



Assirem Ets

Associazione Italiana
per la Ricerca e l'educazione
nella Medicina del Sonno

Sondaggio ASSIREM per il sonno

- I RISULTATI -



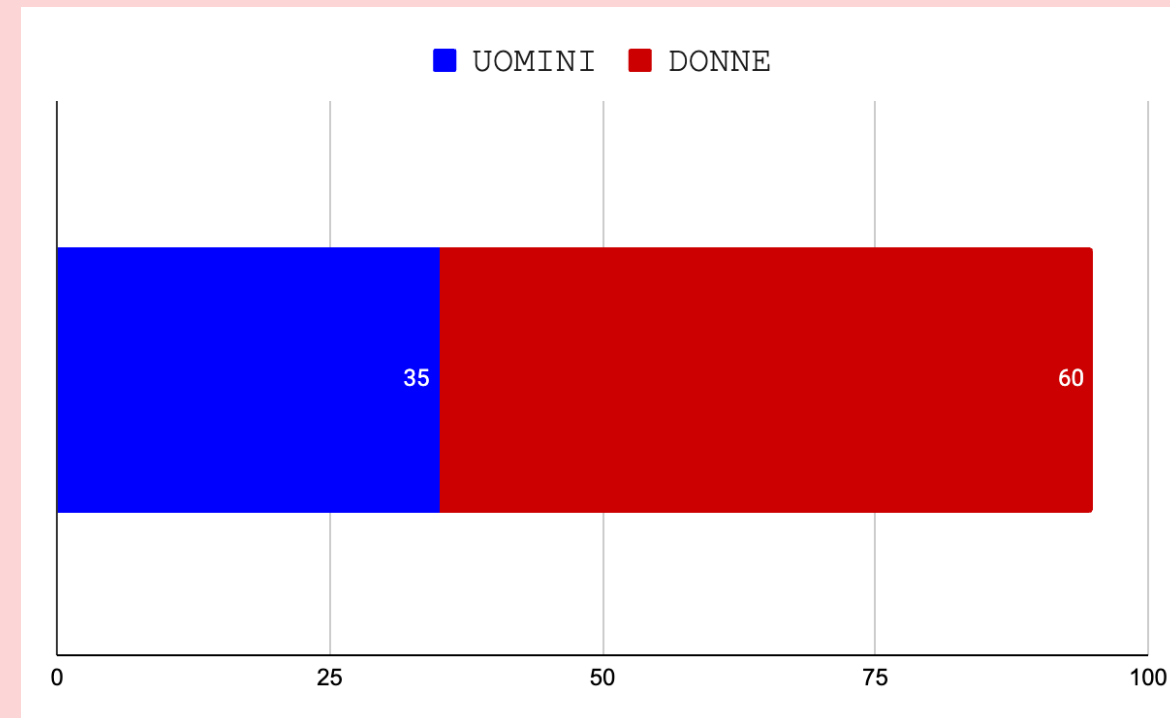
Assirem Ets

Associazione Italiana
per la Ricerca e l'educazione
nella Medicina del Sonno

Sondaggio ASSIREM per il sonno

CHI HA RISPOSTO

Più del 60% delle risposte provengono da donne, mentre gli uomini costituiscono poco meno del 40% dei risultati.





