

Farmacista Più²⁰₂₄

ASSISTENZA FARMACEUTICA E SERVIZI ALLA PERSONA
PER LA TUTELA DELLA SALUTE E IL RILANCIO DELLA SANITÀ.

SPAZIO NOVECENTO

Indagine sul benessere del sonno nei soggetti che afferiscono alla farmacia di comunità

Lisa Boschetti¹, Francesco Giombi^{2,3}, Enrico Keber¹, Barbara Flora⁴, Maria Alessandrello¹, Giorgia Ascioti¹, Sara Bianchi¹, Amedeo Terzo Chiappa¹, Michela De Castro¹, Francesco Dell'Orco¹, Sara Di Pillo¹, Beatrice Franceschini¹, Marisa Gagliardi¹, Lucia Guida¹, Giuliana Manara¹, Camilla Masserini¹, Giorgia Massetti¹, Alice Merlin¹, Marco Oreste Luca Mirra¹, Matteo Nani¹, Rosa Sala¹, Giulia Santucci¹, Francesca Scarpa¹, Camilla Segato¹, Linda Storti¹, Luca Malvezzi^{2,3}, Corrado Giua¹

1. Società Italiana Farmacia Clinica (SIFAC) – Cagliari; 2. Otorhinolaryngology Head & Neck Surgery Unit, IRCCS Humanitas Research Hospital – Milano; 3. Department of Biomedical Sciences, Humanitas University – Milano; 4. Ospedale San Giovanni Tivoli - Roma

INTRODUZIONE

Alterazioni del ritmo sonno-veglia possono concorrere all'insorgenza di condizioni patologiche, quali malattie cardiovascolari, diabete e disturbi psichiatrici. Nonostante numerosi siano i soggetti che manifestano alterazioni del sonno, queste condizioni vengono spesso sottovalutate o mal gestite. L'obiettivo della presente indagine è stato quello di a) valutare il benessere del sonno e b) descrivere le abitudini correlate al ritmo sonno-veglia in un campione di soggetti che afferivano alle farmacie di comunità.

