



COMUNICATO STAMPA

INSONNIA: FATTORE PREDITTIVO PER L'INSORGENZA DI DISTURBI PSICHIATRICI CONTINUA IL PROGETTO SONNO&PSICHE DEDICATO AGLI SPECIALISTI IN PSICHIATRIA

Insomnia e alterazione dei ritmi circadiani possono essere correlati non solo ad importanti malattie croniche come ipertensione e diabete, ma anche a disturbi dell'umore. Diffondere una maggiore conoscenza su questi aspetti è fondamentale per poter identificare i pazienti con disordini del sonno e avviarli verso un idoneo percorso terapeutico

Abano Terme (PD) 15 MARZO 2019 – Un'ora di sonno in meno rispetto alla quantità ottimale di riposo è associata nel 60-80% dei casi ad una maggiore probabilità di provare depressione, nervosismo, inquietudine o irrequietezza, come dimostrato in un recente studio, firmato da Kelly Sullivan e Collins Ordiah del College of Public Health, Georgia Southern University.¹

L'alterazione dei ritmi circadiani sonno-veglia è stata associata ad un aumentato rischio di disturbi dell'umore e in generale ad un minore benessere soggettivo². Secondo una ricerca pubblicata su JAMA Psychiatry lo scorso 25 luglio, che ha studiato per la prima volta i meccanismi neuronali alla base dell'insonnia si evidenzia infatti che nelle persone con disturbi del sonno e depressione si attivano delle connessioni funzionali tra specifiche aree del cervello, in particolare le aree della memoria a breve termine (la corteccia prefrontale dorsolaterale), della costruzione del sé (precuneo) e delle emozioni negative (la corteccia orbitofrontale laterale). Questa attivazione si traduce in un aumento dei pensieri ruminanti e in una potenziale alterazione della qualità del sonno.³

Come dichiara **Paolo Girardi, Professore Ordinario di Psichiatria all'Università La Sapienza e Direttore UOC di Psichiatria, presso l'Azienda Ospedaliera Sant'Andrea di Roma**: *“L'alterazione dei ritmi biologici, come il ritmo sonno-veglia, può aumentare il rischio di sviluppare malattie cardiovascolari, endocrino-metaboliche e anche psichiatriche: da qui l'importanza diagnostica e prognostica dei disturbi del sonno”*.

¹ Kelly Sullivan, Collins Ordiah. *Association of mildly insufficient sleep with symptoms of anxiety and Depression*. Neurology, Psychiatry and Brain Research 30 (2018) 1–4.

² Daniel Smith, Laura Lyall. *Circadian rhythm disruption associated with mood disorders*. The Lancet Psychiatry (15 May, 2018).

³ Wei Cheng et Al. *Functional Connectivities in the Brain That Mediate the Association Between Depressive Problems and Sleep Quality*. JAMA Psychiatry. Published online July 25, 2018.

• ⁴ Jeffrey C. Hall, Michael Rosbash, Michael W. Young - The Nobel Prize in Physiology or Medicine 2017



*“Le alterazioni del sonno inoltre possono costituire un elemento predittivo di disturbi depressivi anche in quei soggetti che non presentano significative alterazioni del tono dell’umore – aggiunge il **Professor Antonino Minervino, direttore del Dipartimento Salute Mentale e delle Dipendenze ASST-Cremona** – L’insonnia protratta nel tempo, infatti, aumenta significativamente il rischio di sviluppare un episodio depressivo. Pertanto, il trattamento dei disturbi del sonno rappresenta un auspicabile intervento di protezione della salute e del benessere psicofisico del paziente. Oggi disponiamo di una opportunità terapeutica di prima intenzione: la melatonina a rilascio prolungato 2 mg, che per meccanismo d’azione e vantaggi clinici rappresenta una valida e sicura alternativa agli ipnotici tradizionali”.*

Alla luce di queste evidenze e grazie al contributo di Fidia Farmaceutici, continua anche nel 2019 il progetto Sonno & Psiche. Si tratta di un progetto formativo destinato a medici specialisti in ambito psichiatrico e incentrato proprio sulle ripercussioni che i disturbi del sonno possono avere sui pazienti affetti da disturbi psichiatrici, in modo da avviare il percorso terapeutico più idoneo.

Il progetto prevede 4 giornate di formazione tra gennaio 2019 e novembre 2019.

Responsabili scientifici del progetto sono **Paolo Girardi**, Professore Ordinario di Psichiatria, Università La Sapienza di Roma e Direttore UOC di Psichiatria, presso l’Azienda Ospedaliera Sant’Andrea di Roma e **Antonino Minervino**, direttore del Dipartimento Salute Mentale e delle Dipendenze ASST-Cremona.

Completano il 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, DINOGLMI, Università di Genova.; **Laura Palagini**, UO Psichiatria II Universitaria, Azienda Ospedaliero-Universitaria Pisana.

Il progetto Sonno & Psiche si svolgerà in partnership con la World Sleep Society e ha ricevuto l’egida da: **AIMS** (Associazione Italiana Medicina del Sonno - Italian Association of Sleep Medicine), **ASILS** (Alta Scuola Italiana per la Lotta allo Stigma – Italian High School for the fight against Stigma), **ESRS** (European Sleep Research Society), **SIMP** (Società Italiana di Medicina Psicosomatica – Italian Society of Psychosomatic Medicine), **SIN** (Società Italiana Neurologia - Italian Society of Neurology), **SINPF** (Società Italiana di Neuropsicofarmacologia – Italian Society of Neuropsychopharmacology), **SIP** (Società Italiana di Psichiatria – Italian Society of Psychiatrist) e **SIPC** (Società Italiana di Psichiatria di Consultazione - Italian Society of Psychiatrist of Consultation).



Fidia Farmaceutici

Fidia Farmaceutici è un'Azienda Italiana fondata nel 1946, con una consolidata competenza nell'ambito delle Neuroscienze, acquisita nel corso degli anni grazie ad un'attività di Ricerca e Sviluppo unica nel panorama Italiano. È inoltre leader mondiale nell'ambito dei prodotti a base di acido ialuronico e suoi derivati, che trovano diverse applicazioni in aree quali salute articolare, riparazione tissutale, oftalmologia, dermo-estetica e medicina rigenerativa, con una leadership globale nella viscosupplementazione. Parte del gruppo milanese P&R, Fidia Farmaceutici ha un giro di affari complessivo che si attesta su 300 milioni di euro, di cui il 50% generato all'estero. Pur mantenendo solide radici in Italia (sede e stabilimento produttivo sono ad Abano Terme), Fidia Farmaceutici presenta una forte vocazione all'internazionalizzazione, determinata dalla sua lunga tradizione di investimenti nello sviluppo di nuovi prodotti che distribuisce in oltre 100 paesi nel mondo, grazie a un consolidato network di partner e distributori operanti nel settore farmaceutico e biomedico, sia a livello locale che su scala internazionale, e a filiali commerciali situate in mercati strategici quali Stati Uniti, Germania, Spagna, Russia, Repubblica Ceca, Slovacchia e Medio Oriente. Grazie ai suoi investimenti in ricerca (l'Azienda ha anche un'unità di ricerca specializzata a Noto, in Sicilia), è riuscita a costruire una lunga tradizione di prodotti innovativi, con oltre 900 brevetti al suo attivo, di cui oltre 600 a copertura dell'acido ialuronico con diversi pesi molecolari.

Per maggiori informazioni:

communication@fidiapharma.it

Ufficio Stampa Weber Shandwick

Chiara Domizi

T. 02 57378309 - M. 342 7402510

E-mail: cdomizi@webershandwickitalia.it