



Nota de prensa

Día Mundial del Sueño

## El hospital de Gandia diagnostica más de 300 casos de apnea del sueño al año

- Se produce por la dificultad de paso del aire a través de la vía aérea de forma repetitiva mientras se duerme
- Otra patología con elevada prevalencia es el síndrome de las piernas inquietas, con 55 casos registrados en 2018

**Gandia (15.03.19).** La unidad de Neurofisiología Clínica del hospital Francesc de Borja de Gandia ha realizado balance del último año con motivo del Día Mundial del Sueño que se celebra hoy. La patología más frecuente diagnosticada es el síndrome de apnea hipopnea del sueño (SAHS), con un total de 307 casos en el departamento en 2018.

Ello supone casi el 80% de los 386 estudios diagnósticos de sueño realizados durante el año pasado. Además de estas exploraciones, Neurofisiología realiza diariamente otros estudios domiciliarios y hospitalarios para valoración del tratamiento.

El SAHS es un trastorno que se produce por la dificultad de paso del aire a través de la vía aérea, que ocasiona pausas respiratorias totales (apneas) o parciales (hipopneas) de forma repetitiva durante el sueño.

Esto produce despertares o microdespertares nocturnos que causan excesiva somnolencia y cansancio diurno, además de posibles consecuencias cardiorrespiratorias, cognitivas y metabólicas.

Al respecto, la responsable de la unidad, la doctora Nerea Torres Caño, recuerda que existen una serie de factores de riesgo para padecerlo, como son “la obesidad o factores genéticos y anatómicos”.

Esta patología afecta a entre el 4 y el 6% de la población, predominantemente en hombres, y alcanza el 20% en mayores de 65 años. En el hospital de Gandia se han diagnosticado en un año un centenar de pacientes de 65 años o edad superior que la padece.



Desde la unidad señalan que el tratamiento de primera elección para este trastorno es el CPAP (presión positiva continua en las vías respiratorias). Se trata de un equipo con una mascarilla que se utiliza para dormir y que proporciona una presión determinada de aire que evita que se colapse la vía aérea.

Además, según añade la doctora Teresa Oviedo Montés, es necesario cumplir con una serie de medidas higiénico-dietéticas, como “no fumar, controlar el peso y evitar las medicaciones y relajantes para dormir, dado que aumentan la probabilidad de realizar apneas”.

### **Técnicas de estudio del sueño**

Para realizar los estudios se utiliza la técnica de la polisomnografía, mediante la cual se registran distintas variables fisiológicas durante un periodo de sueño, habitualmente nocturno.

El paciente acude por la noche al hospital y se le colocan una serie de electrodos para registrar la actividad electroencefálica, la respiración, la frecuencia cardíaca, los movimientos de las piernas o el ronquido, entre otras variables.

Otra patología con elevada prevalencia en las unidades del sueño es el síndrome de las piernas inquietas, con 55 casos registrados en 2018 en el hospital de Gandia.

Tal como explica la doctora María Roldán Gómez, consiste en “una necesidad irresistible de mover las piernas asociada a una sensación desagradable de hormigueo, que suele comenzar en reposo al atardecer o al comienzo de la noche al acostarse, y que mejora con el movimiento”.

Este síndrome suele ir asociado al movimiento periódico de las piernas que consiste en contracciones episódicas y estereotipadas que aparecen durante el sueño.