



Unidad del sueño en Ibermutuamur

El 40% de las personas tiene problemas de sueño en alguna etapa de su vida y un importante grupo de la población los padece de forma habitual. **Sus manifestaciones clínicas**, principalmente la hipersomnolencia diurna y sus efectos en la atención/ concentración y su repercusión en la vida diaria (social, laboral y familiar); **las enfermedades asociadas** como la hipertensión arterial, continuos dolores de cabeza, problemas cardiorrespiratorios, depresión, etc, y **la repercusión en la calidad de vida** de las personas que presentan trastornos del sueño, hacen que dichos trastornos constituyan un problema de salud pública en general y laboral en particular, que conlleva un importante coste social por el incremento del absentismo laboral, los accidentes de trabajo, de tráfico e incluso domésticos.

Existen multitud de trastornos del sueño y el origen de cada uno de estos trastornos es muy variado. En ocasiones aparecen como efecto de otras enfermedades y muchas veces constituyen factores de riesgo que favorecen la aparición de otras patologías. Por ello, el correcto tratamiento de estos pacientes necesita un enfoque desde distintas especialidades médicas, que se integran en la Unidad del Sueño.

Para abordar esta situación, Ibermutuamur ha puesto en marcha estas Unidades; un nuevo servicio especializado que tiene como objetivo la evaluación, diagnóstico y tratamiento de aquellos pacientes con trastornos del sueño. La Unidad de Sueño de Ibermutuamur, que ya está operativa en Alicante, Madrid, Murcia y Valladolid y antes de que finalice el año 2008 se implantará también en Oviedo y en Valencia, está formada por un equipo multidisciplinar compuesto por neurofisiólogos, internistas y personal de enfermería. En estas unidades los especialistas realizan un examen completo para evaluar la problemática del paciente, a través de una historia clínica protocolizada, que permite conocer los hábitos de sueño, valorar la sintomatología que presenta y la repercusión durante el día y, si lo consideran conveniente, realizan una prueba denominada Polisomnografía, que consiste en el registro durante el sueño nocturno de variables neurofisiológicas y cardiorrespiratorias para evaluar la cantidad y calidad del sueño e identificar eventos respiratorios, motores, etc. y la repercusión de estos sobre el sueño.

El sueño es un proceso necesario para vivir; es un estado activo en el que se producen cambios metabólicos, fisiológicos y hormonales (disminuye la temperatura corporal, baja la tensión arterial y la frecuencia cardíaca, entre otras funciones), para que nuestro cerebro se recupere y funcionemos durante el día.

Instalaciones de la Unidad del Sueño

Para poder efectuar la Polisomnografía o el estudio de sueño nocturno, la Unidad del Sueño de Ibermutuamur cuenta con un dormitorio, para hacer la estancia del paciente confortable y lo más similar posible a su entorno de sueño. Son estancias bien ventiladas e iluminadas, aisladas de ruidos y disponen de baño. Contigua al dormitorio, se encuentra una sala de control desde la que el personal de enfermería vigila al paciente y controla los equipos con los que el paciente es monitorizado toda la noche.

El paciente ingresa durante una noche, de 10:00 de la noche a 8:00 de la mañana. Se le colocan diversos electrodos superficiales en la cabeza, las piernas, así como sensores en el pecho, que permiten valorar la actividad cerebral, el ritmo cardíaco, la respiración, la saturación de oxígeno en sangre, los ronquidos, el tono muscular y movimientos de las piernas. Estos electrodos se conectan a un cabezal que envía la información a un ordenador y, posteriormente, es analizada por un médico que efectuará el diagnóstico. Con la lectura de estos registros, el especialista consigue saber “qué pasa” mientras el paciente duerme. Es decir, se llega a determinar la calidad del sueño, así como todas las veces que se ha despertado (muchas de ellas son de forma no consciente), si existen problemas respiratorios (ronquidos, apneas), controla el ritmo cardíaco y existencia de posibles arritmias, si el paciente tiene un dormir tranquilo o por el contrario se muestra inquieto, la postura en la que duerme (esto es importante porque hay personas que solo roncan o solo presentan apneas del sueño en determinadas posición corporal), etc. Todos estos datos permitirán, posteriormente, el tratamiento individualizado y más adecuado para cada paciente.

