

## ¿Cómo se administran los exámenes del sueño?

Las pruebas de sueño se puede hacer en su propia casa.

Es sencillo, cómodo, y confiable.



## Posibles complicaciones

La apnea del sueño no tratada es un importante factor de riesgo independiente que contribuye a:

- *Precion Alta*
- Enfermedad cardiovascular
- Adormecimiento/ durante el dia
- Depresión
- Impotencia
- *Los accidentes de tráfico*
- *Aumento de la mortalidad*
- *La disfunción eréctil*



HomeSleep  
MEDICAL

**Le Han**  
dicho que

# RONCA?



Diagnóstico de Apnea  
del sueño obstructiva

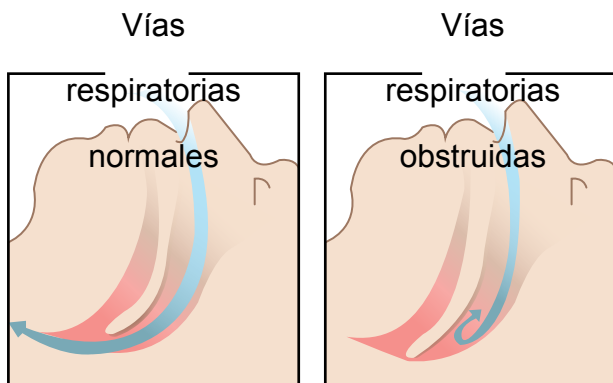
Hoy en día es más fácil que nunca, y se puede hacer en la comodidad de su propia casa. Su proveedor de servicios médicos puede ayudar, sólo hay que preguntar.

# Apnea obstructiva del sueño

**El ronquido es el primer indicador importante de la apnea obstructiva del sueño.**

Apnea obstructiva del sueño (AOS) es la falta de la respiración durante el sueño con episodios repetidos. Esto se da debido a que durante el sueño los músculos nasales se relajan y obstruyen la vía aérea que impide la respiración. Esto resulta en sofocación momentánea causándole estrés al cuerpo.

(AOS) está asociado con problemas cardiovasculares como la presión alta, enfermedades del corazón, y derrame cerebral. AOS también está relacionado con dolor de cabeza, pérdida de memoria, sueño durante el día, y problemas en la intimidad.



La vía aérea está abierta y el aire se mueve a través

La vía aérea está bloqueada y el aire no se mueve a través

## ¿Cómo duermes?

¿Le han dicho que ronca?

¿Se despierta cansado a menudo?

¿Sufre de adormecimiento durante el día?

¿Se despierta periódicamente durante la noche para ir al baño?

¿Se despierta ahogado o con falta de aire?

Comparta con su médico si sufre **uno o más** de estos síntomas para ver si, como muchos otros, está en riesgo.

La apnea del sueño afecta a un estimado de 25 millones de adultos, a pesar de la creciente consecuencias severas de los casos no tratados, el 90 % de los pacientes con apnea del sueño todavía están sin diagnosticar.

Riesgos de tener apnea obstructiva del sueño y Condiciones de Atención Primaria

| Condición                          | Prevalencia de apnea del sueño |
|------------------------------------|--------------------------------|
| Presión Alta                       | 33-45%                         |
| Diabetes                           | 50%                            |
| Derrame cerebral                   | 62%                            |
| La presión alta a los medicamentos | >80%                           |
| Insuficiencia cardíaca congestiva  | 30%-50%                        |
| Arritmia                           | 50%                            |
| Fibrilación auricular              | 49%                            |

Source: Circulation 2008; 118 (1080-1111)