



COSMOFARMA

EXHIBITION

La farmacia al centro.

CRUCIALE, COME ESSERCI.

BOLOGNA

20 - 22 APRILE 2018

**FIGLI DI HYPNOS: MELATONINA, FITOTERAPIA E CORRETTA
IGIENE DEL SONNO**

A cura di Pediatria Srl

SABATO 21 Aprile 2018

SALA SERENATA – PAD.36 – I PIANO

ORE 14,00

Un sonno regolare è fondamentale per il benessere dell'organismo, perché favorisce diverse attività, tra cui quelle cerebrali e il buon funzionamento del sistema immunitario, permettendo di regolare la funzione neuro-endocrina, in particolare l'ormone della crescita e della leptina.

Il disturbo del sonno in età pediatrica è un problema che si ripercuote sulla salute dei bambini e, non da ultimo, esercita anche un forte impatto sul benessere e sull'equilibrio della vita di tutta la famiglia. Questa tipologia di disturbi portano spesso il genitore a chiedere un aiuto al pediatra o al farmacista.

Le conseguenze di un sonno inadeguato sono differenti in base all'età. Se nel lattante e nel bambino nei primi anni di vita si possono verificare alterazioni nel controllo della respirazione, variazione nella funzionalità cardiaca e problemi comportamentali, quali disturbi dell'attenzione e iperattività, nei bambini in età scolare, invece, si possono riscontrare sonnolenza diurna, sbalzi d'umore, problemi comportamentali e deficit nelle performance scolastiche.

In questa sessione verrà approfondita tale tematica, e verranno trattate le componenti più rappresentative dei fitocomplessi e le azioni prevalenti di camomilla e tiglio, partendo dall'uso tradizionale fino ad arrivare alle conoscenze convalidate da studi scientifici. Inoltre verrà approfondita la molecola della melatonina che riveste un ruolo fondamentale nella regolazione del ritmo circadiano.

Partecipano:

Prof.ssa Daniela Giachetti, Presidente della Società Italiana di Fitoterapia Direttore del Centro Interdipartimentale di ricerca in Fitoterapia – Università di Siena

Dott.ssa Francesca Torta, Neuropsichiatra infantile dell'Ospedale Infantile Regina Margherita di Torino