Leia o texto abaixo e escreva e aqui seu sublinhado em formato de tópicos, conforme explicado em nossas aulas.

**Cientistas percebem maior “renovação” do cérebro durante o sono REM**

*Em estudo com camundongos, o fluxo sanguíneo cerebral, importante para fornecer oxigênio e nutrientes, aumentou durante essa fase do sono em que acontecem os sonhos.*

Por Luisa Costa,

Publicado em 25 ago 2021

Revista SuperInteressante

O sono é um momento de descanso e recuperação. Mas o que ainda não está claro para os cientistas é como o fluxo sanguíneo cerebral, importante para remover resíduos e fornecer oxigênio e nutrientes, muda enquanto estamos dormindo. Uma equipe liderada por pesquisadores da Universidade de Tsukuba, no Japão, se dedicou a investigar isso. Em seu estudo, eles encontraram novas evidências de aumento do fluxo sanguíneo e renovação cerebral durante o sono REM: a fase em que acontecem os sonhos.

A equipe estudou camundongos durante os estados de vigília e sono, visualizando o movimento dos glóbulos vermelhos do sangue nos capilares cerebrais – vasos sanguíneos muito finos responsáveis pela distribuição e recolhimento do sangue nas células.

“Usamos um corante para tornar os vasos sanguíneos do cérebro visíveis sob luz fluorescente, usando uma técnica conhecida como microscopia de dois fótons”, explica o professor Yu Hayashi, um dos autores do estudo. Assim, a equipe pôde observar diretamente os glóbulos vermelhos nos capilares cerebrais dos camundongos.

Para identificar quando os animais estavam acordados ou dormindo, no estágio do sono REM ou não, os pesquisadores também mediram a atividade elétrica no cérebro dos camundongos.

Hayashi afirma que a equipe ficou surpresa com os resultados encontrados. “Houve um fluxo maciço de glóbulos vermelhos por meio dos capilares cerebrais durante o sono REM, mas nenhuma diferença entre o sono não REM e o estado de vigília, mostrando que o sono REM é um estado único”.

Durante os testes, os pesquisadores interromperam o sono dos camundongos algumas vezes quando eles estavam na fase do sono REM. Dessa forma, quando os animais voltassem a dormir, eles entrariam em uma espécie de REM rebote – um sono REM mais intenso, compensando a interrupção. Ao fazer isso, a equipe percebeu que o fluxo sanguíneo aumentava ainda mais, o que sugere que o fluxo sanguíneo cerebral reflete a intensidade do sono REM.

A ideia é que esses resultados ajudem em investigações futuras sobre o fluxo sanguíneo cerebral durante o sono REM e seu papel na limpeza do cérebro – o que pode levar ao desenvolvimento de novos tratamentos para doenças como Alzheimer.