Cada sujeto necesita un n&#65533;mero determinado de horas de sue&#65533;. La duraci&#65533; del sue&#65533; se ve influenciada por diversos factores como son: la estaci&#65533; del a&#65533;, el g&#65533;ero y la edad, tambi&#65533; el cronotipo, es decir si somos como las alondras, nos acostamos y levantamos temprano, o somos como los b&#65533;hos, estamos despiertos a altas horas de la noche. Un grupo internacional de investigadores, liderados por los cronobi&#65533;ogos Profesor Till Roenneberg y Dra. Allebrand han identificado este primer factor gen&#65533;ico que tiene un importante efecto en la duraci&#65533; del sue&#65533;. En el estudio han intervenido m&#65533; de 4.000 sujetos de 7 pa&#65533;es europeos. El an&#65533;isis de los datos gen&#65533;icos y de los h&#65533;itos de sue&#65533; ha permitido concluir que aquellas personas que tienen dos copias de una variante com&#65533;n del gen ABCC9 generalmente duermen significativamente menos horas que las personas que tienen dos copias de otra variante. http://medicalxpress.com/news/2011-11-abcc9-genetic-factor.html Allebrandt K V et.al. A KATP channel gene effect on sleep duration: from genome wide association studies to function in Drosophila. Molecular Psychiatry online, 22. November 2011, Doi: 10.1038/mp.2011.142