

ESTUDIO FISIOLÓGICO COMPLETO DEL SUEÑO [POLISOMNOGRAFÍA](ADULTO/PEDIÁTRICO) - DOMICILIARIA

Es un examen diagnóstico realizado en el hogar del paciente que registra múltiples variables fisiológicas durante el sueño (como respiración, oxigenación, actividad cerebral y cardíaca), con el fin de detectar trastornos del sueño en adultos o niños, en un entorno cómodo y natural.

Beneficios

- Mayor comodidad se realiza en casa, en un entorno familiar, lo que reduce la ansiedad y facilita el sueño natural.
 - Evaluación más representativa al dormir en su propio ambiente, se obtienen datos más reales sobre los patrones normales del sueño.
 - Evita traslados y hospitalización ideal para personas con movilidad reducida, niños o adultos mayores.
 - Mejor aceptación en niños disminuye el estrés infantil al evitar el entorno clínico.
 - Detección de trastornos del sueño permite identificar apnea del sueño, ronquido, insomnio, parasomnias, movimientos anormales, entre otros.
 - Alta precisión diagnóstica utiliza equipos portátiles validados que registran múltiples variables fisiológicas de forma confiable.
 - Ahorro de tiempo y costos reduce el tiempo en centros médicos y, en algunos casos, los costos relacionados con la hospitalización.
 - Menor interferencia en la rutina diaria el paciente puede mantener su rutina hasta la hora habitual de dormir
-

Preparación

1. Dúchate antes de asistir al estudio, pero evita cremas, aceites o maquillaje, ya que interfieren con los electrodos.
2. Lava tu cabello y no uses gel ni productos capilares.
3. No consumas café, té, alcohol o bebidas energéticas desde horas antes del estudio.
4. Evita medicamentos sedantes o estimulantes, a menos que tu médico indique lo contrario.
5. Ropa cómoda para dormir (preferiblemente pijama de dos piezas).
6. Medicamentos que tomes regularmente, con autorización médica.
7. Cena ligera antes del estudio, pero no asistas en ayunas ni demasiado lleno.