

MODELLE PER UN GIORNO

Villa San Benedetto è vissuta fino ad oggi ignara di avere come ospiti delle vere e proprie modelle: le nostre signore dell'RSA, infatti, hanno fatto da modelle per gli studenti del CIAS di Como, un istituto di formazione per estetisti e parrucchieri.

Angela, l'animatrice, racconta come Annamaria, l'arte terapeuta, le abbia riferito di questa scuola che aveva bisogno di persone che fossero disposte a sottoporsi a sedute di bellezza affinché gli studenti potessero imparare. E subito è nata in Angela l'idea che le nostre signore avrebbero dato volentieri la propria disponibilità: firmata la convenzione con il CIAS ecco quindi che le prime signore hanno preso una giornata di libertà e si sono recate in questo salone di bellezza in compagnia di una volontaria e di Angela.

Ogni mese, infatti, i ragazzi del CIAS attendono 4 nostre signore che facciano loro da modelle. Non resta quindi che lasciarvi ai racconti di chi ha vissuto in prima persona questa bella esperienza e di chi attende, con ansia, il proprio turno per essere modella.

SIG.RA ADA

"Sono stata in un salone bellissimo e un giovanotto molto bravo ed educato mi ha fatto la messa in piega. Il locale mi è piaciuto molto, era ben attrezzato e grande e mi sono trovata bene, le persone erano molto rispettose e socievoli. Erano tutti a mia disposizione... ero la loro modella del giorno e non vedo l'ora di tornare!"

SIG.RA VITTORIA

"C'erano tante ragazze giovani e gentili che imparano il mestiere. Mi hanno fatto la manicure: mi hanno fatto scegliere lo smalto e io ho scelto il rosso, come sempre. Hanno fatto un bel lavoro, ma io sono molto contenta

anche quando la manicure me la fanno Angela e Alessandra. Ero in compagnia di Noemi, Antonina, Angela e Carmela, la volontaria che ci ha accompagnate. È stata una giornata diversa dalle altre, mi è piaciuta. Ci tornerai volentieri."

SIG.RA ANTONINA

"Quando siamo arrivate pioveva a dirotto e non sapevamo bene da che parte entrare: un passante ha subito capito che eravamo le modelle del centro estetico e ci ha indicato l'entrata! Ci hanno fatto scegliere quale trattamento di bellezza farci fare: io avevo bisogno del pediluvio.

Da ragazza lo facevo sempre con mia mamma e le mie sorelle e usavamo il bicarbonato (può essere usato per un sacco di cose) ma adesso ho bisogno che sia qualcun altro che lo faccia per me. Le ragazze che si sono occupate di me hanno usato tutti gli attrezzi del mestiere e sono state molto pazienti perché ci è voluto parecchio tempo ma alla fine i miei piedi erano così leggeri tanto che sembravano farfalle! Sono stata contenta perché è stata una bella giornata, siamo stati in un bel posto dove ho visto ragazzi motivati che investono sul loro futuro."

SIG.RA NOEMI

"In quel posto era tutto bello. Ci hanno fatto scegliere cosa farci fare e io ho voluto la messa in piega. Mi sono trovata bene, mi hanno trattato con gentilezza. Sono ragazzi educati, fini e tutti molto giovani che stanno imparando il mestiere e io ero la loro modella.



30 OTTOBRE, FESTA DELLA FONDATRICE



Quando sono tornata in Villa San Benedetto lo ho raccontato alle mie amiche e hanno detto che la prossima volta tocca a loro andare al centro di bellezza! Mi piacerebbe tornare, però: se tornassi mi farei sistemare di nuovo i capelli perché le mani e i piedi me li fanno bene anche qui.”



SIG.RA FULVIA

“Io non ho ancora visto questo magnifico centro estetico di cui tutti parlano. Quando la Sig.ra Angela me lo ha proposto io ho aderito tutta felice ma purtroppo, per ben tre volte, sono andata in ipoglicemia e sono dovuta rimanere qui. Mi sono sentita molto triste e anche umiliata. Non vedo l'ora di andare: mi hanno detto che è così bello! Mi farei fare la messa in piega così poi finalmente potrei ringraziare Angela per questa bella iniziativa perché si è data molto da fare!”



