GUIAS DE ACREDITACIÓN EN MEDICINA DEL SUEÑO

Documento del Comité Español de Acreditación en Medicina del Sueño (CEAMS) integrado por:

Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica (SEPAR)
Sociedad Española de Neurología (SEN),
Asociación Española de Pediatría (AEP)
Sociedad Española de Psiquiatría (SEP) y
Sociedad Española de Sueño

1. Introducción

La Medicina del Sueño ha pasado a lo largo de las últimas décadas de ser un área con un cierto interés médico y científico a convertirse en una disciplina madura, con unos fundamentos científicos sólidos y ampliamente aceptados. No obstante, la rápida expansión de su contenido asistencial ha causado cambios mayores en su práctica profesional. Para numerosos profesionales, la patología del sueño ha pasado a ser el centro de su actividad clínica, e incluye los trastornos respiratorios del sueño y otras patologías como el insomnio, las hipersomnias centrales, los trastornos motores durante el sueño, las alteraciones del ritmo circadiano o las parasomnias, obligando a compartir, tanto los recursos técnicos de las Unidades de Sueño, como el conocimiento entre profesionales de distintas especialidades con un nexo común. Esto ha dado lugar a que en los países de nuestro entorno con una medicina más avanzada (como EEUU y varios países europeos), el contenido asistencial de la Medicina del Sueño sea suficientemente sólido como para justificar una reglamentación y una certificación específica (1).

En Europa, la referencia natural de nuestro país, esto se hace incluso más evidente al considerar los esfuerzos de convergencia en la formación y libre circulación de profesionales.

En España, la práctica de la Medicina del Sueño ha evolucionado sin una adecuada planificación asistencial y formativa, frecuentemente en el marco de la actividad clínica de un único servicio (Neumología, Neurofisiología Clínica, Neurología, y en menor medida otros), por el esfuerzo individual de especialistas, con poca coordinación y escaso apoyo. A pesar del reconocimiento internacional de grupos

de investigación españoles en diferentes ámbitos de la patología del sueño, y un importante crecimiento en el número de unidades de sueño en hospitales públicos y privados, no ha habido un desarrollo de la Medicina del Sueño como disciplina transversal que abarque competencias de varias especialidades tradicionales, siendo pocos los ejemplos de trabajo en equipo y unidades interdisciplinares. Así pues, y de la misma forma que en otros países se han establecido mecanismos de acreditación y formación en Medicina del Sueño, es pertinente que España también desarrolle su propio proceso de acreditación en Medicina del Sueño con el mayor consenso entre las especialidades implicadas.

En EEUU la Medicina del Sueño existe desde 1978 como área de conocimiento interdisciplinar, si bien no fue hasta 2005 cuando alcanzó carácter oficial al ser aprobada tanto por el *Acreditation Council of Graduate Medical Education (ACGME)* y por el *American Board of Medical Specialties (ABMS)* pasando a ser considerada entonces una subespecialidad de diferentes especialidades médicas (Medicina Interna/Neumología, Psiquiatría, Neurología/Neurofisiología, Medicina de Familia, Pediatría y Otorrinolaringología) (1).

El modelo de formación norteamericano ha sido pionero en el mundo, y consiste en una acreditación mediante un examen al que debe preceder un periodo de formación (*fellowship*) de un año a tiempo completo en un centro de sueño acreditado. La condición necesaria para poder acceder al periodo de formación es estar en posesión de alguna de las especialidades médicas mencionadas. Desde su creación hace tres décadas, han sido certificados 3445 personas por el *American Board of Sleep Medicine* (2).

La experiencia americana muestra que este sistema de acreditación ha permitido asegurar una homogeneidad en los conocimientos y las habilidades clínicas entre las personas que trabajan en esta disciplina, a la vez que se evitan conflictos de competencias entre profesionales provenientes de diversas especialidades. Además, ha servido para afianzar el desarrollo científico y asistencial de esta disciplina.