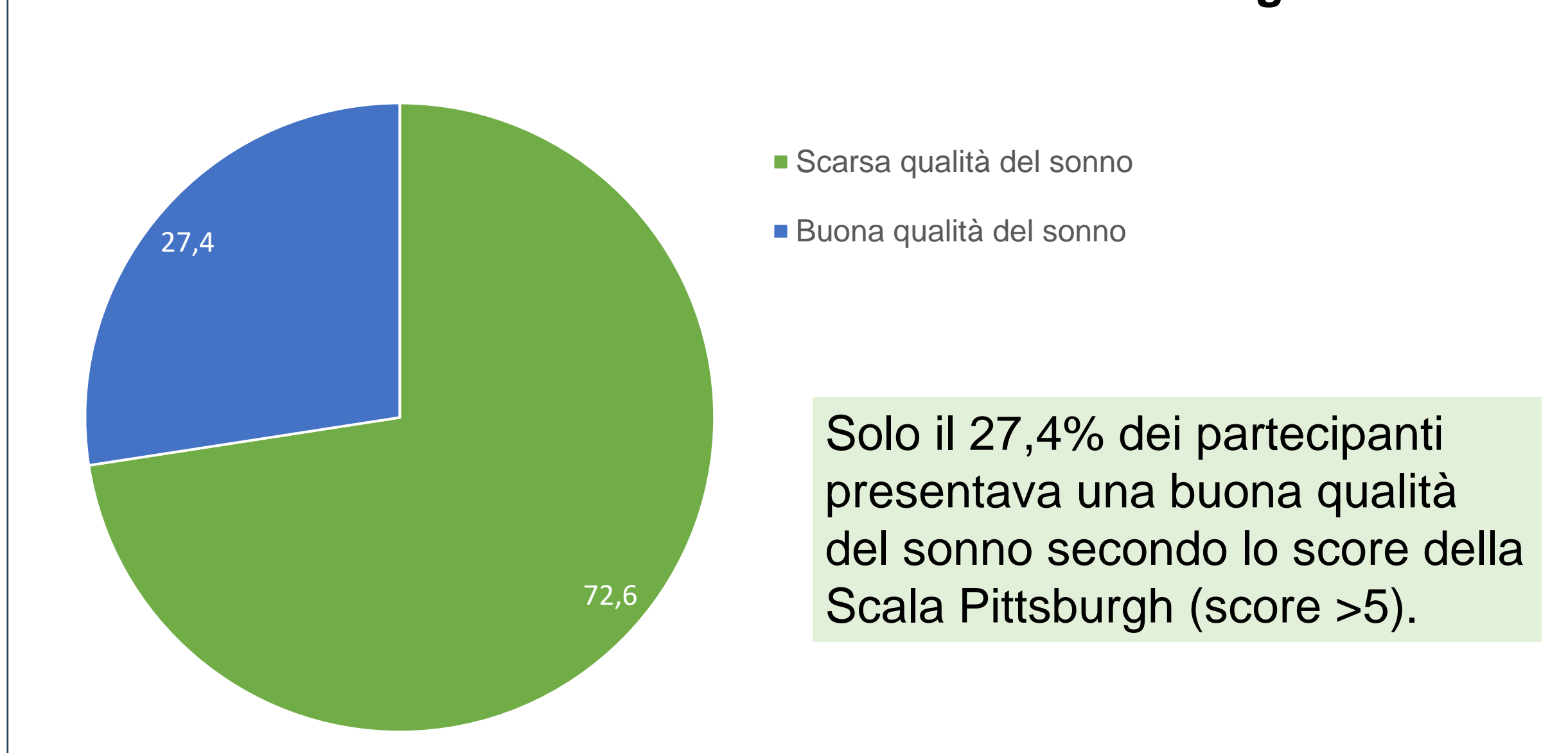
MATERIALI E METODI

L'indagine è stata condotta in 21 farmacie di comunità distribuite sul territorio italiano. I partecipanti sono stati reclutati sulla base dei seguenti criteri: a) riferiscono disturbi del sonno b) assumono medicinali per insonnia o patologie correlate, c) richiedono prodotti per l'automedicazione per l'insonnia/per migliorare il benessere del sonno. L'intervista, condotta da un farmacista clinico sperimentatore, prevedeva l'utilizzo di due questionari validati. Attraverso la Scala di Pittsburgh è stato possibile valutare il benessere e le abitudini del sonno mentre il Questionario di Berlino è stato utilizzato per stimare il rischio di apnee notturne.

