

# CERVELLA'T

Inscripcions: <https://cutt.ly/cervellat23>



13/03, 19h (online, idioma: català)

## Ansietat: el patiment més antic

Dr. Antoni Bulbena

L'ansietat és un exponent del nostre sistema d'alarma i és una magnífica "membrana" que ens connecta amb l'entorn. La complexitat dels estímuls de l'ambient (físics, socials, corporals i mentals) posen a prova permanentment el nostre l'equilibri adaptatiu. Quan aquesta "alarma" és desproporcionada i excessiva és quan l'angoixa es torna patiment i ens trastorna. L'ansietat apareix en forma d'anticipació nequitoso, por desfermada, amb el cos amenaçat per malalties imaginades, però també com atacs d'angoixa, fòbies, obsessions i preocupacions desagradables. És molt important identificar-ho i tractar-ho, ja que molt sovint les persones que ho pateixen, no gosen o no volen demanar ajuda, la qual cosa afecta la qualitat de vida i la llibertat.



14/03, 19h (online, idioma: català)

## L'efecte de les experiències estressants en el risc i la resiliència a la salut mental: quin paper hi juga el cortisol?

Pilar Torrecilla

El cortisol és una hormona que ajuda el nostre organisme a fer front a situacions estressants o amenaçadores. No obstant, nivells persistentment elevats de cortisol s'han relacionat amb diferents trastorns mentals. Com estan relacionades les vivències estressants i el cortisol? De quina manera afecten, de forma conjunta, al risc de manifestar o no símptomes psicopatològics?



15/03, 19h (online, idioma: català)

## L'efecte paraigües a les demències: més enllà de l'Alzheimer com a lladre de la memòria

Dra. Lydia Giménez-Llort

Les demències, com l'associada a l'Alzheimer, impliquen una important càrrega de malaltia per a qui la pateix, per a la persona cuidadora i per a l'entorn més proper. A més de la famosa pèrdua de memòria, hi ha altres símptomes de tipus neuropsiquiàtric, psicològic i conductual que agreugen l'impacte en la qualitat de vida, i determinen, en la majoria dels casos, la institucionalització. Des de la recerca bàsica i clínica estudiem factors de risc i estratègies preventives/terapèutiques per enfrontar-nos a la complexitat de la malaltia.



16/03, 19h (online, idioma: català)

## Seguiment del nounat prematur per detectar precoçment l'autisme

Marta Marín

Un 1,5% de la població general pateix trastorn de l'espectre autista (TEA), però el percentatge és més alt entre els infants molt prematurs, convertint la prematuritat en un factor de risc. En aquesta xerrada parlarem del TEA i explicarem el projecte en què estem treballant, en el que volem comprovar l'eficàcia d'un protocol de seguiment dels nens i nenes molt prematurs per detectar l'autisme al voltant dels 2 anys i, d'aquesta manera, iniciar la intervenció el més aviat possible.

Inscripcions: <https://cutt.ly/cervellat23>

