

**14 Aprile 2011**

Le tre lezioni del Dr. salvatoe Cannavà del 22 marzo, 29 marzo e del 5 aprile.



Dr.Salvatore Cannavà con il Pres. Dr.G. Caramagno

### **Curriculum del Dr.Salvatore Cannavà**

*Master in Human Behavior* - *Laurea in Psicologia* - *Specializzazione post Laurea in Psicoterapia Comportamentale* - *Master and Doctor of Optometry* - *Ph.D. Dottorato di Ricerca in Psicofisiologia della Visione* - *Diploma post Laurea in Naturopatia* - *Diploma Universitario post Laurea in Illuminotecnica e Cromotecnica* - *Diploma Universitario post Laurea di Abilitazione al rilascio di Certificazioni di Idoneità psichica alla guida* - *Iscritto Albo Regionale Psicologi della Sicilia* - *Albo Periti ed Esperti CCIAA e Tribunale Siracusa* - *Componente la Commissione di studio per la Psicologia nel Volontariato presso l'Ordine degli Psicologi della Regione Sicilia.* *Si occupa di Optometria – Psicologia Comportamentale - Psicologia della visione e Visual training* - *Psicologia Professionale e dell'emergenza - Naturopatia* *E' stato Docente Universitario presso la La Jolla University di Lugano; il Centro Interuniversitario Ticinese, Lugano; la Coluccio Universitas, Pescia; l'Università Statale di Riga, Lettonia - è attualmente Docente accreditato presso il Ministero della Salute per i Corsi di Educazione Continua in Medicina* - *è Docente di Corsi di Psicologia professionale e del volontariato - è Formatore nell'ambito del Volontariato e del Servizio Civile. Oltre una sessantina gli elaborati scientifici prodotti*

**Incontro del 22 Marzo 2011**

**"Metabolizzazione e sostegno al dolore: dall'aspetto fisico alla solitudine" "L'ESSERE UMANO DI FRONTE AL DOLORE"**

L'Interpretazione ed il "vissuto" del dolore sono, ovviamente, soggettivi e possono dipendere da svariati fattori, tra cui l'indole del soggetto, la sua capacità assuefativa, la cultura, le circostanze e, persino, dal Credo religioso.

La trasmissione fisica del dolore avviene attraverso meccanismi neurofisiologici che chiamano in causa tutto l'apparato sensoriale di cui è fornito l'organismo umano e si propaga attraverso circuiti e relais fisiologici, propri di ogni individuo.

Esistono diverse teorie in merito al controllo del dolore; così come sono variegati gli elementi tipologici del dolore stesso. Variamente soggettivi ed oggettivi, poi, sono i meccanismi percettivi del dolore che viene "prodotto" e/o "avvertito" da sorgenti organiche e psicosomatiche.

Un breve cenno viene fatto sul trattamento del dolore e sul conseguente approccio multimodale. Tra farmaci, scelte personali, etica e burocrazia.

Un ruolo basilare nel difficile rapporto di ogni essere umano col proprio e l'altrui dolore è svolto dal familiare accudente.

Va anche focalizzata l'attenzione sulle caratteristiche del trattamento del dolore e sulle soggettive ed oggettive linee guida sul trattamento del dolore. Ognuno di noi "vive" il dolore provato o accudito, anche a seconda di influenze etniche e culturali specifiche.

Non sempre, la cosiddetta Società "civile", è pronta e preparata di fronte al dolore. Spesso, viene lasciato spazio a libere interpretazioni personali od a viscide pastoie burocratiche che possono minare la dignità umana e non alleviare la sofferenza. A volte, tralasciando, od interpretando a proprio comodo, il senso etico, deontologico e morale del libero arbitrio.

**Incontro del 29 Marzo 2011**

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

**"Star bene aiutati dalle risorse naturali"**

Analizziamo qual'è il nostro fabbisogno energetico reale, in un impegno psicofisico medio di una persona di "mezza età avanzata", con ridotto o nullo impegno lavorativo e scarsa attività fisica.

