

Venerdì 18 MARZO 2016

## Giornata mondiale del sonno. La metà della popolazione mondiale soffre di disturbi correlati

***Il 45% della popolazione mondiale ne soffre e meno di un terzo cerca assistenza nel personale qualificato. Stiamo parlando dei disturbi del sonno a cui è dedicata la Giornata mondiale dal titolo “Good Sleep is a reachable dream” e promossa dalla World Association of Sleep Medicine (WASM).***

Si celebra oggi 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. Il 45% della popolazione mondiale soffre di disturbi del sonno e meno di un terzo ricerca l'assistenza di personale qualificato. A richiamare l'attenzione su queste patologie, ancora poco note e poco valutate è la *World Association of Sleep Medicine (WASM)* promuovendo la giornata dedicata al sonno dal titolo “Good Sleep is a reachable dream”.

“**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 Braghioli** 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”, conclude Alberto Braghioli.

**Marzia Caposio**