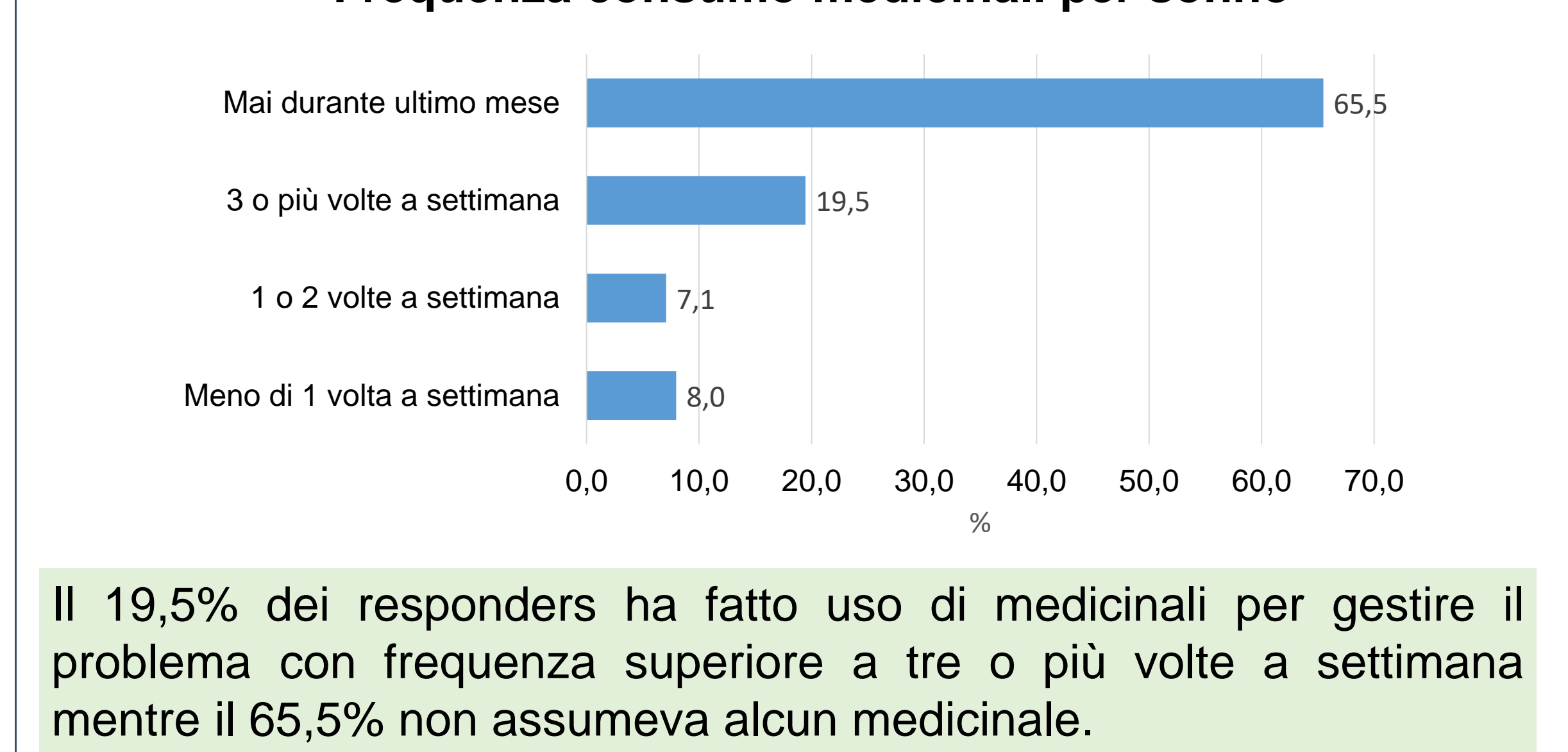
RISULTATI

Durante la prima fase (1-10 ottobre 2024) hanno partecipato all'indagine **113 soggetti**: il 60,2% erano di sesso femminile e l'età media di 59,9 anni

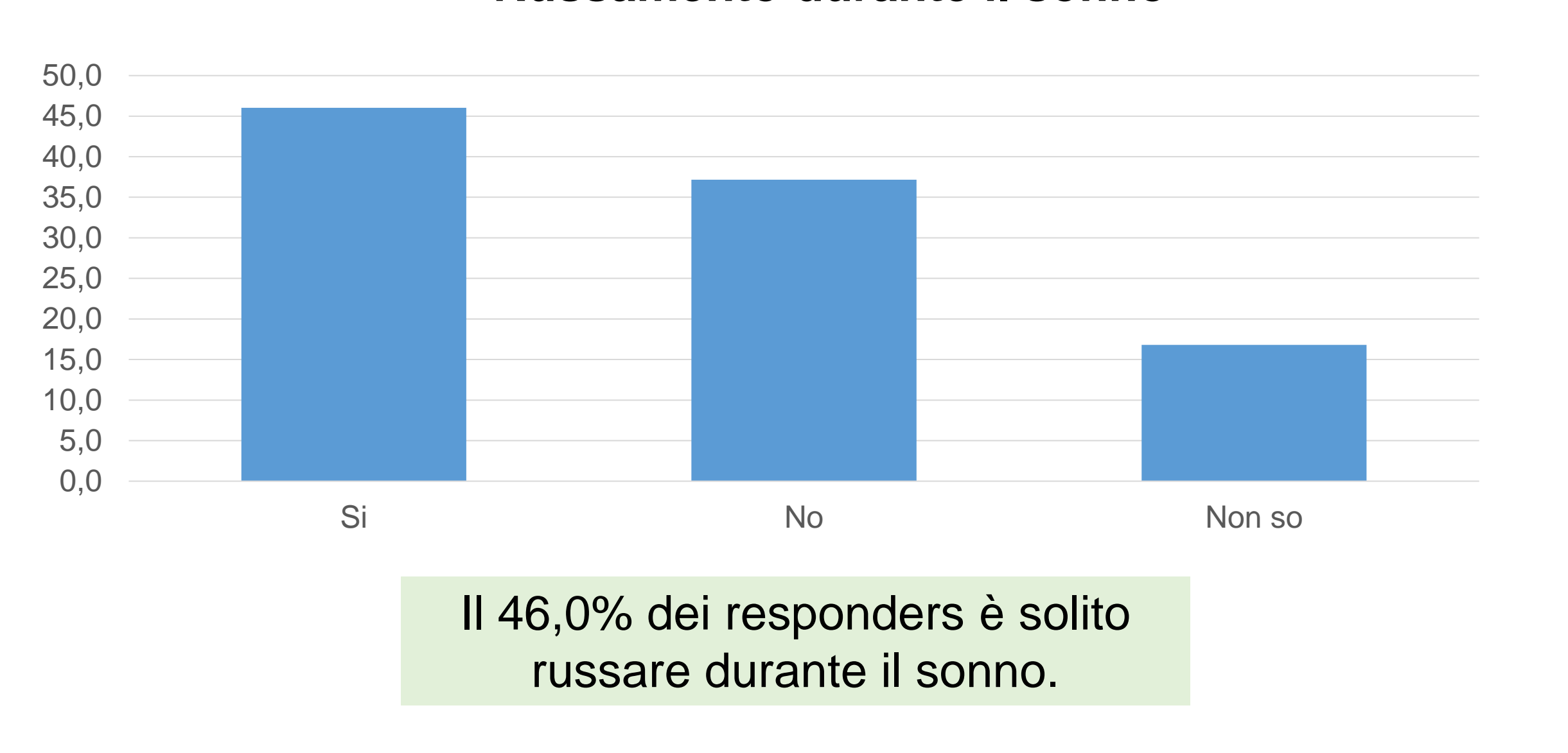
Qualità del sonno secondo Scala Pittsburgh



