

CORSO ECM RES**QUANDO IL SONNO NON GERMOGLIA: RADICI BIOLOGICHE DELL'INSONNIA
E VULNERABILITA' AL DECLINO COGNITIVO****Cagliari, Villa Fanni 23 maggio 2026**

Responsabile Scientifico:	Dott. Antonello Zorcolo
Accreditato per:	50 discenti
Provider:	1488 -
Ore Formative:	4
Crediti Assegnati:	4
Obiettivo formativo:	Obiettivo formativo: 2 - Linee guida - protocolli - procedure
Professioni accreditate:	Medico Chirurgo per le discipline: Neurologia, Geriatria, Psichiatria, Medici di Medicina Generale (Medico di Famiglia)

Razionale scientifico

L'insonnia cronica rappresenta una delle condizioni più frequenti nella pratica della medicina generale ed è oggi riconosciuta come un disturbo a base neurobiologica caratterizzato da iperarousal centrale, alterazioni dei sistemi neurotrasmettitoriali e disfunzione dei meccanismi che regolano il ritmo sonno veglia. Non si tratta quindi di un semplice sintomo ma di una condizione clinica con rilevanti implicazioni funzionali neurologiche e prognostiche.

Il medico di medicina generale riveste un ruolo centrale nell'identificazione precoce del paziente insonne, nell'inquadramento diagnostico e nella presa in carico, considerando le frequenti comorbidità e il rischio di cronicizzazione.

In ambito terapeutico particolare rilievo assume l'impiego delle benzodiazepine. Nel tempo si sono diffuse convinzioni non sempre supportate da evidenze scientifiche, con conseguente sottoutilizzo in alcuni casi o impiego non appropriato in altri. È pertanto fondamentale distinguere tra falsi miti e dati clinici consolidati, approfondendo meccanismo d'azione, indicazioni, appropriatezza prescrittiva, durata del trattamento e profilo di sicurezza, al fine di favorire un uso consapevole e mirato di tali farmaci nella gestione dell'insonnia cronica.

Le evidenze più recenti indicano inoltre che l'insonnia persistente è associata a una maggiore vulnerabilità al declino cognitivo e può contribuire alla progressione di condizioni neurodegenerative. La frammentazione del sonno e la riduzione del sonno profondo interferiscono con i processi di recupero cerebrale, la plasticità sinaptica e i meccanismi di clearance metabolica neuronale, favorendo nel tempo il deterioramento delle funzioni cognitive.

Ciò rende ancora più rilevante una diagnosi o una gestione tempestiva del disturbo del sonno.

08:30	Registrazione partecipanti
08:45	Presentazione del corso Antonello Zorcolo
09:00	Insonnia cronica: basi fisiopatologiche e implicazioni neurologiche <i>Antonello Zorcolo</i>
09:30	Il paziente con insonnia in Medicina Generale: dalla diagnosi alla presa in carico <i>Mauro Badas</i>
10:00	Benzodiazepine: tra false credenze, appropriatezza prescrittiva ed evoluzione terapeutica <i>Antonello Zorcolo</i>
10:30	Discussione
11:00	Il ruolo del microbiota nella regolazione del sonno <i>Mauro Badas</i>
11:30	Coffee Break
11:45	Insonnia cronica e declino cognitivo: un'associazione causale? <i>Antonello Zorcolo</i>
12:15	Colina alfoscerato nel declino cognitivo lieve <i>Mauro Badas</i>
12:45	Discussione
13:15	Termine dei lavori e consegna questionario ECM

FACULTY

Nome e Cognome	Laurea	Specializzazione	Affiliazione
MAURO BADAS	Medico Chirurgo	MEDICINA GENERALE (MEDICO DI FAMIGLIA)	CONVENZIONATO ASL MARACALAGONIS (CA)
ANTONELLO ZORCOLO	Medico Chirurgo	NEUROLOGIA	LIBERO PROFESSIONISTA CAGLIARI