



Apnea del sueño: Una afección demasiado importante para no atenderla

Encuesta del Día Mundial del Sueño 2020 de Philips



1000 millones

de personas tienen apnea obstructiva del sueño (AOS) o, aproximadamente, el 14 % de la población total. ^[1] Sin embargo, el **80%** de los casos de AOS moderada y grave no se diagnostican ^[2].

A pesar de su prevalencia, la apnea obstructiva del sueño (AOS) y la importancia del tratamiento con presión positiva continua de las vías aéreas (CPAP) no se comprenden bien, ni siquiera entre quienes padecen la enfermedad.



El factor de riesgo de la AOS mayormente identificado es el sobrepeso/obesidad, sin embargo, solo la mitad de aquellos con AOS lo seleccionó (51%)



Solo el **53%** reconoce que la AOS puede estar ligada a enfermedades graves, como la hipertensión, la diabetes, el asma, las enfermedades cardíacas y los accidentes cerebrovasculares ^[3]

Incluso cuando recibieron ayuda, los participantes en la encuesta no pudieron identificar sistemáticamente los factores de riesgo de la AOS.



Solo el **47%** reconoce el sobrepeso/la obesidad como un factor de riesgo



Solo el **25%** reconoce que cualquiera puede padecer AOS

Malentendidos comunes

30%

de las personas con apnea del sueño creen que no es necesario ser tratado



Solo el 36%

de los pacientes con apnea del sueño usan la CPAP, al menos, una vez a la semana.

17%

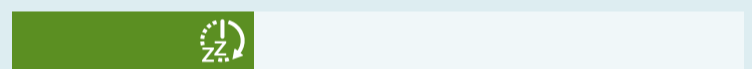
de los pacientes con apnea del sueño a los que se les ha prescrito la CPAP no la usan.



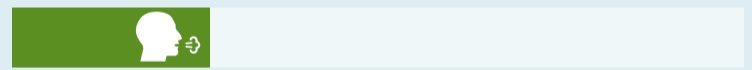
Sin embargo, si se usa, la terapia CPAP es altamente eficaz en el tratamiento de la AOS ^[4].

Entrando en conocimiento

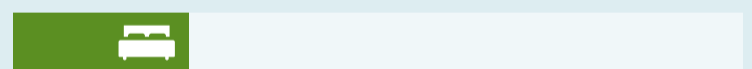
Es hora de empezar a entender cómo identificar las señales de advertencia de la AOS:



de los pacientes con apnea del sueño notaron que la calidad de su sueño era pobre



su pareja/cónyuge le dijo que dejó de respirar por la noche



se le dijo que sus ronquidos molestaban a su pareja/cónyuge

Estar al tanto

Según aquellos a los que se les ha diagnosticado AOS y usan la terapia CPAP ^[3]:



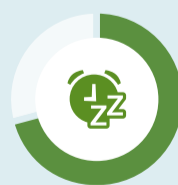
dice que fue fácil adaptarse al uso de la terapia CPAP



lo recomendaría a otros



dice que los beneficios superan los inconvenientes



dice que su sueño ha mejorado desde que comenzó la terapia CPAP



recomendaría la terapia CPAP para alguien con AOS

^[1] La AOS puede afectar a casi 1 mil millones de adultos en todo el mundo, Healto Pulmonology

^[2] Información sobre la apnea del sueño para médicos, sleepapnea.org

^[3] Indica un acuerdo neto "parcial" o "completo" con la declaración

^[4] De la CPAP a la terapia personalizada para la apnea obstructiva del sueño