

Criterios DSM-5 y CIE 11 del Insomnio

Los criterios del DSM-5 y la CIE-11 para el insomnio son muy parecidos. Los criterios de la CIE-11 hacen más énfasis en las cogniciones de la persona relacionadas con las dificultades para dormir.

Quejas de insatisfacción por la cantidad o la calidad del sueño, asociado a:	DSM 5	CIE 11*
1. Dificultad para conciliar el sueño		
2. Dificultad para mantener el sueño (despertares frecuentes o problemas para volver a conciliar el sueño después de despertar)		
3. Despertar pronto por la mañana con incapacidad para volver a dormir		
4. Sueño no reparador o de baja calidad		
5. Preocupación continua de día y de noche sobre el efecto de sus dificultades para dormir		

*CIE: debe estar presente el síntoma 5 y al menos un síntoma de entre el 1, 2 y 4.

Duración/gravedad	2 de:	2 de:
Dificultades para dormir al menos tres veces por semana		
Presente durante al menos tres meses		
Presente durante al menos un mes		

Exclusiones	4 de:	3 de:
No se explica mejor por un trastorno de sueño-vigilia (ejemplo: narcolepsia, parasomnia) ni se produce exclusivamente en el curso de estos		
No se puede atribuir al efecto fisiológico de una sustancia		
La coexistencia de trastornos mentales y afecciones médicas no explica adecuadamente la queja		
La dificultad para dormir está presente a pesar de las condiciones favorables para dormir		