

# **STRESS E PREVENZIONE: IL PROGETTO CAM CHECKSTRESS**



**M.G. BIRAGHI**

*27 FEBBRAIO 2013*

# CAM - CheckStress

## A CHI È RIVOLTO

Una soluzione mirata  
per chi desidera  
approfondire **DISAGI** o  
segnali di **MALESSERE**

**MANAGER**  
**QUADRI**  
**RESPONSABILI**  
**GRUPPI DI LAVORO**  
**IMPRENDITORI**  
**INSEGNANTI**  
**PERSONALE**  
**SANITARIO**

... ..

# CAM - CheckStress

## DA CHI E' GESTITO

Il Medico Coordinatore di Progetto, presa visione delle Consulenze Specialistiche e dei risultati delle indagini emato-strumentali-  
psicometriche, li condivide con il Paziente e propone il **PROGRAMMA** di trattamento diretto o con l'ausilio di ulteriori Specialisti

**SPECIALISTI**  
Medicina Integrata  
Cardiologo  
Psicoterapeuta  
Medical Fitness Trainer  
**ON DEMAND**  
Mindfulness Trainer  
Neurologo  
Nutrizionista  
Medicina Estetica  
Gastroenterologo

... ..

# **CAM - CheckStress**

## **COM'È STRUTTURATO**

**INDAGINI  
EMATOCHIMICHE**

**VISITA CARDIOLOGICA +  
ECG**

**ECO-COLOR-DOPPLER  
TRONCHI SOVRA-  
AORTICI**

**TEST PSICOMETRICI**

... ROS Test ... Cortisolemia ...

- SCALA DELLO STRESS PERCEPITO
- SCALA DEI SINTOMI FISICI
- SCALA DI MASLACH BURN-OUT
- SCALA PITTSBURG DISTURBI DEL SONNO
- SCALA TONO DELL'UMORE

# **CAM - CheckStress**

## **... COM'È STRUTTURATO**

**COLLOQUIO ORIENTATIVO PSICO-  
COMPORTAMENTALE**

**INCONTRO MEDICAL FITNESS  
TRAINER**

**VISITA DI MEDICINA INTEGRATA**



**INIZIALE DI  
INQUADRAMENTO**



**FINALE DI  
PRESENTAZIONE DEI  
RISULTATI**