Nell'alimentazione, il gusto e la fame nervosa, giocano un ruolo importante nello stress psicofisico alla ricerca del cibo. Spesso si mangia per gola, per mancanza di altri stimoli, per compensare un'attività lavorativa che rallenta o non c'è più.

Da qui, onde prevenire od attenuare potenziali problematiche a carico dell'alterazione del metabolismo organico e / o psicorganici, è importante attenzionare la tipologia ed opportunità del consumo degli alimenti.

Così come è fondamentale a tutte le età, ma in special modo nell'infanzia e oltre gli ...anta, appurare l'opportuno apporto di Vitamine, Sali Minerali ed oligoelementi attraverso gli alimenti. Ma, tutto ciò, non basta.

Uno degli errori più comuni, infatti, risiede non solo nella scelta del cibo, ma anche negli accostamenti dei cibi tra di loro. Per cui, avremo accostamenti alimentari: utili o deleteri.

Per un corretto ed equilibrato apporto calorico e nutrizionale, ognuno di noi, in linea di massima, dovrebbe consumare 5 pasti quotidiani.

Tre fondamentali: colazione, pranzo e cena e due spuntini, a metà mattinata ed a merenda. Fondamentale, dunque, l'abbinamento dei cibi, per poterli distribuire nell'arco della giornata.

Dovremo considerare il fabbisogno alimentare ideale, possibilmente personalizzandolo individuo per individuo, quotidiano, settimanale e mensile. Oltre ad una indispensabile sana alimentazione, possiamo considerare l'opportunità di sopperire a talune carenze od a determinati problemi di salute, chiamando in causa le risorse della natura, in soccorso ai nostri malesseri ..... degli anni 'anta.

## I tre incontri del Dr. Prof.Salvatore Cannavà-Psicologo

Scritto da Presidente

Giovedì 14 Aprile 2011 21:57 - Ultimo aggiornamento Martedì 30 Ottobre 2012 13:53

---

Ovvero: come curarsi o prevenire alterazioni metaboliche attraverso l'assunzione di elementi naturali, quali gli estratti vegetali o gli oligoelementi, ecc.

### Incontro del 5 Aprile 2011

□

“IKEBANA ed EMOZIONI”

L'ikebana è un'antica arte orientale, risalente al XII secolo, volta alla disposizione dei fiori ed alla composizione anche con piante ed elementi vegetali di varia forma e natura.

Nasce per allietare vari momenti della giornata o della vita dei nobili e dei sacerdoti di allora; per giungere fino ai giorni nostri per arredare gli ambienti in cui viviamo.

Ogni Ikebana appartiene ad una scuola, potremmo dire ad una cultura o ad un uso specifico. E' intuibile l'emozione che ogni composizione, specie dopo averne spiegato il più recondito significato, può trasmettere all'osservatore, attraverso il vissuto stesso dall'artista che l'ha realizzata.

Quale ulteriore elemento decorativo potremo avere anche il “kakemono” : il pannello che può fare da sfondo ad alcune opere.

La Scuola “ikenobo” suscita flessuosità e femminilità, contrapposte al vigore maschile.

Le composizioni “shoka” si avvalgono di un interessante connubio tra fiori e piante ed il contenitore che le racchiude; tutto secondo un cerimoniale ed un significato ancestrale.

Le composizioni “chabana” venivano utilizzate per ingentilire la cerimonia del the. I “kago”, invece, vogliono trasmettere pace attraverso il riposo della natura.

Vivacità ed al contempo candore è espressa dai “nagheire”.

La Scuola “kakebana” propone composizioni che inneggiano all’amicizia, e ben auguranti in genere. Gli Artisti di “moribana”, combinano tra loro più elementi vegetali per rappresentare ora la forza e la passione, ora la determinazione e la disponibilità.

La Scuola “morimono” induce nell’osservatore una liberatoria sensazione di appagamento, opulenza, felicità.

Ogni autore di ikebana interpreta la materia che ha scelto di plasmare, nel nostro caso vegetali, e ne dà una sua lettura, rivolgendo il proprio stato d’animo a chi osserverà la sua opera e che, a sua volta, “vivrà” le proprie intime ed originali ed uniche emozioni.

a cura di Salvatore Cannavà

{jcomments on}