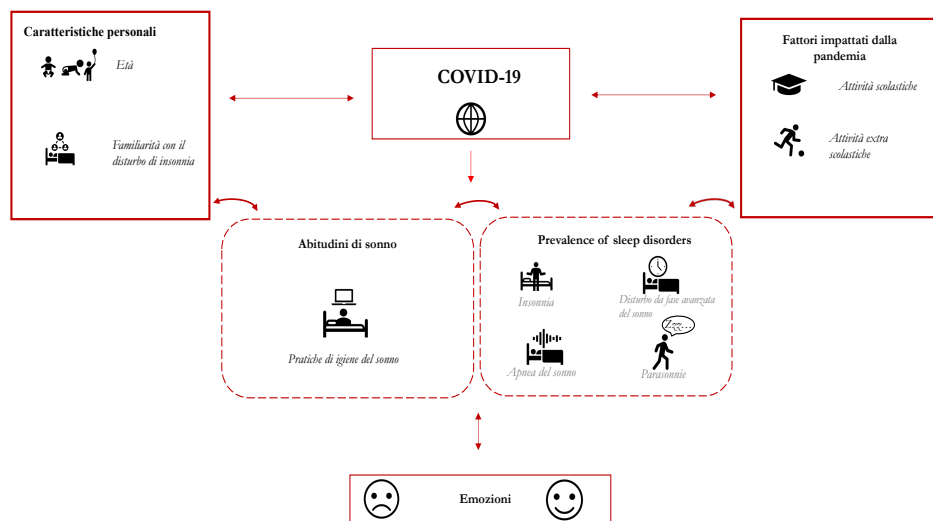


# Indagine sul sonno durante l'emergenza sanitaria dovuta alla diffusione del Covid-19

Autori della ricerca:

Bacaro Valeria, Chiabudini Marco, Buonanno Carlo, De Bartolo Paola, Riemann Dieter, Mancini Francesco, Baglioni Chiara.

## Premesse teoriche



## Risultati

Hanno risposto all'indagine 2361 genitori di bambini tra i 0 e i 12 anni (di età media:  $8.1 \pm 2.62$  anni; composto da 1148 femmine e 1213 maschi).

È emerso in tutti i gruppi di età (0-2 anni; 3-5 anni e 6-12 anni) un orario di addormentamento tardivo (la maggior parte dopo le 21:00) e il 59.4% dei bambini presentava almeno un criterio clinico per la diagnosi di insonnia.

La regressione logistica ha evidenziato che la presenza di sintomi di insonnia era legata a: bambini più piccoli, umore negativo, insonnia dei genitori, essere figli unici, pratiche di igiene del sonno.