

# En Mendoza, más del 20% de la población padece apnea de sueño y no lo sabe

16/03/2024



Cada 15 de marzo se conmemora el **Día Mundial del Sueño** y el objetivo central es promover el cuidado de la salud, concientizando sobre la importancia que tiene dormir bien.

Desde el 2022, en el **hospital Lencinas** se realizan **estudios de Ventilación No invasiva** para detectar si las personas padecen o no apnea de sueño. De acuerdo con los resultados arrojados, **más del 20% de la población mendocina tiene la enfermedad y lo desconoce.**

*“Se trata de una incidencia que claramente puede aumentar en los próximos años. Las cifras son obtenidas mediante el estudio de casos conocidos, pero si uno empieza a investigar más, los números podrían ser superiores”,* dijo **Gustavo Torres**, jefe del servicio de Neumonología del nosocomio, responsable de realizar los estudios.

# Qué es la apnea de sueño

Las **apneas obstructivas del sueño** son episodios recurrentes de pausas respiratorias o disminución del flujo respiratorio mientras uno duerme, producido por el colapso de la vía aérea superior. Esto genera que el oxígeno en sangre baje y, como consecuencia, ocasione problemas en la salud del paciente.

Es un trastorno muy común, cuya prevalencia ha crecido mucho en los últimos años y eso tiene que ver con que antes estas patologías estaban subdiagnosticadas, la población no estaba bien educada e informada.

*“Hoy la población está más educada, las diferentes disciplinas médicas también y eso ha llevado a que las cifras hayan crecido, pero también los abordajes para un futuro tratamiento”,* comentó la neumóloga **Karina Manganiello** (Mat.12009).

Al tener más conocimiento del tema, “la gente consulta más sobre la patología respiratoria que se origina, principalmente, durante el sueño y tiene que ver con múltiples factores”, agregó la médica y enumeró: **“Obesidad, estrés, cansancio, mala alimentación, sedentarismo, entre otros”.**



A la hora de dar cuenta sobre a quién afecta más, la especialista comentó que existe una amplia variación de la prevalencia de la patología y **es más frecuente en los hombres,** pero al haber varios factores que predisponen a la enfermedad en sí esto puede variar en forma considerable.

*“Aumenta progresivamente con la edad y la obesidad. Por lo que en la población más obesa será más frecuente, indistintamente, de si es hombre o mujer, lo mismo que en las personas mayores de 65 años”,* acotó la Manganiello.

# Los ronquidos, el disparador

Andrés Barboza, jefe de Unidad de Neurología Clínica y Neurointensivismo del Hospital Central, explicó en consonancia con sus colegas que los casos han crecido porque existe un mayor conocimiento de la enfermedad.

*“Por lo general, los pacientes no consultan por la apnea en sí, sino por la presencia de otros síntomas como sueño fragmentado (personas que se despiertan muchas veces en la noche), ronquidos (una queja recurrente de los cónyuges que motiva a las personas a ir a una consulta) y también por síntomas de día que tienen que ver con quedarse dormidos en diferentes actividades y el exceso de sueño”,* explicó Barboza.



## En busca de un programa local

La falta de sueño trae como consecuencia daños irreparables a la salud y la calidad de vida de las personas, afectando a un alto porcentaje de la población a nivel mundial.

Por tal motivo y con la idea de implementar un Programa de Ventilación No Invasiva, tal como existe en otros países, desde hace dos años, en el hospital Lencinas se realizan estudios a través de un aparato llamado polígrafo.

“Lo que se hace con este mecanismo es registrar la resistencia de la vía aérea superior, los movimientos respiratorios y la saturación de oxígeno para detectar si la persona sufre apnea de sueño, es decir, si posee una obstrucción de las vías respiratorias”, contó el responsable de realizar los estudios, Gustavo Torres.

Asimismo, contó que “la poligrafía respiratoria lo que marca es cuántos episodios de apnea o hipopnea se registran por hora de sueño. El mismo es medido por índice IAH y el normal debe

ser menor de 5”.



Una vez diagnosticado, el paciente recibe un tratamiento multidisciplinario que incluye a profesionales de nutrición, psicología y otorrinolaringología. Así se consigue un enfoque integral.

Según contó el especialista, por mes se están realizando unas 10 o 20 poligrafías, un número importante de pacientes.

Fuente: El Sol