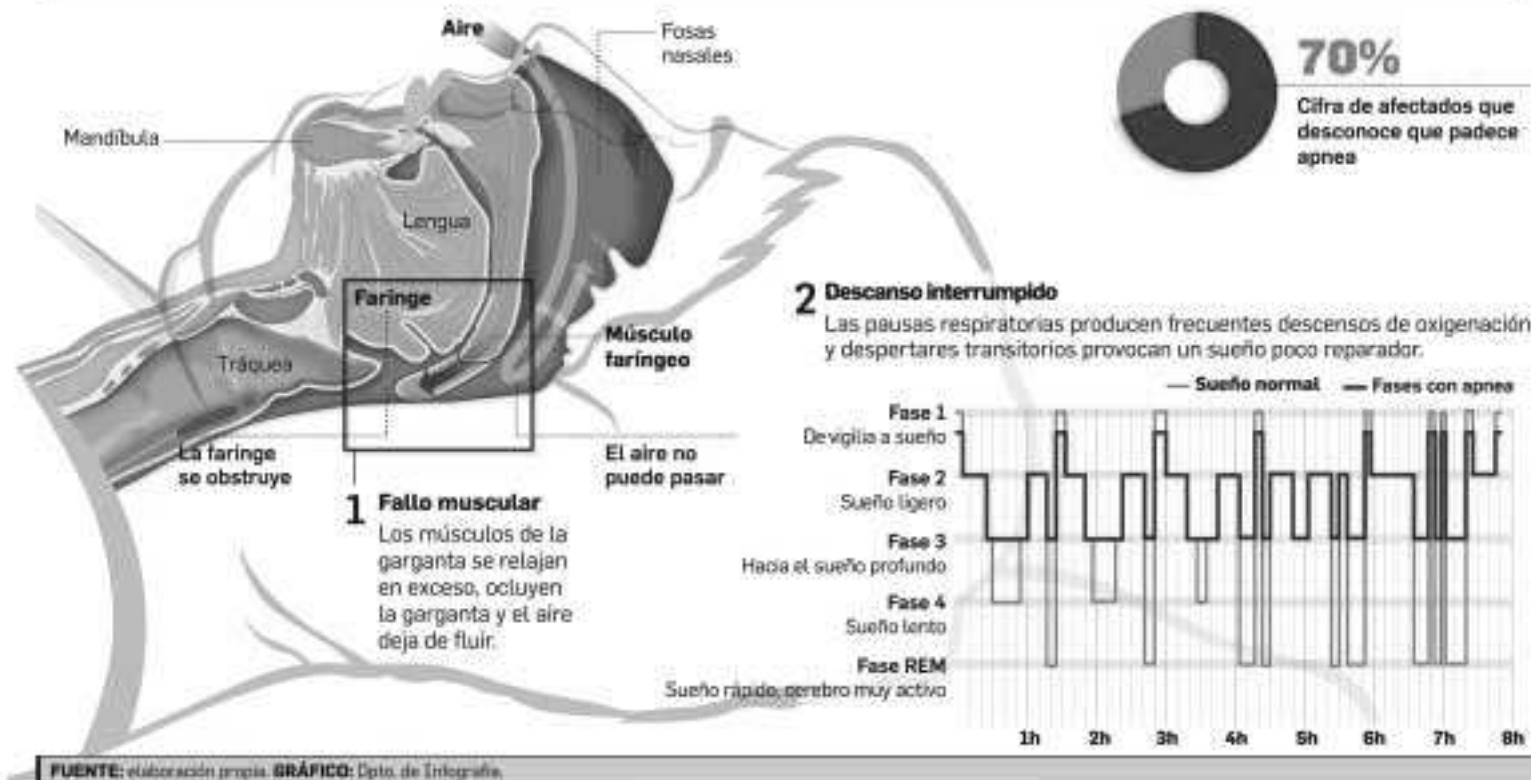


SEVILLA

SALUD | EL TRASTORNO DE LOS DESPERTARES INCONSCIENTES

La apnea del sueño



“Es casi la primera patología en Neumología”

