



Comunicación. Prevención y promoción de la salud

Estudio cuantitativo y cualitativo del sueño en edad pediátrica en nuestro medio. Elaboración de gráficas de percentiles representativa de nuestra población y utilidad de los cuestionarios de cribado de patología del sueño

Roberto Carlos Raynero Mellado^a, Carmen Villaizán Pérez^b, Antonio Martínez Gimeno^a

Publicado en Internet:
24-marzo-2022

Roberto Carlos Raynero Mellado:
rcraynero@gmail.com

^aFEA Pediatría y sus áreas específicas. Complejo Hospitalario Universitario de Toledo. España.

^bPediatría de Atención Primaria. CS Santa Bárbara. Toledo. España.

INTRODUCCIÓN

El sueño es un componente esencial en la vida que condiciona la salud. Los trastornos del sueño son muy prevalentes y motivo frecuente de consulta. Existe evidencia de la asociación inversamente proporcional de duración del sueño y riesgo de padecer diversas patologías. Los percentiles de duración del sueño son una herramienta fundamental para detectar a los niños en riesgo de desarrollar problemas relacionados con la privación de sueño. Las gráficas actuales (Iglowstein 2003) surgen de una muestra de 493 sujetos de Zúrich. Asimismo, los cuestionarios de cribado de patología del sueño son una herramienta fundamental para su valoración.

OBJETIVOS

- Analizar las horas de sueño de los pacientes en edad pediátrica de una comunidad autónoma y elaborar gráficas de percentiles del sueño representativas.
- Determinar la prevalencia de trastornos del sueño en nuestra población (2-14 años) utilizando cuestionarios de cribado de patología del sueño validados y determinar los trastornos del sueño más prevalentes en nuestra población.

MÉTODOS

Estudio observacional prospectivo de los niños que acudieron a la revisión de salud infantil, en la consulta de Pediatría de Atención Primaria de ocho centros de salud de una comunidad autónoma, durante un periodo de 12 meses (01/2018-01/2019). Se registró el número de horas de sueño (con el objetivo de realizar una gráfica de percentiles de nuestra

población) y se realizó un cuestionario validado de cribado de trastornos de sueño (BEARS) adaptado a la edad (considerándose positivo una puntuación ≥ 1).

Resultados

Se analizaron un total de 3016 niños en un periodo de 12 meses. Los resultados se adjuntan en los gráficos anexos.

- **Estudio cuantitativo:** los percentiles del sueño obtenidos del análisis de nuestra población difieren de forma clara de los utilizados como referencia en el sistema informático de nuestra comunidad, encontrándose nuestros rangos claramente por debajo de estos (fig. 1).
- **Estudio cualitativo:** porcentaje de pruebas patológicas: 66,2%. Ítems alterados con mayor frecuencia (en orden descendente): conciliación y mantenimiento del sueño (fig. 2).

CONCLUSIONES

Las gráficas utilizadas actualmente como referencia del sueño no son representativas de nuestra población.

El uso de gráficas originadas en nuestra población permitirá identificar de forma más eficaz aquellos pacientes con privación de sueño y, por tanto, en riesgo de desarrollar problemas secundarios a esta.

Es prioritaria la utilización de cuestionarios del sueño y el abordaje de la patología relacionada con el mismo como parte fundamental del programa de salud infantil.

CONFLICTO DE INTERESES

Los autores declaran no presentar conflictos de intereses en relación con la preparación y publicación de este artículo.

Cómo citar este artículo: Raynero Mellado RC, Villaizán Pérez C, Martínez Gimeno A. Estudio cuantitativo y cualitativo del sueño en edad pediátrica en nuestro medio. Elaboración de gráficas de percentiles representativa de nuestra población y utilidad de los cuestionarios de cribado de patología del sueño. Rev Pediatr Aten Primaria Supl. 2022;(31):e233-e234.

Figura 1. Estudio cuantitativo



Figura 2. Estudio cualitativo

RESULTADOS CUESTIONARIO BEARS → Positivo puntuación 1 o superior

PUNTAJACIÓN	EDAD EN AÑOS			
	2	4	6	12
0	19,5%	40,5%	48,3%	25%
1	52,2%	37%	26,8%	20,5%
2	17,3%	16,2%	16,6%	35,3%
3	4,4%	2,3%	3,4%	9,6%
4	6,6%	4%	3,4%	6,6%
5			1,5%	3%