

ROMA, SABATO 7 APRILE 2018

ORE 9.00 - 18.00

CENTRO CLINICO DE SANCTIS

LA MINDFULNESS NEI DISTURBI DEL COMPORTAMENTO ALIMENTARE

WORKSHOP + VIDEOCORSO CON 15 CREDITI ECM = 100 EURO

Dr. ssa Stefania Borghi

Medico psicoterapeuta

Dr.ssa Marina Russo

Psicologa psicoterapeuta

Centro Clinico De Sanctis



"Un numero sempre maggiore di ricerche testimonia che la **Mindfulness** possa essere uno strumento efficace nel trattamento dei disturbi alimentari, sia nell'ambito di protocolli di gruppo specifici, sia integrata nel contesto di una psicoterapia cognitiva individuale. I disturbi alimentari sono infatti accomunati da mancanza di consapevolezza dei propri stati interni, da esperienze di evitamento degli stessi e dal forte desiderio di mantenere, attraverso la gestione del comportamento alimentare, un controllo sui propri pensieri, sulle proprie emozioni e sensazioni corporee, che vengono così spesso evitate e non conosciute.

Attraverso la coltivazione della consapevolezza e dell'accettazione mindful i pazienti possono potenziare la capacità di accogliere e gestire le emozioni negative arrivando a ridurre, allo stesso tempo, i meccanismi di evitamento delle esperienze dolorose, particolarmente significativi nell'insorgenza e nel mantenimento dei disturbi alimentari. Al workshop è abbinato il videocorso sul Trattamento dei disturbi alimentari: dieci ore di video lezioni on line con 15 crediti ECM sui temi della diagnosi, eziopatologia, psicodiagnostica, terapia cognitivo comportamentale, psicofarmacologia e approcci bottom up dei disturbi dell'alimentazione.

Il workshop, organizzato da Apertamenteweb e dal Gruppo per la coterapia dei disturbi alimentari, prevede

esercitazioni pratiche di mindfulness.

L'appuntamento è al

Centro Clinico

De Sanctis

Via F. De Sanctis 9 - Roma

www.apertamenteweb.it

www.idisturbialimentari.it

Per info e iscrizioni scrivere

a mail@apertamenteweb.it

Tel. 333 8638988

3475205745

