

REUNIÓN GRUPO DE TRABAJO DE CRONOBIOLOGÍA
REALIZADA EL VIERNES 13 DE MARZO DE 2015 EN LLEIDA

Asistentes:

1. Eduard Estivill
2. Juan Antonio Madrid Pérez
3. Javier Albares
4. María José Martínez Madrid
5. Francesc Segarra
6. Lourdes Guerra Martín
7. María José Jurado Luque
8. Sandra Giménez Badia
9. Francesca Cañellas
10. Ruben Rial
11. Antonio Gamundí Gamundí

Orden y acta del día:

1. Organización del grupo:

a. Renovación de coordinador y secretariado del grupo. Tal y como se estableció en la reunión de grupo llevada a cabo en 2014 en San Sebastián, durante esta última reunión se procedió a modificar la composición de la Junta Directiva del grupo de trabajo, quedando constituida por las personas que a continuación se relacionan, y que aceptaron los cargos para los que han sido elegidos:

Coordinador:

D. Javier Albares Tendero. Responsable Investigación y Ensayos Clínicos en Clínica del Sueño Estivill. Email: albares@doctorestivill.es Teléfono: 687738533

REUNIÓN GRUPO DE TRABAJO DE CRONOBIOLOGÍA
REALIZADA EL VIERNES 13 DE MARZO DE 2015 EN LLEIDA

Secretaria:

D^a. María José Martínez Madrid. Laboratorio de Cronobiología. Universidad de Murcia. Prevención de la Cronodisrupción en el trabajo a turnos. Email: mj.martinezmadrid@um.es Teléfono: 652200542

b. Recordamos la necesidad de que el grupo de trabajo tenga su propio espacio en la página web de la SES donde poder colgar los boletines periódicos e informaciones sobre la actividad del grupo. Hasta la fecha no encontramos este sitio en la web: http://www.ses.org.es/grupos_trabajo.html . Quedamos a la espera de que algún miembro del grupo que pueda lo comunique a la SES.

c. Como medio de comunicación e intercambio de documentos entre los miembros del grupo se propone la creación de una carpeta en Google Drive para ir colgando las distintas actividades y notas de prensa que cada uno vayamos consiguiendo. Ya he creado una carpeta compartida denominada “GT Cronobiología y sueño”, a la que he invitado a todos los miembros, si me he dejado a alguien pido perdón y por favor, hacedme llegar el correo y lo añadido.

d. Incluimos un nuevo miembro al grupo de trabajo: Lourdes del Hospital de Vitoria. Email : lourdesguerramartin@gmail.com

2. Cambio horario general de España

Respecto a este tema se trataron diversas cuestiones:

a. Se sugiere la creación del “Día de la reforma horaria /día del sueño”.

b. Proponemos que cada grupo difunda en medios de comunicación de su zona la importancia de la reforma horaria y cambio de franja horaria a la que realmente nos

REUNIÓN GRUPO DE TRABAJO DE CRONOBIOLOGÍA
REALIZADA EL VIERNES 13 DE MARZO DE 2015 EN LLEIDA

corresponde con el fin de ir concienciando a la población de la importancia de este tema. Quedó pendiente recibir el pdf con la presentación de Juan Antonio Madrid para posibles presentaciones de cada uno de los miembros del grupo.

c. Redactar carta de apoyo de la SES a la reforma horaria. Quedan encargados de la redacción de este documento Rubén, Xesca, Juan Antonio Madrid y M^a José.

3. Documentos.

a. Se recuerda que se encuentra concluido el documento de Retraso de Fase, por lo que ya está disponible para colgar en la web de la SES y enviar a alguna revista científica. Queda encargada de esta tarea Sandra.

b. Queda pendiente que cada miembro envíe al grupo, a través de Google Drive lo publicado en medios, para que nos sirva de apoyo a todos, y para que pueda ser subido al espacio del grupo en la web de la SES.

4. Sueño en centros educativos:

a. Se propone pasar encuestas de sueño en niños y adolescentes con el fin de obtener una muestra representativa de la situación actual en España y poder realizar estudios poblacionales en colegios y Universidades. Coordina Javier Albares.

b. Por otro lado se pretenden llevar a cabo proyectos para promover la formación de docentes, padres y madres en materia de sueño, con el fin de mejorar el rendimiento de los alumnos y disminuir el porcentaje de fracaso escolar. Quedamos a la espera de que Gonzalo Pin nos envíe información sobre su experiencia en este proyecto.

5. Nuevas herramientas. El Laboratorio de Cronobiología de la Universidad de Murcia dispone de una plataforma virtual para el análisis de ritmos biológicos así como de un nuevo

REUNIÓN GRUPO DE TRABAJO DE CRONOBIOLOGÍA
REALIZADA EL VIERNES 13 DE MARZO DE 2015 EN LLEIDA

dispositivo que integra sensores de temperatura corporal, actividad motora, posición corporal, temperatura ambiental y distintos canales de luz, que podrían ser de interés para los componentes del grupo, de hecho ya hay varios miembros utilizando estas herramientas. Juan Antonio nos cuenta la situación de la nueva plataforma y dispositivos de análisis de ritmos.

a. Plataforma online Kronowizard

<https://kronowizard.um.es/kronowizard/inicio.seam>

b. Dispositivo Kronowise

c. Aplicación móvil, que es presentada en uno de los pósteres de esta reunión

Lleida, 13 de Marzo de 2015