

La Santé mentale et préparation cérébrale du Chirurgien

BRANCO LOPES Antony

Résumé

Cette communication explore l'utilisation de l'électroencéphalogramme (EEG) comme outil innovant dans le domaine de la santé mentale et la préparation cérébrale. La première partie discute de l'EEG en tant qu'outil de prévention, mettant en évidence sa capacité à détecter des biomarqueurs de troubles tels que l'insomnie chronique, le burnout, la dépression, et l'anxiété. La seconde partie aborde l'application de l'EEG la réduction de ces biomarqueurs et l'amélioration des fonctions cognitives, soulignant son potentiel en tant qu'outil de préparation cérébrale.

Finalement, une étude sur des chirurgiens sera présentée, révélant une réduction significative de 26% du temps requis pour des tâches chirurgicales, suggérant ainsi l'efficacité de l'EEG dans la formation et la préparation mentale des professionnels de santé. Cette approche multidimensionnelle ouvre de nouvelles perspectives pour l'intégration de l'EEG dans la prévention et l'amélioration des performances cognitives.

Mots clés

- EEG
- santé mentale
- préparation cérébrale.

Abstract

This presentation delves into the use of electroencephalography (EEG) as an innovative tool in mental health and brain preparation. The first segment discusses EEG as a preventative tool, highlighting its ability to detect biomarkers for conditions such as chronic insomnia, burnout, depression, and anxiety. The second segment addresses the application of EEG in enhancing attentional functions and reducing these biomarkers, underscoring its potential as a brain preparation tool.

Finally, we introduce a study on surgeons, which demonstrates a significant 26% reduction in surgery task time, thus indicating the effectiveness of EEG in the mental training and preparation of healthcare professionals. This multidimensional approach opens new avenues for incorporating EEG into prevention and cognitive performance enhancement.

Keywords

- EEG
- mental health
- brain preparation.