Un'altra importante giornata di festa per la Congregazione è stata celebrata e in Villa San Benedetto non sono mancati i relativi festeggiamenti. Infatti, il 30 Ottobre ricorre l'anniversario della morte della Venerabile Maria Giuseppina Recio, fondatrice e prima superiora delle Suore Ospedaliere del Sacro Cuore di Gesù.

Così, tutta la Casa si è ritrovata a celebrare e festeggiare questa importante ricorrenza, che unitamente alla festa di San Benedetto Menni (24 Aprile), all'anniversario di nascita della Congregazione (31 Maggio) e alla festa del Sacratissimo Cuore di Gesù (venerdì dopo la seconda domenica dopo Pentecoste) costituisce quell'insieme di festività fondamentali e centrali per riscoprire le radici della nostra missione e opera ospedaliera.

In particolare, quest'anno si è deciso di festeggiare tutti insieme, facendo convogliare tutti i reparti nel salone di piano terra, per celebrare lì la S. Messa e a seguire improvvisarci tutti cantanti con un divertente karaoke. Grazie alla bravura e alla spigliatezza dei nostri educatori e animatori, siamo riusciti a coinvolgere parecchi ospiti, che sono stati bravissimi (molto più di alcuni operatori, compreso il sottoscritto) nell'accettare la “sfida” canora e buttarsi nella mischia musicale. A seguire, una gustosa merenda ha ulteriormente allietato il pomeriggio.

Il segnale è stato dato e la risposta c'è stata: esistono feste davvero significative per la Casa e la Comunità Ospedaliera è invitata a partecipare, unita, anche a costo di piccoli disagi organizzativi. Stare insieme significa anche ricordarsi di far parte, tutti quanti, ospiti e collaboratori, di un'unica opera, di una comune missione. Le suore del resto ce lo insegnano: così come le Province sono molte, ma la Congregazione è una, i Reparti sono separati, ma la Casa è la medesima. Ci sono momenti in cui è davvero importante stare insieme, e magari pure scoprire che è anche sorprendentemente bello.

Michele Venanzi – Servizio Pastorale della Salute

L'ATTIVITÀ DI RICERCA SCIENTIFICA NEL DIPARTIMENTO DI NEUROSCIENZE CLINICHE

Sono numerosi gli studi di ricerca che il Dipartimento di Neuroscienze Cliniche (DNC) ha realizzato a partire dal 2010, anno di avvio dell'attività scientifica nella struttura. Questo articolo nasce dalla volontà di presentare brevemente le principali aree di ricerca portate avanti fino ad oggi, sottolineando non solo i risultati ottenuti ma anche la loro rilevanza nella pratica clinica con i nostri pazienti. Per chi lo desiderasse, le versioni integrali degli articoli pubblicati sono disponibili nell'Area Riservata del sito web Ospedaliere.it nella sezione Ricerca→Articoli.

Psicofisiologia e Neurobiologia dei Disturbi Psichiatrici

Quest'area include una serie di studi realizzati con lo scopo di indagare gli aspetti psicofisiologici e neurobiologici caratterizzanti i disturbi psichiatrici e, in particolare, il Disturbo di Panico (PD). Due interessanti studi^{1,2}, pubblicati nel 2013 e nel 2014, sono stati condotti applicando raffinate analisi statistiche (metanalisi) dei numerosi dati presenti nella letteratura scientifica sul PD. Dai risultati è emerso che i pazienti che soffrono di PD, rispetto ai soggetti sani, presentano specifiche alterazioni nel loro funzionamento fisiologico basale di tipo respiratorio. Inoltre, è stato osservato che queste anomalie non potevano essere ascrivibili alla quota di ansia provata dai pazienti, poiché esse non erano significativamente presenti in pazienti con altri Disturbi d'Ansia. In uno studio³ successivo pubblicato nel 2014, condotto con un'accurata revisione dei dati pubblicati da precedenti ricerche scientifiche, è emerso che la psico-fisio-patologia del PD può essere spiegata dalla presenza di particolari anomalie nel funzionamento delle strutture cerebrali più antiche e profonde del cervello, come il tronco encefalico, e dei sistemi neurobiologici a esse legate, come il sistema serotonergico. Queste strutture, infatti, sono cruciali nel regolare le funzioni omeostatiche di base dell'organismo, come il controllo cardio-respiratorio, e una loro alterazione può portare a importanti squilibri nel mantenimento del funzionamento fisiologico basale. Attualmente, è in atto un nuovo studio con lo scopo di verificare direttamente, attraverso la registrazione dei parametri cardio-respiratori, la presenza di anomalie fisiologiche nei pazienti con PD rispetto ai soggetti sani. Inoltre, si vuole indagare se queste potenziali alterazioni fisiologiche possono essere legate alla presenza di

specifiche caratteristiche cliniche e psicologiche dei pazienti con PD (sintomatologia, sensibilità verso le proprie sensazioni corporee, eventi stressanti, ...).

