

La OMS: "indica que 4 de cada 10 personas sufren trastorno del sueño"

Organización Mundial de la Salud (OMS), ha considerado como epidemia de salud pública los problemas de sueño, que pueden derivar en trastornos neurológicos y cardiovasculares. De acuerdo a datos de la organización, los problemas de sueño afectan al 40% de la población mundial, aunque solo el 5% de las personas consulta al médico por estos trastornos.

En muchos casos, el mal descanso empeoró con la pandemia de coronavirus. Un reciente estudio realizado por el Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS) de España reflejó que el 41,9% de las personas tuvo problemas de sueño, un 51,9% ha reconocido sentirse cansado o con pocas energías y el 23,4% ha sentido mucho o bastante miedo a morir a causa del coronavirus.

Infobae/ Noticiero Venevisión