



¿Cómo dormimos en América Latina?

Según la Clínica Mayo¹

Los trastornos del sueño

son cambios en los patrones o hábitos al dormir

A nivel mundial, la prevalencia es de:²

46 al 50%

signos y síntomas

Somnolencia diurna

Dificultad para dormir

Trastornos respiratorios

Aumento del movimiento al dormir

Conductas anormales del sueño

En México

35%

de los adultos de 40 años³

tienen dificultades para dormir

En Argentina

40%

de la población²

Padece trastornos del sueño

En Brasil

La apnea del sueño afecta

9%

de la población masculina en edad de 30 a 60 años.¹¹

4%

de la población femenina después de la menopausia.¹¹

En Colombia

27%

de la población tiene algún tipo de trastorno del sueño.¹²



Insomnio

A nivel mundial

30 al 35%

de la población lo padece.⁷

El insomnio es el trastorno más común del sueño. Las personas que tienen dificultades para quedarse dormidas, para continuar durmiendo o para hacer ambas cosas. A consecuencia de esto, duermen muy poco o muy mal.⁶

Más común en:

- personas de mayor edad
- en situaciones de estrés
- bajo ciertas condiciones médicas de salud mental y física.⁷

Con un impacto económico del

24%

relacionado a accidentes y errores laborales.³

Apnea obstructiva del sueño

Las pausas respiratorias por apnea causan

falta de oxígeno

presión alta

enfermedades cardíacas

ataques al corazón

pre-diabetes y diabetes

depresión

Padece de apnea del sueño

25%

de la población¹⁰

De los cuales

5%

son casos severos.¹⁰

La apnea es una patología respiratoria que se caracteriza por el ronquido habitual, pausas de la respiración de forma repetida y somnolencia durante el día.⁹

Ronquido

más común en hombres que en mujeres

Cerca del

50%

de las personas ronca⁸

Ronca habitualmente

40%

de los hombres⁸

Ronca habitualmente

24%

de las mujeres⁸

34%

de la población en Colombia, ronca.¹²

19%

lo hace de forma habitual.¹²

Los trastornos del sueño son considerados un problema de salud pública por sus grandes impactos en materia de salud, económicos y de productividad. Philips desarrolla soluciones altamente efectivas para el manejo de la apnea del sueño, oxigenoterapia, ventilación no invasiva y dispositivos para la administración de fármacos por vías respiratorias, entre otros; todas tecnologías basadas en las necesidades de nuestros clientes para mejorar su calidad de vida.

1 www.mayoclinic.org
 2 http://www.hospitalbritanico.org.ar/pdfs/prensa/gacetilla-dia-mundial-del-sueno.pdf
 3 Guía Práctica Clínica de Insomnio Crónico para México
 http://www.medicinadelosueno.org.mx/articulos/GUIA_DE_PRACTICA_CLINICA_INSOMNIO_CRONICO.pdf
 4 http://www.absono.com.br/leigos/principais-transtornos-do-sono/
 5 Según investigación publicada en la Revista British Medical Journal, citado en
 <http://mineria-chile.blogspot.com/2013/10/cuidado-con-los-somniferos.html?_sm_au_=iVVZTNMMJPRKFJPS
 6 U.S. Department of Health and Human Services- National Institute of Health; https://www.nhlbi.nih.gov/
 7 http://www.sleepeducation.org/essentials-in-sleep/insomnia/overview-facts
 8 http://www.sleepeducation.org/essentials-in-sleep/snoring/overview-and-facts
 9 www.dmedicina.com/enfermedades/respiratorias/apnea.html
 10 http://institutomaxilofacial.com/cirugia-ortognatica/apnea-del-sueno-
 11 http://www.absono.com.br/leigos/principais-transtornos-do-sono/
 12 SciELO Colombia- Scientific Electronic Library Online rev.fac.med. vol.60 no.1 Bogotá Jan./Mar. 2012