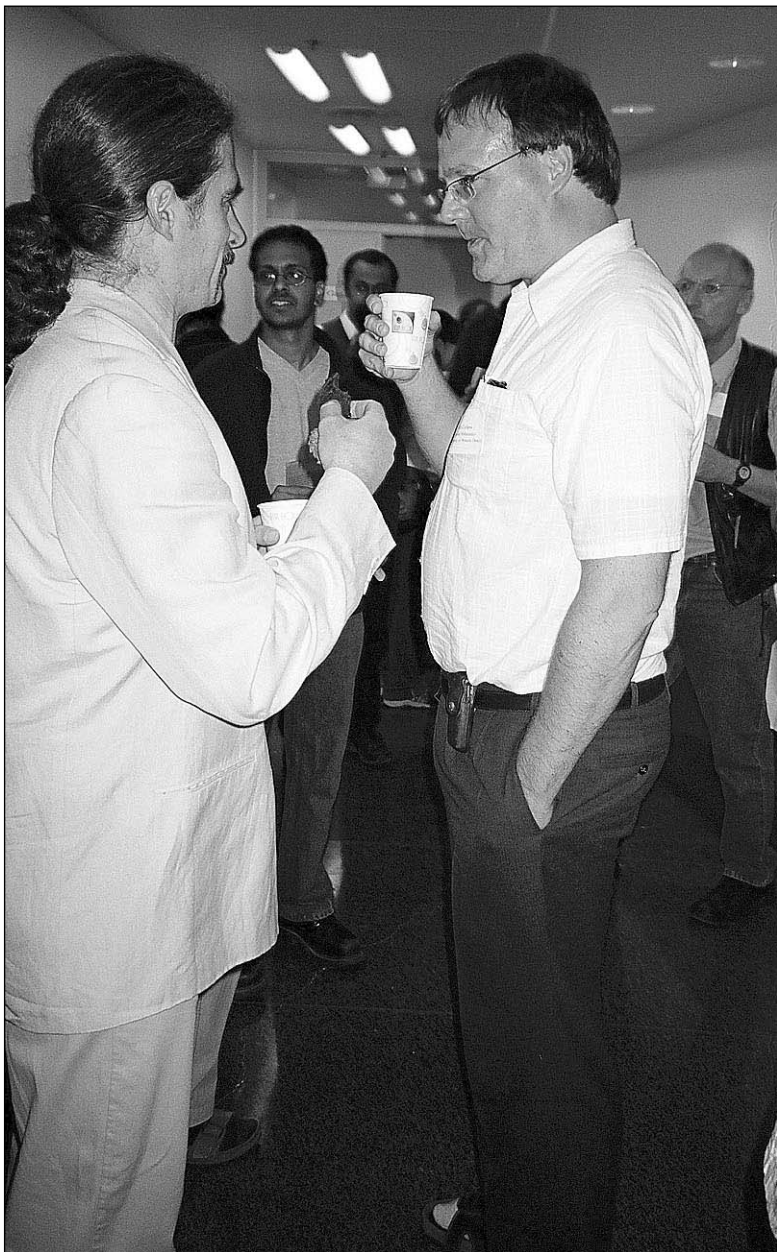


CIENCIA



Los especialistas basados en un estudio, recomiendan a los empleados tomar café antes de iniciar su jornada laboral, para prevenir los errores en sus responsabilidades.



El efecto de la cafeína ayuda a los empleados a mejorar su desempeño, especialmente a las personas que trabajan en horarios nocturno o de madrugada.

Un café ayuda a cometer menos errores en trabajo

Investigadores lo recomiendan, especialmente a las personas que tienen horario nocturno en su empresa

Disfrutar de un delicioso café podría ser una buena herramienta para mejorar la eficiencia en el trabajo. La cafeína podría prevenir errores, especialmente en las personas que trabajan por la noche o en horarios cambiantes, como los profesionales de la salud, oficinistas o los trabajadores de la industria del transporte. A dichas conclusiones llegó un estudio realizado en Gran Bretaña.

Trabajar por la noche o con turnos irregulares a veces altera

el ritmo circadiano del cuerpo, es decir las variaciones fisiológicas que ocurren naturalmente en el cuerpo en respuesta al horario del día o a la época del año. Por ejemplo, la glándula pineal segrega mayores cantidades de la hormona melatonina cuando la luz baja y se acerca la hora de dormir.

Los trastornos del ritmo circadiano tienen como síntoma principal la alteración del sueño, que genera insomnio y somnolencia. Esta situación aumenta el riesgo de cometer errores, pero según un

nuevo estudio la cafeína podría ayudar a prevenirlos.

Los investigadores utilizaron información de 13 estudios diferente que analizaron el efecto de la cafeína en la eficiencia de los trabajadores con turnos cambiantes. Los voluntarios tomaron éste compuesto en forma de café, pastillas, bebidas energizantes o comida con cafeína.

Su eficiencia en el trabajo y la tasa de error se midieron de diversas maneras, como probando su capacidad para manejar o para resolver tests neuropsicológicos. Para asegurar los resultados, todas las investigaciones trabajaron con grupos de control.



Científicos chinos descubren que las colillas de cigarrillos protegen la tubería contra la corrosión.

