

Estudio: Nuevo síntoma advierte décadas antes sobre la demencia

Científicos de la Universidad de Birmingham han identificado un síntoma de demencia que puede ocurrir varios años o incluso décadas antes de que aparezcan los problemas de memoria y pensamiento característicos de la enfermedad.

El nuevo estudio, publicado en la revista *eClinicalMedicine* (parte del proyecto Lancet Discovery Science), sugiere que las pesadillas recurrentes en la mediana edad son una señal que debería alertarnos.

“Hemos demostrado por primera vez que los sueños angustiosos o las pesadillas pueden estar relacionados con el riesgo de demencia y el deterioro cognitivo entre adultos sanos en la población general. Esto es importante porque hay muy pocos indicadores de riesgo de demencia que puedan identificarse tan pronto como en la mediana edad”, indica el doctor Abidemi Otaiku, del Centro para la Salud del Cerebro Humano de la Universidad de Birmingham.

Pesadillas y demencia

Los investigadores examinaron los datos de más de 600 hombres y mujeres adultos de entre 35 y 64 años; y 2.600 adultos de 79 años o más, residentes en EEUU. Todos los participantes estaban libres de demencia al comienzo del estudio y fueron seguidos durante un promedio de nueve años para el grupo más joven y cinco años para los participantes mayores.

Los datos se empezaron a recoger entre 2002 y 2012 y los participantes completaron una variedad de cuestionarios, incluido el Índice de calidad del sueño de Pittsburgh, que incluye una pregunta sobre la frecuencia con la que las personas experimentan pesadillas.

Estos datos se analizaron utilizando un software estadístico para averiguar si los participantes con una mayor frecuencia de pesadillas tenían más probabilidades de experimentar deterioro cognitivo y ser diagnosticados con demencia.

Con información de [La Razón](#)