



SIMG – SOCIETA' ITALIANA di MEDICINA GENERALE e CURE PRIMARIE

PROGETTO FORMATIVO SULLE APNEE OSTRUTTIVE NEL SONNO

Razionale

Diversi studi hanno dimostrato che un sonno di scarsa qualità può avere un impatto negativo sulla pressione arteriosa, sulle funzioni cognitive, sul tono dell'umore e sul funzionamento del sistema immunitario. Spesso queste conseguenze sono in rapporto ad un aumentato livello di cortisolo, ormone dello stress che normalmente viene inibito durante il sonno, soprattutto da quello profondo non-REM. Se il cortisolo rimane alto, l'apparato cardiocircolatorio non riesce ad abbassare il suo funzionamento (pressione arteriosa e frequenza cardiaca persistentemente elevate).

Tra le cause di insonnia vi sono due condizioni diffuse ma non sufficientemente considerate nella loro importanza: le **apnee ostruttive nel sonno (OSA)** e la sindrome delle gambe senza riposo.

Un numero sempre maggiore di evidenze suggerisce come le OSA siano un fattore di rischio indipendente per lo sviluppo di diabete di tipo 2 e di conseguenze cardiovascolari importanti quali l'ipertensione arteriosa, la fibrillazione atriale, l'insufficienza cardiaca cronica, l'aterosclerosi, le coronaropatie, l'ictus.

Le apnee ostruttive nel sonno possono manifestarsi in età pediatrica, giovanile e ancor più frequentemente nelle fasce di età più avanzata. I dati di prevalenza nella popolazione generale indicherebbero che un MMG potrebbe avere da **40 a 60 soggetti affetti da OSA ogni 1000 assistiti**. Il rischio di sviluppare la malattia nelle donne aumenta dopo la menopausa.

La prevalenza di apnee ostruttive durante il sonno di grado moderato e grave (ossia di soggetti con più di 15 apnee/ora) è stato riscontrato nell'età adulta in circa 1 donna su 4 e in 1 uomo su 2. La presenza di una associazione con **eccessiva sonnolenza durante il giorno** si riscontra in un soggetto ogni 3-5 con osas.

È stato ampiamente dimostrato con studi prospettici e retrospettivi che le apnee nel sonno determinano un netto scadimento della qualità del sonno con conseguente sonnolenza diurna e comparsa di colpi di sonno: conseguenza, un maggior numero di incidenti stradali, domestici ed in ambito lavorativo e, non meno importante, ad uno scadimento delle funzioni psicosociali con ripercussioni sulla qualità di vita compresa quella coniugale, con tangibile miglioramento dopo idonea terapia. Inoltre,

È quindi fondamentale che possano essere intercettati tempestivamente i soggetti con potenziale sindrome da apnee ostruttive nel sonno, al fine di attivare un percorso di consulenza specialistica che porti, in caso di apnee accertate, alle opportune terapie efficaci.

La medicina generale appare come il setting preferenziale nel quale effettuare lo screening di questi soggetti, attraverso la valutazione della storia clinica del soggetto, semplici misure e poche domande, a cui si può aggiungere l'impiego di device di semplice uso ma di notevole efficacia nella rilevazione dei soggetti con sospette apnee nel sonno.

Di qui il valore di un progetto formativo mirato ad aumentare la sensibilità dei medici di famiglia nei confronti di questo importante problema di salute e quindi la possibilità di efficaci interventi di cura dei soggetti affetti e di prevenzione dei notevoli rischi per la salute derivanti sia dagli incidenti (alla guida e sul lavoro) sia dalle conseguenze a livello metabolico e cardiovascolare.

Questo progetto di valenza nazionale si sviluppa in diverse città fra cui Bergamo, con iniziative locali



S.I.M.G.
Società italiana di Medicina Generale e delle Cure Primarie
Sezione di Bergamo

INCONTRO di PRESENTAZIONE del PROGETTO OSAS in Medicina Generale

Bergamo 5 giugno , Aula Coop IML, via Autostrada 36 – ore 19.30

Programma del Corso e Argomenti trattati

- 19.00-19.30 Registrazione Partecipanti e Buffet di benvenuto
- 19.45 Presentazione dell'evento (M.Zappa)
- 20.00 Presentazione di Casi Clinici (I. Carrara)
- 20.45 Clinica delle OSA (L. Maggi)
- 21.15 Compiti del MMG (M.Zappa)
- 21.30 OSAS : strumenti a disposizione del MMG (L. Maggi)
- 22.00 OSAS e Patente di Guida : la normativa (M. Zappa)
- 22.20 Discussione generale (L. Maggi e M. Zappa)
- 22.45 Progetto OSAS in MG : illustrazione e raccolta adesioni (I. Carrara & M. Zappa)

NB il corso non è accreditato ECM

Relatori

Lamberto Maggi – Pneumologo Bergamo

Mario Zappa – Referente SIMG Bergamo

Ivan Carrara – MMG, SIMG Bergamo