

**Stress, ansia e insonnia da rientro dalle vacanze:
quali opportunità con i medicinali omeopatici?
Verona, 22 settembre 2026**

RAZIONALE SCIENTIFICO

Il rientro dalle vacanze rappresenta per molte persone un momento di transizione che può essere accompagnato da difficoltà di adattamento ai ritmi lavorativi e familiari, con la comparsa o l'accentuazione di sintomi quali stress, ansia lieve, irritabilità, stanchezza psicofisica e disturbi del sonno. Queste manifestazioni costituiscono un motivo frequente di richiesta di consiglio in farmacia, rendendo il farmacista un interlocutore privilegiato nella gestione iniziale di tali condizioni.

L'incontro si propone di fornire ai farmacisti un aggiornamento sulle basi dell'omeopatia e sulle opportunità di utilizzo dei medicinali omeopatici nel contesto del consiglio professionale. Verranno approfonditi i principali quadri sintomatologici associati allo stress e all'ansia lieve, con particolare attenzione ai disturbi del sonno che possono manifestarsi dopo il periodo estivo, analizzando le esigenze del paziente e i criteri che possono orientare verso una corretta presa in carico.

Attraverso un approccio pratico e orientato alla realtà della farmacia territoriale, saranno presentate le principali strategie di consiglio, con esempi di situazioni frequentemente riscontrate al banco. L'obiettivo è fornire ai partecipanti strumenti utili per riconoscere i bisogni del paziente, favorire un utilizzo appropriato dei medicinali omeopatici e promuovere un approccio integrato al benessere della persona, nel rispetto del ruolo professionale del farmacista e delle indicazioni d'uso dei prodotti disponibili.

PROGRAMMA

21:00 – 21:45

Brevi cenni sulla normativa del medicinale omeopatico
La preparazione del medicinale omeopatico
I principi fondamentali dell'omeopatia
Principio di similitudine, diluizione e dinamizzazione
Forme farmaceutiche e posologia
La reazione individuale del malato
Approccio al malato acuto

21:45 - 22:45

I principali medicinali omeopatici per lo stress, l'ansia lieve e i disturbi del sonno nell'adulto e nel bambino

22:45 – 23:00

Domande e conclusioni

CASI AL BANCO

Caso 1

Buongiorno Dottoressa. Mia figlia è al primo anno di università e quando deve dare un esame va in panico; mi può consigliare qualcosa?

Mi descrive i sintomi che ha?

Le viene addosso una stanchezza generale e alla prima domanda si blocca, non ricorda più niente, diventa afona e comincia a tremare

Caso 2

Buongiorno Dottore. Dopodomani devo prendere l'aereo per andare a Londra ad una riunione di lavoro e sono particolarmente agitato; cosa posso prendere?

Mi descrive che sintomi ha?

È da questa mattina che penso a questo viaggio e ho un senso di oppressione sul petto, faccio tutto di corsa e concludo poco; inoltre, comincio a mangiare dolci che, tra l'altro, mi provocano mal di stomaco

Caso 3

Buongiorno Dottoressa. È un periodo in cui sono particolarmente stressato per il lavoro, mi sveglio tutte le mattine verso le 3 e poi non riesco più ad addormentarmi; cosa posso prendere?

Ha qualche altro sintomo?

Mi viene sempre sonno dopo pranzo e mi danno fastidio la luce e i rumori

Caso 4

Buongiorno Dottoressa. È un periodo in cui quando mi metto nel letto comincio a pensare a tutte le cose che mi sono capitate durante la giornata e a quelle che dovrò fare il giorno dopo, e non riesco ad addormentarmi; cosa posso prendere?

Ha qualche altro sintomo?

Ogni tanto ho un po' di palpitazioni

Caso 5

Buongiorno Dottoressa. Mio figlio di 5 anni si sveglia di notte perché ha degli incubi; posso dargli qualcosa per farlo dormire tranquillo?

Grida nel sonno e si sveglia di soprassalto?

No

Caso 6

Buongiorno Dottoressa. Mio figlio di 6 anni gridava nel sonno e si sveglia spesso di notte di soprassalto; posso dargli qualcosa per farlo dormire tranquillo?

Ha notato se quando gridava di notte gli tremavano le mani o i piedi?

Confermo

PROVIDER ECM: GGALLERY SRL (ID. 39)
DATA: 22 settembre 2026
SEDE del CORSO: Leonardo Hotel - Via Enrico Fermi, 11 C - 37135 Verona (VR)
RESPONSABILE SCIENTIFICO: Dott.ssa Grazia Pagnozzi
RELATRICE: Dott.ssa Manuela Gozzi
CREDITI ECM: 2 (due)
N° PARTECIPANTI: 50
OBIETTIVO DEL CORSO: 19 - Medicine non convenzionali: valutazione dell'efficacia in ragione degli esiti e degli ambiti di complementarietà
DURATA EFFETTIVA DELL'ATTIVITÀ FORMATIVA IN ORE: 2

CURRICULUM RELATORI

NOME COGNOME	PROFESSIONE	DISCIPLINA	ENTE DI APPARTENENZA/LIB ERA PROFESSIONE	DESCRIZIONE ATTVITA'PROFESSIONAL E /FORMATIVA
Grazia Pagnozzi	Farmacista	Laurea Magistrale in Farmacia conseguita presso l'Università degli Studi di Torino	Libera Professione	Farmacista presso Farmacia Pennaglia s.a.s. Milano
Manuela Gozzi	Farmacista	Laurea Magistrale in Farmacia conseguita presso l'Università degli Studi di Modena e Reggio Emilia	Libera Professione	Farmacia Soliani, via Roosevelt 64-66/A, Carpi