

# Medical

Healthcare

Prevenzione, Parliamone!

 care up

A close-up photograph of a woman's hand holding a pink awareness ribbon. The woman is wearing a black top and a silver bracelet. The background is a soft, out-of-focus grey.

# Tumore al seno, come prevenirlo?

*Docente: Senologo*

Il tumore al seno è il tumore più diffuso nella donna. La sua incidenza è maggiore nei paesi economicamente più avanzati e si stima che una donna su 8 possa ammalarsi di questa patologia nell'arco della vita ma la mortalità è in progressiva diminuzione grazie alla prevenzione.

Scoprire un tumore in fase nascente riduce il rischio di diagnosi di malattia in fase avanzata ed aumenta esponenzialmente il percorso diagnostico per la donna. Una buona prevenzione permette una diagnosi precoce ed una sopravvivenza superiore al 90%.

Imparare a fare un **autopalpazione accurata** ed efficace è fondamentale, così come capire **quali sono le fasi della prevenzione** e quali sono **i segnali di allarme** che il nostro corpo ci da in caso di malattia.

E' essenziale poi la prevenzione primaria adottando stili di vita sani, ma cosa significa esattamente?

# Tumore della pelle. Cosa sapere!

*Docente: Dermatologo*

Considerando che la pelle è l'organo più esteso del nostro corpo è facile capire come mai i tumori cutanei non melanomatosi sono tra i tumori più diffusi in assoluto. Si stima che ogni tre nuovi tumori diagnosticati, più di uno è un cancro della pelle. Spesso insorge in età adulta ma è sempre più presente anche nella popolazione giovane.

Diventa importante capire e conoscere:

- quali sono i fattori di rischio
- come prevenirne l'insorgenza
- come si manifesta
- quali sono i segnali di allarme ai quali dobbiamo prestare attenzione.

Particolare attenzione deve essere posta ai **nei che devono essere costantemente monitorati** e tenuti sotto controllo imparando anche quando prestarvi maggiore attenzione.



# Cosa ci dice la nostra pelle?

*Docente: Dermatologo*

Conoscere le più diffuse patologie maligne e benigne della pelle, capire come trattarle e come evitare eventuali situazioni di cronicità, quali sono i sintomi e consigli utili e pratici.

- Carcinomi cutanei
- Melanoma
- Le infezioni della cute e degli annessi
- L'impetigine
- L'infezione follicolitica
- Infezioni herpetiche
- Micosi
- Problemi tipici della pelle
- .....



# Skincare routine e come prendersi cura della nostra pelle. *Docente: Dermatologo*

Prendersi cura della propria pelle è importantissimo e parte dall'alimentazione. Le vitamine sono necessarie ed oltre a rivestire un ruolo primario nel funzionamento degli altri organi, sono fondamentali per la salute della pelle.

Importante è sapere anche che prodotti usare e quando usarli. Ogni giorno la nostra pelle entra in contatto con centinaia di sostanze chimiche che sono presenti nei prodotti che utilizziamo per la bellezza e l'igiene personale.

E' necessario prestare molta attenzione alle creme ed ai prodotti in genere. E' importante scegliere creme viso o cosmetici per la cura della pelle adatti per ottimizzarne l'efficacia ed evitare di ottenere l'effetto opposto e quindi, a lungo, rovinare la pelle. Particolare attenzione va posta su prodotti scaduti o mal conservati.



# Prevenzione maschile nelle varie fasi della vita.

*Docente: Urologo*

Si affronteranno le diverse problematiche di natura benigne o maligna che potrebbero nascere nel corso della vita di un uomo fornendo indicazioni e utili consigli.

Nello specifico:

- Ipertrofia prostatica benigna
- Tumore maligno della prostata
- Tumore maligno della vescica
- Patologie testicolari benigne
- Tumore maligno del testicolo



# Tumore della tiroide. Cos'è e cosa fare.

*Docente: Oncologo*

La tiroide è una ghiandola che produce gli ormoni tiroidei che regolano, fra le altre cose, il battito cardiaco, la temperatura corporea e soprattutto il metabolismo. Nei bambini intervengono anche nello sviluppo fisico e psichico, e la loro carenza determina un grave deficit sia nella statura, sia cognitivi.

Il cancro della tiroide rappresenta il 3-4 per cento di tutti i tumori umani e colpisce soprattutto le donne tra i 40 e i 60 anni ma che spesso non dà segni perché cresce molto lentamente ed è poco invasivo.

Le uniche strategie di prevenzione riguardano l'assunzione di iodio in quantità sufficienti per abbassare il rischio.

# Il cuore, come mantenerlo in salute

*Docente: Cardiologo*

Fattori di rischio cardiovascolari. Quando e su cosa prestare attenzione. Perché non sottovalutare sintomi nuovi o anomali.

Chi è iperteso rischia di più?


Quali sono i fattori di rischio e come prevenire il rischio di patologie coronariche?

L'importanza di una sana alimentazione e uno stile di vita attivo. L'impatto dello stress e piccoli accorgimenti e consigli per mantenere il cuore in salute.

Interrogativi nella prevenzione cardiovascolare.

Facciamo veramente del nostro meglio?





# “Salvare delle vite! Riconoscere i primi segni di infarto ed ictus.”

Qual'è la differenza tra infarto ed ICTUS?

Imparare a riconoscerne i possibili sintomi ed i campanelli di allarme è un fattore essenziale per poter salvare una vita.

L'intervento precoce, oltre ad essere uno degli elementi salvavita, è importantissimo per ridurre gli effetti delle patologie e diminuire così il periodo di recupero e riabilitazione.

Sapere cosa fare in caso di comparsa di sintomi di infarto o ictus è quindi di vitale importanza. Verranno anche insegnate le basi della rianimazione cardiopolmonare.

# Diabete, cos'è e come prevenirlo.

Quanti tipi di diabete esistono?

I principali fattori di rischio

I sintomi

La glicemia, cos'è e perchè misurarla?

Diabete gestazionale

Complicanze del diabete

Cosa possiamo fare per prevenire il diabete?

Diabete e alimentazione



# Nutrizione alla base della prevenzione

*Docente: Nutrizionista*

Perché è importante imparare a mangiare ed acquisire una certa educazione alimentare al giorno d'oggi?

Ma cosa significa esattamente mangiare sano?

Quali alimenti scegliere?

Come abbinare i cibi nel corso della giornata e della settimana.

Perché una sana alimentazione, unita con una vita attiva è alla base della prevenzione sia di malattie coronariche sia di patologie oncologiche e di diversi disturbi?

# CONTRIBUTO

## Webinar

Ogni sessione di formazione della durata

- 1 ora ha un valore pari a 800 € + IVA
- 1 ora e 30 minuti ha un valore pari a 1100 € + IVA
- 2 ore ha un valore pari a 1300 € + IVA

Per eventuali incontri in presenza sommare 250 Euro per singolo incontro.

*In caso di sedi particolarmente distanti costo della trasferta a pie di lista.*

%

**Pacchetti  
Incontri di un 1 ora cad.**

**Offerta:**

**3.100 € + Iva** (4 incontri)

**6.200 € + Iva** (8 incontri)

**7.700 € + Iva** (10 incontri)

- Ci appoggiamo senza problemi alla piattaforma di Webinar dell'azienda cliente.
- Il limite di partecipanti a lezione è dettato dalla capacità della piattaforma.

**I nostri corsi/webinar possono essere finanziati con i Fondi Formazione**