

# Descubren una asociación entre trabajar por turnos y la esclerosis múltiple

**EL MEDICOINTERACTIVO.**

**Madrid (20/10/2011) - E.P.**

**La interrupción circadiana y las restricciones del sueño están asociadas con los horarios de trabajo nocturnos, estos factores perturban la secreción de melatonina e incrementan la respuesta inflamatoria, promoviendo enfermedades**

Investigadores del Instituto Karolinska, en Estocolmo (Suecia), han descubierto una asociación entre el trabajo por turnos y un mayor riesgo de desarrollar esclerosis múltiple: aquellas personas contratadas fuera del horario de trabajo antes de cumplir los 20 años podrían sufrir esclerosis múltiple debido a la interrupción de los ritmos circadianos y los patrones del sueño. Los hallazgos de este trabajo se publican esta semana en *Annals of Neurology*.

Anteriores estudios habían demostrado que el trabajo por turnos, durante la noche o rotando las horas de trabajo, incrementa el riesgo de padecer una enfermedad cardiovascular, desórdenes de la tiroides y cáncer.

La esclerosis múltiple es desorden inflamatorio autoinmune del sistema nervioso central que tiene un importante componente ambiental, por lo que investigar los factores de riesgo relacionados con el estilo de vida, como la pérdida de horas de sueño relacionada con los horarios de trabajo, es un importante objeto de estudio.

El equipo de Anna Karin Hedström, del Instituto Karolinska, analizó los datos de estudios poblacionales, uno con 1.343 casos con episodios de esclerosis múltiple y 2.900 casos de control y otro con 5.129 casos de esclerosis múltiple prevalente frente a 4.509 casos de control.

Los investigadores compararon la aparición de la esclerosis múltiple entre sujetos de estudio expuestos a un trabajo por turnos a varias edades con otras personas que nunca habían sido expuestas.

Todos los individuos estudiados vivían en Suecia y tenían edades entre los 16 y los 70 años. El trabajo por turnos fue definido como un empleo el que tiene un horario permanente o alternante entre las 21.00 horas y las 07.00 horas.

Según Hedström, este análisis reveló una significativa asociación entre el trabajo por turnos en las edades más tempranas y la aparición de la esclerosis múltiple. Dado que esta asociación se ha observado en dos estudios independientes, se está respaldando con fuerza la existencia de una verdadera relación entre el trabajo por turnos y el riesgo de enfermedad, afirma el autor.

Los resultados demuestran que, aquellas personas pertenecientes a la cohorte con episodios de esclerosis múltiple que habían trabajado por turnos fuera de los horarios normales de trabajo durante tres años o durante más tiempo antes de cumplir los 20 años, tenían el doble de riesgo de desarrollar esclerosis múltiple, en comparación con aquellas personas que nunca habían trabajado por turnos. Asimismo, los individuos de la cohorte prevalente que habían sido contratados para realizar un trabajo por turnos de adolescentes tenían algo más del doble de riesgo de sufrir una esclerosis múltiple que los sujetos que nunca habían tenido esos horarios de trabajo.

Los autores sugieren que la interrupción del ritmo circadiano y la pérdida de sueño podría jugar un papel en el desarrollo de la esclerosis múltiple. Sin embargo, el mecanismo exacto que hay detrás de este mayor riesgo sigue siendo poco claro, por lo que será necesario realizar más estudios sobre el tema.