



Associazione Italiana  
di Medicina del Sonno

# World Sleep Day<sup>®</sup>

*Edizione 2021*

**LA MARATONA DEL SONNO:**  
dai meccanismi di regolazione  
ai disturbi del sonno  
*Webinar, 19 marzo 2021*



## Programma



Associazione Italiana  
di Medicina del Sonno

# World Sleep Day<sup>®</sup>

## Edizione 2021

### **LA MARATONA DEL SONNO: dai meccanismi di regolazione ai disturbi del sonno**

*Webinar, Venerdì 19 marzo 2021*

#### **PRESENTAZIONE**

Come ormai ogni anno, il 19 marzo 2021 si celebrerà in tutto il mondo la Giornata Mondiale del Sonno (*World Sleep Day*), un evento annuale dedicato alla cultura e consapevolezza dell'importanza del sonno, che si celebra ogni anno nel venerdì che precede l'equinozio di primavera. La giornata è promossa contemporaneamente in ogni parte del mondo, dalla World Sleep Society e, in Italia, dall'Associazione Italiana di Medicina del Sonno (AIMS).

La giornata mondiale è nata nel 2008 per sensibilizzare sui disturbi del sonno e sui relativi costi sociali per la collettività e lo scorso anno ha coinvolto più di 90 Paesi in tutto il mondo e centinaia di iniziative, diventando trending topic sui principali social media. Nei fatti, di anno in anno, la giornata mondiale del sonno ha acquistato una diffusione e una capillarità che possono solo essere salutati come positivi.

Il messaggio principale che lancia la World Sleep Society, che promuove questo evento, è che la maggior parte dei disturbi del sonno sono prevenibili o curabili. Complessivamente, *prima o poi* nella vita (intendendo che ci sono fasi come la terza età in cui la prevalenza è enormemente maggiore) si stima che il 45% della popolazione mondiale sarà interessato a un qualche disturbo del sonno, seppure solo di breve durata.

Questo anno, particolare per molte ragioni, anche per quanto riguarda l'allarme sociale per le conseguenze sul sonno dei diversi aspetti della pandemia, l'AIMS intende promuovere un evento unico, nel quale tutti i principali esperti italiani della Medicina del Sonno faranno una staffetta ideale dalle 8.00 del mattino alle 20.00 della sera, con lecture di 30 min, presentando al più largo pubblico una quadro articolato delle conoscenze sui disturbi del sonno e sulla sua regolazione.

*Il Presidente AIMS  
Prof. Giuseppe Plazzi*

**PROGRAMMA***07.30 Apertura del Webinar**Introducono : Giuseppe Plazzi – Luigi De Gennaro*

- |   |  |  |
|---|--|--|
| 08.00   | <b>Angelo Gemignani</b> (Pisa)             | Le fasi del sonno e i ritmi del cervello       |
| 08.30   | <b>Alessandro Silvani</b> (Bologna)        | I meccanismi di regolazione del sonno          |
| 09.00   | <b>Roberto Amici</b> (Bologna)             | La regolazione della temperatura nel sonno     |
| 09.30   | <b>Vincenzo Natale</b> (Bologna)           | La regolazione circadiana del sonno            |
| 10.00   | <b>Michele Ferrara</b> (L'Aquila)          | Il consolidamento delle memorie nel sonno      |
| 10.30   | <b>Luigi De Gennaro</b> (Roma)             | Il cervello che sogna                          |
| 11.00   | <b>Oliviero Bruni</b> (Roma)               | Il sonno nelle prime fasi di vita              |
| 11.30   | <b>Vincenza Castronovo</b> (Milano)        | La classificazione dei disturbi del sonno      |
| <i>Introducono : Mariarosaria Bonsignore – Francesco Fanfulla</i> |  |  |
| 12.00   | <b>Laura Palagini</b> (Pisa)               | Le insonnie                                    |
| 12.30   | <b>Giuseppe Plazzi</b> (Bologna)           | Le ipersonnie                                  |
| 13.00   | <b>Lino Nobili</b> (Milano)                | Le parasonnie                                  |
| 13.30   | <b>Luigi Ferini Strambi</b> (Milano)       | Il Disturbo Comportamentale del sonno REM      |
| 14.00   | <b>Raffaele Ferri</b> (Troina-En)          | La Sindrome delle Gambe senza Riposo           |
| 14.30   | <b>Francesco Fanfulla</b> (Pavia)          | La funzione respiratoria nel sonno             |
| 15.00   | <b>Marisa Bonsignore</b> (Palermo)         | Le apnee del sonno                             |
| 15.30   | <b>Claudio Vicini</b> (Forlì)              | Chirurgia dei disturbi respiratori nel sonno   |
| <i>Introducono : Luigi Ferini Strambi– Lino Nobili</i>            |  |  |
| 16.00   | <b>Giulio Alessandri Bonetti</b> (Bologna) | Odontoiatra e i disturbi respiratori in sonno  |
| 16.30   | <b>Raffaele Manni</b> (Pavia)              | I disturbi da alterazione del ritmo circadiano |
| 17.00   | <b>Enrica Bonanni</b> (Pisa)               | Il sonno nell'anziano                          |
| 17.30   | <b>Biancamaria Guarnieri</b> (Pescara)     | Il sonno nelle malattie neurodegenerative      |
| 18.00   | <b>Liborio Parrino</b> (Parma)             | Il CAP   |
| 18.30   | <b>Dario Arnaldi</b> (Genova)              | Le neuroimmagini nei disturbi del sonno        |
| 19.00   | <b>Sergio Garbarino</b> (Genova)           | Il sonno nella Medicina del Lavoro             |
| 19.30   | <b>Rosalia Silvestri</b> (Messina)         | Il sonno e le differenze di genere             |



Associazione Italiana  
di Medicina del Sonno

# World Sleep Day®

Edizione 2021

## INFORMAZIONI GENERALI

La partecipazione è gratuita, previa iscrizione.

Per iscriversi è necessario compilare l'apposito form sul sito  
[www.avenuedia.eu](http://www.avenuedia.eu) - sezione eventi

Deadline di iscrizione : 15 marzo 2021  
L'Evento è divulgativo e non accreditato ecm

### SEGRETERIA ORGANIZZATIVA



Viale Aldini 222/4 - 40136 Bologna  
Tel. 051 6564300 - [congressi@avenuedia.eu](mailto:congressi@avenuedia.eu)  
[www.avenuedia.eu](http://www.avenuedia.eu)

## SI RINGRAZIA

Silver Sponsor



Jazz Pharmaceuticals®



VIVISOL  
Home Care Services

Bronze Sponsor



Fisher & Paykel  
HEALTHCARE



Inspired by patients.  
Driven by science.