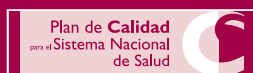


Guía de Práctica Clínica sobre Trastornos del Sueño en la Infancia y Adolescencia en Atención Primaria

Versión completa

GUÍAS DE PRÁCTICA CLÍNICA EN EL SNS
MINISTERIO DE SANIDAD, POLÍTICA SOCIAL E IGUALDAD



Agencia Lain Entralgo
para la Formación, Investigación y Estudios Sanitarios
Comunidad de Madrid

Guía de Práctica Clínica sobre Trastornos del Sueño en la Infancia y Adolescencia en Atención Primaria

GUÍAS DE PRÁCTICA CLÍNICA EN EL SNS
MINISTERIO DE SANIDAD, POLÍTICA SOCIAL E IGUALDAD



Agencia Lain Entralgo
para la Formación, Investigación y Estudios Sanitarios
Comunidad de Madrid

Esta GPC es una ayuda a la toma de decisiones en la atención sanitaria. No es de obligado cumplimiento ni sustituye el juicio clínico del personal sanitario.

Edición: 2011

Edita: Ministerio de Ciencia e Innovación

NIPO MICINN: 477-11-099-8

NIPO MSPSI: 860-11-320-6

Maquetación e impresión: www.cege.es C/Zurbano, 45. 28010 Madrid

Esta GPC ha sido financiada mediante el convenio suscrito por el Instituto de Salud Carlos III, organismo autónomo del Ministerio de Ciencia e Innovación, y la Unidad de Evaluación de Tecnologías Sanitarias de la Agencia Laín Entralgo (Comunidad de Madrid), en el marco de colaboración previsto en el Plan de Calidad para el Sistema Nacional de Salud del Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad.

Esta guía debe citarse:

Grupo de trabajo de la Guía de Práctica Clínica sobre Trastornos del Sueño en la Infancia y Adolescencia en Atención Primaria. Guía de Práctica Clínica sobre Trastornos del Sueño en la Infancia y Adolescencia en Atención Primaria. Plan de Calidad para el Sistema Nacional de Salud del Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad. Unidad de Evaluación de Tecnologías Sanitarias de la Agencia Laín Entralgo; 2011. Guías de Práctica Clínica en el SNS: UETS N.º 2009/8

Índice

Presentación	6
Autoría y colaboraciones	7
Preguntas para responder	10
Niveles de evidencia y grados de recomendaciones	12
Recomendaciones de la GPC	14
1. Introducción	22
2. Alcance y Objetivos	24
3. Metodología	25
4. Epidemiología de los trastornos del sueño	27
4.1. Prevalencia	27
4.2. Impacto de los trastornos	36
5. Conceptos y clasificaciones	39
5.1. Conceptos generales: arquitectura del sueño	39
5.2. Clasificaciones	43
6. Valoración general y medidas preventivas	49
6.1. Historia clínica completa	49
6.2. Herramientas de ayuda	52
6.3. Diagnóstico diferencial	56
6.4. Medidas preventivas	57
7. Definición, diagnóstico y tratamiento de los trastornos	60
7.1. El niño al que le cuesta dormirse	60
7.1.1. Insomnio por higiene del sueño inadecuada e insomnio conductual	61
7.1.2. Síndrome de piernas inquietas (SPI)	88
7.1.3. Síndrome de retraso de fase (SRF)	97
7.2. El niño que presenta eventos anormales durante la noche	103
7.2.1. Síndrome de apnea-hipopnea durante el sueño (SAHS)	104
7.2.2. Parasomnias: sonambulismo, terrores nocturnos o del sueño, despertar confusional y pesadillas	115
7.2.3. Movimientos rítmicos relacionados con el sueño	134
7.3. El niño que se duerme durante el día	140
7.3.1. Privación crónica del sueño	143
7.3.2. Narcolepsia	143
8. Información al paciente/familiares del paciente	149

