

Una buena noche de sueño y la eficacia de las vacunas frente al SARS-CoV-2

15/03/2021

La revista *The Lancet* publica un comentario acerca de la relación entre el sueño y las vacunas frente al SARS-CoV-2, tema que ya fue abordado con anterioridad en esta [web](#). A la vista de varias publicaciones que han comprobado una disminución de la respuesta inmune a varias vacunas -gripe, hepatitis A, hepatitis B- en relación a un déficit de sueño posterior a la vacunación, los autores del artículo abogan por recabar datos de los patrones de sueño previos y posteriores a la vacunación y del momento de la vacunación, para disponer de una información más concluyente para las agencias de salud pública, sanitarios, pacientes y farmacéuticas al objeto de optimizar la eficacia de las vacunas pandémicas.

Los mecanismos por los que el sueño y el momento del día en el que se recibe la vacuna afectan a la respuesta inmune podrían estar relacionados con la proliferación de los linfocitos T helper, con el aumento del interferón gamma y por el aumento de actividad de la citoquina proinflamatorias IL-12.