CON MOTIVO DEL DÍA MUNDIAL DEL SUEÑO, 14 MARZO

ENTRE UN 20-40% DE LOS NIÑOS HAN TENIDO O TENDRÁN ALGÚN PROBLEMA RELACIONADO CON EL SUEÑO EN ALGÚN MOMENTO DE SU DESARROLLO

- **Los trastornos del sueño son muy prevalentes en la población pediátrica, con repercusión en su calidad de vida, y en su salud física y mental.**
- **Los trastornos del sueño pueden ser un síntoma más de una enfermedad neurológica subyacente.**
- **Es fundamental que los pediatras y los neuropediatras trabajen de la mano en el diagnóstico y en el tratamiento de los trastornos del sueño en la infancia.**

Madrid,12 de marzo.- Se estima que entre **un 20 y un 40 % de los niños** han tenido o tendrán algún **problema** relacionado con el **sueño** en algún momento de su desarrollo, según alerta la cocoordinadora del Grupo de Trabajo de Trastornos del Sueño de la **Sociedad Española de Neurología Pediátrica** (SENEP), la neuropediatra **Nuria Lamagrande**, con motivo de la celebración este viernes, día 14, del **Día Mundial del Sueño**.

"Los **trastornos del sueño** son un problema de salud **prevalente** en la población pediátrica, con un impacto importante en la **calidad de vida** de nuestros niños, y sobre su salud **física y mental**", alerta esta experta en Medicina del sueño del Hospital Infantil Universitario Niño Jesús de Madrid.

No obstante, sostiene que, en muchas ocasiones, es difícil diferenciar entre un trastorno del sueño propiamente dicho, de un problema que no conlleva un trastorno 'per se'; de ahí el papel clave del pediatra de **Atención Primaria** para su diferenciación, diagnóstico y tratamiento, e identificación de los casos que requieran de una evaluación por parte de Neuropediatría.

UN SÍNTOMA DE ENFERMEDAD NEUROLÓGICA

Así, esta miembro de SENEP **destaca** que los trastornos del sueño en algunas ocasiones pueden representar un **síntoma importante de una enfermedad neurológica subyacente**. "Los trastornos del sueño, asimismo, suelen ser más frecuentes en niños en seguimiento en Neuropediatría, pudiendo agravar la patología de base", remarca esta doctora.

De hecho, mantiene que el porcentaje de trastornos del sueño es **significativamente mayor** en niños con **enfermedades neurológicas**, señalando también que en estos casos suele darse una relación bidireccional: "Un **trastorno del neurodesarrollo** suele asociar una alteración del sueño, y a su vez, un trastorno del sueño puede ser un síntoma llamativo de una **enfermedad neurológica**. Por ejemplo, en niños con sospecha de TDAH es fundamental evaluar el sueño, ya que la privación de éste y/o su

mala calidad pueden manifestarse como inquietud motriz y alteraciones conductuales, y tratarlo puede mejorar mucho la sintomatología del paciente".

Entre otros ejemplos, advierte esta neuropediatra de que algunas patologías como el síndrome de piernas inquietas en los menores puede confundirse con un TDAH, dificultando el diagnóstico preciso. "Existen también múltiples patologías en las que el trastorno del sueño es el síntoma principal, como en el caso de la **narcolepsia**, una patología infradiagnosticada en la edad pediátrica; o el **Síndrome de Kleine-Levin,** que puede aparecer en edad pediátrica, siendo en ocasiones confundido con cuadros encefalíticos", añade.

UNA COMORBILIDAD FRECUENTE

En el caso de la **parálisis cerebral infantil**, Lamagrande indica que los menores presentan una alta prevalencia de insomnio, de apneas del sueño, y de alteraciones circadianas; "lo que repercute en su calidad de vida y en la de sus cuidadores"; mientras que en patologías como la Distrofia muscular de Duchenne o la Atrofia Muscular Espinal, la debilidad muscular "puede generar hipoventilación nocturna y apneas del sueño, afectando de forma significativa a nivel cognitivo, conductual, y emocional".

Resalta también esta miembro de SENEP que los trastornos del sueño son una **comorbilidad frecuente** en los niños con **epilepsia**, pudiendo producir un empeoramiento del control de las crisis, así como de la calidad de vida de los menores con epilepsia. "En ocasiones la diferenciación entre parasomnia y epilepsia no es fácil, precisando un seguimiento exhaustivo desde neuropediatría", avisa la doctora Lamagrande.

En el caso del **Trastorno del espectro autista (TEA) o de niños con TDAH recuerda igualmente que** estos menores suelen tener una calidad de sueño con una baja eficiencia, con latencias prolongadas, y con un tiempo total de sueño menor; de forma que la conducta de estos niños puede empeorar con la fragmentación del sueño.

Por todo esto, desde SENEP reivindican la importancia de la **identificación y del tratamiento** de los trastornos del sueño en la edad pediátrica, y la importancia del **papel coordinado** del pediatra de Atención Primaria y del neuropediatra en su manejo.

"Los **pediatras** de Atención Primaria son claves en la **detección temprana** y en el **manejo inicial** del trastorno del sueño en la edad pediátrica; mientras que los **neuropediatras** aportamos una visión **especializada** en casos seleccionados. Sólo con una **buena coordinación** entre ambos niveles asistenciales se conseguirá mejorar la calidad de vida de los niños con trastornos del sueño y la de sus cuidadores", concluye la doctora Lamagrande.

Para más información:

Patricia Erroz,
Responsable de Comunicación de SENEP
679878989.
prensa@senep.es