

STUDIO DI PREVALENZA DEI DISTURBI DEL SONNO IN UNA POPOLAZIONE DI AUTISTI PROFESSIONISTI DELLA PROVINCIA DI BOLOGNA

ARGOMENTO SPECIFICO DEL LAVORO

La sonnolenza alla guida rappresenta una importante causa degli incidenti stradali, a cui viene attribuita una percentuale variabile fra il 10% e il 20%.

Lo studio si propone di valutare in un gruppo di autisti professionisti la prevalenza di disturbi del sonno e di sviluppare una maggiore consapevolezza di questo problema attraverso una campagna educativa sull'igiene del sonno rivolta ad una categoria di guidatori professionali.

**IL COLPO DI SONNO
NON TI AVVISA!**



METODI DI VALUTAZIONE UTILIZZATI

Attraverso questionari, internazionalmente riconosciuti idonei a valutare disturbi del sonno che possono essere all'origine di sonnolenza, vengono indagati: **qualità del sonno** (Pittsburgh Sleep Quality Index - PSQI), **prevalenza di sonnolenza diurna** (Epworth Sleepiness Scale - ESS) e **di disturbi del sonno**, quali la **Sindrome delle Apnee Ostruttive nel Sonno** (Berlin Questionnaire) e la **Sindrome delle Gambe senza Riposo** (Restless Legs Syndrome Severity Index).

Vengono valutati anche il cronotipo (Morningness-Eveningness Questionnaire) e le abitudini di guida (secondo il questionario di Pizza et al, 2006).

RISULTATI DELLA VALUTAZIONE

Lo studio ha coinvolto finora 158 autisti professionisti, dipendenti di aziende dell'hinterland bolognese, con età media di 47.4±9.2 anni (range 21-64) e indice di massa corporea medio 28.7±4.7 kg/m².

Percorrenze e tipologia di percorsi: La maggior parte dei soggetti ha dichiarato di percorrere più di 20.000 km/anno (69%).

Abitudini di vita: Le abitudini di vita hanno evidenziato un'elevata prevalenza del consumo di caffè (92%), un moderato consumo di alcolici (37%) e fumo di sigaretta (28%), e un basso consumo di altre bevande stimolanti, come coca-cola, red-bull, ecc... (3%).

Sonnolenza o colpi di sonno alla guida sono stati riferiti da circa la metà degli intervistati, rispettivamente nel 51% e 53% dei casi, con massima prevalenza nella fascia oraria notturna, seguita da quella pomeridiana e dal post-prandium.

Il 12% degli intervistati ha inoltre riferito di avere **rischiato un incidente stradale** in almeno un'occasione negli ultimi 5 anni.

DISTURBI DEL SONNO

Questionario	Risultato
Scala di Epworth per la sonnolenza	5% con punteggio patologico (>10)
Berlin Questionnaire	20% con profilo ad alto rischio per OSAS
Restless Legs Syndrome Severity Index	11% con profilo ad alto rischio per Sindrome delle gambe senza riposo
Pittsburgh Sleep Quality Index - PSQI	18% "poor sleepers"

CONSIDERAZIONI E CONCLUSIONI

Lo studio ha fornito una panoramica delle abitudini di vita e di sonno in una popolazione di autotrasportatori focalizzando alcuni importanti fattori di rischio per gli incidenti stradali.

Va rilevato che il dato relativo alla prevalenza di disturbi del sonno emerso dai questionari è risultato più basso rispetto a quanto atteso.

Tale dato potrebbe essere spiegato da una mispercezione, da inconsapevolezza riguardante i sintomi indagati e/o da una volontaria sottostima del problema da parte dei partecipanti".

Il progetto è stato realizzato anche grazie ai finanziamenti della Regione Emilia-Romagna e INAIL.

Dipartimento di Sanità Pubblica - Area Prevenzione e Sicurezza Ambienti di Lavoro - Area Analisi, Prevenzione e Promozione della Salute - Policlinico S.Orsola Malpighi Dipartimento di Medicina Interna, dell'Invecchiamento e delle Malattie Nefrologiche. UO Neurologia - Centro Sonno

A cura del

"Gruppo prevenzione incidenti stradali in occasione di lavoro" dell'AUSL di Bologna ed Imola
M.Ciampolini, L. Falcone, S. Gambetti, A. Gerosa, G. Ghedini, A.M. Guglielmin, C. Obici, C. Stagni
Centro Sonno-U.O. di Neurologia-Policlinico S.Orsola-Malpighi di Bologna
S.Baiardi, C.La Morgia, S.Mondini e F.Cirignotta