



PROGETTO

# Sonno & Psiche

**Milano, 26-27 Ottobre 2018**

Centro Congressi - Fondazione Cariplo  
Via Romagnosi 8

**Responsabili Scientifici**

Paolo Girardi, Antonino Minervino

*Evento realizzato con il contributo non condizionante di*



*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 2018, 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

## VENERDÌ

ore 14.30 - 19.00

14.30 - 14.45	Apertura lavori e finalità del corso	Board Scientifico
14.45 - 15.30	Introduzione: La cultura del sonno	A. Minervino
15.30 - 16.15	Funzioni del sonno e meccanismi di regolazione	L. Nobili
16.15 - 16.30	<i>Coffee Break</i>	
16.30 - 17.15	I disturbi del sonno <i>(con supporto video)</i>	R. Manni
17.15 - 18.00	Psicopatologia e sonno	P. Girardi
18.00 - 19.00	Discussione plenaria	Board Scientifico e Partecipanti

## SABATO

ore 09.00 - 13.00

09.00 - 09.45	Fare diagnosi e relazionarsi con il paziente <i>(con supporto video)</i>	L. Grassi, R. Manni, L. Palagini
09.45 - 10.30	Neuroplasticità nel sonno e deprivazione di sonno	G. Biggio
10.30 - 10.45	<i>Coffee Break</i>	
10.45 - 11.30	Psicofarmacoterapia del sonno	G. Biggio, L. Nobili
11.30 - 12.15	Terapia non farmacologica e psicoeducazione	L. Grassi, L. Palagini
12.15 - 13.00	Discussione plenaria e conclusione lavori	Board Scientifico e Partecipanti

## Responsabili Scientifici

### Paolo Girardi

Professore Ordinario di Psichiatria, Sapienza Università di Roma.  
Direttore UOC di Psichiatria, Azienda Ospedaliera Sant'Andrea di Roma.

### 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, Direttore Clinica Psichiatrica,  
Università degli Studi di Ferrara.

### Raffaele Manni

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

### Lino Nobili

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

### Laura Palagini

UO Psichiatria II Universitaria, Azienda Ospedaliero-Universitaria Pisana.

In partnership con



Sono state richieste le egide a



**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.**  
Società  
Italiana  
di Neurologia



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



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



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

Hotel:  
UNA HOTEL CUSANI  
Via Cusani 13  
Milano

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