



Meta-análisis de programas de intervención para mejorar los problemas de sueño en niños y adolescentes con autismo

AUTOR/A QUE EXPONE: Cristina Vargas Pecino

Meta-análisis de programas de intervención para mejorar los problemas de sueño en niños y adolescentes con autismo

INTRODUCCIÓN/PRESENTACIÓN:

- Problemas de sueño 40-80% (Lane et al., 2022; Reynolds & Malow, 2011)
- Impacto negativo en el desarrollo y funcionamiento diario, y calidad de vida (Kirkpatrick, Louw, & Leader, 2019; Philips, Moore, Teng, Brookes, Palermo, & Lah, 2020)
- Síntomas comunes (Giannotti et al., 2011; Mayes & Calhoun, 2009)
 - Disminución de la duración
 - Eficiencia del sueño
 - Despertares nocturnos continuos
 - Retraso en el inicio del sueño

Meta-análisis de programas de intervención para mejorar los problemas de sueño en niños y adolescentes con autismo

SITUACIÓN DE PARTIDA:

- *The American Academy of Sleep Medicine* (2005) recomienda usar intervenciones psicológicas/conductuales
- Pocos estudios de intervención basados en técnicas cognitivo-conductuales
- Impacto negativo de los problemas de sueño (*tiempo de sueño total y eficacia del sueño*) en el funcionamiento diario, procesos ejecutivos y habilidades de comunicación de niños y adolescentes con TEA

Meta-análisis de programas de intervención para mejorar los problemas de sueño en niños y adolescentes con autismo

OBJETIVOS:

- Examinar los efectos de programas de intervención no farmacológicos para mejorar los problemas de sueño en niños y adolescentes con TEA sin discapacidad intelectual:
 - Tiempo de sueño total
 - Eficacia del sueño

Meta-análisis de programas de intervención para mejorar los problemas de sueño en niños y adolescentes con autismo

METODOLOGÍA

❑ Criterios de inclusión:

- Niños y adolescentes con autismo y sin discapacidad intelectual
- Objetivo principal programas de intervención para la mejora del sueño
- Estudios que incluyan medidas objetivas (actigrafía) y/o cuestionario parental sobre los hábitos del sueño en niños y adolescentes (CSHQ)
- Ensayos controlados aleatorizados
- Estudios empíricos y revisados por pares
- Publicados entre enero del 2008 y febrero del 2024
- Manuscritos redactados en inglés, español e italiano

❑ Criterios de exclusión:

- Intervenciones exclusivamente farmacológicas

Meta-análisis de programas de intervención para mejorar los problemas de sueño en niños y adolescentes con autismo

METODOLOGÍA:

❑ Estrategias de búsqueda:

606 publicaciones revisadas por pares

Pubmed (n=36), Scopus (n=236),



PsycInfo (n=42), Embase

(n=288), otras estrategias (n= 4)



Selección final

11 estudios revisión sistemática:

- Meta-análisis del **tiempo de sueño total**
n = 7;  = 460 participantes
- Meta-análisis de la **eficacia del sueño**
n = 6;  = 405 participantes

Meta-análisis de programas de intervención para mejorar los problemas de sueño en niños y adolescentes con autismo

RESULTADOS:

□ Descripción estudios incluidos en los dos meta-análisis ($n = 7$):

- El 79% de los participantes eran chicos
- Tipos de intervención en los estudios:
 - 2 *aprendizaje de técnicas conductuales para padres* (Cortesi et al., 2012; Johnson et al., 2013)
 - 3 basadas en la *práctica de actividad física* (Tse et al., 2019; Tse et al., 2022; Tse et al. 2023)
 - 1 usaba un *folleto de educación sobre el sueño* (Adkins et al., 2012)
 - 1 una *manta con peso para los pies* (Gringras et al., 2014)

Meta-análisis de programas de intervención para mejorar los problemas de sueño en niños y adolescentes con autismo

