

## TRATAMIENTO

### ► DAM

Pieza ortopédica que se coloca en boca mientras se duerme. Esta avanza la mandíbula y así impide que las vías respiratorias lleguen a obstruirse por la caída del paladar blando. Está indicada en casos moderados y leves.



### BENEFICIOS

- Mayor comodidad y aceptación que los CPAP.
- Menor riesgo que los tratamientos quirúrgicos.
- Facilidad para transportar.



## ¿TENGO APNEA DEL SUEÑO?

A continuación se describen situaciones de su día a día.

Valore según la siguiente escala las veces en que se sienta adormilado o se duerma.

0 = Nunca      1 = Alguna vez  
2 = A menudo    3 = Siempre

- ▶ Sentado y leyendo
- ▶ Viendo la televisión
- ▶ Sentado o inactivo en algún lugar público
- ▶ Viajando como pasajero durante una hora
- ▶ Descansando por la tarde
- ▶ Sentado conversando
- ▶ Sentado después del almuerzo
- ▶ En un coche, mientras se encuentra detenido por el tráfico

PUNTUACIÓN TOTAL

Si la puntuación total es superior a 10, su somnolencia es excesiva y es probable que usted padezca algún **trastorno del sueño**.

**DRA. ITXASO SERRANO**  
Especialista en ATM y Dolor Orofacial

**COMQ**

Centro Odontológico Médico Quirúrgico

📍 Iparraguirre 7 - Barakaldo (Bizkaia) ☎ 94 437 07 41



ESPECIALISTAS EN  
**ATM**

APNEA DEL SUEÑO Y RONCOPATÍA

[www.comq.net](http://www.comq.net)



## ¿QUÉ ES LA APNEA DEL SUEÑO?

Es un **trastorno del sueño** potencialmente grave en el que la respiración se detiene en múltiples ocasiones **durante la noche**.



## ¿QUÉ TIPOS EXISTEN?

### Apnea Obstruktiva del Sueño (AOS)

Es la **más común**, ocurre cuando los músculos de la garganta se relajan y bloquean el flujo de aire de los pulmones.

### Apnea Central del Sueño

Ocurre cuando el cerebro no envía señales correctas a los músculos que controlan la respiración.

### Apnea del Sueño Compleja

Diagnosticada mediante un estudio del sueño, que se convierte en apnea central del sueño cuando recibe el tratamiento para la AOS.

## ¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS?

- Ronquidos fuertes.
- Episodios en los que la respiración se detiene mientras duermes.
- Jadear al respirar mientras duermes.
- Sequedad bucal al despertar.
- Dolor de cabeza por la mañana.
- Insomnio.
- Somnolencia diurna excesiva.
- Dificultad para prestar atención mientras estás despierto.
- Irritabilidad.
- Hipertensión arterial.



## FACTORES DE RIESGO

**Puede afectar a cualquiera incluso a niños.**

### FACTORES DE RIESGO DE LA AOS

- Sobrepeso
- Tabaco
- Consumo de alcohol
- Antecedentes familiares
- Edad avanzada
- Congestión nasal
- Diabetes Tipo II
- Circunferencia del cuello
- Insuficiencia cardíaca

### FACTORES DE RIESGO DE LA APNEA CENTRAL

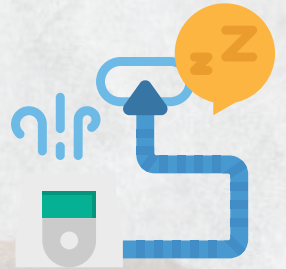
- Edad avanzada
- Sexo masculino
- Trastornos cardíacos
- Analgésicos narcóticos
- Accidente cerebrovascular

## COMPLICACIONES

- Fatiga durante el día
- Parejas con privación de sueño
- Hipertensión arterial o problemas cardíacos
- Diabetes Tipo II
- Síndrome metabólico
- Complicaciones con medicamentos
- Problemas hepáticos
- Impotencia

## DIAGNÓSTICO

### MEDIANTE POLIGRAFÍA



### ¿QUÉ ES?

Una prueba que permite estudiar el sueño en todas sus facetas e implicaciones. Se realiza mediante la monitorización de datos durante el sueño.

### ¿QUÉ MIDE?

- Respiración
- Actividad muscular
- Ritmo cardíaco
- Niveles de óxido en sangre

### ¿CÓMO SE HACE?

En casa, conectado en un único aparato que medirá todas las variables y las almacenará para su diagnóstico.



CPAP



DRA. ITXASO SERRANO

