



**Federación Española de Sociedades de Medicina del Sueño. FESMES.
Séptima edición del Examen de certificación de médicos expertos en
Medicina del Sueño.**

Madrid, 6 de marzo de 2020

PROCEDIMIENTO, CONTENIDOS Y BIBLIOGRAFIA

PROCEDIMIENTO DEL EXAMEN

El examen constará de una parte teórica y una práctica.

1. Parte teórica

Consistirá en 100 preguntas de elección múltiple con 4 respuestas y una sola correcta. Las respuestas erróneas no restarán del resultado total.

La puntuación se establece del modo siguiente:

Las 30 primeras preguntas, de conocimientos básicos, serán comunes en el examen de médicos, técnicos y odonto-estomatólogos, siendo necesario responder correctamente a 15 de ellas para que el examen pueda ser evaluado. Las 70 preguntas restantes son las que contarán como puntuación definitiva.

2. Parte práctica

El resultado de esta parte tiene un valor de 30 puntos y de ellos:

- 20 puntos corresponden a casos prácticos, en formato imagen (pantallas).
- 10 puntos por el montaje correcto de electrodos o sensores de la PSG y máscara de CPAP

La nota final se obtendrá de la suma de la puntuación de la parte teórica más la práctica. Se considerará APTO el candidato que obtenga una puntuación superior o igual a 70 puntos.



CONTENIDOS Y TEMARIO DEL EXAMEN TEÓRICO

• Índice y peso relativo de los contenidos del examen teórico para médicos:	
– El sueño normal y sus variantes; fisiología de órganos y sistemas durante el sueño	10%
– Evaluación del sueño (métodos diagnósticos)	18%
– Farmacología	5%
– Trastornos relacionados con el ritmo circadiano	4%
– Insomnio, incluyendo fisiopatología, epidemiología, diagnóstico y tratamiento	10%
– Hipersomnias no relacionadas con trastornos respiratorios del sueño, (fisiopatología, epidemiología, diagnóstico y tratamiento)	6%
– Parasomnias, incluyendo fisiopatología, epidemiología, diagnóstico y tratamiento	4%
– Trastornos del movimiento relacionado con el sueño incluyendo fisiopatología, epidemiología, diagnóstico y tratamiento	5%
– Trastornos respiratorios relacionados con el sueño, incluyendo fisiopatología, epidemiología, diagnóstico y tratamiento	27%
– Consideraciones y trastornos propios del sueño en pediatría	7%
– Sueño y salud. Patología asociada y comorbilidades,	4%
Total	100%

BIBLIOGRAFIA RECOMENDADA

FISIOLOGIA

- España RA, Scammell TE. Sleep neurobiology from a clinical perspective. *Sleep*. 2011 Jul 1;34(7):845-58. doi: 10.5665/SLEEP.1112

ASPECTOS BÁSICOS DE LA CLINICA

- KANNAN RAMAR, MD, and ERIC J. OLSON, MD. Management of Common Sleep Disorders. *Am Fam Physician*. 2013; 8):231-238.
<https://pdfs.semanticscholar.org/00e7/43c767bc3e34eda62e12406c7b888f4bfdd6.pdf>
- Milena Pavlova MD , V«eronique Latreille PhD , Sleep Disorders, *The American Journal of Medicine* (2018), doi: <https://doi.org/10.1016/j.amjmed.2018.09.021>
- Merikangas KR, Zhang J, Emsellem H, Swanson SA, Vgontzas A, Belouad F, Blank MM, Chen W, Einen M, He JP, Heaton L, Nakamura E, Rooholamini S, Mignot E. The structured diagnostic interview for sleep patterns and disorders: rationale and initial evaluation. *Sleep Med*. 2014 May;15(5):530-5. doi: 10.1016/j.sleep.2013.10.011. Epub 2014 Feb 15

CRONOBIOLOGIA

- J. A. Madrid y M. A. Rol. Ritmos, relojes y relojeros. Una introduccion a la Cronobiologia. *Revista Eubacteria. Especial de Cronobiologia*. No 33. 2015. ISSN 1697-0071. Página 1. <http://hdl.handle.net/10201/45908>
- R. Robert Auger. Clinical Practice Guideline for the Treatment of Intrinsic Circadian Rhythm Sleep-Wake Disorders: Advanced Sleep-Wake Phase Disorder (ASWPD), Delayed Sleep-Wake Phase Disorder (DSWPD), Non-24-Hour Sleep-Wake Rhythm Disorder (N24SWD), and Irregular Sleep-Wake Rhythm Disorder (ISWRD). An Update for 2015. *J Clin Sleep Med* 2015;11(10):1199–1236 . DOI: 10.5664/jcsm.5100



HIPOVENTILACION

- Anita K. Simonds. Chronic hypoventilation and its management. *Eur Respir Rev* 2013; 22: 325–332. doi: 10.1183/09059180.00003113.
- Arnal JM, Thevenin CP, Couzinou B, Texereau J, Garnero A. Setting up home noninvasive ventilation. *Chron Respir Dis*. 2019; 16:1479973119844090. doi: 10.1177/1479973119844090.