9. Estrategias diagnósticas y terapéuticas	152
10. Difusión e implementación	161
10.1. Estrategia de difusión e implementación	161
10.2. Propuesta de indicadores	162
11. Líneas de investigación futura	164
12. Anexos	166
Anexo 1. Fisiología del sueño	166
Anexo 2. Preguntas clave	170
Anexo 2.1. Preguntas clave que nos pueden hacer sospechar trastornos del sueño	170
Anexo 2.2. Preguntas que pueden ser de utilidad para una evaluación detallada ante sospecha de un trastorno del arousal	171
Anexo 3. Nomenclatura utilizada por enfermería, en AP, para la valoración del sueño en los niños	173
Anexo 4. Percentiles de duración del sueño	176
Anexo 5. Agenda/diario de sueño-vigilia	177
Anexo 6. Instrumentos de medida de los problemas de sueño pediátricos (escalas)	178
Anexo 7. Esquema de utilización de cuestionarios para la valoración del sueño en AP	185
Anexo 8. Medidas preventivas y de higiene del sueño	186
Anexo 9. Educación para padres sobre el sueño del niño	194
Anexo 10. Medidas de resultado utilizadas para evaluar la eficacia/efectividad de las intervenciones terapéuticas	195
Anexo 11. Intervenciones psicológicas para los problemas de insomnio	196
Anexo 11.1. Extinción gradual	196
Anexo 11.2. Retraso de la hora de acostarse	197
Anexo 11.3. Despertares programados	197
Anexo 11.4. Control de estímulos para los adolescentes	197
Anexo 12. Valoración de la tolerancia de los padres a la extinción gradual	198
Anexo 13. Ritmos circadianos	199
Anexo 14. <i>Facies catapléjica</i> . Forma de estatus catapléjico localizado en músculos faciales	201
Anexo 15. Información para el paciente	201
Anexo 16. Glosario y abreviaturas	243
Anexo 17. Listado de tablas, figuras, gráficos y algoritmos	251
Anexo 18. Declaración de interés	254
13. Bibliografía	255

Presentación

Documentar la variabilidad de la práctica clínica, analizar sus causas y adoptar estrategias orientadas a eliminarla han demostrado ser iniciativas que fomentan la toma de decisiones efectivas y seguras, centradas en los pacientes, por parte de los profesionales sanitarios. Entre dichas estrategias destaca la elaboración de guías de práctica clínica (GPC), conjunto de *“recomendaciones desarrolladas de forma sistemática para ayudar a profesionales y pacientes a tomar decisiones sobre la atención sanitaria más apropiada, y a seleccionar las opciones diagnósticas o terapéuticas más adecuadas a la hora de abordar un problema de salud o una condición clínica específica”*.

El Plan de Calidad 2010 para el Sistema Nacional de Salud (SNS) pretende responder a los retos que tiene planteados el SNS, incrementando la cohesión del sistema, garantizando la equidad en la atención sanitaria a los ciudadanos, con independencia del lugar en el que residan y asegurando que esta atención sea de la máxima calidad. Entre sus objetivos figura el impulso a la elaboración y uso de GPC vinculadas a las Estrategias de salud, consolidando y extendiendo el Proyecto Guía-Salud. En este contexto se enmarca la presente **GPC sobre Trastornos del Sueño en la Infancia y Adolescencia en Atención Primaria**.

El sueño juega un papel fundamental en muchas esferas del desarrollo infantil tales como la conducta, el rendimiento escolar y el crecimiento. Las alteraciones del sueño en la edad pediátrica son frecuentes y, a diferencia de lo que ocurre generalmente en la edad adulta, afectan también y de manera intensa a la calidad de vida del entorno familiar del niño y no sólo a su propio desarrollo.

Las alteraciones del sueño en la infancia y adolescencia, de etiología multifactorial, se pueden presentar como dificultades para iniciar o mantener el sueño, conductas anómalas durante el sueño o una somnolencia diurna excesiva. La presente Guía de Práctica Clínica responde a preguntas clínicas concernientes a estos tres aspectos y se dirige, principalmente, a los Pediatras de Atención Primaria y Médicos de Familia con el objetivo de dotarles de las herramientas apropiadas de abordaje y tratamiento de estas situaciones así como de facilitarles pautas de coordinación con el ámbito de Atención Especializada.

Esta guía es el resultado del gran esfuerzo realizado por un grupo de profesionales sanitarios procedentes de distintas Comunidades Autónomas, profesionales de la Unidad de Evaluación de Tecnologías Sanitarias y otros departamentos de la Consejería de Sanidad de Madrid y representantes de familiares de pacientes afectados por este tipo de trastornos.

Desde la Agencia de Calidad agradecemos a todos ellos el trabajo realizado y les felicitamos por esta GPC que esperamos permita a los profesionales sanitarios mejorar la atención de niñas, niños y adolescentes que presentan alteraciones del sueño, favoreciendo así la mejora en su calidad de vida y en la de sus familiares y cuidadores.

