



COMUNICATO STAMPA

Venerdì 8 aprile alle ore 17.30, l'Accademia di Medicina di Torino terrà una riunione scientifica, sia in presenza, sia in modalità webinar, dal titolo "Le insonnie. Aspetti fisiopatologici e terapeutici". L'incontro verrà introdotto da Roberto Mutani, Professore Emerito di Neurologia e socio dell'Accademia di Medicina. I relatori saranno Alessandro Cicolin, responsabile del Centro di Riferimento Regionale per i Disturbi del Sonno, Ospedale Molinette, Torino e Luigi Ferini-Strambi, Professore Ordinario di Neurologia, Direttore del Centro di Medicina del Sonno, Università Vita-Salute San Raffaele, Milano.

Secondo Alessandro Cicolin, l'insonnia rappresenta il più diffuso disturbo del sonno ed è caratterizzata dalla presenza di sintomi notturni (difficoltà di addormentamento e di mantenere il sonno) e diurni (fatica, depressione del tono dell'umore, malessere generale, difficoltà cognitive). L'insonnia non solo riduce la qualità di vita dei pazienti affetti, ma è anche associata ad un aumento dei problemi medici, di consumo di risorse sanitarie, assenteismo e ridotta produttività. I recenti progressi nel comprendere la fisiopatologia dell'insonnia hanno significativamente modificato l'approccio terapeutico sia dal punto di vista farmacologico che psicologico.

Il prof. Luigi Ferini-Strambi ritiene che prima di instaurare un trattamento per l'insonnia, sia fondamentale un inquadramento diagnostico preciso. Questo è importante, ad esempio, per le situazioni dove il quadro insonnia è collegato ad un disturbo depressivo o ad una sindrome alle gambe senza riposo.

Secondo le linee guida internazionali, il trattamento di prima scelta per l'insonnia è quello della terapia cognitivo-comportamentale. E' sicuramente una terapia efficace, ma non facilmente accessibile, poiché sono pochi i centri in Italia dove viene effettuata. Pensando al trattamento farmacologico, ci sono diverse opzioni. La regola fondamentale è di evitare farmaci a lunga emivita e di utilizzare le minime dosi necessarie. Oltre agli ipnotici benzodiazepici (come triazolam e brotizolam) e agli Z-drugs (come zolpidem ed eszopiclone), saranno presto disponibili composti con un nuovo meccanismo d'azione: gli antagonisti dell'orexina, un neurotrasmettitore coinvolto nel favorire lo stato di veglia.

Si potrà seguire l'incontro sia accedendo all'Aula Magna dell'Accademia di Medicina di Torino (via Po 18, Torino), previa prenotazione da effettuare via mail all'indirizzo accademia.medicina@unito.it e dietro presentazione del Green Pass, sia collegandosi da remoto al sito www.accademiadimedicina.unito.it.