INSOMNIO

- Morin, C. M., & Benca, R. (2012). Chronic insomnia. *The Lancet*, 379(9821), 1129-1141.
- DIETER RIEMANN. European guideline for the diagnosis and treatment of insomnia. 2017 European Sleep Research Society
- Frase, L., Nissen, C., Riemann, D., & Spiegelhalter, K. (2018). Making sleep easier: pharmacological interventions for insomnia. *Expert opinion on pharmacotherapy*, 19(13), 1465-1473.

NEUROLOGIA

- Lucie Barateau. Management of Narcolepsy. *Curr Treat Options Neurol* (2016) 18:43
- Laura Pérez-Carbonell et al. Clinical update on central hypersomnias. *J Thorac Dis* 2018;10(Suppl 1):S112-S123
- Wijemanne S, Ondo W. Restless Legs Syndrome: clinical features, diagnosis and a practical approach to management. *Pract Neurol*. 2017 Dec;17(6):444-452. doi: 10.1136/practneurol-2017-001762.
- Högl B, Iranzo A. Rapid Eye Movement Sleep Behavior Disorder and Other Rapid Eye Movement Sleep Parasomnias. *Continuum (Minneapolis, Minn)*. 2017 Aug;23(4, Sleep Neurology):1017-1034. doi: 10.1212/CON.0000000000000489.
- Irfan M, Schenck CH, Howell MJ. Non-Rapid Eye Movement Sleep and Overlap Parasomnias. *Continuum (Minneapolis, Minn)*. 2017 Aug;23(4, Sleep Neurology):1035-1050. doi: 10.1212/CON.0000000000000503.

DENTAL, MAXILO, ORL

- Nisha Aurora. Practice Parameters for the Surgical Modifications of the Upper Airway for Obstructive Sleep Apnea in Adults. *SLEEP*, Vol. 33, No. 10, 2010.
- Guía de práctica Clínica de la Exploración de la Vía aérea Superior del Adulto con SAHS. <http://ses.org.es/wp-content/uploads/2018/05/guia-practica-vas-sahos.pdf>
- Sampol G, Macias E, Montserrat JM, Terán J. Mandibular advancement devices in the treatment of obstructive sleep apnea. A necessary and effective option. *Med Clin (Barc)*. 2018;151(1):34-8.
- Guía Española de práctica clínica. Utilización de los dispositivos de avance mandibular (DAM) en el tratamiento de paciente con síndrome de apneas-hipoapneas del sueño. Sociedad Española de Sueño. 2017. http://ses.org.es/wp-content/uploads/2016/12/SES_Guia-Espanola-de-practica-clinica_17-04-2017.pdf
- Li HY, Lee LA, Hsin LJ, Fang TJ, Lin WN, Chen HC, et al. Intraplaryngeal surgery with integrated treatment for obstructive sleep apnea. *Biomed J* 2019;42:84–92. doi:10.1016/j.bj.2019.02.002.

PEDIATRIA.

- Tan HL, Gozal D, Kheirandish-Gozal L. Obstructive sleep apnea in children: a critical update. *Nature and Science of Sleep* 2013; 25:5 109–123. doi: 10.2147/NSS.S51907.
- Pin Arboledas G, Soto Insuga V, Jurado Luque MJ, Fernández Gomariz C et al. Insomnio en niños y adolescentes. Documento de consenso. *An Pediatr (Barc)*. 2017;86(3):165.e1-165.e11. doi: 10.1016/j.anpedi.2016.06.005.
- Rocca FL, Pizza F, Ricci E, Plazzi G. Narcolepsy during Childhood: An Update. *Neuropediatrics*. 2015 Jun;46(3):181-98. doi: 10.1055/s-0035-1550152



TRASTORNOS RESPIRATORIOS DEL SUEÑO

- Edwards BA, Eckert DJ, Jordan AS. Obstructive sleep apnoea pathogenesis from mild to severe: Is it all the same?. *Respirology*. 2017;22(1):33–42. doi:10.1111/resp.12913
- Lévy P, Kohler M, McNicholas WT, et al. Obstructive sleep apnoea syndrome. *Nat Rev Dis Primers*. 2015; 1:15015. doi: 10.1038/nrdp.2015.15.
- Mediano O, Romero-Peralta S, Resano P, et al. Obstructive Sleep Apnea: Emerging Treatments Targeting the Genioglossus Muscle. *J Clin Med*. 2019;8(10):E1754. doi: 10.3390/jcm8101754.
- Badr MS, Dingell JD, Javaheri S. Central Sleep Apnea: a Brief Review. *Curr Pulmonol Rep*. 2019;8(1):14–21. doi: 10.1007/s13665-019-0221