CARMEN MOYA GARCÍA
Directora General de la Agencia de Calidad del SNS

Autoría y colaboraciones

Grupo de trabajo de la GPC sobre Trastornos del Sueño en la Infancia y Adolescencia en Atención Primaria

M^a Ángeles Abad Blasco, familiar de paciente, Zaragoza

Cristina Abad Sanz, enfermera. Centro de Salud José M^a Llanos, Madrid

Petra Díaz del Campo Fontecha, socióloga. Unidad de Evaluación de Tecnologías Sanitarias (UETS). Agencia Laín Entralgo. Consejería de Sanidad, Madrid

Elena Díaz Gállego, psicóloga. Unidad del Sueño. Clínica Ruber, Madrid

Javier Gracia San Román, médico medicina preventiva y salud pública. Unidad de Evaluación de Tecnologías Sanitarias (UETS). Agencia Laín Entralgo. Consejería de Sanidad, Madrid

María Inés Hidalgo Vicario, pediatra. Centro de Salud Barrio del Pilar, Madrid

Margarita Machín Peñate, psicóloga/orientadora. Equipo de Atención Temprana de Hortaleza. Consejería de Educación, Madrid

Pilar Marin Orzanco, enfermera pediátrica. Centro de Salud Barrio del Pilar, Madrid

Francisca Menchero Pinos, pediatra. Centro de Salud Jose M^a Llanos, Madrid

Milagros Merino Andreu, neurofisióloga. Hospital Universitario La Paz, Madrid

Marta Nieto Alonso, psicóloga, representante de pacientes. Asociación Española del Sueño, Zaragoza

Beatriz Nieto Pereda, médico medicina preventiva y salud pública. Unidad de Evaluación de Tecnologías Sanitarias (UETS). Agencia Laín Entralgo. Consejería de Sanidad, Madrid

Gonzalo Pin Arboledas, pediatra. Unidad de Sueño Hospital Quirón, Valencia

Francisca Romero Andújar, neumóloga pediátrica. Hospital Universitario Niño Jesús, Madrid

Ramón Ugarte Libano, pediatra. Centro de Salud Olaguibel, Vitoria-Gasteiz, Alava

Coordinación

Francisco Javier Gracia San Román y Petra Díaz del Campo Fontecha, técnicos de la Unidad de Evaluación de Tecnologías Sanitarias (UETS), Madrid

Colaboradores expertos

María Luz Alonso Álvarez, neumóloga.
Unidad de Sueño del Complejo Asistencial de Burgos, Burgos

Ricard Gènova Maleras, demógrafo. Servicio de Informes de Salud y Estudios.
SG de Promoción de la Salud y Prevención. DG de Atención Primaria.
Consejería de Sanidad, Madrid

Mercedes Guerra Rodríguez, documentalista. Unidad de Evaluación de Tecnologías Sanitarias (UETS). Agencia Laín Entralgo. Consejería de Sanidad, Madrid

Amalia Lluch Roselló, pediatra. Centro de Salud Ingeniero Joaquín Benlloch, Valencia

Oscar Sans Capdevila, neurofisiólogo. Hospital Sant Joan de Déu, Esplugues, Barcelona

Revisión externa

Jesús Alonso Fernández, médico de familia. Centro de Salud Valdebernardo, Madrid

Isabel Aranda y Domingo Estevez, familiares de paciente, Madrid

José Casas Rivero, pediatra. Hospital Universitario La Paz, Madrid

Luis Dominguez Ortega, médico de familia. Clínica Ruber, Madrid

Rosa Hernández López, médico de Familia. Centro de Salud Sector III (Getafe), Madrid

Jose Antonio Municio, otorrino.
Hospital Clínico Universitario de Cruces (Barakaldo) Bizkaia

M^a Teresa Muñoz de la Montaña, enfermera.
Centro de Salud Badajoz Centro, Badajoz

Narcisca Palomino Urda, pediatra. Centro de Salud Las Flores, Granada

Montserrat Pàmias Massana, psiquiatra infantil.
Hospital Universitari Consorci Parc Taulí, (Sabadell) Barcelona

Pablo Pascual Pascual, médico de familia. Centro de Salud Azpilagaña, Pamplona

M^a Jesús Puente Barral, médico de Familia. Centro de Salud Santa Mónica,
Rivas-vaciamadrid, Madrid

Pedro Javier Rodríguez, pediatra-psiquiatra.
Hospital de Día Infantil y Juvenil Diego Matías Guigou y Costa. Hospital Universitario
Ntra. Sra. de Candelaria, Tenerife

Pilar Vich Pérez, médico de familia. Centro de Salud Los Alpes, Madrid

Miguel Tomás Vila, neuropediatra, Hospital Universitari i Politècnic La Fe, Valencia

Agradecimientos

M^a Dolores Gómez Fernández, Unidad de Evaluación de Tecnologías Sanitarias (UETS),
apoyo administrativo y labor editorial

Sociedades colaboradoras

Esta GPC cuenta con el respaldo de las siguientes sociedades:

