

# Ospedale Salute mentale femminile

Il dipartimento di salute mentale dell'azienda ospedaliera di Cremona partecipa alla giornata nazionale della salute mentale in collaborazione con ONDA (osservatorio nazionale per la salute della donna) che si svolgerà oggi, giovedì 10 ottobre. La giornata è declinata al femminile e dedicata a fragilità e disagi che possono interessare le donne di ogni età e cultura.

Ne parliamo con dr. Antonino Minervino, direttore del dipartimento di salute mentale.

## Quali sono le fragilità o le problematiche più diffuse tra le donne?

«Le donne hanno le loro fragilità che si manifestano in termini di sofferenza psicologica soprattutto nell'ambito dei disturbi emotivi, come ansia e depressione».

## Perché è importante non aver timore di mostrare il proprio disagio?

«È più che importante, è fondamentale. La parola è strumento di condivisione, la condivisione è il primo medicamento. Prima viene somministrato più ci si ripara del rischio che il disagio si trasformi in malattia. Parlarsi è la migliore cura»!

## Quale ruolo giocano famiglia, conoscenti ed amici?

«Noi siamo essere relazionali ed il nostro patrimonio di relazioni è la prima rete cui affidarsi. Ecco perché vale la pena fare manutenzione delle proprie relazioni».

## A chi rivolgersi?

«Al proprio medico di famiglia, ai vari servizi di ascolto, ai servizi di salute mentale e di psicologia. L'importante è non esercitare per primi un pregiudizio verso la propria sofferenza. È bene ricordarsi che è sempre possibile ricevere un aiuto».

Questa amattina, dalle 9 alle 14, sarà aperto lo sportello di ascolto (dalle 9 alle 14). Le donne che lo desiderano potranno avvalersi della consulenza degli specialisti dell'Ospedale per un primo collo-

quio informativo. Questi gli indirizzi ai quali è possibile rivolgersi.

**AMBULATORI OSPEDALE DI CREMONA** – piano T, Largo Priori 1 Cremona.

**AMBULATORI OSPEDALE OGLIO PO** – piano T, via Staffolo 51 Casalmaggiore.

**CENTRO PSICOSOCIALE DI CREMONA**, viale Trento e Trieste 15 Cremona.

**CENTRO PSICOSOCIALE DI CASALMAGGIORE**, via Romani 52 Casalmaggiore.

**CENTRO PSICOSOCIALE DI SORESINA**, presso Polo Ospedale Robbiani, via Inzani 4 Soresina.

