

SONNO E SPORT

Discussione e screening

VENERDÌ **14 GIUGNO 2019**
dalle **17.30** alle **19.00**
Via Santorre di Santarosa, 68
ROMA



Il sonno è una delle attività più importanti, nell'arco delle ventiquattro ore. Da un buon riposo dipendono il benessere cardiocircolatorio, quello del sistema immunitario e ovviamente quello psichico. Una categoria di persone che necessitano di un buon riposo sono gli sportivi, che mettono a dura prova la resistenza del loro corpo. Se il sonno aiuta lo sport, è vero anche l'opposto: l'attività fisica migliora il ritmo sonno-veglia. I disturbi respiratori nel sonno e le apnee notturne sono i disturbi più frequenti nella popolazione.

Ne parliamo con:

Dott.ssa Valentina Musella (Pneumologo esperto in Medicina nel Sonno)

Sig. Luca Roberti (Presidente Apnoici Italiani)

Dott. Carmelo Causarano (Consigliere Apnoici Italiani)

Al termine dell'incontro sarà possibile effettuare i test di screening su Apnee Notturne

A SEGUIRE APERITIVO

**INGRESSO
LIBERO**

Info presso segreteria Monteverde Club
o segreteria@apneedelsonno.it