



**AMBULATORIO DI PSICOTERAPIA E PSICOSOMATICA NONCHÉ DI UN  
SERVIZIO AMBULATORIALE PER IL TRATTAMENTO DI DISTURBI  
DELL'ALIMENTAZIONE**



## ***Indice***

- 1. Tipo di struttura***
- 2. Elenco attività sanitarie e discipline previste***



## **1. Tipo di struttura**

L'ambulatorio oggetto del presente documento è un ambulatorio di psicoterapia e psicosomatica nonché di un servizio ambulatoriale per il trattamento di disturbi dell'alimentazione è sito in Via Cassa di Risparmio 8 a Bolzano

Strutturalmente è un appartamento sito in centro a Bolzano e adibito ad abitazione e laboratori medici (vedi certificato di agibilità) e composto da 5 ambulatori per psicoterapia, 1 sala polifunzionale per la psicomotricità e i gruppi, 1 area per l'accoglienza e la segreteria, 1 ambulatorio medico psichiatrico (vedi planimetria 1:100)

L'ambulatorio si prefigge di predisporre percorsi terapeutici per pazienti afferenti principalmente alla propria circoscrizione sanitaria che manifestino quadri depressivi, disturbi somatoformi, disturbi d'ansia, quadri ossessivi e compulsivi, disturbi dell'adattamento, post traumatici da stress e sindromi da dolore cronico in assenza di referti medici. Obiettivo principale è l'estinzione delle manifestazioni sintomatologiche dei diversi quadri e l'instaurarsi di competenze relative all'autonomia nella lotta al problema.

L'ambulatorio si pone anche come punto di riferimento per il sostegno e la consulenza oltre che per i diretti interessati anche per familiari ed inviati.

Le prestazioni terapeutiche sono sempre adattate in corso d'opera a nuove circostanze e cambiamenti sia di contenuto sia di setting. L'offerta risulta così organica e completa, anche nei confronti del panorama dei servizi psicologici e psichiatrici del territorio, coinvolgendo le più importanti istituzioni, ambulatori specialistici, medici di base, reparti ospedalieri e strutture residenziali.

Il centro di psicoterapia si rivolge in prevalenza all'utenza del territorio cittadino, ma assolve anche richieste di trattamento di pazienti che provengono dall'intera provincia, talvolta anche da altre regioni, con margini d'attesa magari più lunghi per la presa in carico.

## **2. Elenco attività sanitarie e discipline previste**

### **- PSICOTERAPIA**

Presso il nostro centro la psicoterapia occupa un ruolo centrale e rappresenta l'attività predominante. Utilizziamo ed offriamo percorsi che si rifanno a differenti approcci come la terapia sistemica, quella cognitiva e quella integrativa, e, a seconda dei quadri diagnostici, combiniamo fra loro metodi e tecniche terapeutiche in modo tale da raggiungere con maggiore efficacia i risultati attesi nei percorsi di cambiamento. Dopo un attento inquadramento iniziale, mettiamo a punto a livello multidisciplinare un programma di trattamento, all'interno del quale la psicoterapia possa essere combinata con le terapie corporee, e dove può giovare, anche con la terapia farmacologica; per i disturbi del comportamento alimentare la psicoterapia si combina oltre che con le terapie corporee e il supporto farmacologico, anche con trattamenti dietologici, consulenze dietistiche e lavoro terapeutico con le famiglie.

La psicoterapia si esplica per lo più in sedute individuali, laddove venga raggiunto il numero minimo di persone con comune quadro diagnostico, si avviano anche percorsi di gruppo.



#### - PSICHIATRIA E TERAPIA FARMACOLOGICA

Nelle fasi acute del disagio e come trattamento combinato per specifici disturbi riteniamo utile ed indispensabile il supporto farmacologico.

Attraverso la nostra psichiatra offriamo proprio per queste situazioni, inquadramenti di diagnostica psichiatrica, consulenze e trattamenti farmacologici.

#### - TERAPIA DEL MOVIMENTO E PERCEZIONE CORPOREA

All'interno di questa offerta trova spazio l'esperienza terapeutica del corpo, per favorire l'integrazione indispensabile tra ciò che è per noi fisico e ciò che è per noi è emozione. In questo senso, si lavora sulla postura, sull'espressione, sulla tensione, sulle capacità di rilassamento e sull'equilibrio. Prevalentemente si lavora in gruppo che è la dimensione ideale per favorire la comunicazione non verbale, la socialità e la creatività dei partecipanti.

Al momento viene offerto inoltre un gruppo di terapia del movimento specifico per pazienti con cefalea tensiva ed emicrania per supportare il convenzionale trattamento medico. Questa offerta è frutto di una collaborazione con il reparto di neurologia ed il servizio psicologico dell'ospedale di Bolzano.

#### - FELDENKRAIS

Questo trattamento corporeo offre la possibilità di riconoscere quali sono i propri schemi di movimento e di modificarli quando e se disfunzionali. L'affinamento progressivo delle sensazioni corporee conduce a maggiore flessibilità e benessere.

Il trattamento Feldenkrais è adatto alla riduzione di:

- Stress e irrigidimento
- Dolori
- Amnesie senso-motorie

E' particolarmente adatto come trattamento di accompagnamento per pazienti con disturbi somatoformi e condizioni di dolore cronico.

Gli incontri settimanali avvengono in gruppi aperti. Occasionalmente e valutata la necessità sono possibili incontri individuali con la terapeuta.

#### - RILASSAMENTO

Presso il nostro centro offriamo un training di Rilassamento Progressivo secondo il metodo Jacobson. Il training consiste nell'apprendimento della capacità di alternare fra loro contrazione e rilassamento muscolare di specifici gruppi muscolari, al fine di migliorare la percezione corporea e di raggiungere man mano una condizione di rilassamento sempre più profonda.

Si adatta particolarmente a:

- Superamento di situazioni particolarmente stressanti
- Cefalee muscolo-tensive e disturbi del sonno
- Disturbi d'ansia



- PSICOMOTRICITÀ

Il servizio di psicomotricità è erogato da personale in possesso dei requisiti previsti dal capitolato. Il servizio è organizzato dal Direttore del servizio che ha la responsabilità di coordinare l'attività operativa e di fungere da referente nei confronti degli altri servizi.

L'accesso al servizio è riservato a persone in trattamento psicologico/psicoterapeutico attraverso l'invio da parte degli psicoterapeuti del Centro, e/o dello psichiatra.

Gli interessati possono contattare il Centro durante l'orario di segreteria e ricevere tutte le informazioni.