Por su parte, a nivel europeo, Alemania es el país donde la Medicina del Sueño ha podido desarrollarse más rápidamente en sus aspectos profesionales. Este país ha seguido desde mediados de la década de los noventa un modelo similar al norteamericano, dirigido a profesionales que previamente hayan completado una especialidad médica o quirúrgica. Según el modelo alemán, el periodo de formación en

un centro de sueño acreditado debe ser de un año, seguido de un examen escrito y oral. Desde 2005, la Medicina del Sueño es reconocida oficialmente por las autoridades competentes (en Alemania, la *Bundesärtzekammer - BÄK*-) como una subespecialidad médica interdisciplinar.

Siguiendo el modelo norteamericano y alemán, se aprecia en la mayor parte de los países desarrollados una tendencia creciente a organizar sistemas de formación y acreditación que aseguren la competencia del profesional médico responsable. Así, países como Suiza, Francia, Japón, Italia, Finlandia, Suecia, Dinamarca, Rumania Hungría, y Bélgica han desarrollado o están desarrollando modelos de formación y acreditación con diversos grados de reconocimiento oficial, académico o de las propias sociedades nacionales de sueño.

La *European Sleep Research Society* (ESRS), organización de carácter científico y médico que agrupa a más de 6000 profesionales de 24 países europeos, estableció unas directrices destinadas a que las sociedades de sueño afiliadas (en España, la Sociedad Española de Sueño, SES) organizaran en su territorio nacional, de común acuerdo con otras sociedades científicas interesadas, un sistema de capacitación en Medicina del Sueño (3). Bajo estas directrices, se propuso a las sociedades nacionales afiliadas un plan de formación a desarrollar a nivel nacional, adaptado a la legislación local, con la posibilidad de ser homologado por la ESRS y otras sociedades para el conjunto de Europa.

Con el fin de poder comprobar el grado de adherencia de cada país a las directrices propuestas, la ESRS creó el Comité de Medicina del Sueño (2). Una de las funciones de este comité es la organización de una acreditación europea en Medicina del Sueño cuyo primer examen se dirigirá a profesionales de larga experiencia y tendrá lugar en septiembre de 2012 (4).

En España, dichos esfuerzos de coordinación europea han coincidido en el tiempo con la actividad realizada por el Comité Español de Acreditación en Medicina del Sueño (CEAMS). Creado en 2004 a iniciativa de la Sociedad Española de Sueño (entonces denominada Asociación Ibérica de Patología del Sueño), el CEAMS cuenta con representantes oficiales de la Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica (SEPAR), Sociedad Española de Neurología (SEN), Asociación Española de Pediatría (AEP), Sociedad Española de Psiquiatría (SEP), además de la propia Sociedad Española de Sueño (SES).

En 2009 se desarrolla la fase inicial de acreditación de las Unidades de Sueño propuesta a través del área de Sueño, Ventilación Mecánica y Trastornos respiratorios Críticos de la SEPAR, y posteriormente la CEAMS pone en marcha el documento de consenso sobre Acreditación de Centros de Medicina del Sueño y Unidades de Trastornos respiratorios del Sueño. Ambos sistemas de acreditación presentan en estos momentos un modelo de confluencia que sin duda finalizará en el establecimiento de un solo modelo de acreditación de Centros en España. En noviembre de 2011 la Agencia de Calidad del Ministerio de Sanidad, en colaboración con las sociedades científicas, publicó un Documento de Estándares y recomendaciones de Calidad y seguridad de la Unidad del Sueño, uno de los primeros de Europa en esta área. Una de las recomendaciones principales del presente trabajo es la creación de un Área de Capacitación Específica en Medicina del Sueño (5)

2. Objetivos de la acreditación

La acreditación en Medicina del Sueño en España debe cumplir un triple objetivo:

1. Garantizar la calidad y el nivel integral de conocimiento en Medicina de Sueño, siguiendo estándares de las recomendaciones internacionales
2. Ser homologada por la ESRS y, en su caso, por otras sociedades europeas e internacionales
3. Obtener en un futuro el reconocimiento oficial por las autoridades españolas en base a la ley de ordenación de las profesiones sanitarias que en su momento estuviera vigente (actualmente Ley 44/2003, de 21 de noviembre, de ordenación de las profesiones sanitarias.)

La acreditación reconoce haber recibido entrenamiento específico y superado con éxito los conocimientos y habilidades necesarios para la práctica de la Medicina del Sueño, y en ningún caso implica la exclusión de aquellos profesionales que no hayan realizado o superado dicha evaluación.

