

Dall'evidenza alla pratica

Fitoterapici ad azione GABAergica nella gestione dell'ansia e dei disturbi del sonno

WEBINAR ECM

1 aprile e 9 settembre 2026

Link Piattaforma: www.lt3ecm.it

Allocazione Server: Data Center Arezzo (IT2) Via Sergio Ramelli, 8 52100 Arezzo (AR)

Responsabile Scientifico

Prof. Filippo Caraci

Razionale

I nutraceutici, nello specifico i fitoterapici, offrono un'interessante prospettiva per migliorare la **qualità del sonno e dell'ansia** e affrontare i disturbi correlati. La loro corretta utilizzazione può portare notevoli benefici, non solo in termini di benessere generale ma anche nell'aiutare le persone a superare specifici disturbi e situazioni che possono minare il loro riposo notturno. Questo incontro mira a fornire una guida chiara su come **sfruttare al meglio i nutraceutici nello specifico fitoterapici ad azione GABAergica** per aiutare le persone a superare i loro disturbi del sonno e dell'ansia in modo sicuro ed efficace, contribuendo così a migliorare la loro qualità di vita complessiva.

Programma 1° WEBINAR - 1 aprile 2026 ora 16-17

- Apertura del corso (F. Caraci) – 5 min
- Ruolo dei fitoterapici e nutraceutici ad azione GABAergica nel trattamento dei disturbi d'ansia e depressione (F. Caraci) – 45 min
- Discussione – 10 min

Programma 2° WEBINAR – 9 settembre 2026 ora 16-17

- Apertura del corso (F. Caraci) – 5 min
- Condivisione delle esperienze cliniche dei partecipanti, con presentazione e discussione di un contesto clinico analizzato individualmente nel periodo intercorrente tra i due webinar – 55 min
- Chiusura del corso (F. Caraci) – 5 min

Cognome e Nome	Laurea	Specializzazione	Breve Qualifica
Caraci Filippo	Medicina e chirurgia	Psichiatria	Professore Ordinario Dipartimento di Scienze del Farmaco e della Salute Università degli Studi di Catania