

#15

Alteraciones En Los Ritmos Circadianos Y La Calidad Del Sueño En Pacientes Con Lesión Medular Adquirida: Estudio Observacional Retrospectivo

Miscelanea

Mourad Akaarir El Ghourri^{1,2,3}, Gabriel Colom Ribas¹, Teresa Pons Monjo¹, José rubiño Díaz^{1,2,3}, Saúl Ferrández Sempere¹, Rubén Rial Planas^{1,2,3}, María Cristina Nicolau llobera^{1,2,3}, Antoni Gamundí Gamundí^{1,2,3}

1. Universidad de las Islas Baleares, Palma, España
2. Fundación Instituto de Investigación Sanitaria Islas Baleares (IdISBa), Palma, España
3. Instituto Universitario de Investigación en Ciencias de la Salud (UNICS), Palma, España

Introducción

Las personas con lesión medular (LM) presentan con frecuencia alteraciones del sueño y de la organización de los ritmos circadianos, lo que puede afectar negativamente su salud física y mental. Factores como el nivel y el tipo de lesión (completa o incompleta), el tiempo transcurrido desde el evento y el grado de actividad física podrían influir en estos procesos. Sin embargo, la evidencia disponible sigue siendo limitada y los hallazgos son heterogéneos.

Objetivos

Analizar la calidad del sueño y la organización circadiana en personas con LM, considerando variables clínicas relevantes y utilizando medidas tanto subjetivas como objetivas.

Material y Método

Estudio observacional transversal con enfoque mixto. Se aplicaron cuestionarios (PSQI, ESE, ISI) y actigrafía para evaluar el sueño, la actividad motora (AM) y la temperatura periférica (TP). Se incluyeron participantes con lesiones completas (sin función sensitivo-motora por debajo del nivel lesional) e incompletas (con preservación parcial), diferenciados también por nivel neurológico, antigüedad de la lesión y nivel de actividad física.

Resultados y conclusiones

Las lesiones altas se asociaron con una mayor fragmentación del ritmo motor y una menor variabilidad térmica. Las lesiones incompletas mostraron peor calidad subjetiva del sueño, sin diferencias objetivas claras. Las lesiones recientes presentaron menor eficiencia del sueño, mientras que las de mayor antigüedad evidenciaron menor fragmentación. La actividad física no se relacionó consistentemente con mejoras y, en algunos casos, se vinculó con mayor fragmentación térmica y del sueño. La LM afecta el sueño y los ritmos circadianos de manera multifactorial y variable. La disociación entre las medidas subjetivas y objetivas subraya la necesidad de evaluaciones individualizadas. Las principales limitaciones del estudio fueron el tamaño muestral reducido, el diseño transversal y las limitaciones técnicas de la actigrafía.