SALUD Y SUEÑO

- Sutapa Mukherjee. An Official American Thoracic Society Statement: The Importance of Healthy Sleep Recommendations and Future Priorities. *Am J Respir Crit Care Med* Vol 191, Iss 12, pp 1450–1458, Jun 15, 2015 <https://doi.org/10.1164/rccm.201504-0767ST>
- Merino-Andreu M, Alvarez-Ruiz de Larrinaga A, Madrid-Perez JA, Martinez-Martinez MA, Puertas-Cuesta FJ, Asencio-Guerra AJ, Romero Santo-Tomas O, Jurado-Luque MJ, Segarra-Isern FJ, Canet-Sanz T, Gimenez-Rodriguez P, Teran-Santos J, Alonso-Alvarez ML, Garcia-Borreguero Diaz-Varela D, Barriuso-Esteban B. Healthy sleep: evidence and guidelines for action. Official document of the Spanish Sleep Society. *Rev Neurol*. 2016 Oct 3;63(s02):1. Spanish. <http://s525459985.mialojamiento.es/wp-content/uploads/2016/12/rev-neurologia2016.pdf>

TECNOLOGÍA

- Berry RB, Brooks R, Gamaldo CE, et al. for the American Academy of Sleep Medicine. The AASM Manual for the Scoring of Sleep and Associated Events: Rules, Terminology and Technical Specifications. Darien, IL: American Academy of Sleep Medicine; 2018. Version 2.5 <https://rtsleepworld.com/wp-content/uploads/2018/03/9.-Morphing-Manual-Adult-Rules.pdf>
- Berry RB; Chediak A; Brown LK; Finder J; Gozal D; Iber C; Kushida CA; Morgenthaler T; Rowley JA; Davidson-Ward SL. Best clinical practices for the sleep center adjustment of noninvasive positive pressure ventilation (NPPV) in stable chronic alveolar hypoventilation syndromes. *J Clin Sleep Med* 2010;6(5):491-509
- Kushida CA, Chediak A, Berry RB, Brown LK, Gozal D, Iber C, Parthasarathy S, Quan SF, Rowley JA; Positive Airway Pressure Titration Task Force; American Academy of Sleep Medicine. Clinical guidelines for the manual titration of positive airway pressure in patients with obstructive sleep apnea. *J Clin Sleep Med*. 2008 Apr 15;4(2):157-71.
- Littner MR, Kushida C, Wise M, Davila DG, Morgenthaler T, Lee-Chiong T, Hirshkowitz M, Daniel LL, Bailey D, Berry RB, Kapen S, Kramer M; Standards of Practice Committee of the American Academy of Sleep Medicine. Practice parameters for clinical use of the multiple sleep latency test and the maintenance of wakefulness test. *Sleep*. 2005 Jan; 28(1):113-21.
- Sociedad Española de Sueño. Romero Santo-Tomás, Odile et al. Guia de actigrafia en las Unidades de Sueño. <http://ses.org.es/wp-content/uploads/2016/12/guia-de-actigraf%C3%ADa-en-unidades-de-sueno-1.pdf>
- Fischer J, Dogas Z, Bassetti CL, Berg S, Grote L, Jennum P, Levy P, Mihaicuta S, Nobili L, Riemann D, Puertas Cuesta FJ, Raschke F, Skene DJ, Stanley N, Pevernagie D; Executive Committee (EC) of the Assembly of the National Sleep Societies (ANSS); Board of the European Sleep Research Society (ESRS), Regensburg, Germany. Standard procedures for adults in accredited sleep medicine centres in Europe. *J Sleep Res*. 2012 Aug;21(4):357-68. doi: 10.1111/j.1365-2869.2011.00987.



- Mathis J, Hess CW. Sleepiness and vigilance tests. *Swiss Med Wkly.* 2009 Apr 18;139(15-16):214-9. doi: smw-12498.
- Smith MT, McCrae CS, Cheung J, Martin JL, Harrod CG, Heald JL, Carden KA. Use of actigraphy for the evaluation of sleep disorders and circadian rhythm sleep-wake disorders: an American Academy of Sleep Medicine clinical practice guideline. *J Clin Sleep Med.* 2018;14(7):1231–1237.

LIBROS:

- Tratado de Medicina del Sueño. Sociedad Española de Sueño (ed.) Editorial Médica Panamericana. Madrid. 2015. ISBN: 978-84-9835-203-0
- Patología básica del sueño Jose Maria Montserat Canal & Francisco Javier Puertas Cuesta (Eds). Editorila Elsevie, Barcelona 2015. ISBN 978-84-9022-590-5