Neuropsicologia dei Disturbi Psichiatrici

Un'altra importante area di ricerca riguarda lo studio dei meccanismi neuropsicologici coinvolti nei disturbi psichiatrici. Una ricerca⁴ pubblicata nel 2012 condotta su pazienti con Disturbo Ossessivo-Compulsivo (DOC) ricoverati presso il DNC, ha mostrato non solo la presenza di specifici deficit nelle funzioni cognitive di questi pazienti, soprattutto inerenti la capacità di prendere decisioni, ma anche che questi venivano segnalati a livello somatico, attraverso un'alterata attivazione fisiologica cutanea durante il compito. Da un altro studio di prossima pubblicazione, è emerso che la presenza di elevati deficit cognitivi nei pazienti con DOC era significativamente legata a un peggiore raggiungimento di alcuni importanti successi di vita (relazioni significative, realizzazione professionale, indipendenza personale), sottolineando una potenziale importante influenza dei deficit cognitivi sul funzionamento globale dei pazienti. Infine, in uno studio⁵ pubblicato nel 2013 e in un altro di prossima pubblicazione, è stata indagata la presenza di una potenziale relazione fra funzionamento cognitivo e abitudine al fumo, in soggetti con MDD e BP e in soggetti con DOC ricoverati presso il DNC. Alla base di tale studio, vi era l'ipotesi che il tabagismo potesse migliorare le prestazioni cognitive di alcuni pazienti e, quindi, spiegare l'elevata prevalenza di fumatori in alcuni disturbi psichiatrici rispetto ad altri, come nel Disturbo Depressivo Maggiore (MDD) e nel Disturbo Bipolare (BP). Infatti, dai risultati è emerso che i pazienti fumatori con MDD e BP ottenevano prestazioni migliori a specifici compiti cognitivi rispetto ai pazienti con gli stessi disturbi ma non fumatori. Invece, nei pazienti con DOC, dove la prevalenza di fumatori è piuttosto bassa, l'assunzione di nicotina non sembrava influenzare le prestazioni cognitive.

Eventi Traumatici Infantili e Disturbi Psichiatrici

Un'ulteriore interessante area di ricerca riguarda l'analisi del potenziale ruolo di specifici eventi traumatici infantili nei disturbi psichiatrici. In un recente studio retrospettivo di prossima pubblicazione, è stata indagata la prevalenza di specifici traumi infantili nei pazienti ricoverati affetti da disturbo psichiatrico, esaminando, inoltre, una possibile differenza di genere nella distribuzione dei traumi infantili. I risultati hanno mostrato che le femmine riportavano più alti livelli di abuso sessuale ed emotivo rispetto agli uomini; inoltre, è emerso che la presenza di abuso emotivo era significativamente legata a specifici aspetti psicopatologici, come un

esordio precoce di malattia, nelle donne ma non negli uomini. In uno studio⁶ pubblicato nel 2014, condotto su soggetti con MDD e BP ricoverati presso il DNC, è stata, inoltre, esaminata la potenziale associazione tra eventi traumatici infantili e aspetti caratteriali e temperamentali dei soggetti. Dallo studio è emerso che la presenza di abuso emotivo, trascuratezza fisica e trascuratezza emotiva infantile in questi pazienti, si associava a una ridotta capacità di adattare e controllare efficacemente il proprio comportamento secondo i propri scopi e valori. Questo importante risultato suggerisce la possibilità che l'esposizione a eventi traumatici precoci, come estremi eventi stressanti, possa indurre specifici cambiamenti nel cervello in formazione e nei sistemi neurobiologici in generale, comportando sia un rischio maggiore di sviluppare una psicopatologia sia una difficoltà nello sviluppo di tratti caratteriali funzionali e maturi. Infine, in un altro studio pronto per la pubblicazione, è stata mostrata la presenza di una possibile influenza dei traumi infantili anche sul funzionamento neuropsicologico dei pazienti con MDD. Infatti, la presenza di specifici deficit cognitivi, in particolare di attenzione visiva selettiva, coordinazione visuo-motoria e velocità di elaborazione delle informazioni, era associata alla presenza di specifici tipi di traumi infantili, come l'abuso sessuale.

