



Universidad de Granada

Científicos presentan un nuevo dispositivo capaz de diagnosticar trastornos del sueño en el hogar

20/11/2018

Actualidad

El desequilibrio entre el estilo de vida y los ciclos de luz natural se ha convertido en una epidemia. Se duerme menos de siete horas por noche, unas dos horas menos que hace un siglo, según el Centro para el Sueño y la Cognición de la Facultad de Medicina de Harvard. Entre un 20 y 48 por ciento de la población adulta sufre, en algún momento de su vida, dificultad para iniciar o mantener el sueño y menos del 30% busca ayuda de un profesional.



[Seguir leyendo](#)