

CORSO DI AGGIORNAMENTO

Il sonno: diagnosi e cura



Caserta, Novotel, 05/04/2025

Responsabile Scientifico Dott. Claudio Liguori

PROGRAMMA SCIENTIFICO

08.30 · Registrazione Partecipanti

08.45 · Introduzione al Corso e Saluti dal Panel di Relatori

Dott. Claudio Liguori | Dott.ssa Mariana Luisa Pinto Fernandes

09.00 · Basi fisiologiche del sonno | Dott. Claudio Liguori

10.00 · Insonnia come disturbo delle 24 ore | Dott. Claudio Liguori

11.00 · Coffee Break

11.30 · Unmet needs del trattamento dell'insonnia | Dott.ssa Mariana Fernandes

12.30 · Linee Guida nel trattamento dell'insonnia | Dott. Claudio Liguori

13.30 · Discussione e domande dall'uditorio

14.00 · Pausa Pranzo

15.00 · L'ottimizzazione della diagnosi e trattamento dell'insonnia | Dott. Claudio Liguori

16.00 · Discussione finale con domande dall'uditorio

16.30 · Consegna Questionari ECM

17.00 · Chiusura dei Lavori

RAZIONALE SCIENTIFICO

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. 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 Novotel Caserta Sud (Ss 87 Sannitica, Km 22 600, 81020 Capodrise CE)

EVENTO n. 441953

CREDITI FORMATIVI n. 6

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.

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

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: segreteria2@gccongressi.it
Sito Web: www.gccongressi.it



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