

Alteraciones del Sueño

Análisis del biorritmo de la melatonina

Contenido del kit:

- ✓ 4 dispositivos *salivette* para la toma de la muestra de saliva
- ✓ Peticionario de análisis

Tipo de muestra:

- ✓ Para realizar la prueba **Alteraciones del sueño** son necesarias cuatro muestras de saliva. En el kit encontrará 4 dispositivos que le permitirán la obtención de las muestras en su domicilio. Es crucial que tenga en cuenta las “Consideraciones previas” antes de proceder y que siga las “Instrucciones para la toma de la muestra”.



Consideraciones previas:

- ✓ Se ha observado reactividad cruzada en caso de consumo de antiinflamatorios no esteroideos.
- ✓ Una semana antes de realizar el test, no consumir suplementos que contengan melatonina y/o derivados.
- ✓ El día previo a la realización del test y durante el día que se realiza, evitar el consumo de nicotina, alcohol y cafeína (café, té, refrescos, etc.).
- ✓ El día del test no consumir plátanos o chocolate.
- ✓ En el momento de la toma de la muestra, tal y como indican las instrucciones:
- ✓ No deberá ingerir alimentos, beber, tomar medicamentos, fumar, mascar chicle, ni lavarse los dientes durante los 60 minutos antes de obtener la muestra de saliva,
- ✓ Cuando obtenga la muestra a primera hora de la mañana, hágalo antes de lavarse los dientes.
- ✓ Evite contaminar la muestra con pintalabios, sangrado de las encías, etc.
- ✓ Horarios de toma de muestra:
 - ① 22:00 de la noche
 - ② 02:00 de la madrugada
 - ③ 04:00 de la madrugada
 - ④ 08:00 de la mañana

Instrucciones para la toma de la muestra:

1. Con las manos limpias retire el tapón del tubo.
2. Extraiga el dispositivo del interior del tubo.
3. Introdúzcalo en la boca y realice ligeros movimientos de mandíbula durante 1-2 minutos para estimular la salivación y que el dispositivo pueda impregnarse de saliva.
4. Guarde el dispositivo en el tubo contenedor etiquetado con la hora correspondiente.
5. Cierre correctamente el tubo y guarde la muestra en el congelador.



6. Repita el procedimiento para las sucesivas tomas en su correspondiente hora.
7. Acuda a su centro SYNLAB a primera hora de la mañana -tras la última toma-, para entregar las muestras. Estas muestras deben transportarse congeladas (el personal del centro le indicará cómo hacerlo).