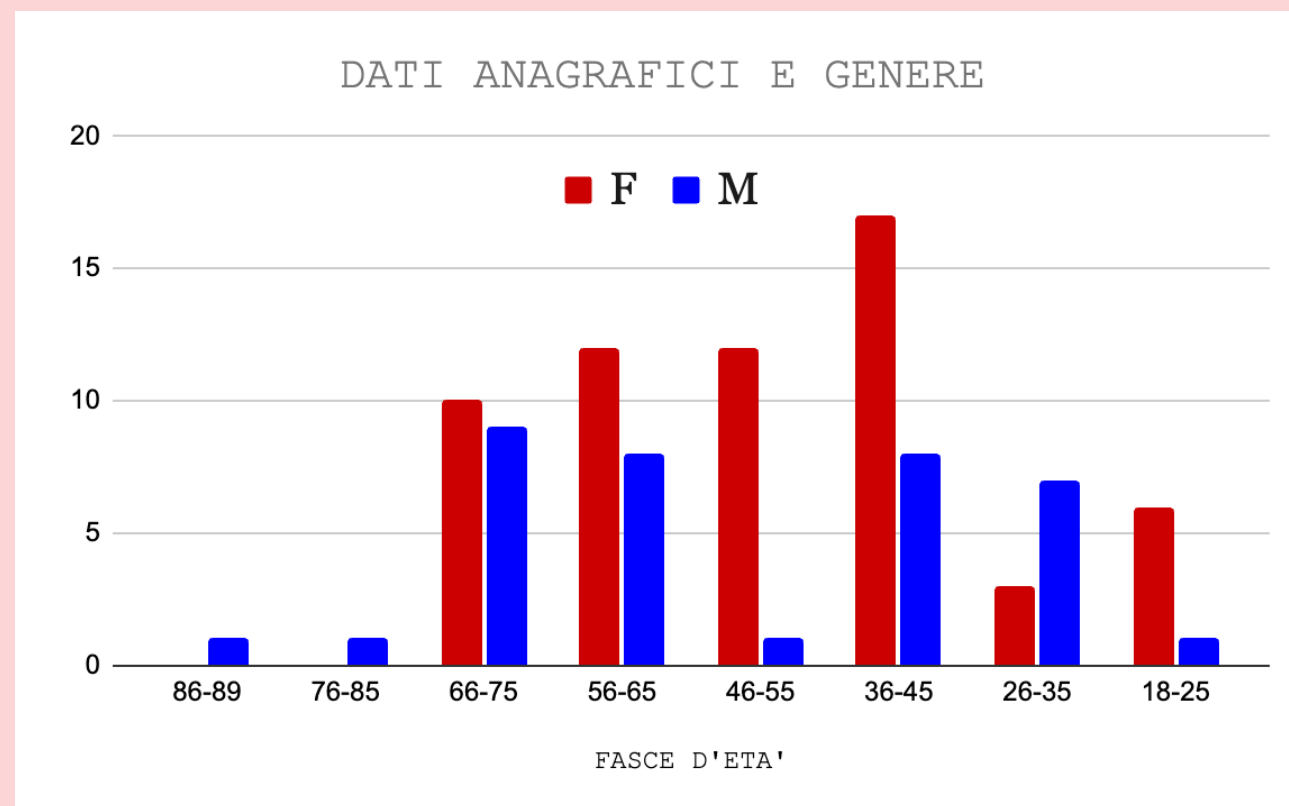
Assirem Ets

Associazione Italiana
per la Ricerca e l'Educazione
nella Medicina del Sonno

Sondaggio ASSIREM per il sonno

RAPPORTO TRA GENERE ED ETA' ANAGRAFICA

La fascia di età più attiva nel sondaggio è tra i 36 e i 65 anni.
Gli uomini tra i 36 e il 45 anni hanno inciso meno in questa
statistica provvisoria.





Assirem Ets

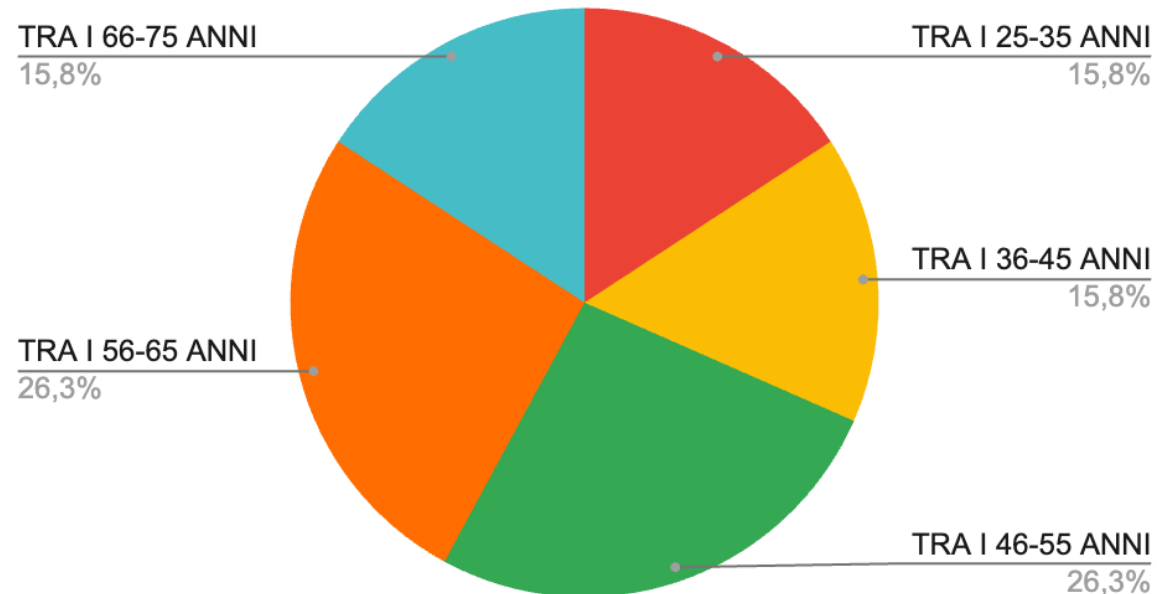
Associazione Italiana
per la Ricerca e l'educazione
nella Medicina del Sonno

