

¿TU HIJO/A DEBE REALIZARSE UN ESTUDIO DEL SUEÑO?

Te compartimos cómo prepararlo para un electroencefalograma de sueño (EEG) o un estudio poligráfico de sueño neurológico



ANTES DEL ESTUDIO: PREPARACIÓN DEL CABELLO

PARA QUE LOS SENSORES SE ADHIERAN CORRECTAMENTE:

- Lavá el cabello la noche anterior o el mismo día con shampoo común.
- El cabello debe estar limpio y completamente seco.
- Evitá usar acondicionador, aceites, gel, spray o peinados muy ajustados.



ALIMENTACIÓN

- Tu hijo/a no debe concurrir en ayunas, salvo que su médico/a indique lo contrario.
- Ofrecele una comida liviana antes del estudio.
- Evitá bebidas estimulantes como café, té, mate o energizantes.



MEDICACIÓN HABITUAL

- Continúa administrando la medicación habitual.
- No suspendas anticonvulsivantes ni otros tratamientos sin indicación médica.



¿QUÉ TE RECOMENDAMOS TRAER?

- Su juguete favorito o un objeto de apego.
- Mamadera, chupete o manta, si los utiliza.
- Pijama o ropa cómoda.
- Pañales y una muda de ropa, si corresponde.



HOSPITAL UNIVERSITARIO
AUSTRAL

SERVICIO DE
NEUROLOGÍA INFANTIL



¿CUÁNTO DURA EL ESTUDIO?

La duración puede variar según cada caso, pero generalmente se realiza entre 40 minutos y 2 horas.



UNA VEZ QUE EL ESTUDIO TERMINE

- Tu hijo/a podrá retomar sus actividades habituales.
- El gel o la pasta utilizados en el cabello se eliminan fácilmente con un lavado normal.

PREPARACIÓN DEL SUEÑO SEGÚN LA EDAD



Ayúdanos a que llegue con sueño al estudio.

La privación parcial de sueño favorece que el niño/a pueda dormirse durante el procedimiento.

LACTANTES

Intentar evitar la siesta previa y mantenerlo despierto antes del estudio.

1 A 3 AÑOS

Reducir o suspender la siesta habitual y despertarlo más temprano.

4 A 6 AÑOS

Dormir aproximadamente 4 horas menos de lo habitual.

7 A 12 AÑOS

Dormir entre 5 y 6 horas menos de lo habitual.

ADOLESCENTES

Dormir solo entre 3 y 5 horas la noche previa.

Estas indicaciones son orientativas y pueden ajustarse según la indicación médica o el protocolo del centro donde se realizará el estudio.