Funzioni vitali: come si modificano nel corso delle 24 ore

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica
H. San Raffaele Resnati, Milano

Sintesi del video e punti chiave

Quando i livelli di orexina sono normali e variano in modo fisiologico nel corso del giorno, il sonno notturno è profondo e ristoratore, e dopo il risveglio sentiamo di avere una buona energia, e di essere calmi e lucidi.

Se invece i livelli di orexina sono eccessivi durante la notte, soffriamo di insonnia, mentre se sono insufficienti nel corso della giornata rischiamo di cadere addormentati durante le nostre attività: un fenomeno raro, ma serio e pericoloso, noto come “narcolessia”.

In questo video la professoressa Graziottin illustra come mutano le funzioni vitali e i livelli ormonali nell’arco delle 24 ore.

Video sviluppato in collaborazione con la **Fondazione Alessandra Graziottin Onlus**
Per gentile concessione di **Italpress Agenzia di stampa**

© 2025 - Fondazione Alessandra Graziottin - www.fondazionegraziottin.org