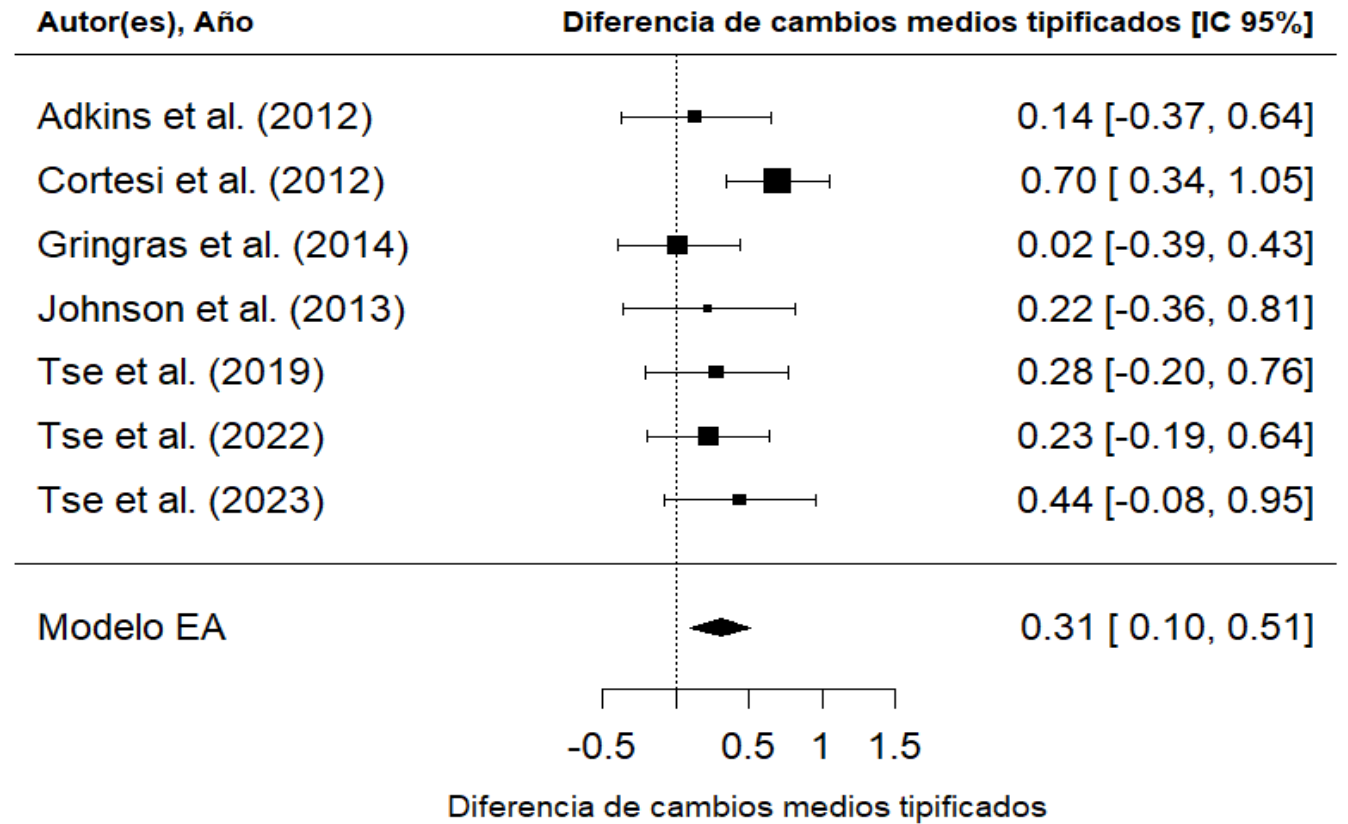
RESULTADOS:

- ❑ Descripción estudios incluidos en los dos meta-análisis ($n = 7$):
 - Las intervenciones presentaban una duración entre 2 y 12 semanas
 - 6 estudios con grupo de control pasivos, excepto Johnson et al. (2013)
 - 2 estudios reportaban datos de seguimiento
 - 3 estudios de China, 2 de EEUU, 1 de Italia y 1 de Reino Unido

Meta-análisis de programas de intervención para mejorar los problemas de sueño en niños y adolescentes con autismo

RESULTADOS: Meta-análisis del **tiempo de sueño total**

- $Q(6)=7.33, p = 0.29$
- $I^2 = 28.28\%$
- IP 95%[-0.05; 0.66]



