



Estudio cuantitativo del sueño y elaboración de gráficas de percentiles representativa de la población en edad pediátrica en nuestro medio

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

^aFEA Pediatría y sus Áreas Específicas. Hospital Virgen de la Salud. Complejo Hospitalario Universitario de Toledo. Toledo. España • ^bPediatra. CS de Santa Bárbara. Toledo. España.

Publicado en Internet:
14-febrero-2020

INTRODUCCIÓN

El sueño es un componente esencial en la vida que condiciona la salud de la población. Los trastornos del sueño son muy prevalentes y motivo frecuente de consulta. Existe evidencia de la asociación inversamente proporcional de la duración del sueño y riesgo de padecer diversas patologías asociadas. Los percentiles de duración del sueño son una herramienta fundamental para detectar 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.

OBJETIVO

Analizar las horas de sueño de los pacientes en edad pediátrica de una comunidad autónoma y elaboración de gráficas de percentiles del sueño representativas de esta 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 (de enero de 2018 a enero de 2019). Se registró el número de horas de sueño en el programa de salud infantil, sumando las horas diurnas y nocturnas. A cada suma se asoció un percentil según gráficas utilizadas como referencia en nuestro sistema informático. Se analizaron los datos según diferentes rangos de edad para la elaboración de una gráfica de percentiles mediante el programa Microsoft Excel 2017.

RESULTADOS

Se analizaron un total de 1173 niños en un periodo de 12 meses. 183 niños de seis meses, 201 niños de 12 meses, 226 niños de dos años, 222 niños de cuatro años, 205 niños de seis años y 136 niños de 12 años. Los resultados se muestran en la Fig. 1. Los percentiles del sueño obtenidos del análisis de nuestra población difieren de forma clara de los utilizados como referencia en nuestro sistema informático de nuestra comunidad, encontrándose nuestros rangos claramente por debajo de los mismos.

CONCLUSIONES

Las gráficas utilizadas actualmente como referencia del sueño no son representativas de nuestra población. Posiblemente existan diferencias culturales, geográficas y generacionales.

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 la misma.

Esta gráfica de percentiles es un modelo extrapolable a otras poblaciones pediátricas.

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 del sueño y elaboración de gráficas de percentiles representativa de la población en edad pediátrica en nuestro medio. Rev Pediatr Aten Primaria Supl. 2020;(28):147-8.

Figura 1. Percentiles de duración total de sueño en nuestro medio

