

**REUNIÓN GRUPO DE TRABAJO DE CRONOBIOLOGÍA**  
**REALIZADA EL VIERNES 1 DE ABRIL DE 2016 EN VALLADOLID**

**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. Beatriz Rodriguez
10. Odile Romero
11. Trinidad Cambras
12. Antoni Díez
13. Gonzalo Pin
14. Carla Estivill
15. Milagros Merino Andreu

**Orden y acta del día:**

**1. Presentación de Juan Antonio Madrid**

a. En primer lugar Juan Antonio Madrid nos contó en qué situación estaba la **plataforma de análisis de datos Kronowizard** <https://kronowizard.um.es>, la cual se encuentra trabajando a pleno rendimiento con más de 2600 informes realizados de pacientes y voluntarios desde 15 días de edad hasta centenarios. A día de hoy el grupo de Cronobiología de la Universidad de Murcia se encuentra trabajando en la adaptación de esta plataforma para distintos equipos disponibles en el mercado además del equipo Kronowise, como son Actiwatch y GENEActiv. Además nos mostró un informe automático de la plataforma.

Adjunto un informe de uno de los centenarios registrados recientemente para que podáis ver la información que nos ofrece.

## REUNIÓN GRUPO DE TRABAJO DE CRONOBIOLOGÍA

REALIZADA EL VIERNES 1 DE ABRIL DE 2016 EN VALLADOLID

b. Seguidamente Juan Antonio nos mostró la nueva **página web** del grupo Cronolab que estará disponible en breve, os pasaré el enlace en cuanto esté. Donde podemos encontrar una pestaña llamada “El taller del relojero”, en esta podemos realizar diversos test de somnolencia, calidad de sueño, y entre ellos el “Test de los tres tiempos” realizado por el propio grupo. Juan Antonio pidió al grupo que facilitásemos la difusión del mismo a través de la web con el fin de conseguir una BigData y poder estudiar casos globales a nivel nacional para el tema del cambio horario entre otros. En respuesta a esto Trini propone pedir datos interesantes para el cambio horario en España a Till Roenneberg, de lo cual queda ella encargada.

c. **Revista “Avances en Cronobiología”**. Juan Antonio nos cuenta la nueva iniciativa del grupo de crear una revista internacional e interdisciplinaria creada por el Laboratorio de Cronobiología de la Universidad de Murcia centrada en el estudio tanto básico, como clínico y aplicado de los ritmos biológicos en los seres vivos. Esta revista acepta trabajos en inglés, pero promueve también la utilización del castellano como lengua científica con el fin de difundir de forma más eficaz los trabajos de investigación. En ella se propone publicar los abstract de las futuras reuniones de la SES, propuesta que llevó Javier Albares a la reunión de coordinadores de grupo llevada a cabo el 02 de Abril en Valladolid. La revista se encuentra aceptada en la Universidad de Murcia a falta de establecer el equipo de revisores, para el cual se contará con la participación de los integrantes que estén de acuerdo de este grupo de trabajo.

d. **Nuevo equipo Kronowise**. El grupo de Cronobiología de la Universidad de Murcia ha lanzado un nuevo equipo de Monitorización Circadiana Ambulatoria del cual se adjunta el manual y características. Actualmente se encuentra en prueba y validación en colaboración con otros investigadores de este mismo grupo de trabajo. Y se espera tener la versión definitiva a la venta en Junio. Además se sigue trabajando en el mismo para poder incluir frecuencia cardiaca y *Bluetooth*.

## **2. Presentación de Gonzalo Pin**

Gonzalo nos contó la situación actual del proyecto (quedó pendiente el envío a los asistentes de la reunión de la presentación que nos mostró) que está llevando a cabo en colegios de Valencia, Turquía e Italia.

