

Trastornos de la respiración durante el sueño

El término 'trastornos de la respiración durante el sueño' hace referencia a diferentes enfermedades resultantes de una respiración anormal mientras dormimos. La más común es la apnea del sueño. Apnea significa una pausa temporal en la respiración. Aunque existen otros tipos de apneas, el término 'apnea del sueño' suele referirse al síndrome de apnea obstructiva del sueño (SAOS), en el que el individuo deja de respirar brevemente debido a la obstrucción temporal de la vía respiratoria de la garganta, denominada faringe.

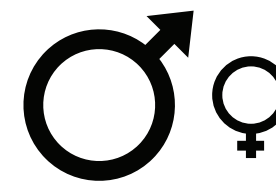


Áreas de actuación

- Se necesita más concienciación de esta enfermedad y de sus consecuencias si no se trata.
- Las autoridades sanitarias y del transporte deben reconocer el efecto de la somnolencia debida al SAOS sobre la conducción, y reducir los riesgos para las personas afectadas y el público en general.
- Se necesitan más esfuerzos para simplificar el diagnóstico de la enfermedad.
- Deben ampliarse las instalaciones para el tratamiento de la apnea del sueño, ya que los tiempos de espera para la evaluación y el tratamiento en Europa son un problema grave.
- Debe mejorarse la comprensión de los tratamientos que funcionan mejor con los diferentes grupos de personas para mejorar la efectividad de la terapia.



El síndrome de apnea obstructiva del sueño (SAOS) es una enfermedad frecuente, infradiagnosticada y tratable.



En los países desarrollados, la apnea del sueño afecta a entre el 3 y 7 % de los varones de mediana edad y el 2-5 % de mujeres.



Las posibilidades de sufrir un accidente de tráfico se multiplican por 1,2-2 en las personas con apnea del sueño no tratada.



Entre el 60 y 90 % de las personas con SAOS son obesas y la obesidad es el factor de riesgo más común de SAOS en adultos.



Antes de su diagnóstico, la apnea del sueño está asociada con unos costes sanitarios por persona entre un 50 % y un 100 % superiores a los de la población general.



El tabaco y el consumo de alcohol están relacionados con una mayor prevalencia de los ronquidos y la apnea del sueño.