

# Dott. Riccardo Musacchi

PSICOLOGO E PSICOTERAPEUTA



Tel. 373 7906103

CONSULENZA PSICOLOGICA

## Disturbi d'ansia

[www.riccardomusacchi.it](http://www.riccardomusacchi.it)

L'ansia è una combinazione di emozioni negative che includono paura e preoccupazione ed è comunemente accompagnata da sensazioni fisiche sgradevoli come palpitazioni, dolori al petto, respiro corto, nausea, tremore interno. Questi sintomi somatici sono segno di un'iperattività del sistema nervoso autonomo e chi ne soffre, ha bisogno di apprendere strategie per calmare questi penosi stati psicofisici che ne limitano la qualità della vita. Si distingue dalla paura vera e propria per il fatto di essere indefinita o derivata da un problema o conflitto interiore.

Il disturbo da attacchi di panico invece è un'altra categoria di disturbo d'ansia.

**Dott. Riccardo Musacchi**

Via Ravenna, 256/A 44124 Ferrara | Tel. +39 373 7906103 | Mail: [riccardomusacchi.psic@gmail.com](mailto:riccardomusacchi.psic@gmail.com)

Iscriz. Albo degli Psicologi dell'Emilia Romagna nr. 1745/A | P. Iva 01380510386

[www.riccardomusacchi.it](http://www.riccardomusacchi.it)