

## Sindrome delle gambe senza riposo: che cosa è e quali sintomi si accompagnano

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

### Sintesi del video e punti chiave

La sindrome della gambe senza riposo è un disturbo del sonno sempre più diffuso, per ragioni legate allo stress quotidiano che ci assedia senza tregua. La tensione continua che caratterizza le nostre giornate impedisce infatti alla muscolatura di rilassarsi adeguatamente nelle diverse fasi del sonno.

In questo video la professoressa Graziottin illustra:

<li>le caratteristiche della sindrome delle gambe senza riposo;</li><li>come il problema tenda a peggiorare con l'immobilità e a migliorare con il movimento;</li><li>i più frequenti disturbi correlati: formicolii, crampi, bruciore;</li><li>come nel 90% dei casi la sindrome si associa all'insonnia, con pesanti ripercussioni sulla qualità della vita e sul tono dell'umore;</li><li>a quali altri fattori e patologie risulta spesso associata.</li>

Video sviluppato in collaborazione con la **Fondazione Alessandra Graziottin ETS**

Per gentile concessione di **Italpress Agenzia di stampa**