

25 de Junio de 2006	Universidad de Granada	La Agencia EFE
---------------------	------------------------	----------------

APNEA-INVESTIGACION

Científicos estudian tratamiento psicológico reducir apnea sueño

Granada, 25 jun (EFE).- Un grupo de científicos de la [Universidad de Granada](#) ha puesto en marcha un proyecto de investigación que pretende elaborar un tratamiento psicológico para combatir la apnea del sueño, hasta ahora tratada exclusivamente con la colocación en el paciente de una mascarilla en la nariz mientras duerme.

El tratamiento psicológico que estudia el proyecto del grupo de investigación del Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico, dirigido por Gualberto Buela, incluye distintos módulos como la instauración de una dieta equilibrada, ausencia o reducción del consumo del tabaco y alcohol, higiene del sueño e incremento del ejercicio físico.

Según informó a Efe la [Universidad de Granada](#), para llevar a cabo el estudio, los científicos contarán con una muestra de entre 120 y 150 pacientes varones voluntarios de entre 18 y 65 años y diagnosticados del síndrome de apnea obstructiva del sueño tras una noche de evaluación en la Unidad de Sueño.

Los pacientes serán distribuidos en grupos experimentales y de control en función de la gravedad del síndrome y de si están siendo sometidos o no al tratamiento conocido como presión positiva continua de la vía aérea en respiración espontánea (CPAP), que consiste en la colocación de una mascarilla en la nariz, dotada con un compresor que envía aire a presión algo superior a lo normal.

Ese es el tratamiento empleado en la actualidad para los pacientes con apnea del sueño. Aunque los estudios demuestran que mejora las apneas, hay expertos que sostienen que ese tratamiento es crónico y meramente paliativo y que una vez eliminado, el índice de recaída es del cien por cien de los casos entre los pacientes que se someten a él, que no son todos, ya que algunos sienten agobio con ese método y no consiguen conciliar o mantener el sueño.

En opinión de los investigadores granadinos, desde un punto de vista psicológico existen intervenciones relacionadas con cambios en el estilo de vida de estos pacientes, que podrían hacerlos mejorar.

Los científicos esperan que los resultados que obtengan de su investigación demuestren que el tratamiento psicológico combinado con el CPAP es más eficaz que el tratamiento sólo con CPAP.

Para los investigadores, en los casos de síndrome de apnea obstructiva del sueño leve, el tratamiento psicológico sin otra combinación puede ser la mejor opción y servir además para prevenir o retardar el avance de una apnea leve a una moderada o severa.

Este síndrome, que se ha convertido en la segunda causa más importante de accidentes de tráfico tras el consumo de alcohol, provoca una excesiva somnolencia diurna, problemas cognitivos, cambios en la personalidad y el humor, problemas sexuales, cefaleas y pérdida de audición.

Sus principales síntomas nocturnos son los ronquidos, una actividad motora anormal durante el sueño, asfixia y sudoración, entre otros. EFE

bol/av/fv

Cerrar

© Está expresamente prohibida la redistribución y la redifusión de todo o parte de los contenidos de los servicios de Efe, sin previo y expreso consentimiento de la Agencia EFE S.A.