

*La interrupción del ritmo circadiano y la falta de sueño podrían aumentar la EM*

EN MENORES DE 20 AÑOS

La interrupción del ritmo circadiano y la falta de sueño podrían aumentar la EM

Investigadores del Instituto Karolinska, en Suecia, han descubierto una asociación entre el trabajo por turnos (nocturno o por rotación las horas) y el incremento del riesgo de desarrollar esclerosis múltiple (EM).

El trabajo, que se publica hoy en *Annals of Neurology*, ha mostrado que desempeñar un empleo con horarios de este tipo antes de los 20 años de edad podría aumentar este riesgo debido a la interrupción del ritmo circadiano y del patrón de sueño.

Investigaciones previas habían determinado que el trabajo por turnos rotatorios eleva el riesgo cardiovascular, los trastornos de tiroides y el cáncer. Esto sucede porque se altera la secreción de melatonina y se incrementa la respuesta inflamatoria.

El trabajo, coordinado por Anna Karin Hedström, del Instituto Karolinska, ha analizado los datos de dos estudios poblacionales: uno con 1.343 casos de EM incidente y 2.900 controles, y otro con 5.129 casos de EM prevalente y 4.509 casos control.

El equipo de investigadores ha comparado la aparición de la enfermedad desmielinizante entre los sujetos del estudio expuestos a trabajo por turnos en varias edades frente a aquellos individuos que no habían estado expuestos a este tipo de trabajo. Todos los participantes en el estudio residían en Suecia y tenían entre 16 y 70 años. El trabajo por turnos fue definido como horas alternas entre las 9 de la noche y las 7 de la mañana.

Los resultados mostraron que los de la cohorte de EM incidente que habían trabajado por turnos durante tres años o más antes de los 20 años tenían un riesgo dos veces mayor de desarrollar EM. (*Annals of Neurology*; DOI: 10.1002/ana.22597).

*Fuente: herenciageneticayenfermedad.blogspot.com*