

Nel profondo del sonno notturno: le funzioni dei sogni

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

Sintesi del video e punti chiave

I sogni svolgono funzioni straordinarie: potenziano la memoria, migliorano la neuroplasticità, contribuiscono a costruire e mantenere l'identità personale, allenano la funzione sessuale e i circuiti che la sottendono, regolano le emozioni, ci preparano ad affrontare il futuro. Vediamo insieme in che modo.

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

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