



Viernes 1 de febrero de 2013
Seminario:
Novedades en sueño: guía de práctica clínica y melatonina

Moderador:

Ignacio Cruz Navarro

Pediatra. Miembro del Grupo de Sueño de la AEPap. CS de Montequinto. Dos Hermanas, Sevilla.

Ponente/monitor:

■ **Gonzalo Pin Arboledas**

Unidad de Pediatría Integral Q Valencia (UPIQy). Unidad Valenciana del Sueño. Coordinador Hospital Quirón. Valencia.

Textos disponibles en
www.aepap.org

¿Cómo citar este artículo?

Cruz Navarro I. Novedades en sueño: guía de práctica clínica sobre trastornos del sueño en la infancia y adolescencia en Atención Primaria. Melatonina: indicaciones de su uso en Atención Primaria. Introducción. En AEPap ed. Curso de Actualización Pediatría 2013. Madrid: Exlibris Ediciones; 2013. p. 227-8.

Novedades en sueño: guía de práctica clínica sobre trastornos del sueño en la infancia y adolescencia en Atención Primaria. Melatonina: indicaciones de su uso en Atención Primaria. Introducción

Ignacio Cruz Navarro

Pediatra. Miembro del Grupo de Sueño de la AEPap. CS de Montequinto. Dos Hermanas, Sevilla.
ignaciocruznav@gmail.com

Los problemas de sueño en la infancia y la adolescencia, son motivos de consulta muy frecuentes en Atención Primaria. Su importancia radica, tal y como ya señalaban Mindell y Owens en el año 2003, en el siguiente decálogo:

1. Son comunes en niños y adolescentes.
2. En muchas ocasiones, tienen un carácter crónico.
3. Tienen tratamiento.
4. Son prevenibles.
5. Tienen impacto sobre la familia.
6. Constituyen una de las quejas más comunes de las familias.
7. El sueño de calidad es necesario para el correcto funcionamiento y desarrollo de los niños.
8. El sueño afecta el desarrollo físico, emocional, cognitivo y social de los niños.
9. La coexistencia de trastornos de sueño exacerban otro tipo de problemas médicos, psiquiátricos, de desarrollo y psicosociales.
10. El sueño es un asunto de salud pública.

Se estima que en el año 2006 la población española menor de 15 años soportó una carga de enfermedad por trastornos no orgánicos del sueño (F51 de la CIE-10) equivalente a 322 años de vida perdidos.

Un buen número de las demandas debidas a estos cuadros clínicos podrían resolverse en la consulta de Atención Primaria, por lo que los profesionales de este nivel asistencial jugamos un papel clave en la detección y manejo de estos trastornos.

Es por ello fundamental facilitar herramientas a los pediatras de Atención Primaria para afrontar estos trastornos disminuyendo la variabilidad tanto en su abordaje diagnóstico como en el terapéutico. Con esta vocación nace la Guía de Práctica Clínica sobre Trastornos del Sueño en la Infancia y Adolescencia en Atención Primaria.

El objetivo principal de esta guía es orientar a los profesionales sanitarios del ámbito de Atención Primaria en el reconocimiento de los problemas y trastornos del sueño en la infancia y adolescencia, y sobre todo, en la selección de las mejores recomendaciones basadas en la evidencia científica disponible.

Su carácter eminentemente práctico y orientado a la consulta se aprecia desde la formulación de las preguntas que la Guía se plantea responder, hasta en la emisión de las recomendaciones organizadas según grados y niveles de evidencia.

En la elaboración de la Guía han colaborado distintas Sociedades Científicas y Asociaciones de Pacientes: Asociación Española de Pediatría (AEP), Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPap), Sociedad Española del Sueño (SES), 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 (SENEFC), 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 de Atención Primaria (SEPEAP) y Asociación Española de Psicología Conductual (AEPC).

En este Seminario se intentará hacer un repaso general a la Guía de Práctica Clínica mediante las respuestas que ofrece a las preguntas que con mayor frecuencia nos hacemos los pediatras de Atención Primaria sobre los trastornos del sueño de nuestros pacientes.

Dentro del limitado arsenal terapéutico del que disponemos los pediatras de Atención Primaria para el manejo de los trastornos del sueño de nuestros pacientes, en los últimos tiempos ha adquirido un papel estelar la melatonina.

Esta sustancia descubierta por Lerner en 1958, se sintetiza fundamentalmente en la glándula pineal durante las horas sin luz solar. Constituye un agente cronobiológico de primer orden, además de ejercer múltiples funciones en prácticamente todos los órganos y sistemas corporales.

La melatonina se publicita y comercializa como panacea para casi todos los problemas de sueño infantil, aparentemente sin contraindicaciones ni efectos secundarios. Por ello resulta imprescindible para el Pediatra de Atención Primaria el conocer la evidencia científica disponible en lo referente a sus indicaciones, posología, forma de administración, efectos secundarios y contraindicaciones con objeto de obtener el máximo rendimiento de esta arma terapéutica con la mayor eficiencia y seguridad.