Studio svedese sugli effetti dannosi di una notte insonne sul cervello

Data: 1 febbraio 2014 | Autore: Elisa Signoretti

LECCE, 2 GENNAIO 2014 - Uno studio condotto dai ricercatori in Neurologia presso l'Università di Uppsala ha studiato in maniera analitica i possibili effetti dannosi di una notte insonne sul cervello.
I risultati per Giovanni D'Agata, presidente dello “Sportello dei Diritti”, dovrebbero incoraggiare i nottambuli a cambiare abitudine ed andare a letto dopo party e discoteche.

Gli scienziati svedesi nella ricerca presentata Martedì 31 Dicembre hanno analizzato il sangue la mattina in 15 giovani uomini in buona salute: alcuni di loro erano andati a dormire per otto ore e gli altri neanche un minuto prima delle analisi.
In quest'ultimi, hanno trovato un aumento di circa il 20% della concentrazione di due molecole, l’enolase specifico del neurone e S - 100 e proteine B.

Il coordinatore dello studio, Christian Benedict Tha affermato in un comunicato che vi è correlazione tra l’aumento di queste molecole del cervello nel sangue e le notti insonni. [MORE]
Ed ha aggiunto: "La mancanza di sonno promuove il processo di neurodegenerazione," mentre d'altra parte, "una notte dormendo bene potrebbe essere importante per il mantenimento della salute del cervello".

Lo studio, pubblicato sulla rivista Sleep (sonno), segue un altro, pubblicato in Ottobre sulla rivista americana Science, che ha scoperto che il sonno accelera l’eliminazione delle tossine dal cervello. E

tra esse è incluso il beta-amiloide che quando agisce, favorirebbe lo sviluppo del morbo di Alzheimer, secondo i ricercatori dell'Università di Rochester (USA), che ha lavorato sui topi.

(notizia segnalata da Giovanni D'Agata)

Articolo scaricato da www.infooggi.it
https://www.infooggi.it/articolo/gli-effetti-dannosi-di-una-notte-insonne-sul-cervello-lo-dice-uno-studio-svedese/57191