Sondaggio ASSIREM per il sonno

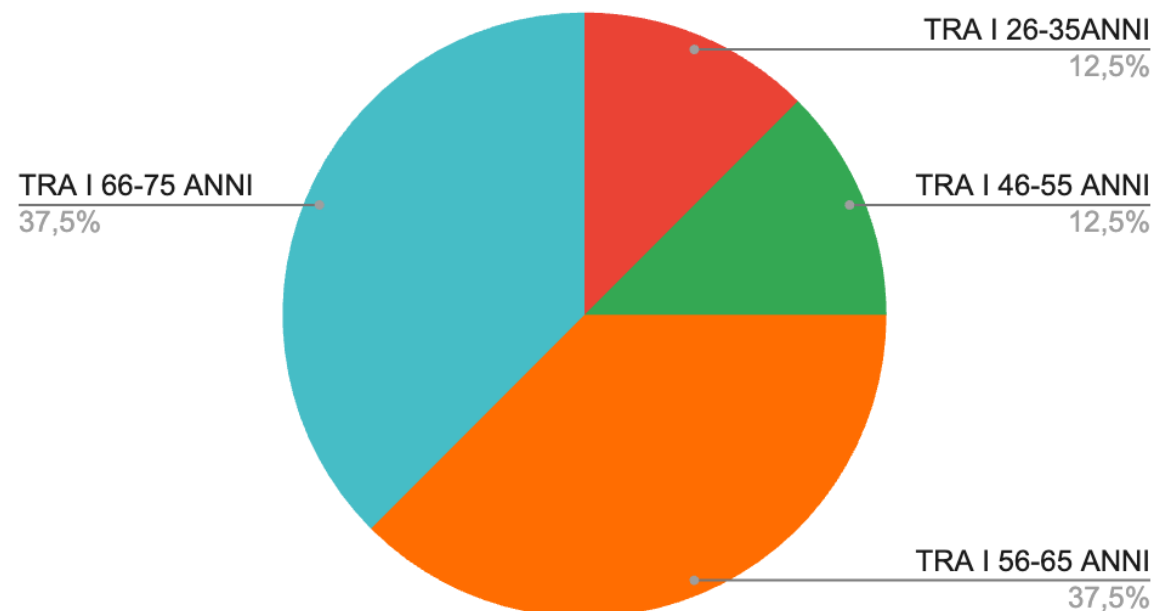
IL RISULTATO

L'INSOGNA è PRESENTE NEL 26% DEI SOGGETTI CHE HANNO RISPOSTO AL SONDAGGIO

DISTURBI DEL SONNO NELLE DONNE



DISTURBI DEL SONNO NEGLI UOMINI





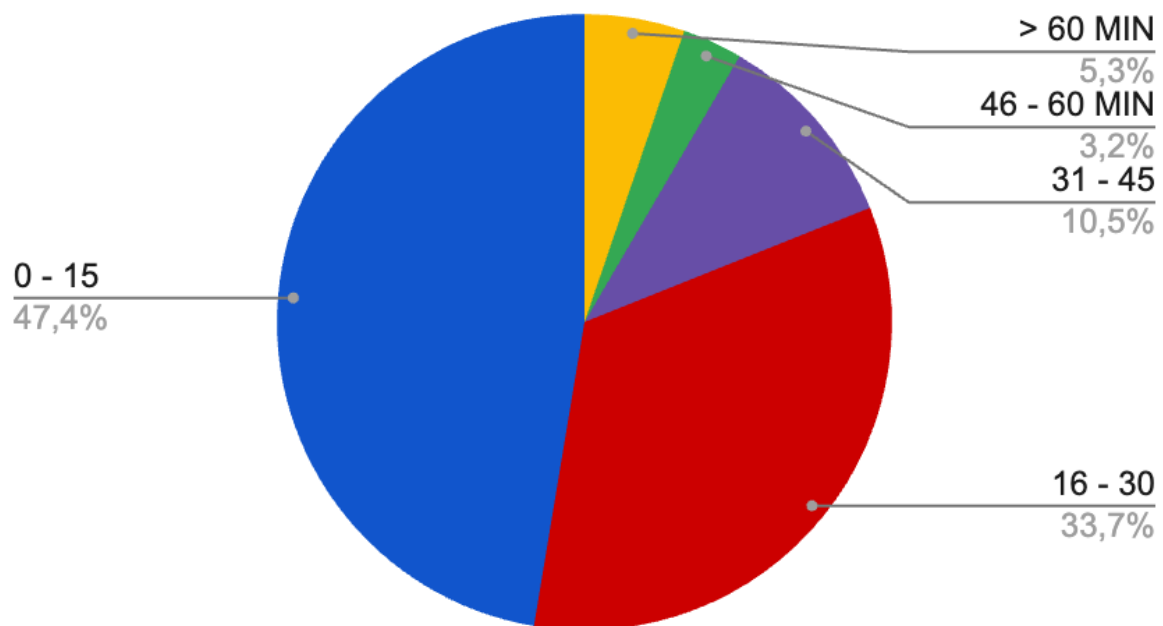
