



## INFORMACIÓN E INSTRUCCIONES PARA LA REALIZACIÓN DE POLISOMNOGRAFÍA (PSG) DIURNA CON PRIVACIÓN DE SUEÑO

La prueba consiste en el registro de la actividad eléctrica del cerebro y de otras variables biológicas durante el sueño a lo largo de la mañana, tras haber realizado una privación de sueño la noche anterior (ver más abajo en normas especiales).

Para el registro de la actividad cerebral se colocan en la cabeza electrodos con pasta conductora, que se sujetan con un pegamento especial (colodión). Simultáneamente, se registra la frecuencia cardíaca, la respiración, los movimientos de los ojos, la actividad muscular y, dependiendo del tipo de estudio solicitado, otras variables adicionales. Posteriormente se le deja dormir.

Generalmente, para la realización del estudio no se puede estar acompañado, a excepción de los menores de edad, que estarán acompañados por un adulto durante toda la mañana, y algunas situaciones especiales que serán valoradas por el personal del Servicio.

### NORMAS GENERALES

- Deberá traer DNI o documento identificativo (puede ser solicitado por nuestro personal).
- Debe venir duchado y con la cabeza lavada, sin ponerse laca, gomina, gel, etc. en el cabello, ni cremas o aceites corporales.
- Debe desayunar y tomar la medicación habitual, salvo que su médico le indique lo contrario.
- Se le proporcionará un pijama, aunque puede traer pijama/camisón de su domicilio, si se siente más cómodo.
- Es conveniente que traiga una lista con los medicamentos que toma habitualmente, y los informes médicos relacionados que tenga a su disposición.
- No consuma bebidas estimulantes (café, té, cola), ni bebidas alcohólicas en las horas previas.

### NORMAS ESPECIALES: PRIVACIÓN DE SUEÑO

Deberá estar sin dormir, total o parcialmente, la noche antes de la prueba, según las siguientes pautas:

- Niños hasta 1 año de edad: No es necesaria la privación de sueño. Ajustar la primera toma de alimento de la mañana a las 8:15 h. Estarán en el hospital a las 8:15 h. y le darán aquí dicha toma, para, a las 8:30, realizar la prueba.
- Niños de 1 a 3 años: Se acostará a su hora habitual, dejándole dormir entre 5 y 6 horas, levantándole pasado ese tiempo y manteniéndole despierto hasta la realización de la prueba.
- Niños de 3 a 6 años: Se acostará a su hora habitual, dejándole dormir entre 4 y 5 horas, levantándole pasado ese tiempo y manteniéndole despierto hasta la prueba.
- Niños de 6 a 9 años: Se acostará a su hora habitual, dejándole dormir entre 3 y 4 horas, levantándole pasado ese tiempo y manteniéndole despierto hasta la prueba.
- Niños a partir de los 9-10 años de edad y adultos: No dormir nada la noche anterior a la prueba. Puede hacer una pequeña siesta la tarde previa.

**Si por cualquier motivo quiere cambiar o anular una cita, puede hacerlo llamando de 8.15 a 15 horas de lunes a viernes al teléfono 91-6839360 extensiones 2418/2547/2834 o enviar un correo electrónico a la dirección: [citaciones.hugf@salud.madrid.org](mailto:citaciones.hugf@salud.madrid.org)**