El sistema de acreditación propuesto, y de acuerdo con las directrices de la CEAMS tiene por el momento un carácter privado y asegura el reconocimiento recíproco por parte de las diversas sociedades que lo suscriben. No obstante, este acuerdo se presentará en el futuro tanto a los organismos oficiales responsables de la formación y capacitación médica (Administración Central y Comunidades Autónomas),

las estructuras universitarias y otras implicadas en la educación sanitaria de postgrado en España, entre las que destacan las sociedades científicas.

El presente documento propone un programa de acreditación en Medicina de Sueño para los especialistas médicos. Conforme a la normativa europea, se contempla la acreditación de profesionales no médicos, aunque sus bases se desarrollarán en otro documento diferente.

3. Características de la acreditación en Medicina del Sueño en España

Para establecer una acreditación amplia, flexible e integradora que favorezca la incorporación de especialistas con formaciones y orígenes diversos, tanto desde el campo de las neurociencias, como desde los trastornos respiratorios, CEAMS acuerda establecer **un único nivel de acreditación.**

En este sentido, el candidato debe tener los conocimientos suficientes para identificar, orientar y tratar correctamente los trastornos del sueño más frecuentes (SAHS, insomnio, síndrome de piernas inquietas, narcolepsia etc.) e identificar las patologías más complejas o menos frecuentes para remitirlas en su caso a otro centro o especialista de referencia.

4. Contenido y procedimiento de la Acreditación en Medicina del Sueño

La educación en Medicina del Sueño incluye la epidemiología, etiología, fisiopatología, diagnóstico, diagnóstico diferencial, farmacología y el conjunto de medidas terapéuticas para los trastornos del sueño y de la vigilia. La competencia en Medicina del Sueño incluye el conocimiento de una anamnesis e historia clínica de sueño, los métodos esenciales de diagnóstico, las técnicas de examen y la metodología de investigación, así como las medidas terapéuticas específicas.

4.1 Proceso de evaluación

Requisitos previos para acceder a la acreditación:

a) El candidato debe estar en posesión del título de licenciado en Medicina y Cirugía.

b) Para la obtención de la acreditación, es aconsejable que el candidato sea miembro cualquiera de las sociedades pertenecientes al CEAMS.

c) Para la obtención del certificado, los candidatos deberán haber completado vía MIR una especialidad médica o quirúrgica oficialmente válida en España, que incluya la disciplina del sueño en su programa docente. Tras la obtención del título de especialista

deben pasar por un periodo formativo hasta obtener un total de 30 créditos ECTS (*European Credits Transfer System*), un cursillo y una prueba de capacitación.

d) Solicitud para acceder al examen

El candidato deberá dirigirse al CEAMS documentando por escrito que cumple cada uno de los requisitos descritos anteriormente. Específicamente, deberá mostrarse documentación que avale la titulación de licenciado en medicina y cirugía, título de especialista, así como informes detallados sobre el lugar y la experiencia concreta durante la especialización. Se documentará además el tiempo de formación en un centro de sueño, y el tipo y número de casos y pruebas en las que se tiene experiencia, según los criterios mostrados en el apéndice I.

Tras examinar dicha documentación, el CEAMS podrá solicitar información adicional o aclaraciones en un plazo máximo de dos meses, si lo estimara necesario.

e) Comité de examen

El comité de examen constará de 6 miembros, con representación de las cinco sociedades integrantes, nombrados por el CEAMS de común acuerdo y con el máximo consenso de entre candidatos de reconocido prestigio propuestos por las sociedades que lo componen.

El comité de examen será renovado parcialmente cada dos años.

El comité de examen se regirá por un reglamento de funcionamiento que será objeto de desarrollo en CEAMS

f) Procedimiento de adquisición y convalidación de créditos ECTS

Se propone un sistema de adquisición de créditos ECTS hasta completar un total de 30 (750 horas), 5 de los cuales corresponden a la realización de un curso intensivo teórico-práctico, de una semana de duración, por lo que será necesario justificar 25, entre los diferentes baremos que se exponen a continuación.

