



PSICOCARDIOLOGIA

Ammalarsi a livello cardiaco è un'esperienza emotivamente complessa, che scuote l'equilibrio delle persone e delle loro famiglie. Tuttavia, il **rischio cardiovascolare** può essere ridotto con buone prassi di prevenzione. Anche dopo un evento acuto (ad es., infarto) è possibile migliorare il benessere psico-fisico e tenere sotto controllo la progressione della patologia.

Nella gestione della propria salute giocano un ruolo notevole i **fattori psicologici e comportamentali**, come abitudini alimentari, fumo, attività fisica, ansia e depressione, rabbia, stress lavorativi e familiari, comunicazione e qualità della relazione di coppia.

La psicologia-cardiologica aiuta le persone a:



La dott.ssa Stefania Pozzi, psicologa clinica esperta in psicocardilogia, offre un servizio dedicato a chi ha già sofferto di problematiche cardiovascolari, a chi è più a rischio (ad es., soggetti ipertesi o diabetici) ed ai familiari. Si propongono **colloqui** (individuali e di coppia), **gruppi di counselling**, **incontri informativi** e di **educazione terapeutica**.

Prenditi cura del tuo cuore!

**Interventi
psicologici per
pazienti e
familiari**

Supporto emotivo

**Gestione della
malattia**

**Controllo dei
fattori di rischio**

Prevenzione

DR. STEFANIA POZZI

Via Bernascone, 18
21100 Varese

<https://psicologapozzi.com/>
+39 333 45 29 162
psicologa.pozzi@gmail.com

- vicinanze Cinema Multisala
Impero -

