

CORSO DI AGGIORNAMENTO:SONN'IMMUNE 2...



**Castel Gandolfo, Hotel Castel Vecchio
16-17/05/2025**

PROGRAMMA SCIENTIFICO

Venerdì 16/05/2025

ore 14:00 | Registrazione Partecipanti

Ore 14.30 | Introduzione al Corso e Saluti dal Panel di Relatori

Ore 15:00 | Come invecchia il cervello • **Prof Biggio**

Ore 15:40 | Come cambia il sonno con l'età • **Prof Biggio**

Ore 16:20 | Le caratteristiche dei disturbi del sonno • **Dr Liguori**

Ore 17:00 | Disturbi respiratori del sonno • **Dr Liguori**

Ore 17:40 | Discussione

Ore 18.00 | Chiusura Corso

Sabato 17/05/2025

Ore 8:30 | Registrazione Partecipanti

Ore 9:00 | Insonnia e diminuzione del sistema immunitario. • **Dott. Di Sorbo**

Ore 9:40 | Uso degli immunomodulanti nei pazienti con infezioni respiratorie ricorrenti insonni. • **Dott. Di Sorbo**

Ore 10:20 | Il sonno nell'anziano • **Dott. Nieddu**

Ore 11:00 | Pausa caffè

Ore 11:30 | Discussione

Ore 12:00 | Consegna test ECM

Ore 13.00 | Chiusura Corso

RAZIONALE SCIENTIFICO E OBIETTIVO FORMATIVO

Dormire bene può risultare difficile. Migliorare i problemi di insonnia e la qualità del sonno tuttavia è possibile, seguendo alcuni consigli che possono risultare utili per i Medici di Famiglia per supportare i propri pazienti ed indirizzarli ad una diagnosi e ad un trattamento adeguati.

Il sonno è una funzione fondamentale per l'organismo perché:

- potenzia il sistema immunitario;
- influisce positivamente sul funzionamento cerebrale, dai livelli di attenzione alla memoria, alle funzioni esecutive;
- migliora l'umore, come emerge da evidenze scientifiche che correlano la mancanza di sonno a maggiori livelli di irritabilità e a depressione.

Con il termine insonnia s'intende una percezione individuale di sonno insufficiente o poco ristoratore e comunque inadeguato per il normale svolgimento delle attività quotidiane. Per arrivare a una diagnosi precisa e quindi a un'adeguata terapia, bisogna in prima battuta distinguere le diverse presentazioni cliniche dell'insonnia: difficoltà di addormentamento (il tempo per addormentarsi può essere considerato normale se non supera la mezz'ora); difficoltà di mantenimento del sonno (frammentazione), risveglio troppo precoce (il soggetto dorme 3-4 ore, si sveglia e non riesce a riprendere sonno). L'insonnia non curata tempestivamente, di qualunque tipo essa sia, può portare a un circolo vizioso: è sufficiente una settimana senza chiudere occhio per portare a un condizionamento negativo e alla cronicizzazione del disturbo e ad una diminuzione del sistema immunitario. Una volta sdraiati a letto, il pensiero e la paura di non addormentarsi agevoleranno un'altra notte in bianco. Al primo campanello di allarme è indispensabile consultare il proprio medico. Una terapia farmacologica è necessaria in circa il 70% dei casi di insonnia: il trattamento farmacologico, con la possibilità di interrompere rapidamente il circuito vizioso caratterizzato dalla triade coricamento-allertamento-insonnia, consente soprattutto di evitare l'instaurarsi di un condizionamento negativo e quindi il rischio di cronicizzare l'insonnia stessa. L'insonnia può colpire fino al 60% della popolazione italiana. È una sindrome delle "24 ore" e un fattore di rischio per disturbi psichiatrici e medici e dovrebbe essere sempre valutata e trattata nella pratica clinica. La terapia cognitivo-comportamentale è il trattamento di prima scelta ma poco accessibile in Italia. L'opzione farmacologica è più ristretta nelle indicazioni di quanto immaginato e merita di essere conosciuta e portata all'attenzione del Medico di Famiglia.

INFORMAZIONI GENERALI

SEDE DEL CORSO

Hotel Castel Vecchio
Viale Pio XI, 23
00073 Castel Gandolfo (RM)

QUOTA ISCRIZIONE

La partecipazione al Corso è gratuita

ACCREDITAMENTO

Discipline accreditate: Geriatria, Medicina Generale MMG, Neurologia, Otorinolaringoiatria, Pneumologia

La partecipazione al corso darà diritto ai Crediti Formativi ECM secondo la vigente normativa ed a seguito della partecipazione a tutte le Sessioni Scientifiche in cui è articolato l'Evento nonché al *superamento del 75% delle domande nel Questionario ECM.*

SEGRETERIA ORGANIZZATIVA E PROVIDER ECM 282



G.C. congressi srl

Via P. Borsieri, 12 – 00195 Roma
tel. 06.3729466-06.3700541 Fax 06.37352337
e-mail: segreteria@gccongressi.it
Sito Web: www.gccongressi.it



Società certificata con sistema di qualità
UNI EN ISO 9001:2015 n. IT-46947