

## REFERENCIA DEL ARTÍCULO (Formato Vancouver)

Madrid-Navarro C, Sánchez-Gálvez R, Martínez-Nicolas A, Ros M, García J, Madrid JA, et al. Disruption of circadian rhythms and delirium, sleep impairment and sepsis in critically ill patients. Potential therapeutic implications for increased light-dark contrast and melatonin therapy in an ICU environment. *Curr Pharm Des.* 2015;21(24):3453–68.

## PERSONA QUE HACE LA SÍNTESIS

Marian Rol

## SÍNTESIS

### DISEÑO

Se trata de una revisión sobre los efectos de la constancia ambiental en las unidades de cuidados intensivos en la aparición de delirio y en la mala calidad de sueño en los pacientes ingresados en estas unidades. Incide en cómo potenciar el contraste entre el día y la noche puede ayudar a prevenir las alteraciones circadianas y sus consecuencias en este ambiente cronodisruptor.

### PARTICIPANTES

### RESULTADOS

La introducción resume la organización del sistema circadiano, la importancia de la luz como señal de entrada o puesta en hora del reloj (incluyendo la curva de respuesta de fase a este sincronizador) y de la melatonina como cronobiótico y antioxidante, así como el funcionamiento del reloj molecular.

A continuación, revisa la bibliografía existente que relaciona la cronodisrupción o pérdida de orden temporal con la aparición de delirio, de alteraciones del sueño y de sepsis.

Proporciona algunos datos sobre el nivel de intensidad en UCIs de hospitales españoles e indica los factores a tener en cuenta a la hora de aplicar una terapia luminosa así como el papel de la melatonina en el tratamiento de la sepsis.

## QUÉ APORTA ESTE ARTÍCULO A SUEÑON

Lo mejor es el último apartado que propone medidas concretas para aumentar el contraste entre el día y la noche y con ello favorecer la sincronización del sistema circadiano en las unidades de cuidados intensivos, pero que en muchos casos podrían aplicarse también a pacientes en planta.

## PUNTOS ESENCIALES QUE PUEDEN SER DIFUNDIDOS EN REDES