

MATERIAL SUPLEMENTARIO

Suplementario 1. Cuestionarios de sueño.

ESCALA DE SOMNOLENCIA PEDIATRICA.

Nombres completos:

Fecha:

Edad: 8 años

Sexo: Femenino

Para las respuestas considerar lo siguiente:

Siempre: 4 días a la semana

Frecuentemente: 3 días a la semana

Alguna vez: 2 días a la semana

Esporádicamente: 1 día a la semana

1. ¿Cuántas veces te duermes o estas somnoliento durante las clases?:

Siempre Frecuentemente Alguna vez Esporádicamente Nunca

2. Cuántas veces te duermes o estas somnoliento durante las clases?:

Siempre Frecuentemente Alguna vez Esporádicamente Nunca

3. ¿Cuántas veces te duermes o estas somnoliento durante tu trabajo en escolar en casa?

Siempre Frecuentemente Alguna vez Esporádicamente

4. En general estas habitualmente despejado durante todo el día

Siempre Frecuentemente Alguna vez Esporádicamente

5. ¿Cuántas veces te encuentras muy cansado y gruñón a lo largo del día?

Siempre Frecuentemente Alguna vez Esporádicamente

6. ¿Cuántas veces tienes dificultades para levantarte de la cama por las mañanas?

Siempre Frecuentemente Alguna vez Esporádicamente

7. ¿Cuántas veces te vuelves a dormir por las mañanas una vez te has despertado?

Siempre Frecuentemente Alguna vez Esporádicamente

8. ¿Con que frecuencia necesitas que alguien te despierte por las mañanas?

Siempre Frecuentemente Alguna vez Esporádicamente

9. ¿Con qué frecuencia piensas que necesitas dormir más?

Siempre Frecuentemente Alguna vez Esporádicamente

Suplementario 2. Escala de alteraciones del sueño en la infancia de Bruni.

Signed: **ESCALA DE ALTERACIONES DEL SUEÑO EN LA INFANCIA de Bruni**

Date:

1. ¿Cuántas horas duerme la mayoría de las noches?

1 2 3 4 5
9-11h 8-9h 7-8h 5-7h <5h

2. ¿Cuánto tarda en dormirse?

1 2 3 4 5
<15m 15-30m 30-45m 45-60m >60m

En las siguientes respuestas valore:

1=nunca 2=ocasionalmente (1-2 veces al mes)

3=algunas veces (1-2 por semana)

4=a menudo (3-5 veces/semana) 5=siempre (diariamente)

3. Se va a la cama de mal humor 1

4. Tiene dificultad para coger el sueño por la noche 1

5. Parece ansioso o miedoso cuando "cae" dormido 1

6. Sacude o agita partes del cuerpo al dormirse 1

7. Realiza acciones repetitivas tales como rotación de la cabeza para dormirse 1

8. Tiene escenas de "sueños" al dormirse 1

9. Suda excesivamente al dormirse 1

10. Se despierta más de dos veces cada noche 1

11. Después de despertarse por la noche tiene dificultades para dormirse 1

12. Tiene tirones o sacudidas

de las piernas mientras

duerme, cambia a menudo

de posición o da "patadas" 1

a la ropa de cama

13. Tiene dificultades para respirar durante la noche 1

14. Da boqueadas para respirar durante el sueño 1

15. Ronca 2

16. Suda excesivamente durante la noche 1

17. Usted ha observado que camina dormido 1

18. Usted ha observado que habla dormido 2

19. Rechina los dientes dormido 2

20. Se despierta con un chillido 2

21. Tiene pesadillas que no recuerda al día siguiente 1

22. Es difícil despertarlo por la mañana 2

23. Al despertarse por la mañana parece cansado 1

24. Parece que no se pueda mover al despertarse por la mañana 1

25. Tiene somnolencia diurna 1

26. Se duerme de repente en determinadas situaciones 1

2. Tiene indicación de fin de período pero si lo hace.

Suplementario 3. Gráficas de poligrafíaa cardiorespiratoria

En la época 479 en el área circunscrita de amarillo ocurre un evento respiratorio compatible con catatrenia que consta de una inflexión positiva asociada con una caída de flujo con atenuación lenta en las bandas de esfuerzo torrado abdominal (J. Shakespeare 2025). El canal de la fotopletismografía señalado con flecha azul, muestra atenuación de la señal sugerente de microdespertares automáticos.

