

**Progetto Sonno&Psiche 2019 - 2a Edizione**

*“La circadianità della vita quotidiana”*

**Desenzano del Garda (Brescia), 11-12 Ottobre 2019**

**Hotel Acquaviva del Garda**

**Responsabili Scientifici**

Paolo Girardi, Antonino Minervino

*Evento realizzato con il contributo non condizionante di*

LOGO FIDIA

## Razionale scientifico

I disturbi del sonno vengono spesso sottovalutati, nonostante in clinica abbiano un'elevata incidenza e un importante significato diagnostico e prognostico anche per gli eventuali disturbi psichiatrici associati. Un sonno fisiologico corrisponde a un'intensa attività del Sistema Nervoso Centrale ed è fondamentale per il trofismo e la plasticità neuronale, indispensabile premessa di una regolare funzione cerebrale. L'insonnia protratta può favorire la comparsa di patologie psichiatriche e somatiche a causa del sovvertimento della macrostruttura e della microstruttura del sonno e delle attivazioni cerebrali associate, che comportano importanti alterazioni a livello neurofisiologico e neuroendocrino. Studi recenti dimostrano una stretta interconnessione tra ritmi circadiani, disturbi del sonno e comorbidità. Evidenze che hanno ripercussioni non soltanto nell'ambito della medicina del sonno, ma anche nel campo della psichiatria, della demenza, della neurologia e nelle malattie cardio-metaboliche. È ormai dimostrato, infatti, che l'insonnia aumenta il rischio di sviluppare malattie cardiovascolari (ipertensione arteriosa, aritmie, cardiopatie coronariche e ictus), endocrino-metaboliche (diabete di tipo 2, obesità) e psichiatriche (depressione maggiore, disturbi d'ansia).

Il messaggio che il corso vuole trasmettere è che l'insonnia e l'alterazione dei ritmi circadiani si ripercuotono, in un meccanismo a cascata, sui vari organi del corpo umano con potenziali ricadute sull'eziopatogenesi di patologie come i disturbi psichiatrici, l'ipertensione, il diabete, l'obesità.

Nell'insonnia associata a patologie psichiatriche, d'altro canto, interventi appropriati sui disturbi del sonno consentono di influire positivamente sul decorso del disturbo psichiatrico di fondo e di prevenire le ricadute. In virtù di tutto questo, dal punto di vista terapeutico, il trattamento dei disturbi del sonno rappresenta un auspicabile intervento di protezione per la salute e il benessere psicofisico del paziente.

In questo contesto si inquadra il progetto SONNO & PSICHE 2019, che vuole contribuire a diffondere cultura su questa tematica, al fine di migliorare l'inquadramento diagnostico e prognostico del paziente insonne affetto da disturbi psichiatrici, così da poterlo avviare verso un idoneo percorso terapeutico.

Gli obiettivi del corso sono quindi:

- a) identificare le connessioni tra disturbi del sonno, salute mentale e benessere somatico, identificando nel sistema melatoninergico il background comune dei fenomeni cronobiotici,
- b) definire le modalità d'intervento con melatonina esogena nel rispetto della cronobiologia fisiologica,
- c) aumentare il livello di appropriatezza terapeutica nella gestione dei disturbi del sonno.

## **Programma Scientifico**

### **VENERDÌ ore 14.30 - 19.00**

14.30 - 14.45	Apertura lavori e finalità del corso	Board Scientifico
14.45 - 15.15	La cultura del dormire nella società delle 24 h	A. Minervino
15.15 - 15.45	Omeostasi, circadianità e sonno	L. Nobili
15.45 - 16.15	Neuroplasticità e sincronizzazione nel ritmo sonno-veglia	G. Biggio
16.15 - 16.45	<i>Coffee Break</i>	
16.45 - 17.15	Insonnia e disturbi del ritmo circadiano	R. Manni
17.15 - 17.45	Psicopatologia e sonno	P. Girardi
17.45 - 19.00	Percorsi diagnostici con sessione video	L. Grassi, R. Manni, L. Palagini,

### **SABATO ore 09.00 - 13.00**

09.00 - 09.45	Trattamento non farmacologico e psicoeducazione	L. Grassi, L. Palagini
09.45 - 10.30	Terapia farmacologica	G. Biggio, L. Nobili
10.30 - 10.45	<i>Coffee Break</i>	
10.45 - 11.45	Survey INSleeP (Italian Network on Sleep in Psychiatry): video-esercitazione	L. Grassi, L. Palagini
11.45 - 13.00	Ritmi, sonno e salute mentale: KEY WORDS	Board Scientifico e Partecipanti

## **Responsabili Scientifici**

### **Paolo Girardi**

Professore Ordinario di Psichiatria, Sapienza Università di Roma.  
Direttore UOC di Psichiatria, Azienda Ospedaliero-Universitaria Sant'Andrea.

### **Antonino Minervino**

Direttore Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, UOP 25 ASST-Cremona.

## **Board Scientifico**

### **Giovanni Biggio**

Professore Emerito di Neuropsicofarmacologia, Università degli Studi di Cagliari.

### **Luigi Grassi**

Professore Ordinario di Psichiatria, Dipartimento di Scienze Biomediche e Chirurgico Specialistiche,  
Università degli Studi di Ferrara.

### **Raffaele Manni**

Responsabile Unità di Medicina del Sonno ed Epilessia, Unità Complessa di Neurofisiopatologia, Istituto Neurologico Nazionale IRCCS "Fondazione C. Mondino", Pavia.

### **Lino Nobili**

Professore Associato di Neuropsichiatria Infantile, Unità di Neuropsichiatria Infantile, Ospedale Gaslini, DINOGMI, Università di Genova.

### **Laura Palagini**

UO Psichiatria II Universitaria, Azienda Ospedaliero-Universitaria Pisana.

---

*È stata richiesta la Partnership con*



*È stato richiesto il Patrocinio delle seguenti Società Scientifiche*



**A.I.M.S.**  
Associazione  
Italiana di Medicina  
del Sonno



**A.S.I.L.S.**  
Alta Scuola Italiana  
per la Lotta  
allo Stigma



**E.S.R.S.**  
European  
Sleep  
Research Society



**S.I.M.P.**  
Società Italiana  
di Medicina  
Psicosomatica



**S.I.N.F.**  
Società  
Italiana di  
Neuropsicofarmacologia



**S.I.P.**  
Società  
Italiana  
di Psichiatria



**S.I.P.C.**  
Società Italiana  
di Psichiatria  
di Consulazione

---

## **Hotel Acquaviva del Garda**

Viale Francesco Agello, 84 Desenzano del Garda (BS)

## **SEGRETERIA ORGANIZZATIVA**

Airon Communication Srl  
Via Vincenzo Monti, 55 - 20123 Milano  
Dr.ssa Alessandra Palmieri  
a.palmieri@airon.it  
Tel. 02 33220283

## **LOGO FIDIA**