



---

## **PER MANAGER E INSEGNANTI**

### Basta un test al Cam per scoprire dai sintomi se si è troppo stressati

(cdi) Manager, imprenditori, personale sanitario, responsabili di gruppi di lavoro e insegnanti sono i più stressati sul lavoro. Ma adesso per valutare il livello d'ansia a cui sono sottoposti basta un test.

Il «Check stress» viene effettuato dal Cam di viale Elvezia ed è un programma di prevenzione per approfondire disagi o segnali di malessere secondari in soggetti sottoposti a particolari pressioni nell'ambito lavorativo e non solo. Si parte dall'inquadramento diagnostico corretto dei sintomi medicalmente non spiegabili e dei rischi cardio-vascolari, si praticano test ematici specifici per scovare indicatori indiretti di stress, si sottopongono i pazienti a questionari fino ad arrivare ad oggettivare la situazione.

A quel punto i «malati di stress», ormai sempre più numerosi, soprattutto in una zona altamente produttiva come Monza e Brianza, possono avere il loro programma di salute personalizzato che si ponga come obiettivo il raggiungimento di uno stato di benessere complessivo, il mantenimento del quale potrà essere monitorato nel tempo con incontri successivi di follow-up. «La salute si conferma oggi come valore baricentrico, resistente al senso di precarietà generato dalla crisi economica: mantenere e promuovere la propria salute si configura come un bisogno primario - hanno spiegato i vertici di Cam - Negli ultimi dieci anni una consistente parte della popolazione italiana ha abbracciato un modello più positivo basato sulla ricerca/ottimizzazione del proprio benessere».

Lo stress può portare a manifestazioni somatiche tipiche di malattie fisiche, i sintomi sono in realtà esiti di conflitti emozionali, ma possono poi comunque sfociare in vere e proprie patologie. Tra questi ci sono i dolori osteo-articolari-temporo-mandibolari causati anche dal bruxismo, la palpitazioni, la cefalea, l'intestino irritabile, l'ansia, le fobie, i disturbi digestivi, forme di prurito e dermatite, formicolii agli arti. Per informazioni e prenotazioni si può chiamare lo 039/2397468 o mandare una e-mail a [prenotazioni@cam-monza.com](mailto:prenotazioni@cam-monza.com)

**za.com**

---