



## Diagnósticos de problemas en el sueño



**diagnóstico mediante Poligrafía respiratoria**



**La Poligrafía Respiratoria Domiciliaria** es una técnica avanzada cuyo objetivo es evaluar la calidad del sueño y diagnosticar algún trastorno del sueño como el síndrome de apnea obstructiva del sueño (SAHOS), hipoxia nocturna



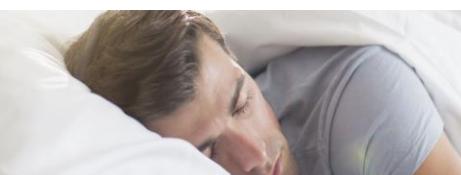
**938-142-32-21 Oficina: 938-38-504-46**

**Cel.938-195-46-98**



- **Apnea sueño:**

Siendo la más común de los trastornos respiratorios producidos durante el sueño, la Apnea del Sueño afecta al 4% de la población adulta. Ésta se presenta en distintas formas y afecta diferentes etapas del sueño, sin embargo, la más frecuente, se trata de aquella donde el tejido blando de la garganta entra en estado de relajación durante la quinta etapa del sueño, sede y obstruye las vías respiratorias, produciendo fuertes ronquidos o bloqueando totalmente el paso del aire. En el caso que esta apnea del sueño respiratoria sea severa influirá en el aumento del riesgo de sufrir infartos o accidentes cardio o cerebro vasculares de manera significativa, así como también se incrementara el riesgo de sufrir de hipertensión arterial.



**938-142-32-21 Oficina: 938-38-504-46**

**Cel.938-195-46-98**



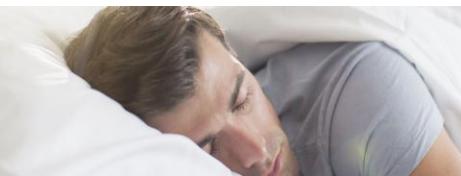
## ¿Qué es la apnea del sueño?



La medicina se ha preocupado por el diagnóstico y tratamiento de los trastornos del sueño, estas condiciones afectan el desarrollo de la vida diaria de millones de individuos quienes no pueden conciliar un sueño reparador o sufren de afectaciones que prolongan este estado durante largos períodos. Entre las enfermedades relacionadas al sueño se encuentran la apnea del sueño.

Esta se caracteriza por una obstrucción de las vías respiratorias durante la noche. Una persona que sufre de apnea del sueño no puede tener un ciclo normal de descanso, evitando entrar en un estado profundo de sueño. Se estima que la mayoría de personas que padecen este trastorno no están diagnosticadas porque no conocen esta enfermedad y la relacionan solamente con ronquidos, uno de los síntomas más notorios de la apnea.

Si sospecha de esta enfermedad o cree que la persona con la que duerme sufre de apnea de sueño puede responder algunas preguntas para tener un primer acercamiento a este trastorno, sin embargo, recuerde que las únicas personas que pueden levantar un cuadro diagnóstico completo son los médicos especializados en el sueño.



**938-142-32-21 Oficina: 938-38-504-46**

**Cel.938-195-46-98**



## ¿Qué resultados se obtienen?

**El equipo es capaz de diagnosticar trastornos del sueño y obtener parámetros como:**

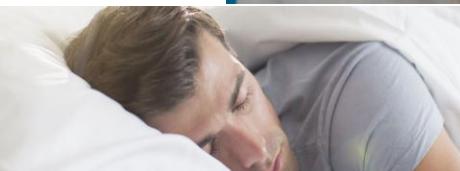
- El índice de apnea – hipopnea que refleja la cantidad de interrupciones respiratorias por hora de sueño.
- Distinción entre apneas centrales, obstructivas y mixtas.
- Índice de desaturación de Oxígeno.
- Detección de probabilidad de Cheyne – Stokes.

Al terminar el estudio, el paciente recibe el resultado y la interpretación del estudio por un médico especialista para que pueda ser valorado por el médico que solicitó el estudio.



938-142-32-21 Oficina: 938-38-504-46

Cel.938-195-46-98





## ENFERMEDADES: APNEA DEL SUEÑO

**El sueño es uno de los momentos más importantes, durante esta etapa el ser humano recupera la energía necesaria para llevar a cabo todas sus actividades, sin embargo, existen diferentes afectaciones del sueño que complican esta actividad, llevando a construcción de cuadros médicos que deben ser tratados por una clínica del sueño. Apnea del Sueño**

**Para entender un poco más acerca de las enfermedades relacionadas al sueño, debemos conocer este proceso. Este ciclo está dividido en 5 etapas:**

