

Investigadores de la Universidad de Stanford, California, han podido objetivar en un estudio realizado con ratones, c3mo la fragmentaci3n de sue3n, para lo que provocaban despertares breves muchas veces a lo largo del sue3n sin afectar a otras caracter3sticas del mismo, hac3n que los ratones no tuvieran memoria de lo que hab3n hecho antes de dormir, sin embargo los ratones a los que no se les hab3n provocado los despertares durante el sue3n, reconoc3n los lugares en los que hab3n estado antes de dormir.

Estos cient3ficos sugieren que las nuevas habilidades y la informaci3n se memorizan o se consolidan durante el sue3n y los despertares dificultan este proceso. Este hallazgo puede explicar por qu3 las personas que padecen ciertas enfermedades, por ejemplo: s3ndrome de apneas-hipopneas en sue3n, enfermedad de Alzheimer, alcoholismo, etc, en las que se producen frecuentes despertares aunque no se afecte el n3mero total de horas que duermen, a menudo tienen problemas de memoria.

<http://www.bbc.co.uk/news/health-14279123>

Rolls A, Colas D, Adamantidis A, Carter M, Lanre-Amos T, Heller HC, de Lecea L. Optogenetic disruption of sleep continuity impairs memory consolidation. Proc Natl Acad Sci U S A. 2011 Jul 25. [Epub ahead of print]

[www.pnas.org/content/early/2011/07/20/1015633108](http://www.pnas.org/content/early/2011/07/20/1015633108)