

Sueños muy activos y violentos podrían advertir sobre futuras enfermedades neurodegenerativas

El Ciudadano · 1 de junio de 2017

Aún no está claro cuán definitiva es esta relación, pero los resultados están respaldados por investigaciones previas, las que han revelado un 80 a 100 por ciento de probabilidad de que las personas con sueños violentos y físicos terminen desarrollando algún trastorno neurodegenerativo.



Un grupo de investigadores ha encontrado un inesperado nexo entre los sueños extraños y violentos y el riesgo de enfermedades neurológicas que podrían desarrollarse más tarde en la vida, como el Parkinson y la demencia. Los autores dicen que esta forma de soñar podría actuar como señal de advertencia prematura, décadas antes de un diagnóstico.

Aún no está claro cuán definitiva es esta relación, pero los resultados están respaldados por investigaciones previas, las que han revelado un 80 a 100 por ciento de probabilidad de que las personas con **sueños violentos y físicos** terminen desarrollando algún trastorno **neurodegenerativo**.

Se trata de un trastorno del sueño conocido como **trastorno de conducta durante el sueño REM (TCSR)**, que hace que las personas actúen sus sueños pateando y golpeando mientras duermen; a veces gritando o incluso saltando violentamente de la cama en arranques de ira.

«El consenso entre todos los investigadores del TCSR es que no se trata de qué, sino de cuándo», dijo en 2014 el experto en sueño, Carlos Schenck, del Centro Regional de Trastornos del Sueño de Minnesota en Minneapolis, citado en [Wired](#).

El sueño REM (de ‘movimiento rápido del ojo’, en inglés), es uno de los tres estados por los que pasamos cada noche, y se lo asocia con la actividad onírica (soñar).

Durante el sueño REM, la actividad eléctrica del cerebro parece ser similar a cómo se vería durante el día, excepto que mientras las neuronas trabajan como lo harían en la vigilia, por lo general el cuerpo experimenta una parálisis muscular temporal.

Aunque esta parálisis temporal permite algunas contracciones musculares y murmuraciones (si la persona habla dormida), la mayoría de la gente permanece bastante inmóvil durante el REM (el sonambulismo ocurre en otras etapas del sueño).

Pero si hay TCSR, el REM es muy diferente: los pacientes muestran una actividad física inusual que coincide con sueños que parecen muy reales.



No está claro qué causa TCSR, pero puede aparecer a cualquier edad. Los hombres mayores son mucho más susceptibles que las mujeres y los niños (la proporción es 9:1/hombre a mujer).

El neurocientífico John Peever, de la Universidad de Toronto, Canadá, ha estado investigando un vínculo entre el TCSR y enfermedades neurológicas que parece ser recurrente en varios estudios, informa [*Science Alert*](#).

Al centrarse en el bulbo raquídeo –asociado con la formación de sueños– Peever pudo aislar un grupo específico de células que parecen ser responsables de mantener el sueño REM. Cuando las identificó en ratones, logró hacer transitar rápidamente a los animales entre el sueño REM y el no REM, solamente activando y desactivando las células.

Luego observó que este grupo de células estaba dañado en humanos con TCSR, lo que es importante porque este daño también parece estar relacionado con el inicio de enfermedades neurológicas.

Aunque los resultados de Peever son sólo preliminares y aún no han sido revisados por pares, son similares a los de otros estudios. Desafortunadamente para los pacientes con TCSR, los porcentajes son increíblemente altos. Por ejemplo, un estudio de 2013 que incluyó a 44 pacientes con TCSR, reveló que el 82% de ellos había desarrollado trastornos neurológicos dentro de los 10 años de observación.

Peever dice que su trabajo no sólo ha apoyado a los anteriores, sino que al identificar el daño en el grupo de células como un desencadenante de trastornos neurológicos, ha **sustituido la correlación por la causalidad**.

«Nuestra investigación sugiere que los trastornos del sueño pueden ser una señal de alerta temprana para las enfermedades que pueden aparecer unos 15 años más tarde en la vida», señala Peever, citado en *Science Alert*.

Se necesita más investigación en este campo, para averiguar qué es lo que está pasando aquí exactamente, pero este estudio ofrece evidencia bastante sólida para saber por qué clase de sueños hay que preocuparse.

Los resultados preliminares del trabajo de Peever fueron presentados esta semana en la [Reunión Canadiense de Neurociencia](#), en Montreal.

El Ciudadano

Fuente: [El Ciudadano](#)