

## **Instrucciones para los padres sobre la recogida de saliva para la determinación del cortisol (visita 4 años)**

### ➤ **¿Quién ha de dar una muestra de saliva?**

El niño/a, el padre y la madre, por eso las enfermeras del estudio os habrán entregado 3 kits de recogida de saliva para la determinación del cortisol.

### ➤ **¿Qué día debemos recoger la muestra?**

La recogida de la muestra debe hacerse un día entre semana, en el que se desarrolle una actividad cotidiana. Se puede hacer la semana antes de la visita 2 (no hacerlo antes!), aunque es preferible hacerlo el día antes de la visita 2. Si la visita 2 la tiene un Lunes, sería preferible obtener la muestra un día entre semana de la semana anterior.

### ➤ **¿A qué hora debemos recoger la muestra? (Muy importante!!!!)**

La recogida de la muestra debe realizarse por la tarde, alrededor de las 20 hrs. Pero es importante que sea antes de cenar. Por lo que si el niño cena antes, entonces se le sacará la muestra antes. Si es posible, los padres deben tomarse la muestra en el mismo momento que el niño/a..

### ➤ **¿Cómo hemos de recoger esta muestra?**

Cada kit consta de un tubito con otro dentro donde se guarda una especie de algodón. Se debe extraer el algodón y masticarlo suavemente durante tres minutos, hasta que quede bien empapado. Después debe ser depositado en el mismo tubito y guardado en la nevera hasta.

**¡OJO!** Cuando vaya a recoger la muestra de su hijo/a, indicarle que no debe tragarse el algodón.

### ➤ **¿Qué debo hacer una vez tengo la muestra?**

Las muestras deben ser almacenadas en la nevera una vez extraídas. Rellenar el formulario de extracción de saliva.

### ➤ **¿Para que sirve esta muestra de saliva?**

La extracción de saliva sirve para medir el nivel de cortisol. El cortisol es una hormona que está relacionada con el estrés que sufrimos a diario. Hay estudios que han visto que existe una relación entre los niveles de cortisol tanto en los padres como en el hijo con el desarrollo psicológico del niño.

Por lo tanto, proponemos como parte del estudio INMA medir el cortisol de los padres y de su hijo/a en saliva. Esto es un procedimiento inocuo y no invasivo, que se realizará en casa, ya que los niveles de cortisol varían durante el día.