La Riabilitazione dei Disturbi Psichiatrici

Quest'area include un'importante ricerca di prossima pubblicazione condotta al fine di valutare l'efficacia dell'intervento riabilitativo realizzato all'interno del DNC. Lo studio, che ha coinvolto pazienti ricoverati con MDD e BP, ha mostrato che dopo 1 mese di riabilitazione psichiatrica, i pazienti mostravano un significativo miglioramento su tutti gli aspetti riabilitati: sintomatologico, neuropsicologico e funzionamento psicosociale. Questi risultati hanno sottolineato la rilevanza di un approccio globale e completo al paziente e alla sua patologia, utile non solo a ridurre la sintomatologia e il disagio provati ma anche a migliorare il funzionamento di vita del paziente. Infatti, da un altro studio⁷ pubblicato nel 2014 e condotto su pazienti con MDD/BP, DOC e Disturbi d'Ansia ricoverati presso il DNC, è emersa l'importanza di un'ampia e molteplice valutazione del paziente nella pratica clinica, al fine di consentire un'impostazione migliore e personalizzata del trattamento. Dallo studio è stata rilevata una mancanza di associazione tra diverse misure che esaminavano la percezione del paziente della sua qualità di vita, il funzionamento globale valutato dal clinico e le prestazioni ottenute ai compiti neuropsicologici, ribadendo l'importanza di considerare in modo indipendente e globale tutti gli aspetti legati alla patologia e al paziente stesso.

Riferimenti Bibliografici

- ¹ Grassi M, Caldirola D, Vanni G, Guerriero G, Piccinni M, Valchera A, Perna G. "Baseline respiratory parameters in panic disorder: A meta-analysis." *Journal of Affective Disorders*. 2013 146: 158-173
- ² Massimiliano Grassi, Daniela Caldirola, Valentina Di Chiaro, Alice Riva, Silvia Daccò, Maurizio Pompili, Giampaolo Perna. "Are respiratory abnormalities specific of panic? A meta-analysis comparing Panic Disorder to other Anxiety Disorders." *Neuropsychobiology*. 2014;70(1):52-60
- ³ Perna G., Guerriero G., Brambilla P., Caldirola D. "Panic and brainstem: clues from neuroimaging studies". Review. *CNS Neurol Disord Drug Targets*. 2014;13(6):1049-56.
- ⁴ Cavedini P, Zorzi C, Baraldi C, Patrini L, Salomoni G, Bellodi L, Freire R, Perna G. The somatic marker affecting decisional processes in Obsessive Compulsive Disorder. *Cognitive Neuropsychiatry*, 2012;17:177-90
- ⁵ Caldirola D, Daccò S, Grassi M, Citterio A, Menotti R, Cavedini P, Girardi P, Perna G. "Effects of Cigarette Smoking on Neuropsychological Performance in Mood Disorders: A Comparison Between Smoking and Nonsmoking Inpatients" *J Clin Psychiatry*. 2013 Feb;74(2):e130-6
- ⁶ Perna G., Vanni G., Di Chiaro V, Cavedini P, Caldirola D. "Childhood trauma, temperament and character in subjects with Major Depressive Disorder and Bipolar Disorder". *J Nerv Ment Dis*. 2014 Sep; 202(9):695-8
- ⁷ Daniela Caldirola, Massimiliano Grassi, Alice Riva, Silvia Daccò, Domenico De Berardis, Barbara Dal Santo, Giampaolo Perna. "Self-reported quality of life and clinician-rated functioning in Mood and Anxiety Disorders: relationships and neuropsychological correlates". *Compr Psychiatry*. 2014 May; 55(4):979-88 .

