

Individuos con Enfermedad de Alzheimer y Demencias Relacionadas (EADR) a menudo duermen durante el día y están despiertos por la noche. Este horario de sueño irregular, el deambular de noche y la consiguiente carga para sus cuidadores, son la razón principal por la que las personas que sufren estas enfermedades sean internadas en centros.

Un nuevo estudio desde el Lighting Research Center en Rensselaer Polytechnic Institute se la importancia de la exposición a la luz como una opción de tratamiento viable para la reducción de los trastornos del sueño en adultos mayores y con EADR.

El estudio dirigido por Mariana Figueiro, profesora asociada de Rensselaer, estudió a 16 adultos mayores saludables y 21 adultos con EADR, y mostró que las personas con Enfermedad de Alzheimer y Demencias Relacionadas experimentaron niveles más bajos de exposición a la luz, niveles más bajos de actividad y mayor interrupción en sus ritmos circadianos naturales que los adultos mayores saludables.

Existe evidencia creciente que indica que la interrupción del ritmo circadiano por patrones irregulares de luz-oscuridad está asociada a la reducción de la calidad de vida y mayor riesgo de enfermedad.

<http://seniorresourceguide.blogspot.com.es/>

http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed?term=Figueiro%20MG%5BAuthor%5D&cauthor=true&cauthor_uid=22699845 Figueiro MG, http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed?term=Hamner%20R%5BAuthor%5D&cauthor=true&cauthor_uid=22699845 Hamner R, http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed?term=Higgins%20P%5BAuthor%5D&cauthor=true&cauthor_uid=22699845 Higgins P, http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed?term=Hornick%20T%5BAuthor%5D&cauthor=true&cauthor_uid=22699845 Hornick T, http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed?term=Rea%20MS%5BAuthor%5D&cauthor=true&cauthor_uid=22699845 Rea MS. "Field Measurements of Light Exposures and Circadian Disruption in Two Populations of Older Adults," J Alzheimers Dis. 2012 Jun 14. [Epub ahead of print]