

Disbiosi intestinale e disturbi del sonno: responsabili delle malattie cardiovascolari

Negli ultimi dieci anni, il microbioma intestinale (GM) ha progressivamente dimostrato di avere un ruolo centrale nel metabolismo umano, nell'immunità e nel rischio cardiometabolico. Allo stesso modo, i disturbi del sonno hanno mostrato un impatto sulla salute individuale e sul rischio cardiometabolico. Studi recenti sembrano suggerire relazioni multidirezionali tra GM, dieta, sonno e rischio cardiometabolico, sebbene le interazioni specifiche non siano completamente chiarite.

Abbiamo condotto una revisione sistematica seguendo la dichiarazione PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) per la segnalazione di revisioni sistematiche e meta-analisi, inclusi articoli da gennaio 2016 a novembre 2022. Per descrivere i risultati sono state utilizzate sintesi narrative. In base a questi criteri, sono stati selezionati un totale di 8 studi. I nostri risultati hanno indicato che il disturbo del sonno e/o il disturbo acuto del ritmo circadiano causato dagli spostamenti sonno-veglia hanno influenzato il GM umano, principalmente attraverso la funzionalità microbica.

Concludiamo che i disturbi del sonno dovrebbero essere visti come fattori di rischio cardiovascolare e oggetto di un intervento preventivo. Sono necessarie ulteriori ricerche e studi ben progettati per valutare completamente il ruolo della privazione del sonno nella relazione multidirezionale tra GM e rischio cardiometabolico.

FONTE

B Pala, L Pennazzi, G Nardojanni, F Fogacci, AFG Cicero, L Di Renzo, E Barbato, G Tocci. "Gut Microbiota Dysbiosis and Sleep Disorders: Culprit in Cardiovascular Diseases" *J Clin Med.* 2024 May 31;13(11):3254. doi: 10.3390/jcm13113254.