

## Rassegna Stampa

# Monza, il sonno è importante: ecco due iniziative gratuite

Siamo ormai prossimi alla **Giornata Mondiale del Sonno**, che cadrà il 16 marzo, e, per l'occasione, **Synlab Cam Monza** ha deciso di offrire al territorio un doppio appuntamento di forte incisività: una **campagna gratuita di screening** e un **incontro pubblico di approfondimento sul tema**.

La campagna di sensibilizzazione sulla buona qualità del sonno si concretizzerà nella possibilità di **prenotare gratuitamente**, presso la struttura monzese, un **colloquio medico** finalizzato all'inquadramento del proprio rischio di Osas (Sindrome Apnee Ostruttive del Sonno). I pazienti interessati possono chiamare il numero 039 2397468 dalle 11.00 alle 14.00 o scrivere a [prenotazioni.monza@synlab.it](mailto:prenotazioni.monza@synlab.it) **entro il 22 marzo**.

Proprio giovedì 22 marzo, alle ore 19:45, si terrà presso l'Auditorium Synlab Cam di Viale Elvezia, l'incontro **"Segui il tuo ritmo: proteggil tuo sonno, vivi meglio"** che, patrocinato da Aipas (Associazione Italiana Pazienti con Apnee del Sonno) e da OmceOmb (Ordine dei Medici e Chirurghi e Odontoiatri della Provincia di Monza e Brianza), ospiterà in veste di relatori **Augusto Fontana** – Specialista in Neurologia, Synlab San Nicolò, **Francesca Milano** – Specialista in Ortognatodonzia, Esperta in Disturbi Respiratori Ostruttivi nel Sonno Simso, Eadsm, Synlab Can Monza, **Silvia Briganti** – Specialista in Scienza dell'Alimentazione, Synlab Cam Monza e, in veste di moderatore, **Enrico Brunello** – Presidente Aipas.

Al convegno potrà accedere liberamente chiunque voglia approfondire questa tematica, **iscrivendosi** attraverso la Segreteria Organizzativa: [sara.casati@synlab.it](mailto:sara.casati@synlab.it) – 039.2397450.

Le due iniziative partono dalla consapevolezza che il **sonno rappresenta un elemento cruciale per la nostra sopravvivenza**. Esso, infatti, condiziona il corretto sviluppo fisico e cognitivo nel bambino e innumerevoli aspetti della nostra **salute fisica e mentale**. Dormire poco o male **diminuisce l'attenzione, la concentrazione e la memoria**, peggiora le performance lavorative e il rendimento scolastico, contribuisce ad alimentare problemi di natura psicologica e cognitiva, così come di natura endocrina, immunologica e cardio-vascolare. Il sonno è dunque strettamente correlato alla nostra salute, anche se, purtroppo, da molti studi effettuati sul tema, emerge come soltanto **un terzo di chi soffre di disturbi del sonno si rivolge al medico**, nonostante una corretta prevenzione possa essere determinante per migliorare lo stato di salute complessivo del paziente.

Già nello scorso anno, Synlab Cam Monza si era dimostrato particolarmente vicino alla tematica, con l'organizzazione di un **corso ecm rivolto ai medici** (20 maggio 2017) e con l'attivazione di un **ambulatorio dedicato alla Sindrome delle Apnee Ostruttive del Sonno (OSAS)**, nell'ambito del quale ogni giorno ci si prende cura a 360° dei pazienti, ottimizzando i tempi e l'efficacia dell'approccio terapeutico.