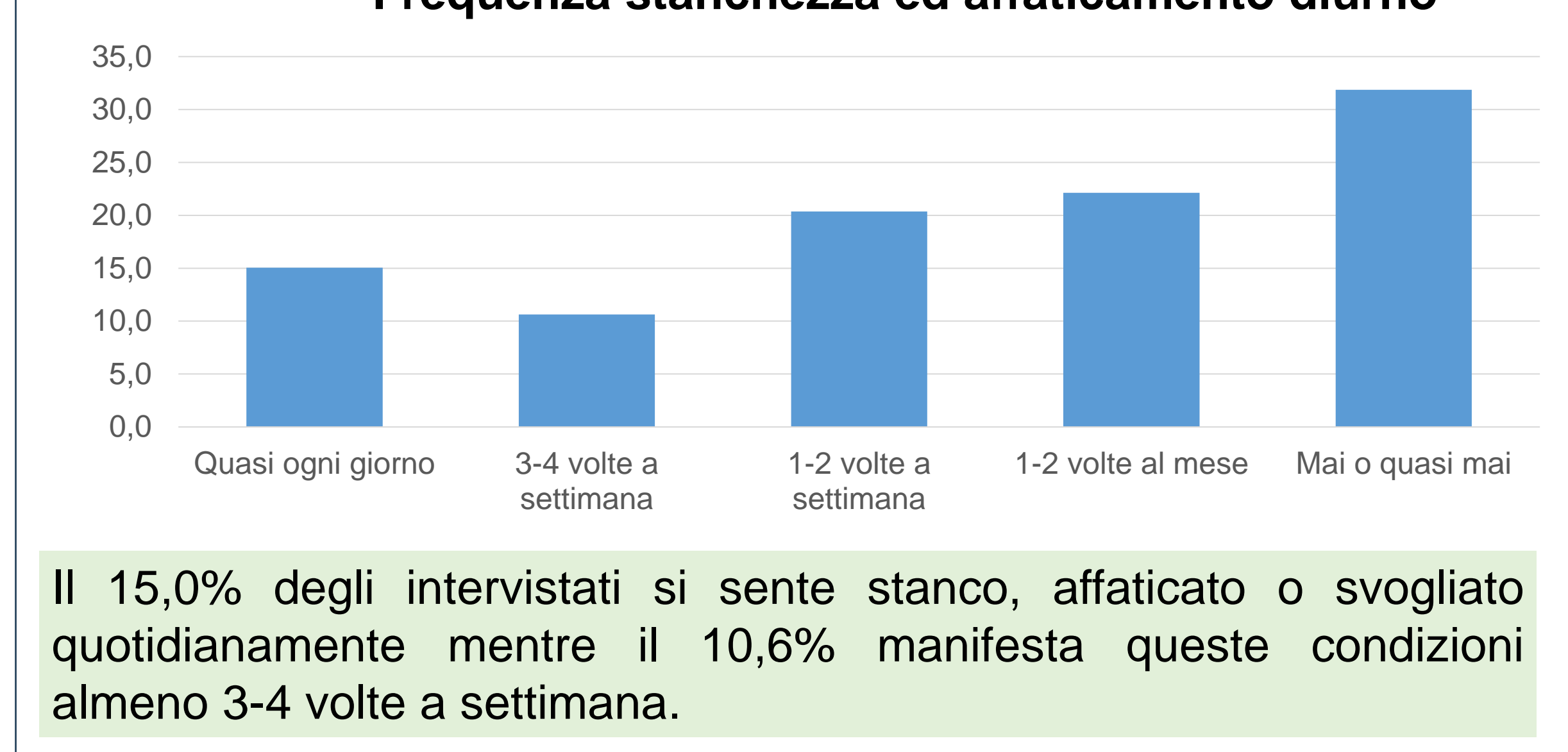
Frequenza consumo medicinali per sonno



Russamento durante il sonno



Frequenza stanchezza ed affaticamento diurno



CONCLUSIONI

I risultati preliminari dell'indagine, confermano che le alterazioni del sonno rappresentano un problema rilevante. Una percentuale non trascurabile del campione intervistato utilizza regolarmente farmaci per il sonno o manifesta sintomi diurni di stanchezza e affaticamento, indicando un impatto negativo sul benessere generale. Quasi un partecipante su due ha dichiarato di russare, suggerendo un possibile rischio di apnee notturne. I dati evidenziano la necessità di una maggiore attenzione verso la gestione delle problematiche legate al sonno, anche nel contesto delle farmacie di comunità, dove è possibile identificare tempestivamente i soggetti a rischio e promuovere interventi preventivi o terapeutici adeguati.