

Hoja de instrucciones para el estudio

Estimado(a) padre o madre:

La Dra. Patel ha ordenado un estudio del sueño para su hijo(a), que se llevará a cabo en St. David's North Austin Medical Center. Este estudio del sueño será interpretado por la Dra. Patel y realizado por la empresa Vital Sleep. **Tenga presente que St. David's North Austin Medical Center está localizado en North Austin, cerca de la intersección de Mopac y Parmer. Un miembro del equipo de Vital Sleep se comunicará con usted antes de 72 horas (unos 3 días) para programar este estudio.** Si tiene preguntas acerca del seguro o la programación puede comunicarse con Vital Sleep llamando al (512) 901-1808.

Entendemos que un estudio del sueño puede ser una experiencia nueva y posiblemente abrumadora para usted y para su hijo(a). Para asegurar que el proceso se desarrolle sin problemas, hemos preparado esta guía con información importante y consejos para el día del estudio. Su participación activa es fundamental para que sea una experiencia lo más cómoda posible para su hijo(a).

Un estudio del sueño, o polisomnografía, mide los cambios en la actividad cerebral, la actividad muscular, el ritmo cardíaco y los patrones de respiración mientras la persona duerme. En la cabeza, la cara y las piernas de su hijo(a) se colocan pequeños electrodos. Los parámetros respiratorios se monitorean con pequeñas puntas plásticas que se colocan en la nariz y dos cinturones que se colocan alrededor del pecho y el abdomen. En un dedo del pie o de la mano se coloca un sensor similar a un vendaje para medir el oxígeno de su hijo(a). Durante la noche los electrodos tal vez se aflojen. Si esto sucede, el técnico hará todo lo posible para rectificat la señal desde la sala de observaciones. Tal vez sea necesario que el técnico entre a su habitación para arreglar estos electrodos.

Tenga la seguridad de que todo el proceso de preparación es indoloro, pero el mismo requiere la cooperación de su hijo(a) durante aproximadamente una hora.

Antes de su llegada

- Su hijo(a) debe ducharse o bañarse y lavarse bien el cabello y el cuero cabelludo. No use ningún otro producto como mousse, gel, aceite, acondicionador que no se enjuaga o laca. No use loción ni talco. Se permite desodorante en las axilas.
- Evitar las siestas el día del estudio puede ayudar a que su hijo(a) se duerma más fácilmente durante el estudio del sueño. Su hijo(a) no debe beber bebidas con cafeína ni chocolate después de las 12 del mediodía el día del estudio.
- Debe haber cenado antes de llegar.
- El día del estudio, administre a su hijo(a) los medicamentos habituales. Si su médico ha indicado que tome algún medicamento regularmente, continúe cumpliendo esta práctica. Indique en el cuestionario la lista de medicamentos que toma su hijo(a). Traiga los medicamentos que usa de forma regular porque no proporcionamos medicamentos y a nuestros tecnólogos no se les permite ayudar a administrar medicamentos.
- Si usted o su hijo(a) tienen tos, dolor de garganta, gripe, fiebre, congestión nasal fuerte o cualquier enfermedad transmisible o infección, llame al laboratorio y re programe su cita (con 48 horas de antelación).
- El hospital debe haberse comunicado con usted con información sobre el copago (si lo hubiera). En algunos casos, es posible hacer arreglos de pago por adelantado a través del hospital.

Qué debe traer el día del estudio

- Ropa cómoda: asegúrese de que su hijo(a) use o traiga ropa desahogada y cómoda. Una camisa o blusa, o un camisón de dormir desahogado, son perfectamente adecuados.
- **Una muda de ropa para la mañana siguiente.**
- Documentos: licencia de conducción/identificación, tarjeta del seguro, cuestionario relleno, indicaciones e instrucciones, forma de pago.

- Medicamentos y suministros especiales: recuerde traer todos los medicamentos que su hijo(a) necesita, así como leche maternizada, alimentos especiales, chupetes (chupones), artículos de aseo personal, pañales y cualquier equipo médico requerido para el estudio del sueño durante la noche. LOS MEDICAMENTOS DEBEN ESTAR EN EL FRASCO ORIGINAL, CON SU ETIQUETA, Y NO PUEDEN HABER VENCIDO.
- Refrigerios y golosinas: traer algunos refrigerios y golosinas especiales puede ser un detalle reconfortante durante la colocación del equipamiento y hacer que la estadía nocturna se sienta más como una ocasión especial.
- Artículos para confort: para ayudar a aliviar cualquier ansiedad, traiga el animal de peluche, frazada, almohada o cualquier otro artículo favorito de su hijo(a) que le proporciona confort y confianza. También puede ser útil traer material de lectura para el niño(a) o el padre/la madre.

Estos artículos ayudarán a garantizar el confort de su hijo(a) y a que la experiencia sea lo más placentera posible. Agradecemos profundamente su preparación para trabajar en conjunto con nosotros para proporcionar a su hijo(a) la mejor atención durante el estudio.