ARTI E DOTI PER VSB

Cari colleghi,
è nata la bella idea di creare un gruppo di artisti di Villa San Benedetto. Faccio appello allora a tutti coloro che hanno doti e qualità che desiderano mettere a disposizione della nostra Casa per allietare i momenti di festa che ci saranno durante l'anno. Questo appello vuole essere solo un invito a dare sfogo alla vostra creatività anche in VSB in modo tale che la nostra struttura non sia solo un luogo di lavoro ma offra anche la possibilità di esprimere al meglio le qualità artistiche di ognuno di noi. Chi fosse interessato mi contatti entro il 30 gennaio 2015 all'interno 223 o all'indirizzo g.dicristina@ospedaleire.it
Vi aspetto!

Giacomo Di Cristina

UNA PRODUZIONE D'ALTA CLASSE!

Bambino piangi che la mamma te lo compra!



Siamo giunti al penultimo mese dell'anno e per noi della Residenza è già tempo di rimboccarci le maniche e pianificare l'evento che, puntuale come un orologio svizzero ormai da svariati anni, viene proposto e svolto con orgoglio: il mercatino di Natale!

Chiaramente non si tratta dell'elogio al consumismo che oggigiorno per molte persone ha preso, purtroppo, il posto del vero senso della festività sacra, ma una nostra ulteriore finestra sul territorio, un modo per far conoscere a tutti chi siamo e cosa facciamo, portando il frutto delle nostre fatiche e della nostra creatività ed offrendolo come idea per un dono originale e unico nel suo genere.

Di cosa stiamo parlando? Chiaramente dei prodotti dei nostri laboratori ed atelier, ne sono esempio vasi ed oggetti in ceramica, bracciali di perline, cestini di midollino di forma e dimensioni differenti, segnalibri o quaderni con copertine decorate ad olio e tanti articoli ancora...

Le finalità non si limitano alla visibilità e alla vendita, ma la possibilità di offrire e valorizzare i nostri lavori è per noi ragazzi della RSD motivo di orgoglio e accrescimento dell'autostima, che si concretizzano nel veder riconosciuta la nostra fatica non solo dal personale interno, ma anche dalle persone esterne. Ovviamente siamo consci della situazione economica e pertanto abbiamo proposto bellissimi prodotti a prezzi molto modici. Un ringraziamento di cuore a chi ha dedicato del tempo a far visita al nostro mercatino e a chi ha apprezzato i nostri manufatti!

I ragazzi della R.S.D.

NON RIMANDARE A DOMANI CIÒ CHE PUOI FARE OGGI

La "procrastinazione" è la tendenza a rimandare ad un futuro ipotetico ciò che potremmo fare oggi.

Avete la tendenza a rimandare gli impegni?

Il problema si presenta quando diventa un modo abituale di agire e comportarsi. Secondo la nostra esperienza, i problemi non si risolvono rimandandoli. C'è anzi il rischio che si ingigantiscano. Continuare a rimandare porta, in vari casi, a un aumento delle sensazioni spiacevoli e ad una diminuzione della nostra autostima.

Rinviando in continuazione corriamo il rischio di ritrovarci con un carico ancora maggiore di impegni. In alcuni casi possiamo addirittura rimetterci anche dei soldi e coi tempi che corrono non è il caso; ad esempio rimandare il pagamento di una bolletta e poi dimenticarsene scoprendolo solo quando ci si sveglia una mattina al buio! Oppure rimandare in continuazione l'acquisto dei regali di Natale trovandosi alla vigilia a fare scelte di fortuna e poco personali.

E non vi è mai successo di lasciare un documento incustodito senza riportarlo dove andrebbe messo... e poi... non lo si trova più solo perché si è rinviato il fatto che si doveva metterlo via?

Pensate alla favola della tartaruga e della lepre... Questa racconta la storia di una lepre che sfidò una tartaruga in una gara di corsa. Poiché era talmente scontato che la lepre avrebbe vinto, quest'ultima lasciò partire la tartaruga, concedendosi un pasto a base di carote ed insalata, poi schiacciò un pisolino. Intanto la tartaruga aveva continuato a camminare lentamente, ma senza mai fermarsi. La lepre, dopo aver mangiato, prese ancora tempo. Tra il cibo che la appesantì e la partenza posticipata, non riuscì a recuperare il tempo ... Si sforzò di correre per raggiungere la tartaruga, che ormai era giunta al traguardo.