Assirem Ets

Associazione Italiana
per la Ricerca e l'Educazione
nella Medicina del Sonno

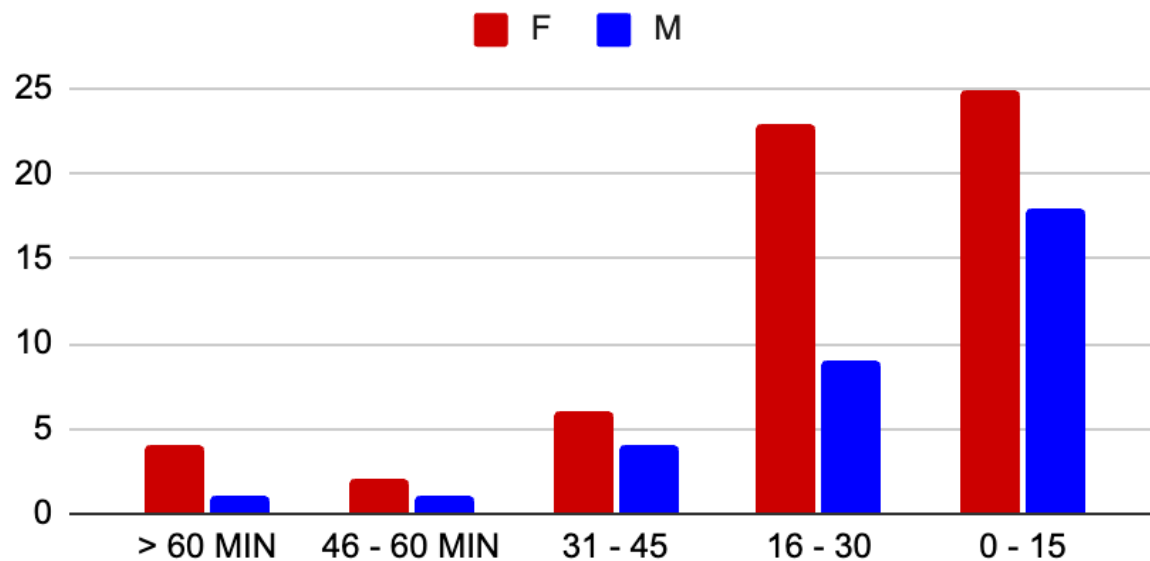
PENSANDO AD UNA NOTTE **NELL'ULTIMA SETTIMANA...**

... QUANTO TEMPO HAI IMPIEGATO PER ADDORMENTARTI?

QUANTO TEMPO IMPIEGHI PER ADDORMENTARTI?



