

24 orduz lorik ez egiteak metabolismoan duen eragina ikertu dute

Lorik ez egitea eta eguna/gaua zikloa haustea asaldura metaboliko batzuekin lotzen da, esaterako, obesitatearekin eta diabetesarekin. Ondorio horiek hobeto ezagutzeko egindako ikerketa batean, 24 orduz lorik egin gabe igaro ondoren metabolito batzuen kontzentrazioa areagotu egiten dela frogatu dute. Metabolito horien artean, eragin antidepresiboa duten batzuk daude, adibidez, triptofanoa, serotonina eta taurina.

Ikerketa hamabi gizonezko gazteren metabolitoak neurtu dituzte, 24 orduko ziklo arrunt batean (loaldia barne), eta 24 orduz esna egonarazi ondoren. Datuak alderatuta, neurtutako 171 metabolitoetan ikusi dute gehienek gorabeherak izaten dituztela eguna/gaua zikloaren barruan. Ikertzaileen iritziz,

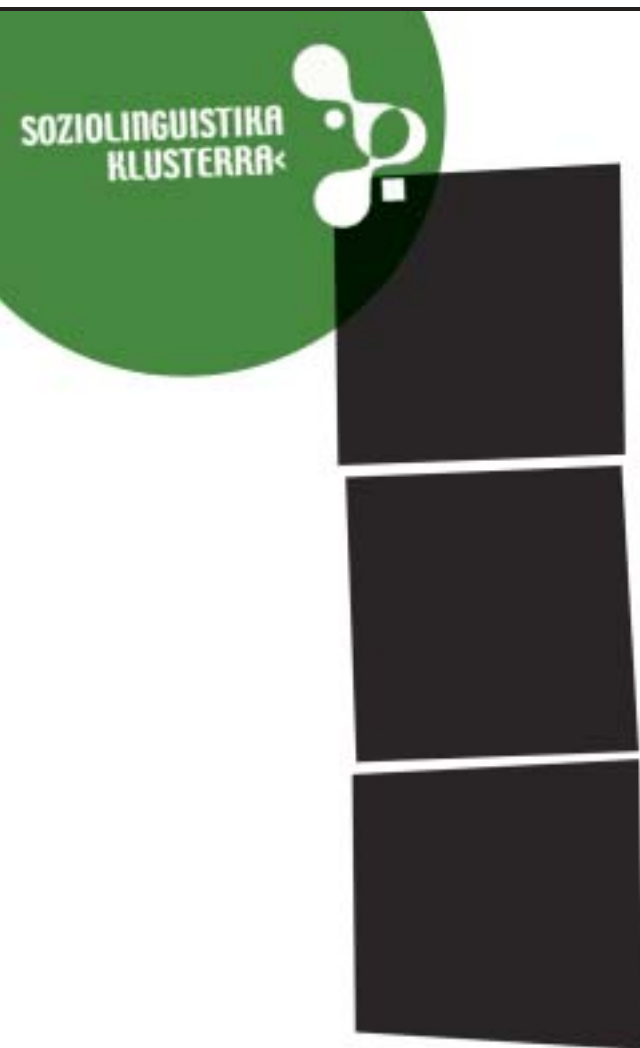
gorabehera horien berri izatea oso baliagarria da botikak noiz eta nola hartu erabakitzeke, are eraginkorragoak eta seguruagoak izan daitezke.

Horrez gain, frogatu dute 171 metabolito horietatik, 27ren maila asko igotzen dela lo-gabeziaren ondorioz, tartean, triptofanoarena, serotonina eta taurina. Ikertzaileen ustez, litekeena da hori izatea lo-gabeziak sortzen duen eragin antidepresiboaren arrazoia. Hala eta guztiz ere, hori baieztatzeko ikerketa sakonagoak beharko lirakeela onartu dute.

Surrey Unibertsitatean, Londresko Minbizi Zentroan eta Erasmus Mediku Zentroan (Herbehereak) egin dute ikerketa, elkarlanean, eta PNAS aldizkarian argitaratu dute. ●



Lo-gabeziak metabolismoan duen eragina ikertu dute. ARG.: PSYCH125/CC BY-SA-3.0.



VII. HAUSNARTU EUSKAL SOZIOLINGUISTIKA SARIAK

LANAK AURKEZTEKO EPEA

ZABALIK DA

2014ko IRAILAREN 30a BITARTEAN

Sarien helburua euskal soziolinguistika teoriko edota metodologikoaren garapena eta berrikuntza da. Era berean, euskararen inguruko soziolinguistika-arloko hausnarketa-lanak ere onartuko dira.

EDUKIAK

Euskal Soziolinguistikako lan teorikoak, teoriaren aplikaziokoak, ikerketa aplikatukoak edota saiakera-arlokoak izango dira.

Soziolinguistikaren arloari lotutakoak edo beste zientzia-arlo batzuetatik euskarara egokitutakoak (antropologiatik, historiatik, informatikatik, fisikatik e.a.).

Lanak aurretik argitaratu gabeak izango dira. Interneten argitaratutako lanak ez dira bere horretan onartuko, argitaratutzat hartuko baitira.

SARIAK

Lehenengo saria: 1.500 € eta Jose Luis Zumetaren litografia

Bigarrena saria: 1.000 €

Hirugarrena saria: 700 €

NORA BIDALI

SOZIOLINGUISTIKA KLUSTERRA > 943 592 556

kluster@soziolinguistika.org • hausnartuoziolinguistika.org

www.soziolinguistika.org/hausnartu