

#35

Propuesta De Desarrollo De Registros Electrónicos De Diario De Sueño Y Agenda De Insomnio A Través De La Plataforma Lucid

Aspectos técnicos

Pablo Blanco Canella^{1,2,3}, Diogo Alves^{4,5,3}, Simon Langlais^{6,7,3}, Manuel De Entrambasaguas^{8,9}, Guadalupe Silveira^{8,10}, Marta Del Villar^{8,11}, Ana Fernandez^{8,12}, Ainhoa Alvarez^{8,13}

1. Universidade de Vigo, Vigo, España
2. Danmarks Tekniske Universitet, Copenhagen, Dinamarca
3. Lucid, Ourense, España
4. Universidade de Aveiro, Aveiro, Portugal
5. København Universitet, Copenhagen, Dinamarca
6. École Centrale Lyon, Lyon, Francia
7. Danmarks Tekniske Universitet,, Copenhagen, Dinamarca
8. Grupo trabajo de Insomnio SES, Madrid, España
9. Instituto de Investigación Sanitaria INCLIVA, Hospital Clínic Universitari de València, Valencia, España
10. Hospital del Mar, Barcelona, España
11. Centro de Sueño y Psicología Sueño Galicia,, A Coruña, España
12. Clínica CISNe (Centro Integral de Sueño y Neurociencias), Barcelona, España
13. Instituto de Investigación Bioaraba, Hospital Universitario Araba,, Victoria-Gasteiz, España

Introducción

El Diario de Sueño (DS) es una herramienta clínica fundamental para conocer los patrones subjetivos de sueño y vigilia a través del registro escrito de los horarios y tiempos de cama, vigilia y sueño del periodo principal de sueño y siestas, pudiendo incluir distintas medidas clínicas de contexto. Permite cuantificar parámetros como latencia de inicio del sueño, tiempo total en cama, tiempo total de sueño, vigilia intrasueño, vigilia final, y eficiencia del sueño. La agenda de sueño (AS) aproxima lo anterior a través del registro gráfico, genera menos estrés, y facilita la rápida valoración visual del patron sueño-vigilia. Existen numerosas propuestas de DS en papel (Consensuado, National Sleep Foundation, Pittsburgh, etc.) y algunas en formato electrónico, pero no existe ninguna versión validada en español.

Objetivos

Desarrollar, a través de la plataforma digital Lucid, un DS electrónico en castellano (DSE), pudiendo hacerse en las distintas lenguas oficiales de España y español latino, una versión que añade medidas de contexto (DSE+), y una AS específica para insomnio (ASI).

Material y Método

Grupo interdisciplinar colaborativo clínicos/ingenieros SES/Lucid para beneficio de ambas partes. Estudio piloto de versión beta. Estudio multicéntrico para validación de versión alfa. Presentación y comercialización del producto.

Resultados y conclusiones

Versión beta DSE/DSE+ ya disponible, centrado en el usuario, basado en app/web con recogida y análisis automatizado de datos. Interfaz amigable, texto libre, posibilidad de chat integrado y

gamificación motivacional. Exportación a parámetros de sueño y datos clínicos, con posibilidad de personalización de formatos. Proyecto ASI basado en inteligencia artificial/ algoritmo de análisis visual, con exportación de datos a parámetros de sueño, incluidas variables específicas de insomnio.

El formato electrónico facilita la gestión y análisis de datos tanto en clínica como en investigación, incluida la creación de bases de datos anonimizadas. Encontramos ventajoso colaborar en el desarrollo y validación de estas herramientas en español.