

Chi siamo

Siamo psicologi, psicoterapeuti, naturopati, osteopati, insegnanti di yoga ed educatori con peculiari competenze in tecniche di lavoro corporeo.

Ci occupiamo di terapia, ricerca e formazione in psicosomatica.

L'istituto di Psicosomatica Integrata ha sede a Milano dal 1996; è presente oggi anche a Gallarate (VA), Bergamo, Senago (MI), Saronno (VA) e Monza..



Perché sceglierci

- Valutiamo diverse possibilità d'intervento professionale per massimizzare i benefici a seconda della persona e del contesto
- Forniamo ai nostri pazienti strumenti e competenze per incrementare la qualità della vita e il mantenimento dei risultati
- Offriamo una presa in carico multidisciplinare integrata per restituire al paziente una visione d'insieme su "chi è" in ciò che gli accade
- La nostra équipe lavora in sinergia, ciò permette una riflessione più ampia, su diversi livelli (personali, familiari, relazionali, ambientali e corporei)

Vieni a scoprire
le nostre sedi:



Milano

Gallarate (VA)

Bergamo

Senago (MI)

Saronno (VA)

Monza (MB)

SEGUICI SU:

[psicosomaticaintegrata.it](https://www.psicosomaticaintegrata.it)



**Istituto di
Psicosomatica
Integrata®**

terapia | ricerca | formazione

Osteopatia integrata

Recupera e mantieni la tua
energia e la tua vitalità



OSTEOPATIA INTEGRATA

L'osteopatia integrata vede il dolore, le rigidità e le tensioni corporee non come sintomi isolati, ma come l'espressione strutturale di uno squilibrio globale dell'organismo. Attraverso un approccio tecnico manuale, i disagi muscolo-scheletrici, la somatizzazione e l'affaticamento psico-fisico vengono affrontati da più punti di vista, unendo la precisione dell'anatomia funzionale all'ascolto profondo dei vissuti corporei e dello stress.

OBIETTIVI

- Ridurre **dolore e tensioni**, ripristinando la mobilità
- Ottimizzare **postura e funzionalità**, per un benessere globale
- Aumentare la **consapevolezza corporea**, riconoscendo i segnali
- Prevenire **infortuni e cronicizzazioni**
- Sostenere le **fasi di cambiamento**, come gravidanza, post-partum, post-trauma o periodi di forte affaticamento
- Migliorare la **performance motoria**
- Gestire lo **stress**, riequilibrando **sistema nervoso** e **carico psico-fisico**.

STRUMENTI DI VALUTAZIONE E INTERVENTO

- **Valutazione posturale**
- **Test** palpatori e funzionali
- Tecniche **fasciali, strutturali e viscerali**
- **Terapia cranio-sacrale**
- **Educazione** respiratoria e motoria
- **Kinesiologia integrata** e test di risposta **neuro-muscolare**

Prenota la tua consulenza
d'orientamento gratuita!



PREVENZIONE

L'osteopatia integrata mira a favorire la **capacità di autoregolazione dell'organismo**: riduce il carico sulle articolazioni, migliora la circolazione vascolare e linfatica e ottimizza la funzionalità viscerale. È indicata per i disagi **muscolo-scheletrici**, la gestione di **dolori cronici** (cervicalgie, lombalgie, cefalee, problematiche pelviche), la **prevenzione degli infortuni**, e per il miglioramento delle **performance**.



RIEQUILIBRIO PSICO-FISICO

Stress prolungato, **ansia** e **vissuti emotivi** intensi spesso si riflettono sul corpo sotto forma di tensioni, contratture e rigidità. L'osteopata in Psicosomatica Integrata interviene su questo **squilibrio corporeo**, riequilibrando il **sistema nervoso** e restituendo ai tessuti la loro **naturale mobilità** e **capacità di rilassamento**.