

Acta 3º Reunión Grupo de Insomnio de la SES

Barcelona 26 de abril 2018

Asistentes: Esther Alberca, Xesca Cañelles, Sonia Carratala, Manuel de Entrambasaguas, Javier Puertas, Montse Pujol, Jesús Pujol, Maria Robles, Odile Romero, M^a Jesús Valiño.

Excusa asistencia: Maria Aguilar, Ainhoa Alvarez, Pilar Cuartero, Juanjo Ortega, Hernando Perez, Juan Jose Poza, Juanjo Agusti Visiedo, Cristina Zunzunegui.

Se inicia la reunión con el siguiente orden del día:

- Estado actual de los 4 proyectos iniciados.
- Planteamiento de nuevas propuestas de futuro del grupo para 2018
- Resumen final

Estado actual de los 4 proyectos iniciados

El dr Pujol comenta incidente de “malentendido” entre Exeltis y SEMfic respecto a la difusión del: *“Documento útil con un máximo de 10 preguntas en historia clínica de rutina que permita al médico de atención primaria identificar los casos de insomnio de forma ágil y distribuirlo a los centros de atención primaria para que homogeneizar criterios de trabajo y derivación”*. La dra Cañelles presenta el documento y por todos parece interesante que en se incluya como un “cheklist” final para facilitar el trabajo del médico de familia. El Dr Juanjo Quijano, asistente sin voto a la reunión, comenta que le parece bien el trabajo y pasara la información a Exeltis para facilitar el entendimiento con Semfic.

La dra Romero comenta que el documento : *“Pautas sobre el uso y “guías” o algoritmo a seguir para disminuir el consumo de BZP en ancianos”*, se paso al dr Pedro Gil, presidente de la Sociedad de geriatría para su valoración, a dia de hoy no hay respuesta.

La dra Pujol comenta que: *“Guía que permita diferenciar indicaciones en el uso de Melatonina de liberación inmediata y retardada”* actualmente se ha enviado a la revista de SEN, tras ser rechazada en la Revista de Neurología, sin conocer los motivos exactos.

El dr Entrambasaguas comenta que la misma mañana a las 9:00 había habido una reunión con “Apolda” la empresa seleccionada para realizar la encuesta de prevalencia de Insomnio en población Española, tras haber sido concedida una beca de la SES por valor de 10.000 euros para realizar el trabajo. En este momento el cuestionario se halla en fase de pilotaje.

Planteamiento de nuevas propuestas de futuro del grupo para 2018

1.-Valorar la posibilidad de realizar unas recomendaciones desde la SES y revisar la Legislación europea sobre las normativas de trabajo a turnos. Quizás proyecto compartido con el grupo de cronobiología. ¿Cuál es el horario de turno laboral menos nocivo?, podemos intuir un fenotipo que tendrá con mayor facilidad síndrome de trabajador a turno? Tras varios comentarios del grupo, la dra Montse Pujol, se encargara de contactar con el grupo de cronobiología, Javier

Albares, para estudiar proyecto conjunto. Valorando también la posibilidad de interactuar con la Sociedad de Medicina de trabajo.

2.-Importancia de la privación de sueño actual entre los adolescentes y no tan adolescentes, horarios de fin de semana, dispositivos electrónicos... La dra Esther Alberca que participa den un proyecto con el grupo de Pediatría a nivel de Andalucía que podría compartir el mismo espíritu queda encargada del mismo, junto con la dra Sonia Carratala.

3.-La dra Maria Robles, comenta que ella está trabajando en Drogodependencia y parece interesante estudiar los problemas de Insomnio en estos pacientes, tanto en la fase de dependencia, como en la fase de deshabitación, queda encargada de elaborar un borrador del proyecto.

Resumen final

La reunión debe acabar a las 13:00h, ya que da comienzo el congreso anual de la SES.