



Il giardino di Albert, 18.03.2021, Ore 11:35

Dormire sonni disturbati

di Sonja Riva

Il dormire e il sonno sono aspetti fondamentali per il nostro benessere. Il sonno è un meccanismo che abbiamo innato, ma che è anche delicato e misterioso. Infatti, il sonno è facile perderlo. Per fattori, che possono essere organici, psicologici o ambientali. Il

Mostra di più ▾



immagine: iStock