Usan colillas de cigarrillos para proteger tuberías de corrosión

Científicos en China encontraron un nuevo uso para las colillas de cigarrillos. Descubrieron que los químicos extraídos de estos filtros, pueden proteger de la corrosión a las tuberías de acero.

El hallazgo podría convertir el reciclaje de colillas en una opción económicamente viable, indicaron expertos.

Sobre las aceras, senderos y especialmente

en las playas, en general en cualquier lugar donde hay personas, uno encuentra inevitablemente colillas de cigarrillos.

Unos 4.5 trillones de esos restos se encuentran en el ambiente cada año. Las colillas de cigarrillos pueden conservarse intactas en el mar hasta por 15 años, aunque contienen químicos que resultan tóxicos para muchos peces.

Pero ahora, investigadores chinos aseguran que descubrieron un nuevo uso para esos químicos. Los científicos encontraron que tras sumergir en agua las colillas de cigarrillos, pudieron extraer nueve compuestos químicos diferentes, entre ellos la nicotina.

Cuando estos compuestos químicos fueron aplicados sobre un tipo de acero amplia-

mente utilizado en la industria petrolera, se encontró que eran muy efectivos en la prevención de la corrosión, incluso bajo duras condiciones.

El continuo reemplazo de tuberías de acero oxidadas, representa un importante costo para los productores de crudo en todo el mundo.

En China no hay escasez de colillas de cigarrillos.

Detectarán más rápido Alzheimer

MADRID.El Centro de Imagen Molecular (CRC CIM) de Barcelona ha recibido la autorización de la Agencia Española del Medicamento y producto Sanitario (AEMES), para realizar ensayos con un compuesto denominado 11C-PIB, para las pruebas de PET, que permitirá por primera vez realizar un diagnóstico precoz y certero de la enfermedad de Alzheimer.

Este compuesto se inyecta de forma intravenosa y, mediante la tomografía por emisión de positrones (PET), permite la detección de acumulos anormales de proteína en el cerebro, que únicamente están presentes en pacientes con este tipo de demencias.

Una vez administrado, el 11C-PIB entra en el cerebro y se une de forma selectiva a acumulos anormales de proteínas, característicos de ciertas demencias como el Alzheimer. En este proceso las imágenes obtenidas mediante el PET permiten localizar y cuantificar estos acumulos.

De este modo, según ha explicado a Europa Press Juan Domingo Gispert, director de I+D del centro, se podrá dar un diagnóstico certero del Alzheimer, lo que evitará diagnósticos erróneos, ya que, en la actualidad, "hay muchos pacientes mal diagnosticados, que pueden padecer otras demencias tratables".

Igualmente, ha señalado que la prueba está pensada principalmente para personas con antecedentes familiares de esta enfermedad, pero, que, en un futuro, "podría darse el caso de que cualquier persona se someta a ella".

Según ha recordado Gispert, actualmente no existe "un método totalmente fiable para la detección precoz del Alzheimer".

Recomiendan dar azúcar a bebés antes de vacunarlos

Los bebés deberían ingerir algo azucarado antes de recibir una inyección, para que sientan menos dolor.

Expertos de la Universidad de Toronto dijeron que los recién nacidos tienen menos posibilidades de llorar al ser vacunados, si antes han tomado alguna solución azucarada.

Tras analizar el comportamiento de 1,000 bebés al ser vacunados, los investigadores concluyeron que quienes habían ingerido glucosa tenían un 20% menos de probabilidades de llorar tras el pinchazo.

La investigación está basada en la información recogida en 14 estudios clínicos similares. Un equipo, liderado por el doctor Arne Ohlsson de la Universidad de Toronto, revisó la información referente a bebés de hasta un año de edad.

Así como estos resultados se relacionan con la glucosa, los científicos descubrieron que la ingestión de entre un par de gotas a media cucharadita de sacarosa (azúcar común) y glucosa tenían un impacto en la reducción del tiempo que los bebés lloran.



Los especialistas recomiendan dar azúcar a los bebés antes de vacunarlos, para que sientan menos dolor.

Jugos naturales mejoran nutrición

Las frutas son un alimento delicioso que beneficia la salud en todas las edades, pero sus aportes podrían ser particularmente importantes en la etapa de crecimiento.

Los niños y los adolescentes que toman jugos de frutas naturales podrían tener un mejor aporte nutricional y una dieta de más alta calidad que los chicos que toman otras bebidas, concluyeron dos nuevas investigaciones.

El jugo de frutas 100% natural tiene un rol importante en la dieta de los niños y adolescentes, ya que provee nutrientes esenciales para el período de desarrollo y crecimiento. Este alimento debería formar parte de una pauta de alimentación equilibrada", dijo Carol O'Neil, una de las autoras.

Estas conclusiones fueron el resultado de dos estudios diferentes realizados por la Universidad Estatal de Louisiana y el Colegio de Medicina Baylor (EU). Los especialistas de ambas instituciones usaron información de 2003 a 2006 recopilada por el Censo Nacional de Salud y Nutrición.

Por un lado, los investigadores informaron que los jóvenes de 2 a 18 años que no toman jugo de fruta natural podrían carecer de cantidades suficientes de nutrientes esenciales como las vitaminas A y C y el folato.