Comunicación. Nutrición y obesidad

Estudio comparativo de calidad de sueño en pacientes pediátricos con sobrepeso y obesidad respecto a población con normopeso

Cristel Perdigón Martinelli[a], Ignacio Cruz Navarro[b]

[a]Servicio de Pediatría. Hospital General Universitario de Castellón. España.
[b]Pediatra. CS Montequinto. Dos Hermanas. Sevilla. España. Miembro del Grupo de Trabajo de Sueño de la AEPap.

Publicado en Internet:
24-marzo-2022

Cristel Perdigón Martinelli:
cperdim7@gmail.com

INTRODUCCIÓN

El sueño adecuado es necesario en múltiples esferas de la salud infanto-juvenil y sus alteraciones derivan en problemas tanto del neurodesarrollo como en el peso de los niños. Hay cada vez más datos a favor de que las alteraciones del sueño en pacientes con sobrepeso no son únicamente una consecuencia de los malos hábitos, sino que podrían ser incluso el origen del problema.

El objetivo de este estudio es relacionar las características cuantitativas y cualitativas del sueño de los niños con la existencia de sobrepeso.

MÉTODOS

Se realiza un estudio descriptivo transversal entre dos muestras de pacientes (sobrepeso y obesidad [SP/OB] y normopeso) recogidos desde Atención Primaria (AP) y consultas especializadas del Departamento de Salud de Castellón. Se lleva a cabo un análisis descriptivo bivariable y multivariable.

RESULTADOS

Encontramos como resultados más relevantes una mayor probabilidad de presentar sobrepeso en aquellos pacientes con menor duración del sueño nocturno respecto a su edad y en aquellos pacientes que utilizan las pantallas las dos horas previas al inicio del sueño. Los pacientes con SP/OB tienden a tener mayor alteración global del sueño sin conseguir en este estudio significación estadística. También se encuentra mayor prevalencia de alteraciones globales en ambos grupos respecto a la descrita en la literatura (**tablas 1, 2, 3 y 4**). En este sentido, según la impresión subjetiva de los padres este último fenómeno podría ser secundario a alteraciones socioemocionales vividas por los niños y sus familias durante la pandemia COVID-19 en cuyo caso sería interesante investigar más al respecto.

CONCLUSIONES

Los pediatras de Atención Primaria, en concordancia con los hallazgos de este estudio, deberíamos implicarnos más en el despistaje de problemas de sueño en los niños que presentan SP/OB, en especial en los mayores de 11 años. Asimismo, hemos de educar a las familias para que instauren unas medidas de higiene de sueño desde muy temprana edad para no propiciar la aparición del SP/OB entre otros problemas de salud. Para ello, es fundamental restringir el uso de pantallas en las horas previas al sueño y asegurar una duración adecuada del sueño nocturno instaurando unos horarios regulares sin diferencias excesivas entre días lectivos y festivos. Finalmente, sería interesante y recomendable estudiar los efectos de la pandemia sobre el sueño de los niños de todas las edades en nuestro país y objetivar si el fenómeno es comparable con los estudios realizados hasta la fecha.

CONFLICTO DE INTERESES

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

ABREVIATURAS

AP: Atención Primaria • **SP/OB:** sobrepeso/obesidad.

Cómo citar este artículo: Perdigón Martinelli C, Cruz Navarro I. Estudio comparativo de calidad de sueño en pacientes pediátricos con sobrepeso y obesidad respecto a población con normopeso. Rev Pediatr Aten Primaria Supl. 2022;(31):e109-e112.

Tabla 1. Resumen descriptivo univariable del perfil demográfico de los sujetos

Variable	N = 79
	Media (DT) / n (%) Mediana (1r, 3r Q.)
Grupo Normopeso Sobrepeso/Obesidad	 38 (48,1%) 41 (51,9%)
Edad (años)	7,96 (2,83) 8 (6, 10)
Grupo de edad <7 años 7-11 años >11 años	 28 (35,4%) 38 (48,1%) 13 (16,5%)
Sexo Varón Mujer	 41 (51,9%) 38 (48,1%)
Peso (kg)	40,1 (25,4) 28 (21,5; 54)
Talla (m)	1,32 (0,202) 1,3 (1,2; 1,44)
IMC	21,3 (8,44) 17,3 (15,7; 25,8)
Percentil (grupos) <P50 P50-89 P90-98 >=P99	 14 (17,7%) 24 (30,4%) 14 (17,7%) 27 (34,2%)

