

Nota de prensa

PARA SU PUBLICACIÓN INMEDIATA

18 de agosto de 2025

CONTACTO: Krystal Meazell, krystal.meazell@ttuhsc.edu
(325) 794-8431

Dormir mejor para vivir más: la nueva era del tratamiento de la apnea del sueño

La apnea del sueño no conlleva solo ronquidos atronadores. Se trata de una enfermedad grave que puede llegar a ser mortal si no se sigue un tratamiento. Afortunadamente, los avances recientes están proporcionando herramientas a los pacientes para que puedan combatirla.

«Las personas con apnea del sueño padecen interrupciones en la respiración mientras duermen», Joe Hassin Cordero, licenciado en medicina, otorrinolaringólogo en Texas Tech Physicians. «Dichas interrupciones pueden deberse a la oclusión de las vías respiratorias, la falta de señales cerebrales que controlan la respiración o una combinación de ambas, y pueden provocar múltiples problemas de salud a largo plazo».

Entre los riesgos se incluyen la tensión arterial alta, accidentes cerebrovasculares, insuficiencia cardíaca, arritmias, hipertensión pulmonar y empeoramiento de la diabetes. Además, puede afectar a la productividad laboral y al funcionamiento cotidiano debido al cansancio crónico.

La apnea del sueño suele diagnosticarse mediante un estudio del sueño denominado polisomnografía, que puede llevarse a cabo en un laboratorio o en casa. Durante la prueba, los médicos registran los niveles de oxígeno, el movimiento, los patrones respiratorios y la actividad ocular para establecer el índice de apnea-hipopnea (IAH), que sirve para indicar la gravedad de la patología.

Un IAH inferior a 5 se considera normal. Entre 5 y 15 se considera trastorno leve, entre 15 y 30, moderado, y cualquier puntuación superior a 30 se considera trastorno grave. El tratamiento de referencia sigue siendo con las máquinas de presión positiva continua en las vías respiratorias (CPAP), que mantiene las vías respiratorias abiertas gracias a la presión del aire. Sin embargo, Cordero observó que numerosos pacientes tenían problemas para continuar con el tratamiento a largo plazo.

«Solo en torno al 7 % de los pacientes utilizan su CPAP de forma correcta todas las noches», explicó. «Les parece ruidosa, molesta o incómoda para los viajes y algunos pacientes incluso dejan de usarla por completo».

Para los pacientes que no toleran la CPAP, una opción quirúrgica ofrece nuevas esperanzas: Inspire, un sistema implantable que cuenta con la autorización de la FDA desde hace 7 años y que estimula el nervio hipogloso, el cual controla el movimiento de la lengua.

«Al acostarse, cuando se pone en marcha el sistema, produce un movimiento suave hacia delante de la lengua en cada respiración, lo que evita que las vías respiratorias se cierren», declaró Cordero. «Es como un marcapasos para las vías respiratorias».

El tratamiento con Inspire está autorizado solo para pacientes con un IAH entre 15 y 65, con un índice de masa corporal (IMC) inferior a 34, y que no toleren la CPAP. Cordero explicó que el tratamiento es especialmente popular entre las personas que viajan con frecuencia o que desean una alternativa menos incómoda que los sistemas tradicionales.

«Tengo pacientes a los que se les implantó el sistema Inspire y están encantados», declaró. «Duermen mejor, viajan con mayor facilidad y se sienten con más energía a lo largo del día. Les ha ayudado a mantener un peso saludable y a vivir una vida más plena».

La relación entre la apnea del sueño y la obesidad ha hecho que adelgazar sea una parte clave de su tratamiento. Cordero mencionó que los tratamientos más recientes, como los agonistas del receptor de GLP-1 se utilizan junto con sistemas como el Inspire con el fin de ayudar a los pacientes a controlar tanto su peso como los síntomas de la apnea del sueño.

Cordero recalcó que la apnea del sueño es una enfermedad que afecta gravemente la salud y que puede tratarse eficazmente con un diagnóstico y un tratamiento adecuados.

«Nuestro objetivo es ayudar a las personas a que respiren y duerman mejor y que vivan más», declaró. «Ya sea mediante CPAP, Inspire o el control del peso, ahora tenemos más opciones que nunca para conseguirlo».