El cerebro humano solo pesa unos 1.400 gr. un 2 por ciento de la masa corporal de un adulto. Sin embargo sus células consumen entre el 20 y el 25 por ciento de la energía del cuerpo.

En este proceso el cerebro genera grandes cantidades de residuos proteicos y biológicos potencialmente tóxicos, que el cerebro debe eliminar y reemplazarlas por otras recién sintetizadas.

**Drenaje cerebral**

 .

Experimentos han demostrado que durante el sueño el sistema glinfático retira el amiloide beta del cerebro a más del doble de velocidad que en el estado de vigilia. Aunque por el momento estas investigaciones no han ido más allá de los laboratorios de investigación, el conocimiento del sistema glinfático aporta nuevas ideas para el diagnóstico de enfermedades como el Alzheimery otros trastornos neurológicos.

**El poder del sueño**

Se ha demostrado que la expansión y la contracción del espacio intersticial son importantes tanto para la función cerebral como para la eliminación de residuos proteicos. Un nuevo estudio demostró que los canales glinfáticos aportan glucosa a las neuronas para proveerlas de energía. Los líquidos que circulan a través del dicho sistema además de retirar residuos, quizás transporten también nutrientes y otras sustancias al tejido cerebral.

Según invetigaciones el sistema glinfático retira de un cerebro sano el amiloide beta, y puede que haga lo mismo con otras proteínas como las sinucleinas, implicadas en enfermedades neurodegenerativas como, la enfermedad de parkinson, la enfermedad con cuerpos de de Lewy y la atrofiamultisistematica.

**Importancia del sistema glinfático ante enfermedades neurodegenerativas.**

Cada día el cerebro elimina unos 4 gramos de proteínas. Mediante dicho proceso se eliminan más de 100 gramos de residuos al mes y unos 1.400 gramos al año, dicha cantidad equivale al peso del cerebro.

Han descubierto que estos desechos se liberan a través de un sistema de vasos, el sistema glinfático, transporta el fluido que lo libera de las proteínas descartadas y de otros residuos que pueden agregarse y convertirse en tóxicos si no se retiran.

**¿De qué forma el cerebro se libera de los desechos?**