

Il tramonto e le conseguenze economico/sociali causate dal “Jet lag”. Evidenze dai confini USA nelle zone dove cambia il fuso orario

13 Marzo 2017

FBK-IRVAPP organizza il seminario con Fabrizio Mazzonna (Università della Svizzera Italiana) il prossimo 23 marzo 2017

La società attuale spinge sempre di più verso un modello H24 con una compressione del tempo dedicato al sonno e ad una alterazione dei nostri ritmi biologici. Secondo la letteratura medica la mancanza di sonno è associata a molti problemi di salute, come obesità, malattie croniche, mortalità, ecc. Tuttavia, questi studi sono spesso basati su semplici correlazioni o su studi di laboratorio che si limitano ad analizzare gli effetti di breve periodo di uno o due giorni senza riposo. In questo studio mostriamo come ridotte ma costanti restrizioni del tempo dedicato al sonno possano avere effetti negativi sulla salute e sulla produttività. **Lo studio ha analizzato i dati provenienti dagli Stati Uniti dove ci sono quattro fusi orari differenti** e al confine fra un fuso orario e l'altro c'è una discontinuità di un'ora nell'orario del tramonto. In altre parole, per le persone che vivono immediatamente ad Est del confine di un fuso orario, il tramonto sarà sempre un'ora più tardi rispetto a coloro che vivono dalla parte opposta di tale confine. Data l'importanza della luce solare nel determinare i nostri ritmi biologici, la discontinuità nell'ora del tramonto induce le persone che vivono ad Est del confine ad andare a dormire più tardi e a dormire, in media, 20 minuti di meno, perché non possono compensare andando a lavoro più tardi. **Questa costante differenza nel tempo dedicato al sonno sembra generare rilevanti differenze nel tasso di obesità, nell'incidenza del diabete e di alcune malattie cardiovascolari. Infine queste persone tendono ad essere più assenti sul lavoro e a guadagnare di meno.**

?Questo studio utilizza un disegno con regressione di discontinuità spaziale per **identificare gli effetti del disallineamento tra tempo sociale e biologico** derivante dal conflitto tra costrutti sociali quali fusi orari, orari di lavoro e le ore di luce naturale che colpisce i nostri processi fisiologici.

Titolo

Sunset Time and the Economic Effects of Social Jetlag. Evidence from US Time Zone Borders
?Il tramonto e le conseguenze economico/sociali causate dal "Jet lag". Evidenze dai confini USA nelle zone dove cambia il fuso orario
?

Speaker

Fabrizio Mazzonna
Università della Svizzera Italiana

Data

Giovedì 23 marzo 2017, ore 17:00

Luogo

FBK-IRVAPP
Vicolo Dallapiccola 12, 38122 Trento
<https://goo.gl/jyHpWN>

Lingua

il seminario sarà in lingua inglese

Contatti

FBK-IRVAPP
M
ue.kbf(ta)ppavri.aireterges
T [+39 0461 314242](tel:+390461314242) | [+39 0461 312288](tel:+390461312288)
W <http://irvapp.fbk.eu/it>

LINK

<https://magazine.fbk.eu/it/news/il-tramonto-e-le-conseguenze-economico-sociali-causate-dal-jet-lag-evidenze-dai-confini-usa-%e2%80%8b%e2%80%8bnelle-zone-%e2%80%8bdove-cambia-il-fus%e2%80%8bo-orario/>

TAG

- #evaluation of Public Policies
- #irvapp
- #ricerca
- #valutazionepolitichepubbliche

AUTORI

- Marzia Lucianer