

Il prof. si trova nel giardino dietro l'istituto di fisiologia.

PH fisiologico: 7.38-7.42, importante due cifre decimali.

Secondo il professore bastano le diapositive per studiare.

Esame: 30 domande a crocette in 33 minuti, non si può tornare indietro.

Il prof. si incazza come una iena se uno copia.

Testi di riferimento per la gente a cui fanno schifo le slide: Conti, Battaglini.

Temi affrontati:

- 1) Fisiologia del ciclo sonno-veglia.
- 2) Fisiologia del sistema endocrino.

### **Regolazione del ciclo sonno-veglia**

Non sappiamo a cosa serva il sonno, tutti gli animali dormono, senza dormire si muore.

Sonno locale: alcune parti del cervello possono dormire mentre altre sono attive. I delfini e le anatre in migrazione dormono con un emisfero alla volta.

Caratteristiche del sonno:

- 1) Relativa inattività - immobilità.
- 2) Ridotta capacità di rispondere agli stimoli esterni (elevazione della soglia di risposta agli stimoli esterni).
- 3) (Rapida) reversibilità.
- 4) Recupero dopo privazione (aumenta l'intensità piuttosto che la durata).
- 5) Postura tipica.
- 6) Espressione genica differenziale.

**Omeostasi:** Capacità di un organismo di mantenere un equilibrio stabile in caso di perturbazioni esterne o interne.

**Allostasi:** Tendenza di un organismo a trovare un nuovo punto di equilibrio a fronte di stress esterni o interni.