TEMPO IMPIEGATO PER ADDORMENTARSI

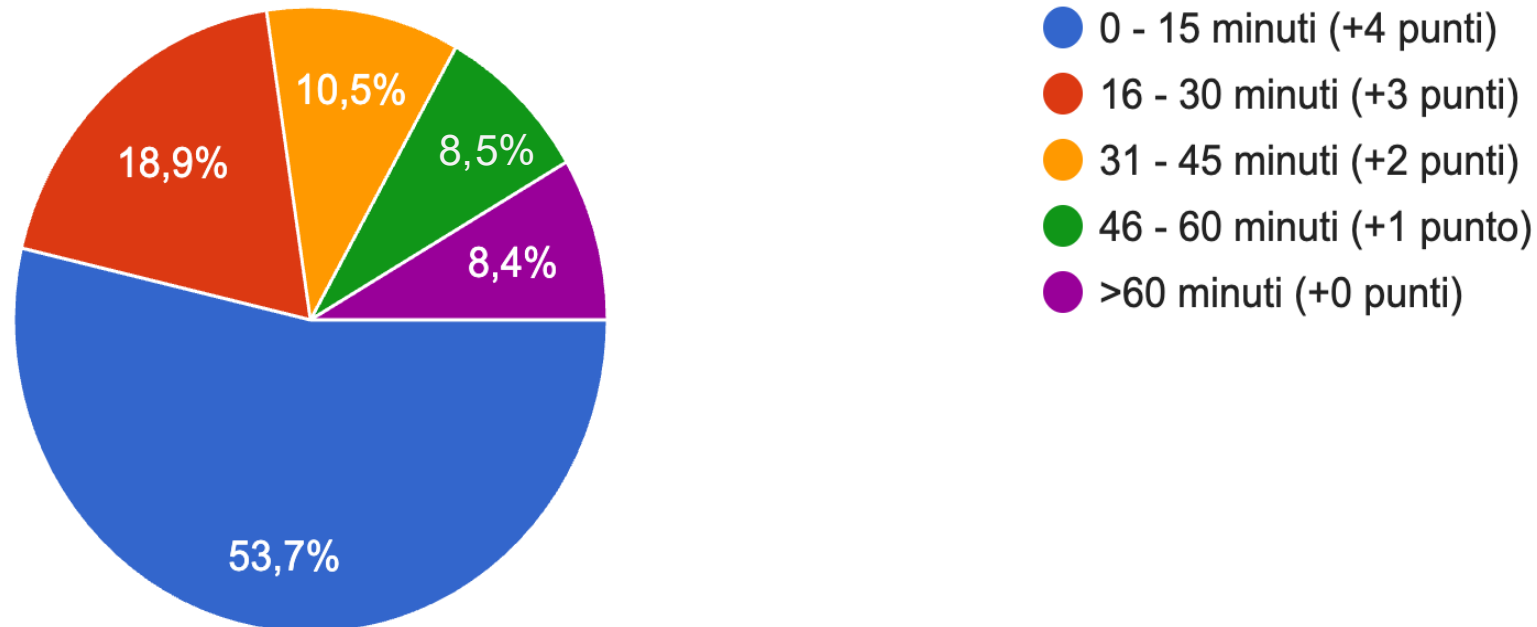


Rapporto tra genere e tempo impiegato per addormentarsi

Pensando ad una notte nell'ultima settimana...