Asociación Española de Pediatría, **AEP**

Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria, **AEPap**

Asociación Española de Psicología Conductual, **AEPC**

Asociación Española del Sueño, **ASENARCO**

Sociedad Española de Medicina de la Adolescencia, **SEMA**

Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria, **SEMergen**

Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria, **SEMFYC**

Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia, **SEMG**

Sociedad Española de Neurología Pediátrica, **SENEP**

Sociedad Española de Neurofisiología Clínica, **SENFCL**

Sociedad Española de Neumología pediátrica, **SENP**

Sociedad Española de Otorrinolaringología, **SEORL**

Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica, **SEPAR**

Sociedad Española de Pediatría Extrahospitalaria y Atención Primaria, **SEPEAP**

Sociedad Española del Sueño, **SES**

Declaración de intereses: Todos los miembros del Grupo de Trabajo, así como las personas que han participado en la colaboración experta y en la revisión externa, han realizado la declaración de interés que se presenta en el Anexo 18.

Preguntas para responder

CONCEPTOS Y CLASIFICACIONES

1. ¿Cuáles son los conceptos generales sobre el sueño?
2. ¿Cuáles son las características clínicas generales del sueño?
3. ¿Cuál es la clasificación de los trastornos del sueño?

VALORACIÓN GENERAL Y MEDIDAS PREVENTIVAS

4. ¿Cómo debe evaluarse el sueño en la consulta de AP?
5. ¿Existen preguntas clave que puedan ayudar a los profesionales de Atención Primaria a detectar los trastornos de sueño en la entrevista con los padres/cuidadores/niños/adolescentes?
6. ¿Qué pruebas o herramientas podemos utilizar para la valoración general del sueño en el niño y adolescente en AP?
7. ¿Cuáles son las pruebas complementarias que tener en cuenta?
8. ¿Cuáles son los diagnósticos diferenciales que tener en cuenta?
9. ¿Existen medidas preventivas para los trastornos del sueño?

DEFINICIÓN, DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO DE LOS TRASTORNOS DEL SUEÑO

10. ¿Qué es el insomnio por higiene del sueño inadecuada?
11. ¿Qué es el insomnio conductual?
12. ¿Qué es el síndrome de piernas inquietas?
13. ¿Qué es el síndrome de retraso de fase del sueño?
14. ¿Qué es el síndrome de apnea/hipopnea del sueño?
15. ¿Qué es el sonambulismo?
16. ¿Qué son los terrores del sueño o terrores nocturnos?
17. ¿Qué son los despertares confusionales?
18. ¿Qué son las pesadillas?
19. ¿Qué son los movimientos rítmicos?
20. ¿Qué es la somnolencia diurna excesiva o hipersomnia?
21. ¿Cómo se clasifican las hipersomnias?
22. ¿Cuál es la causa más frecuente de la somnolencia diurna excesiva?
23. ¿Qué es la narcolepsia?

24. ¿Cuál es la definición más adecuada para estos trastornos específicos?
25. ¿Cuál es la etiología de estos trastornos?
26. ¿Existen factores condicionantes de estos trastornos: fisiológicos, psicofisiológicos, psicológicos, ambientales (contexto familiar)?
27. ¿Cuáles son los criterios clínicos de sospecha para estos trastornos?
28. ¿Cuáles son los criterios diagnósticos para estos trastornos?
29. ¿Cómo se clasifican?
30. ¿Cuáles son los diagnósticos diferenciales que tener en cuenta?
31. ¿Existen preguntas clave que puedan ayudar a los profesionales de Atención Primaria a detectar estos trastornos en la entrevista con el paciente/padres/cuidadores?
32. ¿Qué pruebas o herramientas podemos utilizar para el diagnóstico de estos trastornos en AP?
33. ¿Cuáles son los criterios para derivar a Atención Especializada?
34. ¿Cuáles son los tratamientos efectivos para estos trastornos en Atención Primaria?
35. ¿Cuáles son los tratamientos autorizados en la población pediátrica?
36. ¿Cuáles son las intervenciones psicológicas más efectivas para estos trastornos?
37. ¿Cuándo están indicados los fármacos para estos trastornos?
38. ¿Existen medidas preventivas de estos trastornos?

INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN AL PACIENTE

39. ¿Cuál es la información básica que se debe proporcionar a los familiares y pacientes con trastornos del sueño?
40. ¿Cómo se puede conseguir un mejor cumplimiento/adherencia en el tratamiento de los trastornos del sueño en la infancia y adolescencia?

ESTRATEGIAS DIAGNÓSTICAS Y TERAPÉUTICAS

41. ¿Cuáles son los pasos que seguir ante un niño o adolescente con trastornos del sueño?

Niveles de evidencia y grados de recomendaciones

Tabla 1. Niveles de evidencia científica y grados de recomendación de SIGN

ERROR: undefined
OFFENDING COMMAND: get

STACK:

/0
-dictionary-
1