Una motivazione per cui tendiamo a rimandare è la paura di non riuscire ad affrontare un compito importante. Questa paura può essere talora collegata al timore del giudizio altrui che si somma alla scarsa sicurezza personale. È importante vincere questa paura e affrontare quotidianamente e con coraggio quello che dobbiamo fare... senza rimandare. In questo modo si evitano tutte le possibili conseguenze negative della nostra tendenza a procrastinare. A volte basterebbe solamente iniziare: la vera fatica sta all'inizio, ed è una delle cose più difficili da superare, ma una volta fatto si prosegue e si è finalmente sollevati e soddisfatti.

Ed allora....ecco un consiglio:

fate subito quello che c'è da fare ! Non rimandate a domani!
Attenzione potreste ritrovarvi al buio

I ragazzi del Centro Diurno

ALCUNI ARTICOLI CHE PARLANO DI NOI...

01 NOVEMBRE 2014 - **Giornale di Erba**

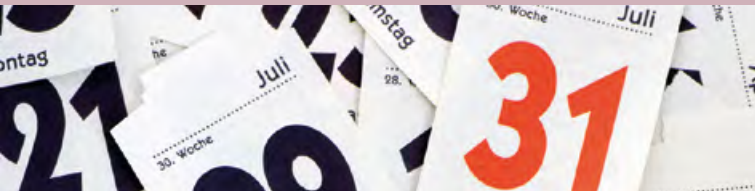
Villa Menni: Figli autistici, attivo il progetto "Family Aut" per i genitori

09 NOVEMBRE 2014 - **Oksalute.it**

Semplice mania o ossessione? Come riconoscere i segnali di un disturbo ossessivo-compulsivo

11 NOVEMBRE 2014 - **lt.msn.com.it**

Semplice mania o ossessione? Come riconoscere i segnali di un disturbo ossessivo-compulsivo



COMPLEANNI

NOMINATIVO

DATA DI NASCITA

ABITONG ROSIE	3 - dic
BARALDI CLEMENTINA	6 - dic
MOTTA MASSIMO	6 - dic
ARCELLASCHI ROMANA	9 - dic
CAMERONI SILVIA	10 - dic
FACCO GIULIANA	11 - dic
GIUDICE PATRIZIA ROSARI	11 - dic
RATTI WILMA	11 - dic
BELLINA MONICA	13 - dic
COLIA ANNA LUCIA	13 - dic
YAGUAL ELIAS	13 - dic
LA TONA ELEONORA	14 - dic
PINZI MAURIZIO	20 - dic
ROBUSTELLI CLAUDIA	20 - dic
CAVEDINI PAOLO	21 - dic
RIZZI ROBERTO	21 - dic
CREMONESI DAVIDE	22 - dic
KICI MARJANA	23 - dic
CUTI IGNAZIO	24 - dic
SACCHI FAUSTA	26 - dic
RIZZO SILVIA	27 - dic
ZACCARI PAOLO	27 - dic

DICEMBRE

NEWS

GIORNALETTO DI SAN BENEDETTO

La redazione del Giornaletto di San Benedetto è in fase di riorganizzazione. Pertanto, si comunica che l'uscita del prossimo numero del periodico dell'RSD è prevista per gennaio 2015.

APPUNTAMENTI RELIGIOSI

- Martedì 9 Dicembre ore 15: inaugurazione Mercatino di Natale
- Settimana 8-13 Dicembre: ospitiamo la statua della Madonna di Fatima
- Sabato 13 Dicembre ore 17: S. Messa di Natale per i Collaboratori (segue rinfresco a cura delle Suore). Nei giorni precedenti i sacerdoti disponibili per Confessioni.
- Sabato 20 Dicembre: Messa di Natale di reparto con le famiglie degli ospiti - RSA con Padre Davide (Cappella) / RSD con Padre Alessandro (Sala convegni); segue pranzo di Natale nei rispettivi reparti
- Mercoledì 24 Dicembre ore 22: S. Messa della Vigilia di Natale
- Giovedì 25 Dicembre ore 10: S. Messa di Natale
- Martedì 31 Dicembre ore 15: Messa di Ringraziamento con Te Deum
- Mercoledì 1 Gennaio ore 10: S. Messa festiva

VILLA SAN BENEDETTO SUI SOCIAL



Villa San Benedetto è anche sui Social: seguiteci numerosi su Facebook e Twitter!



Per ricevere InformaMenni via email scrivere a c.robustelli@ospedaliere.it