

14 marzo 2022

LA PROMOZIONE DEL BENESSERE PSICOFISICO DELLE DONNE

La promozione del benessere psicofisico delle donne è uno dei temi in primo piano del **“Mese Salute Donna”**. Il Dipartimento di Salute Mentale e delle Patologie da Dipendenza della Asl di Frosinone ha programmato una serie di appuntamenti a partire da domani.

Il primo evento proposto è **Lo sportello delle Ragazze**: uno spazio di libertà e di espressione per le giovani donne (16-20 anni) che hanno voglia di confrontarsi sui temi del percorso di individuazione e di crescita con uno sguardo rivolto al futuro.

I professionisti del Servizio per le Dipendenze di Frosinone saranno a disposizione nel pomeriggio di domani, **15 marzo**, dalle 15 alle 18, presso la Saletta riunioni del DSMPD con accesso libero.

Mercoledì **16 marzo**, il DSMPD in occasione della Giornata Nazionale della prevenzione e sensibilizzazione sui disturbi del comportamento alimentare apre l'ambulatorio di Viale Mazzini, nell'ambito dell'evento **“FIOCCHETTO LILLA 2022”**, che prevede colloqui psicologici, sociali, psichiatrici sulla prevenzione e informazione dei disturbi del comportamento alimentare e sul disturbo post-traumatico delle donne vittime di violenza e stalking. Per incontrare i professionisti è necessario prenotare al numero 0775 2072588 chiedendo visita in **“Open Day”**.

Il programma di domani propone anche il secondo appuntamento con **Universo Donna**: una giornata educativa sul tema **“La donna e i suoi mille modi di essere”** che si terrà presso la Sala Consiliare di Sora.

Sempre a Sora, mercoledì 16 marzo, presso Ostetricia e Ginecologia dell'ospedale Santissima Trinità, è in programma dalle 15 alle 17 **Diventare mamma: travaglio, parto e rientro a casa**. Il personale del reparto incontrerà le donne in dolce attesa in un incontro su misura per loro. Tante informazioni utili sul travaglio, il parto, e tutto ciò che c'è da sapere per un sereno rientro a casa con i bimbi. Sarà inoltre possibile visitare le sale parto dell'ospedale ed avere informazioni su tutti i servizi offerti. Per partecipare occorre prenotare **al numero 0776 8294089**.

16 marzo si celebra anche la **giornata di donazione del sangue e screening per donatori di midollo osseo** presso il Centro Trasfusionale di Frosinone, in via Armando Fabi (Palazzina Q), con il supporto di ADMO dalle ore 8.00 alle 12.30.

Statisticamente le donne donano meno degli uomini per una serie di motivi fisiologici: in gravidanza e in allattamento non possono farlo così come nell'età feconda perché spesso presentano emoglobina e pressione arteriosa inferiori alla norma. C'è poi anche l'aspetto del peso che non può essere inferiore ai 50Kg.

Pertanto, le donne che desiderino donare, oltre a presentare un peso idoneo, devono avere la pressione arteriosa non oltre i 80/100mmHg, battito cardiaco superiore ai 50bpm, livelli minimi di emoglobina 12,5 g/dl.

Nella stessa giornata, in collaborazione con l'ADMO (Associazione Donatori Midollo Osseo) si potrà effettuare lo screening per la donazione di midollo osseo, fondamentale per la cura di molte malattie del sangue come leucemie, linfomi e mielomi. Solo una persona ogni 100.000 è compatibile con chi è in attesa di una nuova speranza di vita.

Va avanti per tutta la settimana **Il Consultorio si veste di Giallo** in tutti i Distretti della Asl. E' possibile effettuare incontri online con psicologi e consulenze in presenza con l'equipe consultoriali.