publicidad

La melatonina regula el sueño mejor que los somníferos

13-V-09. La industria farmacéutica trabaja en medicamentos sintéticos que incluyan esta sustancia que genera el propio cuerpo humano

La melatonina, una hormona natural que genera el propio cuerpo humano, es más efectiva para el insomnio y menos agresiva que cualquier somnífero, según una investigación llevada a cabo por los profesores del Instituto de Biotecnología del Centro de Investigación Biomédica de la Universidad de Granada, Darío Acuña-Castroviejo y Germaine Escames.

La investigación de la Universidad de Granada publicada en 'Revista de Neurología' asegura que la melatonina, una hormona que segrega la glándula pineal "es un cronobiótico de gran eficacia en el tratamiento de las alteraciones del ciclo sueño/vigilia". Los autores afirman que la melatonina endógena --la que segrega el propio organismo humano-- "desempeña un importante papel en la regulación circadiana del sueño", mientras que la melatonina exógena -administrada como fármaco- "influye sobre aspectos del sueño como su latencia y su calidad".

Administrarse adecuadamente

Los expertos hablan de la eficacia de esta sustancia para readaptar el reloj biológico incluso en personas ciegas, que no pueden servirse de la información del fotoperíodo para activar el marcapasos endógenos que segrega la melatonina por la noche.

Los expertos, según Europa Press, matizaron que la administración "debe realizarse a determinadas horas del día, en las cuales inducirá un adelanto o un retraso de fase según convenga". Por ello, los científicos destacan que "la falta de efecto de la melatonina se asocia, la mayoría de las veces, a una inadecuada administración".

Actualmente, la industria farmacéutica trabaja en medicamentos sintéticos que contengan esta sustancia. La Agencia Europea de Medicamento autorizó en el año 2007 el uso de melatonina para este tipo de terapias, tras años de debate sobre la conveniencia de esta medida.

Subir Imprimir

Lo más destacado

La melatonina, una hormona natural que genera el cuerpo humano, es más eficaz que los somníferos.

En el 2007 la Agencia Europea del Medicamento autorizó su uso.

ANUNCIOS **GOOGLE**

Melatonina

Melatonina Suiza 100% Vegetal El único Foro Sobre La Melatonina
www.melatonina.es/Melatonina

Problemas De Erección

Médicos especializados Tratamientos seguros y efectivos
www.bostonmedicalgroup.es

Problemas de erección

Información y soluciones para los problemas de erección
www.problemasdeereccion.com

Perder Peso En Definitivo

Productos de Nutricion Saludables 30 dias de garantia
www.tusaludperfecta.com

© Copyright DIARIOVASCO.COM
DIGITAL VASCA, S.A. CIF A-20677878
Camino de Portuetxe, 2. 20018 San Sebastián

vocento

Contactar / Mapa web / Aviso Legal / Política de privacidad / Publicidad / Master El Correo