

# sueñon

## REFERENCIA DEL ARTÍCULO (Formato Vancouver)

Circadian rhythm of wrist temperature in normal-living subjects. A candidate of new index of the circadian system. Sarabia J.A., Rol M.A., Mendiola P., Madrid J.A. Physiology & Behavior 95 (2008) 570-580.

## PERSONA QUE HACE LA SÍNTESIS

Margarita Vázquez Rodríguez

## SÍNTESIS

Estudio descriptivo basado en el análisis de datos registrados por un sensor de temperatura colocado en la parte interna de la muñeca en contacto con la piel y la información registrada por los participantes en sus diarios de sueño y alimentación.

### DISEÑO

Se incluyeron un total de 99 estudiantes voluntarios de la Escuela de Medicina y de la facultad de Biología de la universidad de Murcia. Se realizaron 3 estudios. En un primer estudio se analizaron los datos obtenidos de 21 estudiantes durante una semana de vacaciones en marzo, de otro grupo de 27 se recogieron las mismas variables pero durante una semana normal de trabajo en octubre. En el segundo estudio 31 estudiantes fueron mantenidos despiertos durante 24h manteniendo una iluminación y temperatura constantes. En el último grupo de 20 estudiantes se les instó para que durante 5 días hicieran la comida principal entre las 14.30 -15 h y dos días la retrasaran tres horas hasta las 18h.

### PARTICIPANTES

En el primer estudio ambos grupos obtuvieron datos similares de la temperatura de la muñeca que se correspondían con las variaciones producidas por el ritmo circadiano. En el segundo, el ritmo circadiano se mantuvo aunque con menor amplitud en los estudiantes que estuvieron despiertos toda la noche. En el tercer estudio, la influencia de la ingestión de alimentos en la temperatura periférica de la piel de la muñeca parece insignificante

### RESULTADOS

## QUÉ APORTA ESTE ARTÍCULO A SUEÑON

Grabaciones cronometradas de la temperatura de la piel de la muñeca usando un registrador de datos inalámbrico de bajo coste pueden ser utilizados como un índice fiable del estado del ritmo circadiano. Esto puede ser útil en el campo de la termofisiología del cuerpo humano y en el estudio de los trastornos del ritmo circadiano del sueño.

## PUNTOS ESENCIALES QUE PUEDEN SER DIFUNDIDOS EN REDES

# sueñon



09/03/2017