



Cantone

Svizzera

Estero

Sport

Culture

Economia

Opinioni

Rubriche

TemaBlog



(Depositphotos)



TICINO

16.03.2021 - 17:17 | letto 175

Con la pandemia aumentano i disturbi del sonno

Il Covid può interferire sul riposo notturno, come pure i fattori psicologici e il cambiamento delle abitudini in questo periodo particolare

di Federica Ciommiento

«I disturbi del sonno rappresentano sempre più un importante problema di salute pubblica», ha ricordato il dottor Fabrizio Barazzoni direttore della Fondazione europea del sonno durante una conferenza sul tema. Disturbi dei quali si registra un aumento in questo anno segnato dalla pandemia. Le cause solitamente sono miste, hanno spiegato i medici presenti, dunque psicologiche e organiche. In molti casi il Covid-19 può interferire con il sonno e i motivi sono ancora al vaglio degli scienziati. Un'ipotesi c'è ed è legata al fatto che "il virus avrebbe un effetto sulla melatonina, l'ormone che regola il ritmo sonno-veglia", si legge nel comunicato della fondazione. «Molto dipende anche dalla severità della malattia e dalla condizione del paziente», ha precisato il dottor Claudio Bassetti, presidente della fondazione.

Per chi non ha contratto il virus vi sono comunque degli aspetti psicologici che possono portare a problemi del sonno. «Un esempio: il fatto di trascorrere molto tempo a casa senza riferimenti di lavoro o altra natura, può cambiare il ciclo sonno-veglia», ricorda il dottor Mauro Manconi, neurologo e responsabile del Centro della medicina del sonno presso il Neurocentro della Svizzera italiana di Lugano.

Importante fattore di rischio per un decorso grave della malattia Covid-19 è l'obesità. Essa aumenta di due volte il rischio di ricovero in terapia intensiva,

ULTIME NOTIZIE CANTONE



LOCARNESE

1

Lungolago di Muralto, 'è la stampa che è tendenziosa'



BELLINZONESE

1

Truffe al cambio, due arresti a Biasca



SVIZZERA

1

Meno reati nei Grigioni, ma c'è più violenza



LOCARNESE

1

Maggia, al via il concorso Premio Angelo Casé



BELLINZONESE

1

Approda in aula il presunto stupro

10:11 | **Nessun decesso per coronavirus in Ticino nelle ultime 24 ore, 40 i contagi**



sonno. Il quale rende attenti anche che il Covid-19 non è esclusivamente una malattia pericolosa per gli anziani: «L'obesità è il fattore di rischio più importante per il cattivo esito nella popolazione giovane». Riguardo alle interazioni fra coronavirus e sindrome delle apnee notturne i dati clinici disponibili sono ancora molto limitati, riferisce il dottor Randerath, ma degli studi mostrano che «Il 20-30 per cento dei pazienti Covid soffre anche di apnea del sonno».

Indipendentemente dalla situazione pandemica i disturbi legati al riposo notturno sono molto presenti nella popolazione: «La durata media del sonno negli ultimi venti anni è diminuita di ben 40 minuti, il 3-5 per cento della popolazione generale assume regolarmente dei sonniferi e già prima della pandemia il 30 per cento delle persone soffriva di insonnia o di altri disturbi cronici del sonno», ha spiegato il dottor Barazzoni, ricordando anche un altro punto importante: «Il 20-30 per cento degli incidenti stradali sono dovuti ad attacchi di sonnolenza e circa un terzo della popolazione ammette di essersi addormentato al volante nell'ultimo anno». F.C.

coronavirus covid disturbi del sonno

Condividi 0 Mi piace Tweet

POTREBBE INTERESSARTI ANCHE

LOCARNESE

1 sett

Avegno, conferenza sul sonno

MENDRISI...

1 sett

Stabio, la sedia rossa del Gus per dialogare con i cittadini



MENDRISIOTTO

2

Terza corsia A2: a Mendrisio più contrari che favorevoli



LOCARNESE

2

Locarnese, 'non rinunciamo alle carte giornaliere FFS'



CORONAVIRUS

2

In Ticino nessun decesso, 40 nuovi contagi



10:11 | Nessun decesso per coronavirus in Ticino nelle ultime 24 ore, 40 i contagi