corsi Live Webinar è gratuita. Per iscriverti vai sul sito <http://ansiadepressione.webinarmore.it>, clicca su **"ISCRIVITI"** e procedi con l'iscrizione attraverso l'apposito modulo. La Segreteria More Comunicazione avrà cura di dare conferma dell'avvenuta iscrizione.

Le iscrizioni saranno chiuse 2 giorni prima della data di inizio di ogni Webinar.

## MODALITÀ DI PARTECIPAZIONE

I Webinar saranno disponibili all'interno della nostra piattaforma e-learning **[www.morefad.it](http://www.morefad.it)**.

Le relazioni saranno trasmesse in modalità Live Webinar e il partecipante potrà seguire in tempo reale gli interventi, i relatori e le slide.

Il partecipante non dovrà far altro che accedere con user e password, che verranno fornite con apposita comunicazione, e seguire i lavori scientifici come se fosse presente in sala.

Sarà possibile interagire con il relatore inviando le domande tramite la chat dedicata. A conclusione di ogni singolo corso e per i 3 giorni successivi il partecipante potrà rivedere le registrazioni video e le slide delle relazioni e compilare online il questionario scientifico finale per l'acquisizione dei crediti ECM (nel rispetto dei vincoli AGENAS). Si specifica inoltre che per il test E.C.M. saranno disponibili n. 5 tentativi di compilazione, previa ripetizione della fruizione dei contenuti.



SEGRETERIA ORGANIZZATIVA  
MORE COMUNICAZIONE  
Provider ECM ID 4950  
Via Cernaia, 35  
00185 Roma  
T: +39.06.87678154  
F: +39.06.94443440  
[info@morecomunicazione.it](mailto:info@morecomunicazione.it)  
[morecomunicazione.it](http://morecomunicazione.it)

**Con la sponsorizzazione non condizionante di:**