Su presencia con su hijo(a)

- Por lo general pedimos que un padre o tutor legal permanezca con el menor durante su estadía, para proporcionar confort y alentar su cooperación.
- Designe **solamente un padre o tutor que permanecerá con el menor esa noche**. Esa es toda la capacidad de nuestras habitaciones para pacientes.
- No traiga hermanos o hermanas porque pueden perturbar el estudio del niño.
- Tenga presente que el padre o tutor que permanece con su hijo(a) será responsable de su atención. Los tecnólogos del sueño no son cuidadores ni enfermeros, y a menudo tienen que monitorear a 2 o 3 pacientes a la vez. Ellos solo están ahí para preparar a su hijo(a) para el estudio del sueño y llevar a cabo el estudio, de forma que podamos garantizar resultados precisos para el médico de su hijo(a).

Llegada y alojamiento

El estudio del sueño se llevará a cabo en St. David's North Austin Medical Center. Tenga presente que este es el St. David's en North Austin. La dirección es: 12221 N Mopac Expy, Austin, TX 78758.

Instrucciones para estacionamiento y admisión: Hay estacionamiento cómodamente localizado alrededor del hospital. Sin embargo, es mejor estacionar cerca de la North Entrance (Entrada Norte). Entre al hospital por la NORTH ENTRANCE del mismo, cerca de la sala de emergencias. No necesita ir a admisión. Cuando entre, doble a la derecha y tome el primer elevador que encuentre hasta el tercer piso. Cuando salga del elevador, doble a la izquierda. Estamos al final del pasillo, a mano derecha. Cerca del techo, verá un letrero que dice EEG/SLEEP. Nuestros laboratorios del sueño están cerrados hasta aproximadamente 15 minutos antes de su estudio del sueño. Si se presenta demasiado temprano, el técnico tal vez no haya llegado. Si se presenta a la hora programada y nadie abre la puerta, llame al (512) 901-1808. Si requiere asistencia o una silla de ruedas, diríjase al departamento de emergencia para hacer los arreglos.

Alojamiento: El estudio durará toda la noche. A su llegada, el técnico le explicará el procedimiento con más detalles. No dude en preguntarle al técnico para aclarar cualquier cosa que usted no entienda. Comunique al técnico cualquier preocupación respecto a confort que usted pueda tener la noche del estudio. Su habitación se asemejará a un cuarto de huéspedes y tendrá lo siguiente: cama de tamaño completo, ropa de cama limpia, mesita de noche, lámpara y televisión por cable. Habrá un baño privado, pero no hay DUCHA. En el pasillo habrá un control del termostato, pero notifique inmediatamente al técnico si siente demasiado calor o frío. Aunque nos encontramos dentro de un hospital, funcionamos como una instalación ambulatoria. Si requiere equipos especiales (inodoro portátil, tabla de transferencia, elevador, etc.) notifíquenos antes de su llegada. Haremos todo lo posible por acomodar sus necesidades.

Terminación y resultados del estudio

A su hijo(a) se le despertará alrededor de las 5:30 a.m. y podrá salir del laboratorio las 6:00 a.m. Sin embargo, puede haber casos en los que el estudio termine antes o después, según lo bien que durmió su hijo(a) durante la noche. Entendemos que usted tal vez tenga compromisos laborales o escolares, y estamos dispuestos a atender solicitudes de terminación más

temprana del estudio cuando sea necesario. La Dra. Patel le proporcionará el resultado de 7 a 10 días después del estudio del sueño.

MSLT (prueba de latencia múltiple del sueño)

- En ciertos casos, puede ser necesario un estudio durante el día, conocido como prueba de latencia múltiple del sueño (MSLT). La prueba MSLT es el “patrón oro” para la evaluación de somnolencia o cansancio diurno excesivo.
- Nuestros expertos especialistas del sueño primero conversarán con usted acerca de esto, para asegurar que usted cuente con toda la información que necesita.
- Por lo general se realiza después de un estudio del sueño durante la noche. Se espera que un padre o tutor permanezca con el paciente durante la MSLT.
- Recuerde que 2 semanas antes de la MSLT deben suspenderse los estimulantes, los medicamentos similares a estimulantes o cualquier otro medicamento que un especialista del sueño haya recomendado. El uso de los otros medicamentos usuales del paciente debe consultarse con el médico del sueño antes de la prueba MSLT como forma de minimizar las influencias no deseadas debido a las propiedades estimulantes o sedantes de los medicamentos.
- Comenzando al menos siete días antes del estudio programado, trate de mantener una rutina de sueño regular.
- Las siestas serán cada 2 horas durante 20 minutos y los pacientes deben estar despiertos entre siestas. A su hijo(a) se le darán 4 siestas y una quinta siesta si fuera necesario.
- En la mañana de la MSLT por lo general se lleva a cabo un control de medicamentos.

Esperamos que esta guía le ayude a prepararse para el estudio del sueño de su hijo(a). Agradecemos profundamente su cooperación y apoyo, y estamos a su disposición para abordar cualquier pregunta o preocupación que pueda tener. Gracias por confiarnos la atención de su hijo(a).

Si tiene preguntas o preocupaciones para la Dra. Patel, comuníquese con nosotros a través del portal para pacientes o llame al 512-494-4000.