

El Hospital de La Princesa, en el Día Mundial del Sueño, impulsa un espacio de formación en autocuidados para pacientes y familiares

---

## La Comunidad inaugura el segundo “Punto Inspira”, un espacio de salud para pacientes con problemas respiratorios crónicos

- Se ubica en el Centro de Especialidades García Noblejas y se suma al que ya funciona en el Hospital Príncipe de Asturias
- El “Punto Inspira”, proyecto compartido con Air Liquide Healthcare, acogerá un taller para el correcto uso del dispositivo por vía nasal para la apnea del sueño
- Un 25% de los adultos puede estar afectado por la apnea del sueño, que en los casos más graves puede provocar daños en el sistema cardiovascular

**17 de marzo de 2017.-** El consejero de Sanidad, Jesús Sánchez Martos, ha inaugurado hoy, con motivo del Día Mundial del Sueño, el segundo “Punto Inspira” de la región, situado en el Centro de Especialidades Hermanos García Noblejas, perteneciente al Hospital Universitario de La Princesa. Se trata de un proyecto compartido del Servicio de Neumología de este hospital y Air Liquide Healthcare por el que se crea un espacio de salud donde neumólogos, personal de enfermería y fisioterapeutas desarrollarán talleres de formación en autocuidados para pacientes con problemas respiratorios crónicos y sus cuidadores. Durante este encuentro, Sánchez Martos ha intercambiado impresiones con pacientes, familiares y cuidadores, asociaciones y profesionales sanitarios.

Este “Punto Inspira” -el segundo después del instalado en el Hospital Príncipe de Asturias-, acogerá un taller específico para el correcto uso del dispositivo por vía nasal para tratar la apnea del sueño. El síndrome de apnea-hipopnea obstructivo del sueño (SAHS) es un trastorno de la respiración consistente en el cese total (apnea) o parcial (hipopnea) de la respiración, por la obstrucción de la faringe durante 10 ó más segundos, mientras el paciente duerme.

Estos episodios provocan caídas en el contenido de oxígeno de la sangre e interrupciones del sueño de las que la persona no es consciente, dando lugar a un sueño no reparador, de mala calidad, que puede producir una sensación de somnolencia durante el día o, con menos frecuencia, dificultad para quedarse dormido o insomnio.

Por otro lado, los cambios en la cantidad de oxígeno en la sangre y los despertares que suceden todas las noches van a originar con el paso del tiempo un daño al sistema cardiovascular, produciendo la aparición y el mal control de la hipertensión arterial. Además, el daño en el sistema cardiovascular, que puede afectar a aquellos pacientes con un SAHS grave (más de 30 episodios de apnea o hipopnea por hora de sueño), se termina traduciendo en una tasa mayor de enfermedad coronaria y en accidentes cardiovasculares en los pacientes cuyo SAHS no se ha tratado.

## **APNEA DEL SUEÑO RESPONSABLE DE ACCIDENTES**

Además, la somnolencia diurna que pueden padecer los afectados tiene interés social y laboral, porque puede ser causa de una mayor tasa de accidentes en la carretera o accidentes laborales, sobre todo en aquellos pacientes que necesitan una gran atención en el desarrollo de su trabajo, como son los conductores de vehículos y los que manejan maquinaria pesada o de gran precisión.

La prevalencia de esta patología en la población general es muy alta. Se estima que este síndrome afecta al 25% de los adultos y al 6% de los niños. Esta prevalencia es doble o triple en los hombres frente a las mujeres en edad fértil, aunque se iguala en la menopausia.

El diagnóstico se realiza mediante el registro de múltiples variables durante el sueño, entre las que se incluye el flujo de aire nasal y los movimientos respiratorios. Además de medidas de hábitos de vida y sueño saludable, los profesionales inciden en la reducción del sobrepeso y la obesidad.

El tratamiento fundamental consiste en la aplicación de presión positiva en la vía aérea (CPAP) mediante una mascarilla nasal a aquellos pacientes muy sintomáticos o con índice de apneas/hipopneas elevado (más de 30 episodios por hora). Otros tratamientos que pueden ser eficaces en determinados casos son las férulas ortognáticas y la cirugía maxilofacial u otorrinolaringológica.

La Unidad de Trastornos del Sueño dependiente del Servicio de Neumología del Hospital Universitario de La Princesa atendió en 2016 a 408 pacientes como primera consulta, remitidos por distintas patologías relacionadas con el sueño de múltiples especialidades, con un total de 1.011 revisiones. Se llevaron a cabo 850 pruebas diagnósticas y se pautaron 450 nuevos dispositivos de CPAP.

En el conjunto de la Comunidad de Madrid, 28 hospitales de la red pública realizaron en 2016 más de 40.500 pruebas y estudios sobre el sueño y se pusieron más de 78.000 tratamientos para el síndrome de la apnea del sueño. Además, de estos 28 hospitales, 17 cuentan con Unidad del Sueño para atender los casos más complejos.