La apnea se ha convertido en uno de los primeros motivos de consulta en los servicios hospitalarios de Neumología, pese a tratarse de un trastorno infradiagnosticado. “En el área del Macarena, tras la reorganización del servicio durante la última década y especialmente durante los dos últimos años, hemos logrado eliminar listas de espera que alcanzaba a los dos años; ahora en el plazo de unas semanas se realizan las pruebas”, explica el doctor Teodoro Montemayor, responsable de Neumología en el hospital universitario. La prueba de oro de la apnea se realiza en el hospital con control de encefalograma, pero en los últimos años se ha avanzado mucho en las pruebas a domicilio. El Macarena realiza 700 pruebas hospitalarias al año y 1.650 a domicilio.

Noelia Márquez

La apnea, el trastorno del sueño más común junto al insomnio, continúa siendo un problema infradiagnosticado debido, en gran medida, a que es objeto de estudio en Medicina desde hace poco tiempo. Las primeras investigaciones clínicas datan de los años 70 del siglo XX. “La idea de que el ronquido es señal del buen dormir o de que el sueño es un tiempo perdido ha formado parte de la conciencia colectiva hasta hace poco; y esto provoca que muchas personas no acudan al médico cuando tienen el problema”, explica el doctor Carlos Egea, neumólogo y coordinador del Grupo del Sueño en la Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica (Separ). Pese a que la apnea es un trastorno infradiagnosticado “supone el principal problema que atendemos en estos momentos en los servicios de Respiratorio”, añade el doctor Teodoro Montemayor, responsable de Neumología del Hospital Macarena.

Se estima que en torno al 70% de los afectados desconocen que padecen apnea y, por lo tanto, no reciben tratamiento pese a tratarse de un factor de riesgo para sufrir problemas cerebrovasculares y cardíacos que pueden terminar, a largo plazo, en un infarto agudo de miocardio o en un ictus. Las interrupciones del sueño o apneas se producen a causa de una excesiva relajación de los músculos de la garganta que la ocluyen, de modo que el aire deja de fluir con normalidad. Cuando esto sucede durante la fase del sueño profundo, “el cerebro recibe la alerta por la falta de oxígeno y orde-

- Uno de los trastornos del sueño más frecuente continúa siendo un problema infradiagnosticado, pese a tratarse de un riesgo para sufrir patologías vasculares

A P N E A S

Sueños interrumpidos

Un equipo médico sevillano abre una consulta integral

Un equipo sevillano formado por un neumólogo y un dentista han creado en Sevilla la primera consulta privada dedicada a la atención integral de apneas y ronquidos, trastornos respiratorios del sueño que afectan a alrededor del 30% de la población. “La clínica comenzó a funcionar en marzo pero más intensamente funciona desde este verano”, explica el doctor Demetrio González, neumólogo fundador de Clínica Solievo y especialista en el hospital Sierra Norte. “En las consultas nos llegan pacientes que no toleran el tratamiento habitual y a los que el sistema público no ofrece otra alternativa”, reseña el especialista. “En nuestra consulta les ofrecemos una solución el dispositivo avanzado mandibular, un sistema muy utilizado en EEUU que resulta eficaz para pacientes con apnea que no toleran el tratamiento habitual”, añade.



El doctor Demetrio González.

na a los músculos que se despierten para recobrar la normalidad”, explica el doctor Francisco Capote, responsable de la Unidad del Sueño en el Hospital Virgen del Rocío.

El afectado sufre una interrupción inconsciente del sueño que no recuerda. Estos despertares se pueden observar en un encefalograma pero, en la inmensa mayoría de los casos, el paciente no los percibe. Sólo un 1% de los que padecen este trastorno los recuerda.

