

# **Sueño y dolor en el paciente pediátrico: implicancias clínicas e impacto en el neurodesarrollo.**

**Autora:** Ramos Olivero, Daniela<sup>1</sup>

1. Clínica de Dolor Orofacial TTM Temuco

## **Introducción**

Sueño alterado es común en niños, con un 74% de ellos con problemas de sueño. A su vez, un 30% de niños presenta dolor crónico. Estas situaciones coexisten y niños con alteraciones de sueño y dolor crónico podría ver afectado su neurodesarrollo.

## **Descripción**

Sueño y dolor tienen íntima relación. En niños existe una influencia más fuerte del sueño sobre el dolor que del dolor sobre el sueño.

Evidencia científica indica que sueño deficiente promueve dolor crónico. Restricción del sueño exacerba dolor mediante activación de mediadores inflamatorios como prostaglandinas e interleuquinas, niveles más bajos de opioides endógenos, cambios relacionados con respuestas emocionales al dolor y promueve desregulación a nivel talámico, lo que reduce umbral para la transmisión de señales dolorosas. Calidad del sueño tiene mayor impacto en dolor que duración total del sueño. Dolor en primeras etapas de la vida puede afectar desarrollo neurológico. Transmisión del dolor se desarrolla tempranamente, pero mecanismos de modulación y sensibilización son inmaduros, lo que altera la capacidad del niño para enfrentar impulsos dolorosos.

## **Discusión**

Impacto del sueño en cerebro en desarrollo es claro. Falta de sueño se asocia con desarrollo de dolor crónico a lo largo de la vida. En niños se debe tener una adecuada comprensión del efecto del sueño en el neurodesarrollo. Otros estudios que señalan que por su gran neuroplasticidad, los niños pueden ser resistentes a efectos a largo plazo de alteraciones de sueño y trastornos dolorosos, pese a que se produzcan en momento crítico del desarrollo neurológico.

En estudios intrahospitalarios, mayor duración del sueño, menor latencia del sueño y menos despertares nocturnos en la rehabilitación del dolor se correlacionaron con disminución de intensidad del dolor al momento del alta. Esto sugiere que la mejora del sueño es un objetivo importante para tratar dolor pediátrico.

## **Conclusiones:**

La compleja relación entre el sueño y el dolor es de vital importancia durante el desarrollo pediátrico, cuando las alteraciones de la estructura normal del sueño pueden tener un impacto para toda la vida. Es importante optimizar sueño en niños con dolor, ya que aumento del sueño se asocia con reducción posterior del dolor.

Autora correspondencia: Daniela Ramos Olivero

Teléfono: 569 51255165

Correo electrónico: [danielaramosolivero@gmail.com](mailto:danielaramosolivero@gmail.com)

Tipo de trabajo: Tema libre