

Par **Impar**

ENTREGA DE LOS “PREMIOS SUEÑOS 2008”

El sueño repercute en el desarrollo del coeficiente intelectual durante la infancia

Marta Rodríguez Sáez. Madrid

Los buenos hábitos a la hora de dormir, adquiridos durante la infancia, son de vital importancia para disfrutar de una vida sana en la edad adulta. Así lo han puesto de manifiesto los estudios galardonados ayer con los "Premios Sueños 2008", una iniciativa social sin ánimo de lucro promovida por Hospes Hotels & Moments, en colaboración con la Sociedad Española de Sueño (SES) y Aldeas Infantiles SOS.



Francisco Javier Puertas, presidente de la SES; Eduard Estivill; Antonio Pérez Navarro, consejero delegado de Hospes; y Juan Belda, presidente de Aldeas Infantiles SOS.

En primer premio se le concedió al estudio de la asociación entre los patrones de duración del sueño y el funcionamiento cognitivo y conductual al inicio del colegio. Según explicó Eduard Estivill, coordinador de la Unidad de Sueño del **Hospital General de Catalunya**, los investigadores descubrieron que los niños que duermen mal, en comparación con los que duermen bien, son niños que llegan a un coeficiente intelectual inferior al que hubiesen podido llegar si hubiesen dormido correctamente.

En esta misma línea, el segundo trabajo premiado demuestra que la anemia por déficit de hierro durante la infancia, se asocia a una alteración de la duración de las distintas fases del sueño de los niños.