**Primera etapa:**

**Se produce el adormecimiento, en este primer estado inicia la vigila y se logra la transición al sueño.**

**Segunda etapa:**

**Se reduce el ritmo cardíaco y respiratorio, entrando en un estado de sueño ligero.**

**Tercera etapa:**

**En este punto alcanzamos un estado de relajación profunda, es aquí donde se segregá la hormona del crecimiento importante para los deportistas y niños.**

**Cuarta etapa:**

**Entramos al estado de sueño profundo o delta, aquí se determina la calidad de nuestro descanso; es muy difícil despertarnos cuando estamos en esta fase.**

**Quinta etapa:**

**Aquí se producen movimientos oculares rápidos y la actividad cerebral aumenta, también se da el espacio propicio para los sueños, gracias al estado de relajación en el que nos encontramos.**



**938-142-32-21 Oficina: 938-38-504-46**

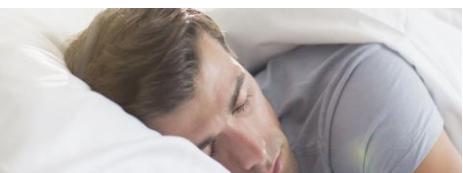
**Cel.938-195-46-98**



## ¿Como tratar la apnea del sueño?



La terapia de presión positiva sobre las vías respiratorias, abreviada en inglés **CPAP**, está entre uno de los tratamientos más comunes para la apnea del sueño. Esta terapia utiliza un aparato que consiste en colocar una máscara en la nariz del paciente para lograr una presión positiva continua en las vías respiratorias y con esto evitar los ronquidos y otros síntomas.



**938-142-32-21 Oficina: 938-38-504-46**

**Cel.938-195-46-98**



## ¿Cuándo se debe usar regularmente la presión positiva?

Los médicos suelen recomendar el uso de la presión positiva sobre las vías respiratorias cuando el paciente presenta síntomas de apnea moderada a severa. Por ende, el paciente deberá valorar su calidad de vida para usar este método terapéutico.

Uno de los problemas que el paciente suele encontrar al decidir usar este método es la incomodidad al momento de estar en su cama. Esto debido a que quita independencia al movimiento durante el sueño. Cuando dormimos generalmente nos movemos de un lado hacia otro en busca de la posición más confortable.

Esto es uno de los puntos en que el paciente se verá puesto a prueba las primeras noches de uso.



**938-142-32-21 Oficina: 938-38-504-46**

**Cel.938-195-46-98**





## **¿Qué pasa si no se trata adecuadamente la apnea del sueño?**

Es común que el paciente se niegue a aceptar que tiene el problema. Por eso es muy importante no hacer caso omiso sobre lo que el médico especialista del sueño nos indique.



**El no atenderse adecuadamente** la apnea del sueño trae como consecuencia vivir con los síntomas siguientes: Ronquidos fuertes, dolor de cabeza, problemas de aprendizaje, baja potencia sexual, despertar repentinamente con frecuencia, pausas respiratorias frecuentes, somnolencia durante el día, depresión, tendencia a la irritación con los demás, bajos



**938-142-32-21 Oficina: 938-38-504-46**

**Cel.938-195-46-98**



reflejos, visitas nocturnas frecuentes al baño y boca reseca entre otros.

**Si la apnea del sueño no se trata a tiempo** puede causar problemas crónicos más preocupantes, tales como **la hipertensión arterial, enfermedades cardiovasculares y enfermedades cerebrovasculares**. Por eso es muy importante no restar importancia a la detección de los síntomas y acudir por ayuda con el médico especialista.

### **¿Qué mejoras recibe el paciente en esta terapia?**

El paciente en un debido tratamiento usando la presión positiva sobre las vías respiratorias adecuadamente, podrá reintegrarse a su vida escolar o laboral normal. Los trastornos como irritación y depresión irán desapareciendo gradualmente. La concentración en las actividades será notable, así como la ausencia del sueño diurno.

Es gratificante para el paciente de apnea del sueño bajo este tratamiento. Muchas de las mejoras que consiga a corto y largo plazo harán que esté motivado con seguir con el tratamiento. Todo esto aun sin mencionar que reduce mucho el riesgo de desarrollar enfermedades como hipertensión arterial, diabetes y afecciones cerebrovasculares entre otras.



**938-142-32-21 Oficina: 938-38-504-46**

**Cel.938-195-46-98**



Las continuas idas nocturnas al baño se reducirán desde el comienzo y esto hará que se sienta el beneficio inmediato.

Es muy importante no desistir en usar este método terapéutico. La salud del paciente, como la tranquilidad de la familia, serán un beneficio para todos, y la vida en la casa mejorará.

**En servicios Zudi trabajamos con total transparencia para ayudarte a ti y a tu familia**



**938-142-32-21 Oficina: 938-38-504-46**

**Cel.938-195-46-98**