

Hablemos Acerca De...

Prueba de estudio del sueño

Es posible que sea necesario estudiar el sueño de su niño para ayudar a determinar si tiene problemas de sueño, tal como apnea del sueño u otros problemas del sueño. Cuando se detiene la respiración a menudo o durante períodos más largos, esto se llama apnea del sueño.

Cuando alguien tiene apnea del sueño, las concentraciones de oxígeno en el cuerpo pueden caer y perturbar el sueño. Podría pensar que solo los ancianos tienen apnea del sueño, pero los niños y los adolescentes también pueden desarrollarla.

A continuación mencionamos algunos consejos para prepararse para el estudio del sueño de su niño:

Antes del estudio del sueño

¿Qué debo traer?

- Comida de casa (no se proporcionará comida)
- Un cepillo de dientes y otro artículo que le brinde comodidad (una cobija o un peluche)
- Fórmula láctea y pañales, si los necesita
- Cualquier medicamento que tome su niño
- Todo el equipo que su niño vaya a necesitar (si necesita un estudio de ajuste de la ventilación)
- Mascarilla de CPAP (no la máquina) (si necesita un estudio de ajuste de CPAP)

¿Qué debe evitar mi niño?

- Comer o beber cualquier cosa con cafeína o mucha azúcar (tal como refresco o chocolate) después de las 4 PM.
- Usar loción, laca o gel en el cabello (este debe estar limpio y seco).
- Hacer una siesta (salvo que forme parte de la rutina normal de su niño).

El padre o la madre o tutor legal debe permanecer toda la noche con el niño. Dormirá en una cama separada en el cuarto de su niño.

Durante el estudio del sueño

¿Cómo se prepara mi niño para el estudio del sueño?

Un técnico pediátrico en sueño ayudará a su niño a relajarse y permanecer tranquilo durante toda la noche. Se podría tardar hasta 45 minutos preparar a su niño para el estudio del sueño.

- El técnico colocará 20 discos pequeños y redondos, llamados electrodos, en la cabeza, las piernas, el tórax y el estómago de su niño. Los electrodos registran:
 - La actividad cerebral
 - Los movimientos de los ojos
 - La frecuencia y el ritmo cardíaco
 - Los movimientos de las piernas



