

## ***“Guida pratica per la gestione dell’insonnia”***

Documento congiunto tra AIMS, Associazione Italiana di Medicina del Sonno e SIMG

L’insonnia è una patologia molto diffusa ma spesso sottodiagnosticata dai medici e sottovalutata dai pazienti, eventi questi che rivestono un ruolo determinante nell’evoluzione verso il peggioramento e la cronicizzazione del disturbo con ripercussioni sulla qualità di vita e sulla salute dei pazienti

Evidenze scientifiche pongono inoltre l’accento sull’importanza della comorbidità tra disturbi del sonno e varie patologie (psichiatriche, cardio-vascolari, endocrino-metaboliche) perché l’insonnia non solo può peggiorarne l’evoluzione e la prognosi, ma può anche essere causa della loro comparsa

Per questi motivi il MMG riveste un ruolo di primaria importanza nella gestione dell’insonnia, anche per le importanti risorse aggiuntive che caratterizzano la Medicina Generale, rappresentate dalla conoscenza dei pazienti e dalla visione d’insieme dei loro problemi di salute

Ma a quali risorse può attingere il MMG per essere in grado di sapere affrontare e risolvere gli aspetti critici della gestione dell’insonnia?

Riconoscimento, diagnosi, terapia e follow-up rappresentano le fasi dell’intervento che il MMG deve essere in grado di mettere in atto con il supporto di protocolli diagnostici e terapeutici che siano adatti al setting della Medicina Generale

Il documento congiunto tra AIMS, Associazione Italiana di Medicina del Sonno e SIMG, ***“Guida pratica per la gestione dell’insonnia”***, rappresenta la sintesi delle evidenze scientifiche più recenti ed è il risultato di un impegno sinergico tra Specialisti e MMG che nasce con l’obiettivo di fornire uno strumento di rapida consultazione utile a supportare il MMG nella gestione dei suoi pazienti affetti da insonnia