

CONVEGNO ACCREDITATO ECM  
**SALUTE MENTALE E SONNO**  
**SABATO 18 GENNAIO 2025**

08:30 - Registrazione dei partecipanti

---

### I SESSIONE

---

*Moderatori: Stefano Romeo, Alfonso Troisi*

09:00 - Introduzione - *Stefano Romeo*

09:15 - Il sonno nella patologia psichiatrica: è solo un sintomo? - *Pierluigi Innocenti*

10:00 - Prodromi del disturbo bipolare e sonno - *Lorenzo Mazzarini*

10:30 - La diagnosi differenziale dei disturbi dell'umore, correlazioni con il sonno - *Alfonso Troisi*

11:00 - Coffee break

---

### II SESSIONE

---

*Moderatori: Pierluigi Innocenti, Antonella Puzella*

11:15 - Ansia ed insonnia, un rapporto bidirezionale - *Antonella Puzella*

12:00 - Il trattamento nutraceutico dei disturbi del sonno - *Fabiola Ferrentino*

12:20 - Lettura magistrale: il sogno guardiano del sonno - *Marco Zanasi*

12:45 - Discussione

13:00 - Pausa pranzo

---

### III SESSIONE

---

*Moderatori: Pierluigi Innocenti, Fabiola Ferrentino*

14:30 - Igiene del sonno e terapia cognitivo comportamentale (CBTi) - *Michela Corrias*

14:50 - Terapie di terza onda: Mindfulness Based Therapy for Insomnia (MBT-I) e tecniche di rilassamento per i disturbi del sonno - *Luca Senni*

15:20 - Stimolazione Magnetica Transcranica ripetitiva (rTMS) - *Pierluigi Innocenti*

15:50 - Discussione

---

### IV SESSIONE

---

*Moderatori: Stefano Romeo, Francesca Russo*

16:00 - Il tecnico della riabilitazione psichiatrica: Core Competence, Integrazione e prospettive  
*Francesca Russo*

16:15 - Nuove tecnologie nel trattamento del sonno, la Realtà Virtuale, Neurofeedback e tDCS: stato dell'arte odierno e prospettive future - *Simone Capobianchi e Mattia Molinari*

16:45 - Esprimerci bene per riposare meglio: i benefici della Teatrotterapia - *Emanuele Pallotti*

17:15 - Dibattito conclusivo

18:00 - Compilazione ECM

18:30 - Conclusione dei lavori