

BELLA

<http://www.bellamagazine.it/bella/costume-e-societa/regali-natale-2016-piu-gettonati/>

Regali di Natale 2016: ecco quelli più “gettonati”



Redazione Bella

♥ 0 👁 3 Views 💬 0

POSTED ON 30 NOVEMBRE 2016

0

SHARES

f Share On Facebook

🐦 Tweet It



G+



Il Natale si avvicina e come ogni anno le idee per i regali scarseggiano. A poco meno di un mese dall'inizio delle festività la corsa è partita ufficialmente con il Black Friday e proseguirà fino alla vigilia per i ritardatari.

Secondo il sondaggio Xmas Survey condotto dalla società di revisione Deloitte, quest'anno la spesa degli italiani per il Natale torna a stabilizzarsi, dopo aver registrato un trend negativo nel corso degli ultimi anni. Una conclusione analoga a quella dell'Osservatorio di Federconsumatori.

Dopo il -3% registrato nel 2015, la società di revisione e consulenza stima che quest'anno gli italiani spenderanno in media 614 euro, in calo di appena l'1% rispetto ai 620 euro della scorsa stagione ed in linea con la performance media europea (-1,3%). Il principale motivo che frena la spesa è ancora la crisi economica, in Italia come in Europa, ma in quanto a spesa gli italiani superano di gran lunga gli altri concittadini europei.

Quali sono i regali più desiderati? Al primo posto gli italiani mettono i viaggi, seguiti da denaro e libri, ma sono sempre più popolari anche i regali 'esperienziali' come cinema, teatri, cene al ristorante e smart box. Scendono in classifica i regali tecnologici, specie gli smartphone, che scivolano dal sesto al decimo posto. Ma c'è anche chi opta per i cosiddetti regali 'utili' e, considerata la crisi che ancora non accenna ad abbandonare il nostro Paese, quest'ultima potrebbe risultare l'opzione più gradita.

Fra le tante iniziative, Sonnomedica, centro medico a livello nazionale dedicato alla medicina del sonno, propone due diversi screening per valutare la qualità del proprio sonno. Uno Sleep Check-up insonnia, che comprende una visita con un neurologo specialista in medicina del sonno per indagare l'insonnia dal punto di vista fisiologico, e un colloquio con uno psicoterapeuta specializzato nel trattamento dell'insonnia, per analizzare anche l'aspetto psicologico del problema. Al termine delle due visite verrà formulata una diagnosi accurata del tipo di insonnia di cui si soffre e delle possibili terapie da seguire.

L'alternativa, per chi teme di soffrire di Osas, è lo Sleep Check-up apnee e russamento che comprende un esame specifico, la polisonnografia cardiorespiratoria notturna (da eseguirsi in una normale notte di sonno, al proprio domicilio) e una visita specialistica con uno dei medici esperti in medicina del sonno, come un otorinolaringoiatra o un pneumologo.

Durante la visita verrà analizzato il risultato della polisonnografia e sarà possibile stabilire una diagnosi del tipo di disturbo di cui si soffre oltre a, per chi lo desidera, impostare fin da subito la terapia più adatta.

"In Italia le ultime stime parlano di almeno 4 milioni di persone affette da insonnia cronica e circa 9 con qualche forma di disturbo del sonno. Non va dimenticato infatti come il sonno, e soprattutto una cattiva qualità del sonno, incida su tutti gli aspetti della nostra vita. Un esempio su tutti? Il 22% degli incidenti stradali è attribuibile al fattore sonnolenza. In cifre, si tratta di 7.360 sinistri, per una spesa di 1,5 miliardi di euro l'anno – commenta Marco Cagliaris, fondatore di Sonnomedica, che sottolinea anche un altro aspetto fondamentale – Sono 11 milioni gli italiani costretti a rinunciare alle cure mediche per problemi economici. Circa il 20% della popolazione non ha i soldi per pagare il ticket sui farmaci, sulle analisi di laboratorio o sulle visite mediche, due milioni in più rispetto al 2015".

Regalare una polisonnografia a Natale, oltre che rivelarsi utile, potrebbe salvare la vita di chi la riceve.