

---

## INFORMACIÓN PARA EL PACIENTE

---

### APNEA DEL SUEÑO EN PROTOCOLO DE CIRUGÍA BARIÁTRICA

---

#### ¿Qué es la Apnea del sueño?

Es una enfermedad que consiste en dejar de respirar muchas veces durante la noche durante periodos de más de 10 segundos en presencia de síntomas diurnos. Se presenta cuando los tejidos del cuello se colapsan bloqueando el paso del aire, disminuyendo el nivel de oxígeno en la sangre. Esto provoca que usted se altere durante la noche, fragmentando el sueño impidiéndole dormir lo necesario y descansar lo suficiente.

#### ¿Y yo, cómo sé si tengo Apnea del sueño?

Se trata de una enfermedad muy frecuente en la población general y todavía más en aquellos pacientes con obesidad mórbida.

Normalmente se sospecha ante la presencia de ronquido intenso, pausas de la respiración durante el sueño, excesivo sueño durante el día (conducción, trabajo), irritabilidad, falta de atención y memoria, cefalea, cansancio injustificado y falta de deseo sexual. Sin embargo, al inicio del cuadro la enfermedad puede no dar tantos síntomas por lo que para su confirmación es necesario realizar una prueba diagnóstica.

#### ¿En qué consiste el estudio del sueño?

La prueba consiste en la colocación de sensores en el cuerpo que registran durante toda la noche el patrón de sueño, la respiración y el oxígeno en su sangre.

Se puede realizar en su domicilio (poligrafía) o en el hospital (polisomnografía).

#### ¿Por qué se debe tratar?

Porque mejora la calidad de sueño, evita la somnolencia diurna y para prevenir la aparición de otras enfermedades como hipertensión arterial, arritmias cardíacas, infartos de corazón o cerebro.

En su caso además es fundamental confirmar la presencia de la enfermedad y tratarla en caso de presentarla para minimizar en lo posible el riesgo quirúrgico.

#### ¿Cómo se trata?

El tratamiento consiste en adoptar hábitos saludables que favorezcan una buena higiene de sueño, perder peso, reducir el consumo de alcohol y ciertos fármacos que favorecen la aparición de apneas, no fumar y dormir de lado. Los casos graves se tratan con una máquina llamada CPAP (presión positiva continua de la vía aérea) que se debe usar todas las noches.

#### ¿Qué es una CPAP?

Es un equipo que consta de tres partes: compresor, tubo conector y mascarilla que puede ser nasal (la más habitual, se coloca en la nariz) o facial (cubre nariz y boca). El compresor genera aire a una presión suficiente, que se transmite por el tubo a la mascarilla, evitando que se produzca obstrucción de la vía respiratoria; así la respiración se vuelve regular, sin apneas, cesa el ronquido y el sueño es reparador.

## ¿Cómo debo utilizar la CPAP?

El primer contacto con el equipo de CPAP se realizará en una consulta de enfermería especializada llamada “Hospital de Día de CPAP”. En esta sesión de adaptación una enfermera le dará instrucciones detalladas de su uso, probará la mascarilla que mejor se adapte y le dará todas las indicaciones necesarias para que comience a utilizarla en su domicilio. Un responsable de la empresa suministradora le entregará el equipo de CPAP que se llevará a casa en esa sesión.

## ¿Cuánto tiempo debo emplearla?

Se recomienda usarla a diario, durante todas las horas de sueño. Como mínimo 5-6 hrs.

## ¿Cómo debo cuidar el equipo?

Lave mascarilla y tubo en agua tibia jabonosa una vez por semana. Las cintas para la cabeza pueden lavarse en la lavadora; nunca use alcohol para limpiar la mascarilla. El servicio técnico de la empresa suministradora procederá a la revisión del equipo cada 6 meses.

## ¿Debo interrumpir el tratamiento si me ausento de mi domicilio?

No. Si se ausenta por trabajo, vacaciones o incluso hospitalización, es recomendable llevar la CPAP y no interrumpir la terapia.

## ¿Qué problemas puedo tener? ¿Debo comunicárselas a mi médico-enfermera?

Como en cualquier otro tratamiento pueden existir efectos secundarios que debe reconocer y comentar con su médico tratante o con la enfermera especializada del “Hospital de Día”, la cual le acompañara durante el periodo de adaptación.

Puede aparecer congestión nasal y/o obstrucción nasal, sequedad de boca, irritación de la piel de la cara, molestias en los ojos, dolor de cabeza o de oídos, sangrado por nariz, sensación de aire frío, dificultad para quedarse dormido, distensión abdominal, claustrofobia o cualquier otra circunstancia que considere. Muchos de estos de estos efectos secundarios son leves ceden con el tiempo y con la adaptación al equipo tras su uso continuo.

## ¿Hasta cuándo necesitaré el tratamiento con CPAP?

Se necesita durante todo el tiempo antes de la cirugía y, dependiendo de la pérdida de peso, otro periodo tras ella. Durante el periodo PRE-CIRUGIA, acudirá al hospital de día para verificar la adaptación al dispositivo y el adecuado cumplimiento y se comprobará la corrección de la apnea de sueño con la CPAP. Se considerará APTO para la cirugía siempre y cuando se haya conseguido corregir las apneas y el cumplimiento sea adecuado.

Tras la cirugía bariátrica y la bajada de peso significativa (habitualmente a los 6 meses -1 año del procedimiento) se reevaluará en la consulta con el fin de establecer si la pérdida de peso ha corregido la apnea de sueño y se puede retirar la CPAP.

Ante cualquier duda podrá contactar con la UMS al 915504927.

Atentamente

UMS- UNIDAD MULTIDISCIPLINAR DE SUEÑO  
FUNDACION JIMENEZ DIAZ