1. Por los conocimientos adquiridos durante el periodo de la Residencia, el Comité estimará el número de créditos hasta un máximo de 15 (5 créditos por mes), si el aspirante ha estado dedicado a tiempo total en una unidad multidisciplinar. Si ha estado en una unidad no multidisciplinar se reconocerá hasta un máximo de 10 (2.5 créditos por mes).

2. Por rotaciones a tiempo completo en centros multidisciplinares acreditados a nivel nacional e internacional, efectuados tras el periodo de la Residencia, se reconocerá hasta un máximo de 20 (5 por mes).

3. Para los profesionales que trabajen fundamentalmente en una Unidad de Sueño no multidisciplinar se establece el siguiente baremo.

- entre 1 y 5 años: 2 créditos
- entre 5 y 10 años: 10 créditos
- más de 10 años: 20 créditos.

4. Por asistencia a cursos o simposiums acreditados por cualquiera de las Sociedades integrantes de CEAMS, se reconocerá hasta un máximo de 6 Créditos.

5. Por publicaciones científicas en el área de medicina de sueño se valorará hasta un máximo de 5 créditos, de acuerdo a la siguiente distribución:

Publicaciones nacionales indexadas: 0.2

Publicaciones internacionales indexadas y con factor impacto: 0.5

6. Por asistencia al curso de formación intensivo teórico-práctico organizado por CEAMS y preparación del material para acceder al curso intensivo: 5 créditos

En la Tabla 1 se resume el baremo necesario para la obtención de los 30 créditos

Modalidad	**Máximo créditos ECTS**
Residencia MIR en Unidad multidisciplinar	15
Residencia MIR en Unidad no multidisciplinar	10
Estancia post-residencia en Unidad Multidisciplinar (5/mes)	20
Profesionales de Unidad no multidisciplinar 1-5 años experiencia	2
Profesionales de Unidad no multidisciplinar 5-10 años experiencia	10

Profesionales de Unidad no multidisciplinar > 10 años experiencia	20
Asistencia cursos acreditados	6
Publicaciones científicas (0.2 nacional, 0.5 internacional)	5
Asistencia curso capacitación (*)	5

Tabla 1. Baremo para la obtención de los 30 créditos necesarios para optar a la prueba teórico-práctica de Acreditación.

(*) La asistencia al curso de capacitación será obligatoria, excepto para profesionales con más de 10 años de dedicación y trayectoria profesional y científica reconocida

4.2 Examen de capacitación

Constará de una parte clínico-práctica y una parte teórica que permita determinar si el candidato posee los conocimientos básicos de la Medicina del Sueño y sepa identificar, orientar y tratar los trastornos del sueño más frecuentes. Para obtener la acreditación será necesario que el resultado de ambas partes sume al menos 14 puntos sobre 20.

- Parte clínico-práctica:

Constará de un examen práctico sobre el uso de las herramientas diagnósticas y terapéuticas de la Medicina del Sueño. Este apartado será evaluado de 0 a 10.

- Parte teórica:

Constará de un examen escrito con preguntas de elección múltiple que se evaluará también de 0 a 10.

g) Protocolo

Se archivarán las notas escritas del examen y sus resultados, de modo que puedan ser revisadas por el examinado.

h) Apelación

Un candidato puede apelar a la dirección del CEAMS en contra de las decisiones por el Comité de Examen o de los examinadores dentro de un plazo de 4 semanas.

i) El CEAMS, en nombre de las sociedades en él representadas emitirá la certificación a los candidatos que hayan superado la prueba con éxito, la cual será avalada por las

Sociedades Médicas e instituciones que hayan participado en el desarrollo del programa formativo, la ESRS u otras sociedades internacionales con las cuales se establezcan convenios.

j) El CEAMS podrá convalidar la acreditación en Medicina del Sueño a los candidatos en posesión de un certificado o acreditación en Medicina del Sueño reconocido oficialmente en otro país, o emitido con el aval de una sociedad científica de reconocido prestigio.

