

¿LA MELATONINA ES EFICAZ PARA REGULAR EL SUEÑO EN LOS PACIENTES CON ENFERMEDAD DE ALZHEIMER?

Autores: María Angustias López Puerta, María Mercedes Fernández Maqueda, Francisco Jesús Fernández Maqueda. Hospital Carlos Haya. Correo electrónico: marian55_2006@hotmail.com

PALABRAS CLAVE: Medicamento, insomnio, demencia.

INTRODUCCIÓN:

El insomnio es el síntoma más frecuente en los pacientes con enfermedad de alzheimer, pudiendo existir en cualquier etapa de la enfermedad. También suelen tener un aumento de los despertares nocturnos, provocando disminución de la actividad y aumento de las siestas diurnas.

OBJETIVOS: Evaluar la eficacia de la melatonina en los trastornos del sueño en pacientes con enfermedad de alzheimer.

MÉTODO:

Búsqueda y revisión bibliográfica en diferentes bases de datos como Cuiden, Medline, Scielo y Pubmed utilizando los términos: medicamento, insomnio, demencia.

RESULTADOS:

Según nuestra revisión, encontramos un estudio en el que dos grupos eran expuestos a la luz natural de las mañanas más la administración de 5 mg de melatonina o placebo, mientras que un tercer grupo no recibía ninguna intervención. En los resultados no se encontraron diferencias significativas entre los grupos en relación al sueño nocturno. Sin embargo, hubo una mejoría significativa de la somnolencia diurna en los pacientes expuestos a la luz natural más la administración de melatonina, ya que redujeron la duración del sueño durante el día y aumentaron su actividad diurna.

En otro estudio se administro 6 mg de melatonina de liberación lenta o placebo. Cuando se dio melatonina no se obtuvo ningún efecto sobre el tiempo medio de sueño, el número de despertares o la eficiencia del sueño.

CONCLUSIONES:

Como conclusión, podemos decir que la melatonina no es efectiva para regular los trastornos de sueño en los pacientes con enfermedad de alzheimer. Si parece mejorar la somnolencia diurna cuando la melatonina se acompaña de luz solar.

BIBLIOGRAFÍA:

Dowling GA, Burr RL, Van Someren EJW, Hubbard EM, Luxenberg JS, Mastick J, et al. Melatonin and bright light treatment for rest-activity disruption in institutionalized patients with Alzheimer's disease. *American Journal of Geriatric Psychiatry* 2008; 56:239-46.

Serfaty M, Kennell-Webb S, Warner J, Blizard R, Raven P. Double blind randomised placebo controlled trial of low dose melatonin for sleep disorders in dementia. *International Journal of Geriatric Psychiatry* 2002; 17:1120-7.