Cada apnea va seguida de un despertar inconsciente y de una caída del oxígeno. Cuando estas interrupciones del sueño se suceden de manera reiterada (en torno a 30 apneas a la hora) la calidad de vida queda muy mermada y aparecen riesgos de sufrir problemas vasculares a largo plazo. Este trastorno del sueño provoca que el sistema circulatorio esté en tensión constante, lo que termina repercutiendo en el corazón y en el cerebro. Las consecuencias: somnolencia, cansancio, depresión, dolores de cabeza, irritabilidad, e incluso micción nocturna. Las per-

sonas con apnea del sueño, que no reciben tratamiento, tienen hasta siete veces más de posibilidades de sufrir un accidente de tráfico por quedarse dormido al volante.

Ante un caso de apnea el primer paso terapéutico suele ser la pérdida de peso ya que este trastorno está vinculado a la obesidad y al sobrepeso. También incide en su aparición la carga hereditaria en la fisiología de las estructuras nasofaríngeas. Otros factores que intervienen están relacionados con los hábitos: bebidas alcohólicas, tabaquismo, alimentación con exceso de grasas, etcétera. “El alcohol es un relajante muscular, de modo que si el afectado de apnea toma bebidas alcohólicas antes de dormir, el problema se agrava”, explica el doctor Capote. Entre las alternativas tera-

15.200

Pacientes. Son los casos tratados con CPAP en el Macarena y en el Virgen del Rocío

péuticas la más eficaz es una técnica denominada presión positiva continua en la vía aérea (CPAP, por sus siglas en inglés). Es un tratamiento estándar basado en la utilización de un dispositivo que se coloca al paciente mediante una mascarilla y que mantiene las vías respiratorias abiertas. “Es como si mantuvieras la rueda de una bicicleta llena de aire; por mucho que se relajen los músculos, la garganta se mantiene abierta”, comenta el doctor Capote.

En el área del Virgen del Rocío más de 7.000 pacientes reciben



ROSELL

La inmensa mayoría de los casos de apnea son hombres debido, entre otras causas, a que son ellos los que acumulan parte del exceso de grasas en torno a la garganta. Las mujeres comienzan a tener problemas de apnea tras la menopausia. La voz de alerta de estos problemas suele proceder de las parejas que detectan el problema mientras los afectados duermen.

Algunos ronquidos provocados por el cierre parcial de las vías respiratorias pueden alcanzar

Algunos ronquidos alcanzan los 80 decibelios y suponen un problema de pareja

los 80 decibelios. Se trata por tanto de un problema de salud que llega incluso a afectar a las relaciones de pareja. “A veces los pacientes acuden a la consulta para buscar una solución a la apnea y como un puro acto de amor, para que los ronquidos dejen de molestar a la pareja. En muchos casos es incluso motivo de separación ya que algunas parejas viven en habitaciones distintas”, añade el neumólogo Demetrio González.

este tratamiento; y en el Macarena son 8.200.

El 40% de los pacientes con apnea no toleran el CPAP y para ellos existe otra opción que, de momento, no se ofrece en la sanidad pública. Los denominados

dispositivos mandibulares avanzados son “muy populares en EEUU” y están avalados por sociedades científicas americanas, explica el doctor Egea. Estos dispositivos permiten mantener un avance de la mandíbula y lo-

gran eliminar el apnea especialmente en los casos leves.

Una tercera alternativa terapéutica se centra en la cirugía, pero la técnica quirúrgica suele utilizarse en casos muy seleccionados porque no ofrece garan-

tías de solucionar el problema en el 100%.

Estudios médicos aseguran que el 20% de las mujeres y el 40% de los hombres son ronquidores y un 6% de la población adulta padece apnea del sueño.

EXPOSICION
RAMSES REY DE REYES

TEMPLO ABU SIMBEL
FACHADA DE NEFERTARI
MAS DE 60 PIEZAS DE ARTE EGIPCIO

PRECIOS ESPECIALES PARA FAMILIAS
Y ESTUDIANTES

ABIERTO TODOS LOS DIAS

PARA MAS INFORMACION - 697411051
WWW.PABELLONDELANAVEGACION.COM

Logo of the organizing institution: Empresa Pública Centro de Jerez, S.A. IBERPENSA FERIAZARZA Y ADMINISTRACION PUBLICA