Tabla 2. Resumen descriptivo bivariable del perfil demográfico de los sujetos

Grupo	Normopeso	Sobrepeso/Obesidad	Valor *P* (OR)
n (%)	38 (48,1%)	41 (51,9%)	
Edad (años)	7,18 (2,19) 7 (6, 8)	8,68 (3,17) 8 (6, 12)	0,039
Grupo de edad <7 años 7-11 años >11 años	 16 (42,11%) 20 (52,63%) 2 (5,26%)	 12 (29,27%) 18 (43,9%) 11 (26,83%)	0,031
Sexo Varón Mujer	 17 (44,74%) 21 (55,26%)	 24 (58,54%) 17 (41,46%)	0,26 (0,58)
Peso (kg)	25,1 (6,49) 24,3 (20, 28)	54,1 (28,4) 53 (29, 76)	<0,001
Talla (m)	1,26 (0,126) 1,23 (1,2; 1,33)	1,37 (0,241) 1,39 (1,2; 1,58)	0,017
IMC	15,6 (1,28) 15,8 (14,8; 16,5)	26,5 (8,87) 24,7 (18,9; 31,1)	<0,001
Percentil (grupos) <P50 P50-89 P90-98 >=P99	 14 (36,84%) 24 (63,16%) 0 (0%) 0 (0%)	 0 (0%) 0 (0%) 14 (34,15%) 27 (65,85%)	<0,001

Tabla 3. Resumen descriptivo de la escala de alteraciones del sueño de Bruni según grupo (normopeso frente a sobrepeso/obesidad)

Grupo	Normopeso	Sobrepeso/Obesidad	Valor *P* (OR)
n (%)	38 (48,1%)	41 (51,9%)	
Progenitores con sobrepeso/obesidad			
No Sí	15 (39,47%) 23 (60,53%)	3 (7,32%) 38 (92,68%)	<0,001 (7,77)
Dif. >2 h horario sueño fin de semana/laboral			
No Sí	31 (81,58%) 7 (18,42%)	25 (60,98%) 16 (39,02%)	0,051 (2,77)
Duración total de sueño bajo			
No Sí	33 (86,84%) 5 (13,16%)	22 (53,66%) 19 (46,34%)	0,0015 (5,47)
Uso de pantallas en las 2 h previas al sueño			
No Sí	10 (26,32%) 28 (73,68%)	3 (7,32%) 38 (92,68%)	0,033 (4,31)
Rendimiento escolar bueno			
No Sí	3 (7,89%) 35 (92,11%)	12 (29,27%) 29 (70,73%)	0,021 (0,22)
Puntuación BRUNI	41,1 (8,51) 39 (35; 44,8)	45 (13,6) 43 (34,2; 49)	0,25
Alteración global del sueño (>39)			
No Sí	17 (44,74%) 21 (55,26%)	16 (39,02%) 25 (60,98%)	0,65 (1,26)
Alteración en el inicio y mantenimiento del sueño			
No Sí	8 (21,05%) 30 (78,95%)	17 (41,46%) 24 (58,54%)	0,058 (0,38)
Alteraciones del tránsito vigilia/sueño			
No Sí	21 (55,26%) 17 (44,74%)	18 (43,9%) 23 (56,1%)	0,37 (1,57)
Problemas respiratorios			
No Sí	31 (81,58%) 7 (18,42%)	31 (75,61%) 10 (24,39%)	0,59 (1,41)
Desórdenes del arousal			
No Sí	26 (68,42%) 12 (31,58%)	37 (90,24%) 4 (9,76%)	0,024 (0,24)
Somnolencia excesiva			
No Sí	30 (78,95%) 8 (21,05%)	32 (78,05%) 9 (21,95%)	1,0 (1,05)
¿Cuántas horas duerme por la noche?			
<5 h 5-7 h 7-8 h 8-9 h 9-11 h	0 (0%) 0 (0%) 0 (0%) 6 (15,79%) 32 (84,21%)	0 (0%) 0 (0%) 7 (17,07%) 11 (26,83%) 23 (56,1%)	0,0062
¿Cuánto tarda en dormirse?			
<15 min 15-30 min 30-45 min 45-60 min >60 min	21 (55,26%) 15 (39,47%) 2 (5,26%) 0 (0%) 0 (0%)	20 (48,78%) 12 (29,27%) 8 (19,51%) 0 (0%) 1 (2,44%)	0,15

Tabla 4. Análisis de variables cualitativas relacionadas con probabilidad de presentar SP/OB. Modelo de regresión logística

Variables	Coeficientes (IC 95%)	Error estándar	Valor *P*	Odds ratio
Intercepto	-3,36 (-5,49, -1,62)	0,973	<0,001	—
Sobrepeso/Obesidad progenitores	1,71 (0,394, 3,3)	0,721	0,018	5,54 (1,48, 27,2)
Alteración global sueño (Bruni >39)	1,37 (0,158, 2,73)	0,645	0,034	3,93 (1,17,15,4)
Pantallas 2 h previas	1,69 (0,258, 3,37)	0,774	0,029	5,39 (1,29, 29)
Dif. > 2 h horario sueño fin semana	1,13 (-0,123, 2,54)	0,667	0,090	3,1 (0,884, 12,7)

Sensibilidad: 56,1% • **Especificidad:** 89,5% • **AUC:** 0,81.