

Ansia, conoscerla per governarla

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

Sintesi del video e punti chiave

L'ansia è un'emozione normale provocata dall'anticipazione di un pericolo futuro, associata a tensione muscolare, iper-vigilanza e comportamenti di cautela sino all'evitamento fobico. La normalità termina quando l'entità della reazione è sproporzionata rispetto alla reale entità della minaccia, al punto da paralizzare ogni tentativo di affrontare la situazione in modo lucido e razionale.

In questo video, la professoressa Graziottin illustra:

- la prevalenza dell'ansia nelle donne rispetto agli uomini, e nel corso della vita femminile;
- che cosa sono i meccanismi di salienza;
- perché nella cura dell'ansia patologica è fondamentale la collaborazione fra psichiatra e ginecologo;
- le diverse manifestazioni dell'ansia: ansia specifica, ansia sociale, ansia generalizzata, disturbo di panico, agorafobia, ansia da separazione;
- quali diverse manifestazioni caratterizzano l'ansia di tratto (caratteriale) e l'ansia di stato (situazionale);
- le differenze tra ansia e paura.

Per gentile concessione di **Italpress Agenzia di stampa**