

## Faculty

▶ Antonino Minervino	Presidente Società Italiana di Medicina Psicosomatica (SIMP) Direttore Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, UOP 25 ASST-Cremona Direttore Didattico Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Conversazionale di Parma (c.i. MIUR 205)
▶ Laura Palagini	Psichiatra "Ambulatorio per il trattamento dei disturbi psicopatologici in psicopatologia", Azienda Ospedaliero Universitaria Pisana Membro European Insomnia Network Membro European CBT-Insomnia Academy Membro del Direttivo della Società Italiana di Medicina del Sonno

## Informazioni generali e scientifiche

▶ Durata di ogni edizione	6,5 ore
▶ Quota di partecipazione	La partecipazione è gratuita
▶ Informazioni per l'iscrizione	<a href="http://matrixecmfad.it">matrixecmfad.it</a>

## Organizzazione scientifica

**Presidente del corso:** Antonino Minervino, Presidente della Società Italiana di Medicina Psicosomatica SIMP

**Segreteria Scientifica:** Società Italiana di Psichiatria di Consultazione (SIPC)

## Segreteria organizzativa



Matrix Onlus scs ECM provider 4884  
[formazione@coopmatrix.it](mailto:formazione@coopmatrix.it) - [matrixecmfad.it](http://matrixecmfad.it)  
N. Verde - ☎ 800 190542

Con il contributo non condizionante di:



Con il Patrocinio di



# APPROCCIO TERAPEUTICO ALL'INSONNIA E AI DISTURBI DEL RITMO CIRCADIANO

dalla terapia cognitivo comportamentale  
dell'insonnia alle cronoterapie



Edizione 1 - 12 Settembre 2020  
Edizione 2 - 26 Settembre 2020  
Edizione 3 - 17 Ottobre 2020

# Introduzione

*L'insonnia e i disturbi del ritmo circadiano sonno/veglia sono molto frequenti nelle patologie mediche e ne influenzano negativamente l'andamento.*

Negli ultimi anni è emerso il ruolo sempre più importante dei disturbi del sonno in particolare dell'insonnia e del ritmo circadiano come alterazioni che influenzano negativamente la traiettoria delle patologie mediche e mentali. Diventa quindi importante saper valutare e trattare l'insonnia e i disturbi del ritmo circadiano nella pratica clinica.

Se è possibile parlare di una nuova frontiera della medicina personalizzata questa passa in maniera ineludibile dal trattamento dei disturbi del sonno e dalla ri-sincronizzazione dei ritmi circadiani.

## Obiettivo del corso

L'obiettivo del corso è quello di fornire le basi della conoscenza dei rapporti insonnia, disturbi del ritmo circadiano e salute/malattia, della modalità di

valutazione e inquadramento diagnostico e del trattamento dei disturbi del ritmo circadiano nella pratica clinica.

## ECM

L'evento rilascia 9 crediti formativi per un massimo di **30 partecipanti**, (di cui 25 posti riservati a medici) previa partecipazione al 90% dei lavori scientifici e alla verifica positiva dell'apprendimento, accertato mediante questionario online. Discipline: **Medici con Specializzazione in Neurologia, Psichiatria, Medicina Interna, Cardiologia, Geriatria, MMG, Psicologi e Psicoterapeuti.**

*Il corso sarà tenuto da A. Minervino e L. Palagini, esperta in Medicina del Sonno*

# Programma

## Sessione 1 - 9.30/13.00

▶ 09.30	Psicosomatica del sonno
▶ 09.50	Il sonno nella cultura delle 24 ore
▶ 10.10	Discussione
▶ 10.20	Regolazione dei ritmi circadiani e di sonno: fondamenti
▶ 10.40	Insonnia: nuovi modelli e aspetti clinici
▶ 11.00	Discussione
▶ 11.10	Disturbi del ritmo circadiano: aspetti clinici
▶ 11.30	Discussione
▶ 11.40	Insonnia, alterazioni del ritmo circadiano e salute/malattia
▶ 12.00	Inquadramento dei disturbi del sonno e del ritmo circadiano
▶ 12.20	Discussione
▶ 12.30	Esercitazione

## Sessione 2 - 14.00/17.00

▶ 14.00	Trattamento dell'insonnia: linee guida, CBT-Insonnia e farmaci
▶ 14.20	Discussione
▶ 14.30	Trattamento dell'insonnia in psicopatologia: linee guida farmacologiche e adattamenti CBT-Insonnia
▶ 14.50	Discussione
▶ 15.00	Trattamento dei disturbi del ritmo circadiano: farmaci cronoterapeutici e approcci non farmacologici
▶ 15.20	Discussione
▶ 15.30	Cronoterapie: applicazioni in medicina
▶ 15.50	Discussione
▶ 16.00	Casi Clinici ed Esercitazioni