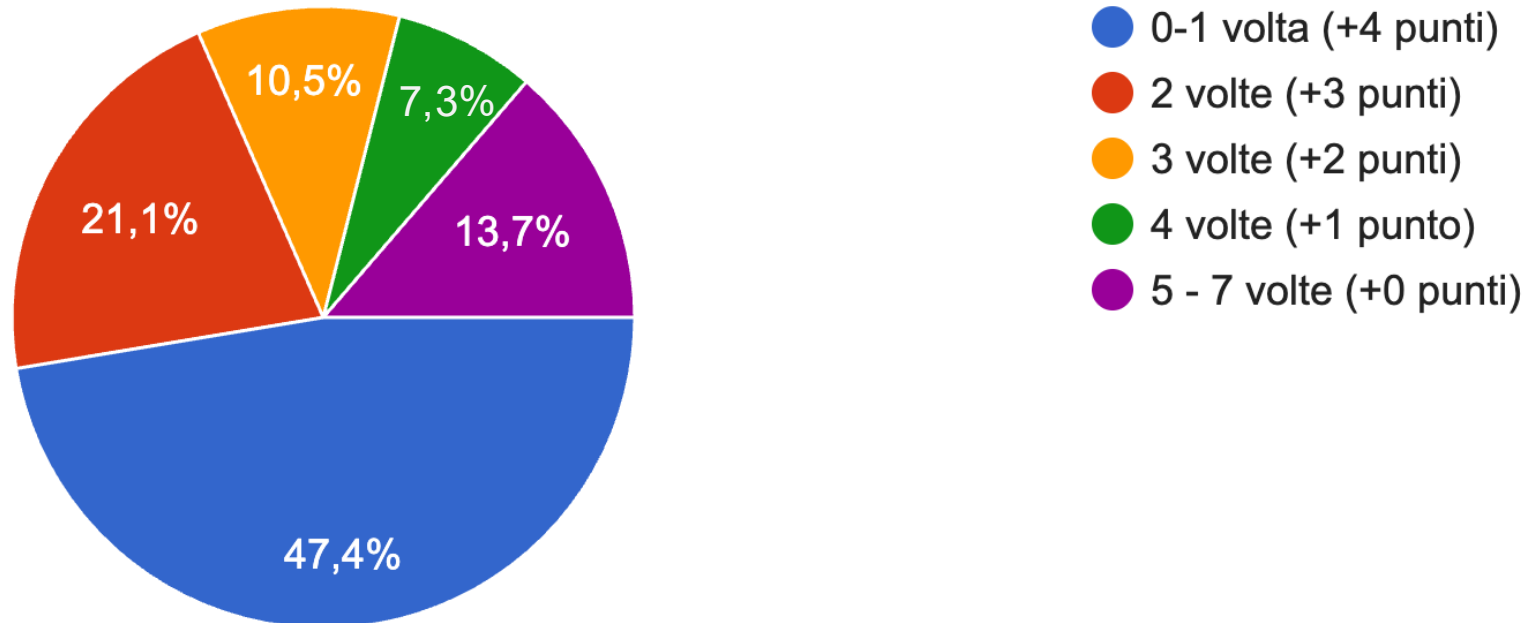
Se le capita di risvegliarsi durante la notte, quanto tempo rimane sveglio (sommando il tempo totale dei vari risvegli)

95 risposte



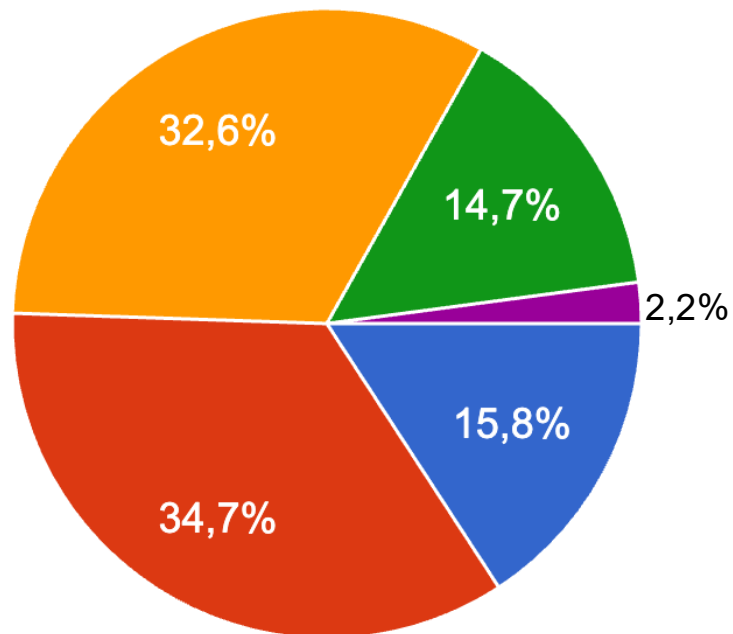
Quante volte a settimana ha problemi di sonno