5. Vía extraordinaria de acceso al examen para profesionales con experiencia en medicina del Sueño

El CEAMS plantea de forma transitoria, durante un periodo de cinco años a partir del inicio de la acreditación, de una vía extraordinaria de acceso al examen, diferente de los requisitos del apartado 4.1, destinada a profesionales de más de 10 años de dedicación a la medicina del sueño, en los que sería innecesaria la exigencia de acciones formativas complementarias por su larga dedicación, experiencia, publicaciones y reconocido liderazgo en el área de la Medicina del Sueño, identificados en los procesos de acreditación de otros países como *grandfathers/grandmothers*. En estos supuestos no sería obligatorio realizar el curso intensivo de Formación, siendo necesario adjuntar con la inscripción al examen, la solicitud de convalidación de la formación práctica por méritos curriculares, que será evaluada por el comité de examen del CEAMS.

Los miembros del comité de examen que en un primer momento sean responsables del mismo podrán obtener la acreditación por vía curricular.

EXPERIENCIA PRÁCTICA Y CONOCIMIENTOS TEÓRICOS NECESARIOS PARA LA ACREDITACIÓN EN MEDICINA DEL SUEÑO

Anexo 1. Experiencia práctica precedente

Se requerirá al candidato que proporcione un documento escrito por el responsable del centro de Medicina de Sueño en el que se justifique la correcta realización de lo siguiente:

a) Supervisión directa y montaje del registro de sueño (en 30 pacientes, que incluyan al menos un 60% de polisomnografía convencional (PSG)

b) La lectura independiente de 100 PSG y 50 poligrafías respiratorias de acuerdo con la normativa internacional actual, de pacientes con diferentes tipos de trastornos del sueño, tanto en adultos como en niños.

c) Valoración e informe de estudios de TLMS/TMV en 30 pacientes.

d) Experiencia en el tratamiento en 100 pacientes que abarquen los trastornos del sueño más frecuentes que incluya niños y adultos.

Anexo 2. Índice de conocimientos teóricos

El candidato que solicite ser acreditado en “Medicina del Sueño” deberá superar una prueba de examen, con la siguiente proporción de preguntas relacionadas con cada una de las áreas y de acuerdo a los contenidos docentes que se adjuntan a continuación. Simultáneamente a la convocatoria del examen se publicarán las referencias bibliográficas sobre las que se basarán las preguntas, en especial artículos de revisión recomendados y bibliografía de consulta.

Índice y peso relativo de los contenidos del examen teórico:

El sueño normal y sus variantes. 10%

Fisiología de órganos y sistemas durante el sueño 4%

Evaluación del sueño 18%

Farmacología 4%

Trastornos relacionados con el ritmo circadiano 4%

Insomnio, incluyendo fisiopatología, epidemiología, diagnóstico y tratamiento 9%

Hipersomnia no relacionada con trastornos respiratorios del sueño, incluyendo fisiopatología, epidemiología, diagnóstico y tratamiento 7%

Parasomnias incluyendo fisiopatología, epidemiología, diagnóstico y tratamiento 4%

Trastornos del movimiento relacionado con el sueño incluyendo fisiopatología, epidemiologia, diagnóstico y tratamiento 5%

Trastornos respiratorios relacionados con el sueño, incluyendo fisiopatología, epidemiología, diagnóstico y tratamiento 30%

Sueño y otros trastornos 3%

Consideraciones y trastornos propios del sueño en pediatría 2%

Total 100%

Contenido de los diferentes apartados del examen teórico

El sueño normal y sus variaciones, 10%

- Mecanismos reguladores ciclo sueño vigilia
- Cronobiología/Neurofisiología
- Cambios en el sueño a lo largo de la vida y variaciones de género
- Efectos de la privación de sueño

Fisiología de órganos y sistemas durante el sueño, 4%

- Fisiología de la respiración durante el sueño
- Fisiología cardiovascular durante el sueño
- Fisiología otros aparatos y sistemas durante el sueño

Evaluación del sueño 18%

- Historia clínica del sueño, anamnesis y exploración física
- Polisomnografía y electroencefalografía
- Test de latencias múltiples al sueño y test de mantenimiento de la vigilia
- Poligrafía respiratoria, actigrafía, test de Osler y otras técnicas

Farmacología 4%

- Principios básicos de la farmacología del ciclo sueño vigilia
- Fármacos que influyen en el sueño y la vigilia

