

SCIENZA

Perché dormiamo? Lo spiega uno studio della Politecnica e di atenei americani

PERCHÉ dormiamo? A svelarlo è uno studio appena pubblicato, dopo più di tre anni di lavoro, dalla rivista 'Science'. La ricerca è stata condotta dall'Università Politecnica delle Marche in collaborazione con l'Università del Wisconsin-Madison e l'Università di San Diego negli Usa sulla neurobiologia del sonno. L'uomo passa tutta la giornata a contatto con i diversi ambienti di vita e questo si ripercuote sulle sinapsi (le connessioni tra i nostri neuroni) capaci di farci apprendere senza accorgercene. Durante il giorno, quindi, le sinapsi aumentano e il sonno serve proprio per farle ritornare a livelli più sostenibili e a ricaricarci per essere pronti



il giorno seguente a nuove sinapsi e connessioni con l'ambiente. Lo studio, spiega il ricercatore dell'Univpm Michele Bellesi (nella foto), «ci ha permesso di studiare le dimensioni delle sinapsi servendoci di un microscopio elettronico 3D, abbiamo misurato e ricostruito 7mila sinapsi creando il database più grande del mondo e scoprendo che dopo il sonno queste sinapsi si riducono. «Le sinapsi sono il substrato della memoria e se tutte durante il sonno si rimpicciolissero sarebbero molti i ricordi persi nel sonno. In realtà la maggior parte delle sinapsi riduce le proprie dimensioni, ma si tratta solo di quelle piccole e medie. Le più grandi, che hanno anche le informazioni più importanti, non si riducono e rimangono stabili».