95 risposte



Come giudicherebbe la qualità del suo sonno

95 risposte

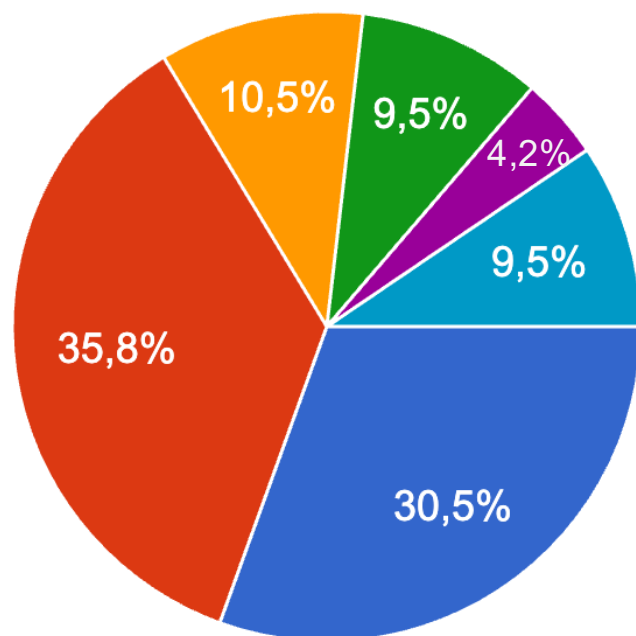


- Molto buona (+4 punti)
- Buona (+3 punti)
- Media (+2 punti)
- Scarsa (+1 punto)
- Molto scarsa (+0 punti)

Pensando **all'ultimo mese**, quanto il sonno ha influito su...

...energia, umore, relazioni?

95 risposte

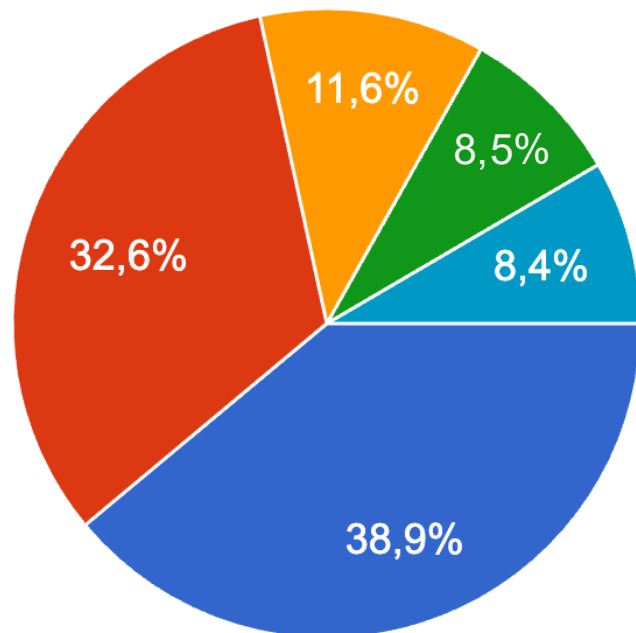


- Non molto (+4 punti)
- Un pochino (+3 punti)
- Abbastanza (+2 punti)
- Molto (+1 punto)
- Moltissimo (+0 punti)
- abbastaza (+2 punti)

Pensando **all'ultimo mese**, quanto il sonno ha influito su...

...concentrazione, produttività o capacità di restare sveglio?