Trastornos relacionados con el ritmo circadiano del sueño 4%

- Trastornos del ritmo circadiano
- Jet Lag
- Trabajo a turnos
- Otras alteraciones del ritmo circadiano inducidas por hábitos, patología médica o psiquiátrica y fármacos

Insomnio, incluyendo fisiopatología, epidemiología, diagnóstico y tratamiento 9%

- Insomnio de adaptación
- Insomnio psicofisiológico
- Insomnio paradójico
- Insomnio asociado a patología psiquiátrica
- Mala higiene del sueño o hábitos de sueño inadecuados
- Insomnio asociado a alteraciones conductuales, patología médica concomitante o abuso de sustancias

Hipersomnia no relacionada con trastornos respiratorios del sueño, incluyendo fisiopatología, epidemiología, diagnóstico y tratamiento 7%

- Narcolepsia con y sin cataplejía
- Hipersomnia relacionada con patología psiquiátrica
- Hipersomnias recurrentes y síndrome de Kleine–Levin
- Hipersomnia idiopática
- Síndrome de sueño insuficiente
- Hipersomnia post-traumática

Parasomnias incluyendo fisiopatología, epidemiología, diagnóstico y tratamiento 4%

- Sonambulismo, terrores de sueño y despertares confusionales
- Trastorno de conducta durante el sueño REM
- Otras parasomnias relacionadas con la fase REM (parálisis sueño, pesadillas, erección dolorosa nocturna, catatrenia)
- Enuresis
- Otras parasomnias (Trastornos conducta alimentaria, sexomnias, …)

Trastornos del movimiento relacionado con el sueño incluyendo fisiopatología, epidemiología, diagnóstico y tratamiento 5%

- Síndrome de Piernas Inquietas
- Trastorno de Movimiento Periódico de Extremidades
- Trastorno de Movimientos Rítmicos (ritmias del sueño)
- Bruxismo

Trastornos respiratorios relacionados con el sueño, incluyendo fisiopatología, epidemiología, diagnóstico y tratamiento 30%

- Síndrome de Apnea-Hipopnea Obstructiva del sueño
- Síndrome de Apnea Central del sueño
- Hipoventilación relacionada con el sueño y otros síndromes que cursan con hipoxemia nocturna
- Tratamiento

Sueño y otros trastornos 3%

- Neurológicos
- Psiquiátricos
- Otros Trastornos (fibromialgia, etc...)

Consideraciones y trastornos propios del sueño en pediatría 2%

- El sueño saludable en el niño
- Insomnio conductual infantil (Asociación con el inicio del sueño y/o establecimiento de límites)
- Síndrome de Piernas Inquietas pediátrico
- Síndrome de Apnea-Hipopnea obstructiva en el niño
- Eventos aparentemente letales

Referencias

1. American Board of Sleep Medicine. Sleep Medicine Certification http://www.absm.org/sleepmedicinespecialty.aspx

2. Quan SF, Buysse DJ, Davidson Ward SL et al. Development and Growth of a Large Multispecialty Certification Examination: Sleep medicine Certification-Results of the First Three Examinations. J Clin Sleep Med 2012; 8: 221-224

3. Pevernagie D, Stanley N, Berg S, Krieger J, Amici R, Bassetti C, Billiard M, Cirignotta F, Garcia-Borreguero D, Tobler I, Fischer J; Task Force of the European Sleep Research Society. European guidelines for the certification of professionals in sleep medicine: report of the task force of the European Sleep Research Society. J Sleep Res 2009;18:136-41

4. Announcement of the First ESRS Examination in Sleep Medicine: Call for 2012 Candidates http://www.esrs.eu/education-career/first-esrs-examination-in-sleep-medicine.html

5. Palanca Sánchez I (Dir.), Barbé Illa F (Coord. Cient.), Puertas Cuesta FJ (Coord. Cient.), Elola Somoza J (Dir.), Bernal Sobrino JL (Comit. Redac.), Paniagua Caparrós JL (Comit. Redac.), Grupo de Expertos. Unidad del sueño: estándares y recomendaciones de calidad y seguridad. Madrid: Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad; 2011. (acceso abril 2012 http://www.msc.es/organizacion/sns/planCalidadSNS/docs/EERR/EyR_UAS.pdf)