

Carmen Santana Escalante

Pediatra

Centro de Salud "Huelva Centro".

Huelva

[Síndrome de retraso de fase \(sueño\) en el adolescente](#)



Si su hijo tarda en quedarse dormido y se levanta tarde es probable que tenga síndrome de retraso de fase. Es bastante común entre adolescentes. Conócelo para evitar la repercusión en su actitud y rendimiento escolar.

[Leer más sobre Síndrome de retraso de fase \(sueño\) en el adolescente](#)

[Mi hijo tarda mucho en dormirse ¿qué puedo hacer?](#)



El sueño es esencial para la salud y el desarrollo del niño. Muchos niños tienen problemas para quedarse dormidos. Conozca algunos consejos para mejorarlo.

[Leer más sobre Mi hijo tarda mucho en dormirse ¿qué puedo hacer?](#)
