

18 MARZO 2016

Oggi si celebra in tutto il mondo la 'Giornata mondiale del sonno'

Ne soffre il 45% della popolazione mondiale e meno di un terzo ricerca l'assistenza di personale qualificato. Stiamo parlando dei disturbi del sonno. A richiamare l'attenzione su queste patologie, ancora poco note e poco valutate è la *World Association of Sleep Medicine (WASM)* promuovendo una giornata dedicata al sonno dal titolo '*Good Sleep is a reachable dream*'. Si celebrerà infatti il 18 marzo la nona edizione della giornata mondiale del sonno, evento che si ripete con cadenza annuale e ha come obiettivo quello di aumentare le conoscenze circa le patologie legate al sonno. "I disturbi respiratori nel sonno rappresentano una delle patologie che con maggiore frequenza altera la continuità del sonno, peggiorando così la qualità della vita e provocando conseguenze deleterie sulla salute di chi ne è affetto – commenta **Alberto Braghiroli**, responsabile Gruppo di Studio dell'Associazione Italiana Pneumologi Ospedalieri (AIPO) Disturbi Respiratori del Sonno – Le sole apnee ostruttive colpiscono in forma grave almeno il 10% della popolazione totale, con percentuali ancora più elevate in chi soffre di ipertensione farmaco resistente, aritmie cardiache, diabete, malattie renali e metaboliche. A queste si aggiungono altri disturbi respiratori del sonno nei pazienti con scompenso cardiaco cronico, nella BPCO, nell'asma bronchiale, nella grave obesità, nelle malattie neuromuscolari, solo per citare alcuni esempi. La pneumologia è perciò in prima linea anche nell'assicurare una diagnostica e un'assistenza puntuale nella gestione di queste patologie: un recente censimento dell'AIPO ha evidenziato che 180 centri pneumologici sono disponibili sull'intero territorio nazionale per rispondere alle esigenze di chi dorme male a causa dei disturbi respiratori, contribuendo così al sogno di ridare una buona qualità di vita a chi, spesso inconsapevolmente, non può dormire sonni tranquilli".

(CHIARA FINOTTI)