



A.I.M.S.

Presidente onorario

MARIO GIOVANNI TERZANO

Past president

RAFFAELE FERRI

Consiglio Direttivo

Presidente

GIUSEPPE PLAZZI

Dipartimento di Scienze Biomediche e

Neuromotorie

Alma Mater Studiorum

Università di Bologna

UOC Clinica Neurologica

IRCCS Istituto delle Scienze Neurologiche

Ospedale Bellaria

Via Altura, 3 – 40139 Bologna

Telefono: 051 4966926

E-mail: giuseppe.plazzi@unibo.it

Vice Presidente

FRANCESCO FANFULLA

Servizio Autonomo di Medicina del Sonno

Fondazione "S. Maugeri"

Istituto Scientifico di Pavia Irccs

Via Maugeri, 10 - 27100 Pavia

Telefono: 0382 5921

E-mail: ffanfulla@fsm.it

Segretario

LUIGI DE GENNARO

Facoltà di medicina e Psicologia

Psicologia, Pedagogia e Servizio Sociale

Università degli Studi La Sapienza

Piazzale Aldo Moro 5 – 00185 Roma

Telefono: 06 49917647

E-mail: luigi.degennaro@uniroma1.it

Tesoriere

MARIA ROSARIA BONSIGNORE

Consiglieri

DARIO ARNALDI

GIULIO ALESSANDRI-BONETTI

CINZIA CASTRONOVO

SERGIO GARBARINO

BIANCAMARIA GUARNIERI

MICHELANGELO MAESTRI TASSONI

LAURA PALAGINI

MONICA PULIGHEDDU

ALESSANDRO SILVANI

Coordinatore Comitato Scientifico

LINO NOBILI

Probiviri

ENRICA BONANNI

RAFFAELE MANNI

CLAUDIO VICINI

AIMS

Associazione Italiana di Medicina del Sonno

COMUNICATO STAMPA

2 aprile 2020

LA QUALITÀ DEL SONNO AL TEMPO DEL CORONAVIRUS

La condizione di auto-isolamento casalingo per il COVID-19 espone noi tutti alla possibilità di sviluppare disturbi del sonno o alterazioni significative del ritmo sonno-veglia. Questo rischio, che coinvolge persone di ogni età, può essere contrastato -tra l'altro- osservando una corretta igiene del sonno. Mantenere una buona qualità del sonno aiuta anche -insieme ad altri comportamenti di salute- a rafforzare la nostra risposta immunitaria.

Attenersi a regole apparentemente semplici può però non essere facile per le persone che trascorrono in isolamento le giornate in casa.

Per venire incontro alle esigenze di tanti cittadini l'Associazione Italiana di Medicina del Sonno (AIMS) – la società scientifica italiana degli esperti di medicina del sonno - aprirà, Lunedì 6 aprile, un Servizio telematico di supporto (IL BENESSERE DEL SONNO AL TEMPO DEL CORONAVIRUS - Il Punto di ascolto) dove gli esperti di Medicina del Sonno dell'AIMS risponderanno via Skype e per email alle richieste di tutti quelli che hanno problemi di sonno legati alle condizioni di auto-isolamento o che, più semplicemente, chiederanno consigli su come gestire il proprio sonno in questo periodo.

I medici e psicologi esperti dell'AIMS garantiranno, sette giorni su sette in due fasce orarie quotidiane la propria disponibilità al punto di ascolto telematico.

Parallelamente a questo servizio, l'AIMS promuoverà il primo studio ufficiale (IL BENESSERE DEL SONNO AL TEMPO DEL CORONAVIRUS - La Ricerca) estesa a tutta la popolazione italiana finalizzata ad esplorare le specifiche conseguenze sul sonno e sul ritmo sonno-veglia conseguenti alle condizioni di auto-isolamento provocate dall'emergenza COVID. I risultati dell'indagine serviranno anche ad integrare e meglio mirare l'efficacia degli interventi degli esperti messi a disposizione dall'AIMS.

Invitiamo tutti a partecipare a questa indagine nazionale attraverso il sito ufficiale dell'AIMS (www.sonnomed.it).

Riemergeremo da questa emergenza. Auspicabilmente, in tempi brevi. Cerchiamo di prevenirne le conseguenze, in termini di salute e anche di qualità del sonno.

SEGRETERIA:

 Avenue media* • Viale Aldini 222/§ • 40136 Bologna • Tel. 051 6564300 • Fax: 051 6564334 • segreteria@avenuemedia.eu • www.avenuemedia.eu