¿Qué pasaría si 100 personas mayores de 60 años tomaran somníferos durante más de 1 semana?

Estas **7 personas** duermen mejor, lo que significa que duermen 25 minutos más cada noche

También se despiertan una vez menos cada 2 noches

Estas **17 personas** tienen efectos secundarios y **1** de ellos puede ser serio, como una caída o un accidente de coche

Para estas **76 personas** los somníferos no tienen **NINGUN EFECTO**, ni bueno ni malo

Adaptado de Glass J et al BMJ 2005;331:1169-75