



# 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 psicocardiologia, 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 -