Como nos comentó son varias las pautas que están insertando en los colegios como (en rasgos muy

## **REUNIÓN GRUPO DE TRABAJO DE CRONOBIOLOGÍA**

**REALIZADA EL VIERNES 1 DE ABRIL DE 2016 EN VALLADOLID**

muy generales, no poner los exámenes los lunes, ni a primera hora, estudiar el tipo de desayuno, no dar simplemente una charla informativa, sino insertar la educación para el sueño y los buenos hábitos desde el AMPA, y en clase formando previamente a los profesores, buscar algún momento del día para la actividad física (corriendo en el patio, realizando alguna actividad en el aula), a pesar de que no tengan Educación Física ese día, además están cambiando la iluminación en los centros y está teniendo muy buenos resultados. Incluso han implicado mucho a los niños y a la familia en la participación del proyecto, por lo que han aprendido mucho más sobre todas las variables que afectan al sueño y rendimiento.

Propuesta:

Gonzalo propone extender este proyecto al máximo número de centros posibles del país. Aquellos centros interesados en el proyecto pueden ponerse en contacto con Gonzalo o acceder a la web <http://shastu.eu/>

Además propone la puesta en marcha de un proyecto piloto con equipos Kronowise para medir antes y después los ritmos de los alumnos. Propuesta que es aceptada con muchas ganas por parte del grupo de Cronobiología de la Universidad de Murcia.

### **3. Casos clínicos. Lourdes Guerra**

La doctora Lourdes Guerra del Hospital Universitario de Álava ha empezado a utilizar el nuevo equipo Kronowise KW6 de Cronolab y están obteniendo resultados muy interesantes, algunos de los cuales nos presentó en la reunión y otros fueron expuestos en comunicación oral por su compañera. Seguimos en contacto con el grupo para seguir sacando el máximo rendimiento a los registros de los pacientes.

### **4. Documentos**

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. Queda encargada de esta tarea Sandra, por lo que nos cuenta ya se ha enviado a algunas revistas, pero de momento no ha sido aceptado.

## **REUNIÓN GRUPO DE TRABAJO DE CRONOBIOLOGÍA**

### **REALIZADA EL VIERNES 1 DE ABRIL DE 2016 EN VALLADOLID**

#### **5. Reunión Coordinadores de Grupo**

El sábado 2 de Abril tuvo lugar la reunión de coordinadores de grupo a la que asistió Javier Albares como presidente del grupo de Cronobiología. Allí se trataron diversos temas:

a. Se recordó 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.

Actualmente consta el grupo [http://www.ses.org.es/grupos\\_trabajo.html](http://www.ses.org.es/grupos_trabajo.html) , aunque no hay más información. Quedamos a la espera de que algún miembro del grupo que pueda pregunte a la organización de la web de la SES cómo se gestiona ese apartado.

b. Debido a que las reuniones de la SES se celebran de forma anual se propuso que, al igual que hacen otros grupos de trabajo, se celebre una reunión de invierno, con el fin de no dejar pasar tanto tiempo y mantenernos más al día de los avances. Ya que la reunión de la SES suele celebrarse entre Marzo y Abril se propuso que nuestra reunión de invierno tuviera lugar sobre Octubre-Noviembre, y quizá un buen sitio podría ser Madrid o Valencia, pero esto queda pendiente de ser valorado.

#### **Temas que quedaron pendientes y se hablarán en la siguiente reunión de grupo:**

1. Como medio de comunicación e intercambio de documentos entre los miembros del grupo se creó una carpeta en Google Drive para ir colgando las distintas actividades y notas de prensa que cada uno vayamos consiguiendo. Simplemente quería recordarlo para que sigamos en contacto por esa vía también. 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.

#### **2. Cambio horario general de España**

Respecto a este tema quedaron diversas cuestiones por tratar:

a. En la reunión de Lleida de 2015 se propuso la creación del “Día de la reforma horaria /día del sueño”. Pero eso quedó ahí, tenemos que retomar este tema.

**REUNIÓN GRUPO DE TRABAJO DE CRONOBIOLOGÍA**  
**REALIZADA EL VIERNES 1 DE ABRIL DE 2016 EN VALLADOLID**

b. También se propuso que cada grupo difundiera en medios de comunicación de su zona la importancia de la reforma horaria y cambio de franja horaria a la que realmente nos corresponde con el fin de ir concienciando a la población de la importancia de este tema. No se comentó nada sobre los avances de cada grupo en este campo.

Valladolid, 1 de Abril de 2015