

SALUTE

Con la pandemia si dorme male

19 marzo, Giornata mondiale del sonno: nell'ultimo anno i disturbi sono aumentati del 20%

Ultima modifica: 19 marzo 2021 22:46

 Ascolta



C'è anche chi dorme troppo... (keystone)

La pandemia ha portato a un incremento dei disturbi del sonno, cresciuti del 20% secondo alcuni studi. Lo scopo della giornata mondiale del sonno, che si celebra oggi, 19 marzo, è quello di sensibilizzare la popolazione, ma anche i medici, sui disturbi ad esso legati.

Disturbi che possono venire diagnosticati già durante l'infanzia e di cui soffre il 30% della popolazione mondiale, in forma lieve, cronica o transitoria. Lo ha dichiarato ai microfoni delle Cronache della Svizzera italiana il direttore della Fondazione europea del sonno Fabrizio Barazzoni.

Il problema si è fatto più acuto durante la pandemia, sia dal punto di vista fisico ("il virus sembra avere un effetto diretto sul cervello", dice Barazzoni) sia dal punto di vista psichico, poiché molte persone, da quando è scoppiata la pandemia, vivono in una situazione di forte ansia.

CSI/mrj

Dalla radio:

🔊 **CSI 18.00 del 19.03.2021 - L'intervista di Darco Degrossa al professor Mauro Manconi, responsabile del Centro di Medicina del Sonno del neurocentro della Svizzera Italiana**



Pubblicato il: 19 marzo 2021, 19:41

Ultima modifica il: 19 marzo 2021, 22:46