

Abstract COMUNICAZIONI LIBERE

□ **Distensione immaginativa integrata nella sclerosi multipla e nell'insonnia. Un trial randomizzato controllato: i risultati sul sonno**

A. SGOIFO*, L. LA MANTIA**, M.G. CELANI***, L. NOBILI****, P. PROSERPIO****, A. BIGNAMINI◇, R. MARAZZI**, M.P. ZAGARIA*, V. SANGALLI*, A. PROTTI**, E.C. AGOSTONI*

* Dipartimento di Neuroscienze, Grande Ospedale Metropolitano “Niguarda”, Milano

** Centro Sclerosi Multipla, Dipartimento di Neuroscienze, Grande Ospedale Metropolitano “Niguarda”, Milano

*** Unità di Neurofisiopatologia, Azienda Ospedaliera, Perugia

**** Centro per i Disturbi del Sonno, Grande Ospedale Metropolitano “Niguarda”, Milano

◇ Scuola di specializzazione in Farmacia Ospedaliera, Dipartimento di Scienze Farmaceutiche, Università degli Studi, Milano

INTRODUZIONE. Sclerosi Multipla (SM), insonnia e le altre condizioni di stress sono spesso associate alla fatica, un sintomo invalidante, difficile da trattare, che compromette gravemente la vita quotidiana. La Distensione Immaginativa Integrata (DII) è una terapia che promuove il rilassamento muscolare e psicologico.

METODOLOGIA. DIMMI SI (Distensione Immaginativa Integrata nella Sclerosi multipla e nell'Insonnia) è il primo studio randomizzato controllato (NCT02290990) a gruppi paralleli per verificare l'efficacia di DII su fatica, insonnia e stress nelle persone con SM (pSM), insonnia (pI) e nei Professionisti Sanitari (PS). Obiettivo primario è il cambiamento post-intervento della fatica misurata con Modified Fatigue Impact Scale (MFIS); obiettivi secondari sono il cambiamento di insonnia, stress e qualità della vita

(Quality of Life: QoL). L'intervento DII è in 8 sessioni e dura 2 mesi. Follow up a 2-5-8 mesi.

RISULTATI. 144 soggetti arruolati e randomizzati intervento/waiting list, 48 per ciascun gruppo parallelo (pSM, pI, PS). MFIS post-intervento è migliorata (pSM: $p = 0,023$, pI: $p = 0,007$; PS: $p = 0,002$), senza differenze tra i gruppi ($p = 0,148$). Nelle pI il punteggio basale di Insomnia Severity Index (ISI) è patologico e migliorato dopo DII (pI: $4,9 \pm 3,0$ vs $1,3 \pm 4,0$; $p = 0,006$) fino a 8 mesi ($6,4 \pm 4,8$ vs $3,2 \pm 5,8$; $p = < 0,001$, modelli lineari generali). Lo stesso è avvenuto nei PS: $3,3 \pm 4,1$ vs $-0,1 \pm 3,1$; $p = 0,001$; $3,0 \pm 4,5$ vs $1,7 \pm 5,0$; $p = 0,001$. Nelle pI sono migliorati stress e QoL.

CONCLUSIONI. DII è un approccio efficace nella fatica e promettente per l'insonnia.

Corrispondenza: Dr.ssa Annalisa Sgoifo, Grande Ospedale Metropolitano “Niguarda”, piazza Ospedale Maggiore 3, 20162 Milano (MI), e-mail: annalisa.sgoifo@ospedaleniguarda.it

LVII Congresso Nazionale SNO, 24-26 maggio 2017, Napoli.

Atti a cura di Massimo de Bellis e Bruno Zanotti.

Copyright © 2017 by new Magazine edizioni s.r.l., Trento, Italia. www.newmagazine.it

ISBN: 978-88-8041-115-4