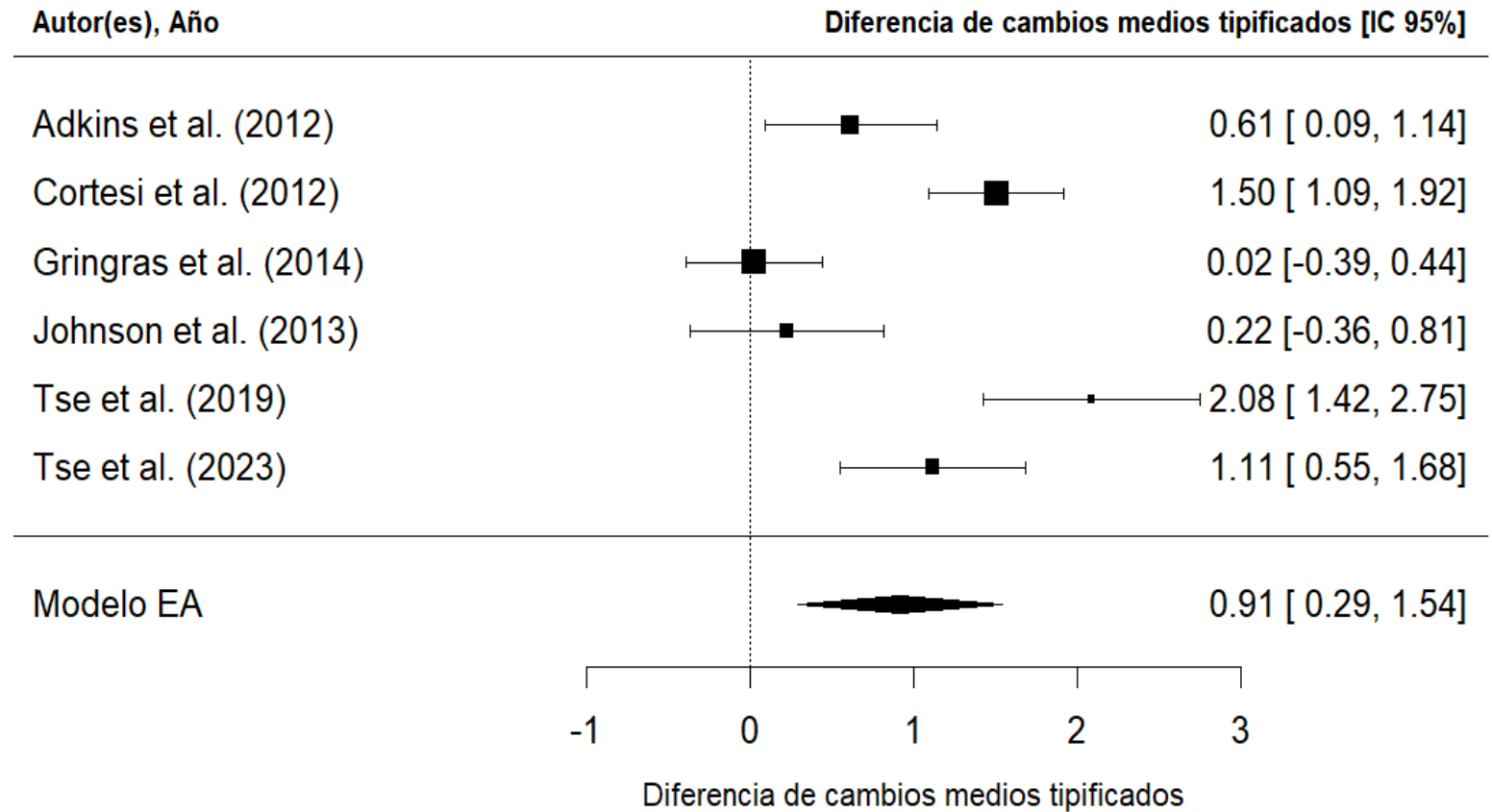
Meta-análisis de programas de intervención para mejorar los problemas de sueño en niños y adolescentes con autismo

RESULTADOS: Meta-análisis de la **eficacia del sueño**

➤ $Q(5) = 44.35, p < 0.001$

➤ $I^2 = 88.76\%$

➤ IP 95%[-0.65; 2,48]



Meta-análisis de programas de intervención para mejorar los problemas de sueño en niños y adolescentes con autismo

CONCLUSIONES:

- *Evidencias científicas sobre la efectividad de los programas* de intervención no farmacológicos para mejorar el insomnio en el contexto del autismo
- Evidencia de la *escasez de programas cognitivo-conductuales* con una metodología eficaz
- Necesidad de *ampliar el número de participantes con TEA* y la realización de estudios de *intervención con muestras españolas*
- Analizar el *impacto del insomnio* en el funcionamiento diario de los niños y adolescentes con TEA, así como en la calidad de vida de las familias

Gracias por su atención



Datos identificativos y de contacto:

- Carmen Berenguer Forner (Carmen.Berenguer@uv.es)
- Cristina Vargas Pecino (Cristina.Vargas@uv.es)