

03 de Julio de 2006

Universidad de Granada

Web Salud

la semana | lo que interesa | directorio

Salud

Farmacia

Sanidad

Opinión

Multimedia

Participación

Servicios

WebSalud.com > Salud > Neurología

Aparato digestivo

Cardiología

Dermatología

Diabetes

Envejecimiento

Infecciosas

Neurología

Oncología

Psiquiatría

Medicina individualizada

Nutrición

Oftalmología

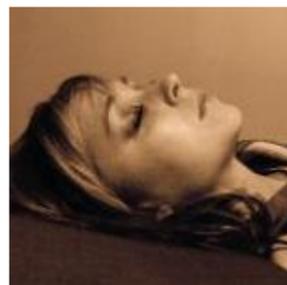
Pediatría

Respiratorio

Salud de la mujer

Trasplantes

Urología



Divulgación científica

Españoles investigan la eficacia del tratamiento psicológico en la apnea del sueño

Los investigadores consideran que es posible mejorar la situación de las personas que padecen apnea del sueño gracias a un tratamiento que incluya terapia psicológica.

La apnea del sueño influye muy negativamente en la calidad de vida de quienes la padecen.

· Ana Belén Santiago - 03/07/2006

Expertos del Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico de la [Universidad de Granada](#), dirigidos por Gualberto Buela, trabajan en la evaluación de la eficacia de intervenir psicológicamente, en relación a ciertos cambios en el estilo de vida de los pacientes, para disminuir la apnea obstructiva del sueño, un síndrome caracterizado por dificultades parciales o totales de la vía aérea superior durante el sueño.

Actualmente, el tratamiento para esta patología es la imposición de una mascarilla en la nariz mientras se duerme. Esta mascarilla, denominada CPAP, está dotada de un compresor que envía aire a una presión por encima de la normal. A pesar de su demostrada eficacia, los investigadores señalan que éste es un método meramente paliativo y que, una vez retirado, el índice de recaída es del 100 por cien. Además, determinados pacientes sienten una sensación de agobio que no les permite conciliar o mantener el sueño.

Por su parte, los investigadores granadinos consideran que existen una serie de intervenciones de carácter psicológico, que se relacionan con cambios en el hábito de vida de estos pacientes, que podrían ser fundamentales para mejorar el problema. Sin embargo, afirman que existe "una falta de investigación al respecto".

Así, el proyecto de estudio tiene por objetivo elaborar un tratamiento psicológico que incluya medidas como la instauración de una dieta equilibrada, la ausencia o disminución del consumo de tabaco y de alcohol, la higiene del sueño y el incremento del ejercicio físico.

Utilidades del artículo



Información relacionada

Varios estudios confirman la asociación entre apnea del sueño y enfermedades cardiovasculares

Más del 50% de los casos de apnea del sueño están sin diagnosticar
Entre 5 y 7 millones de españoles sufren apnea del sueño pero sólo un 10% de los casos graves son diagnosticados

[Aviso Legal](#) | [Contacto](#)

Copyright © 2005 websalud.com All rights reserved.

La responsabilidad del contenido del portal es exclusivamente de Contenidos e Información de Salud,S.L.