

# ¿Sabías que el 40% de la población mundial padece de algún **desorden del sueño?**



**Dra. Eliana Isabel Morales**  
Medicina Interna y Neumología

**El servicio de Neumología de la Fundación Valle del Lili cuenta con pruebas especializadas que permiten diagnosticar los trastornos relacionados con el sueño.**

**La polisomnografía es una gran opción para comenzar con un diagnóstico claro y oportuno.**

La polisomnografía es una prueba especializada que se realiza durante la noche, mientras el paciente duerme, con el fin de diagnosticar los trastornos del sueño. Este estudio se realiza en el Laboratorio de Sueño de la Fundación Valle del Lili - sede Betania y a domicilio.

Consiste en el registro simultáneo de distintos parámetros (ondas cerebrales, niveles de oxígeno en la sangre, frecuencia cardíaca y respiratoria, movimientos de los ojos y de las piernas) que permiten definir si una persona realmente duerme y cómo es su arquitectura del sueño.

Además, evalúa el comportamiento respiratorio del paciente a medida que atraviesa por las diversas fases del sueño, que van desde lo superficial hasta lo profundo. **Gracias a esta prueba es posible determinar, de manera precisa, si la persona sufre de apnea obstructiva del sueño (AOS), qué tan severa es su condición y cuál es el tratamiento apropiado.**

**¿Por qué se debe realizar esta prueba?**

El especialista puede recomendar una polisomnografía si sospecha que el paciente padece de trastornos al dormir, como apnea obstructiva del sueño (la respiración se detiene y se reanuda repetidamente durante el sueño), narcolepsia (somnia extrema durante el día) o parasomnias (episodios breves o parciales de despertar como el sonambulismo), o de manera preventiva, en personas que deben conservar el estado de vigilia por su ocupación, como los conductores o los pilotos.



## ¿Cuándo se debe preferir un estudio de sueño en el laboratorio?

Los estudios de sueño basales tienen como objetivo diagnosticar trastornos respiratorios del sueño. Por tal motivo, **son preferibles las valoraciones desarrolladas en el laboratorio para aquellos pacientes con otras enfermedades simultáneas**, con el fin de contar con vigilancia permanente y en caso de que sea necesario, con intervenciones por parte del técnico durante la realización del examen.

## ¿Qué riesgos conlleva la polisomnografía?

**¡Excelentes noticias!** Es un examen no invasivo que no genera ningún riesgo para la salud del paciente.

## ¿Qué pasa después de que se realiza el examen?

Cuando el paciente obtiene el resultado del estudio, debe ser evaluado por el médico tratante, **idealmente un profesional en neumología**, con el propósito de definir el tratamiento requerido y los pasos a seguir, según la severidad de la enfermedad y el estado particular del usuario.

## ¿Cómo prepararse para una polisomnografía?

**Seguramente es repetitivo mencionar que el paciente debe evitar consumir bebidas y comidas con alcohol o cafeína durante la tarde y la noche anterior a la polisomnografía.** Pero no está de más recordar que ambos pueden modificar los patrones de sueño e, incluso, agravar los síntomas de algunos trastornos del sueño.

## ¿Qué más se debe tener en cuenta?

El paciente debe recibir ciertas recomendaciones previas al procedimiento como dormir una siesta la tarde anterior y tomar una ducha antes de la polisomnografía.

## ¿Existen otras pruebas de estudio del sueño?

Sí. Es posible encontrar pruebas adicionales como el *polisomnograma de titulación de dispositivos de presión positiva*, el cual es empleado en pacientes con apnea del sueño moderada o severa que necesitan tratamiento. Asimismo, existen otros exámenes como el test de latencias múltiples, utilizado específicamente para el diagnóstico de la narcolepsia.

## ¿En los niños se pueden presentar problemas del sueño?

¡Claro! **Los niños también pueden padecer apnea del sueño y el ronquido es el principal síntoma que se debe identificar.** Además, pueden tornarse hiperactivos y mostrar bajo rendimiento escolar.

Se debe tener en cuenta que los pacientes con síndrome de Down son los más propensos a adolecer esta enfermedad, por lo cual **deben realizarse sin falta un polisomnograma antes de los 4 años de edad.**

## ¿Actualmente la Fundación Valle del Lili desarrolla estudios del sueño?

La institución realiza polisomnografías y cuenta con profesionales idóneos para el acompañamiento de la prueba. En niños también es posible contemplarla, pero únicamente en el laboratorio.

## ¿Qué es importante para realizar una polisomnografía?

El centro médico debe ofrecer una asignación de citas oportuna para efectuar el estudio del sueño bajo la orientación de profesionales capacitados en el manejo integral del paciente, desde el diagnóstico hasta su tratamiento y seguimiento. En el caso de la Fundación Valle del Lili, se realizan polisomnografías a domicilio, para mayor facilidad y alcance de los usuarios.

**Solicitud de cita presencial: 3319090 Ext. 7033**  
**Solicitud de TeleConsulta: 3319090 Ext. 7907**