95 risposte

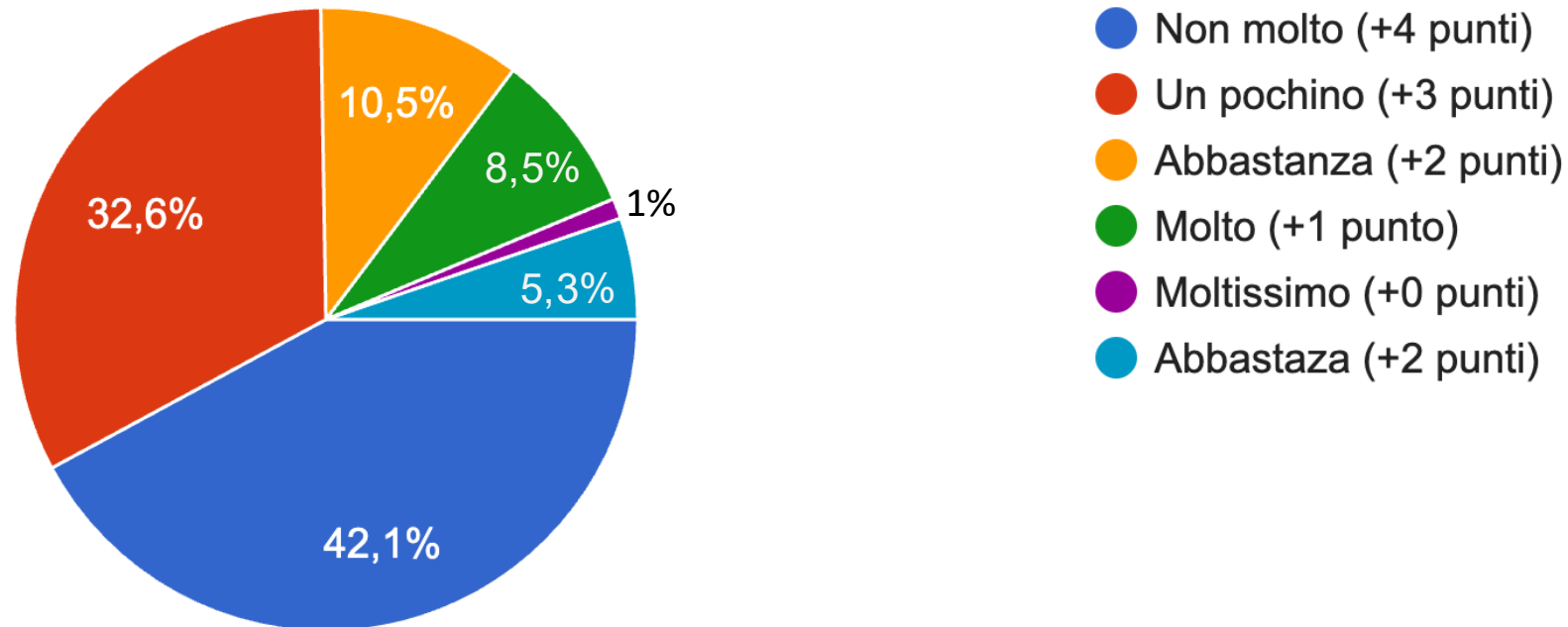


- Non molto (+4 punti)
- Un pochino (+3 punti)
- Abbastanza (+2 punti)
- Molto (+1 punto)
- Moltissimo (+0 punti)
- abbastaza (+2 punti)

Pensando **all'ultimo mese**, quanto il sonno ha influito su...

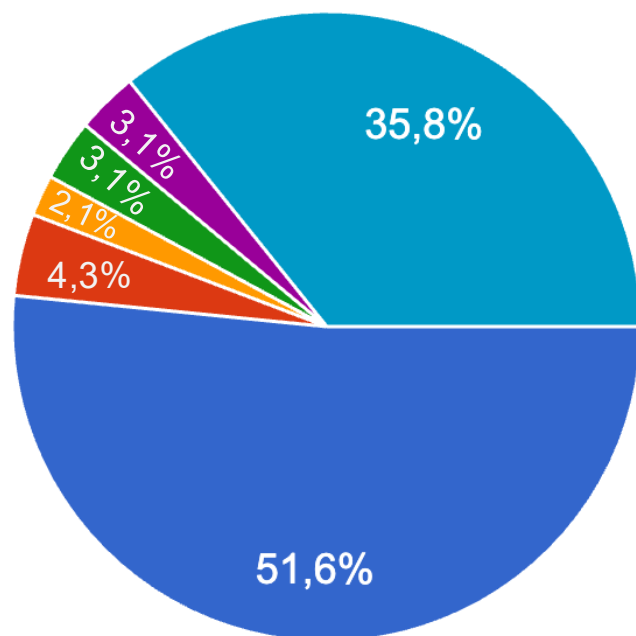
...altre attività della vita in generale, generando problemi di vario genere?

95 risposte



Se soffre di disturbi del sonno, da quanto ne soffre?

95 risposte



- Non ho problemi di insonnia (+4 punti)
- Non avevo problemi un mese fa (+4 punti)
- 1 - 2 mesi (+3 punti)
- 3 - 6 mesi (+2 punti)
- 7 - 12 mesi (+1 punto)
- più di un anno (+0 punti)



Assirem Ets

Associazione Italiana
per la Ricerca e l'Educazione
nella Medicina del Sonno

Il risultato conclusivo del sondaggio è in linea con i dati statistici nazionali e internazionali:

