

La obesidad abdominal es un indicador de las apneas del sueño

Una acumulación elevada de grasa en el abdomen puede predecir la aparición de apneas del sueño, según un estudio realizado en el Hospital Universitari Germans Trias i Pujol publicado en el número de enero de la revista norteamericana Obesity. Según los resultados de la investigación, la realización de medidas antropométricas simples permitiría realizar estudios del sueño más simplificados (poligrafías), cosa que supondría un ahorro de recursos.

Hospital Germans Trias

18/2/2008 14:33 CEST

De esta forma, además de los criterios ya existentes para realizar esta prueba (hipersomnolencia, ronquidos durante el sueño y evidencia de apnea nocturna referida por los cónyuges), los autores del estudio proponen añadir la medición del diámetro del cuello, la cintura y las caderas.

Patología frecuente

El Síndrome de la Apnea Obstructiva del Sueño (SAOS) es una patología frecuente que se caracteriza por la oclusión intermitente y repetitiva de la vía aérea superior durante el sueño, cosa que origina una interrupción completa (apnea) o parcial (hipoapnea) del flujo aéreo y, por lo tanto, de la cantidad de oxígeno que llega a los pulmones. La SAOS afecta entre un 2% y un 4% de la población. La enfermedad puede comportar complicaciones graves, como la aparición de enfermedades cardiovasculares y de alteraciones del sueño, y aumenta el riesgo de sufrir accidentes de tráfico y laborales.

Entre el 60% y el 70% de las personas que sufren SAOS son obesas y, según algunas investigaciones, la mitad de los afectados sufren obesidad mórbida. El tratamiento de la enfermedad es multifactorial e incluye la corrección de la obesidad, la supresión de los fármacos sedantes y el alcohol. El tratamiento de elección es el uso durante el sueño de una mascarilla con presión positiva continua en la vía aérea (CPAP). En el supuesto de que se detecten anomalías estructurales de la vía aérea superior, que a veces están asociadas al síndrome, puede ser necesaria una solución quirúrgica.

En el estudio realizado en el hospital badalonés han participado 192 pacientes, 152 de los cuales hombres y 40 mujeres. Todos ellos manifestaban tener hipersomnolencia, ronquidos durante el sueño y evidencia de apnea nocturna referida por los cónyuges.

Todos los pacientes fueron sometidos a una polisomnografía nocturna convencional, en la cual se valoraba la calidad del sueño (mediante electroencefalografía, electrooculografía y electromiografía), el flujo de aire respirado, la saturación de oxígeno en sangre, el ronquido, y el movimiento torácico y abdominal. Según el número de apneas o hipoapneas registradas, y a partir de criterios clínicos, los investigadores diagnosticaron finalmente SAOS a 124 pacientes (65%). Los 68 restantes fueron considerados como simples roncadores.

Los investigadores también midieron el peso y la altura de los pacientes para calcular el índice de masa corporal (dividiendo el peso por la altura al cuadrado, kg/m²), la circunferencia del cuello, de la cintura y de las caderas.

Diferencias significativas

Los autores del estudio no encontraron diferencias significativas entre el índice de masa corporal de los pacientes diagnosticados de síndrome de apnea obstructiva del sueño y la de los roncadores, pero sí que las encontraron al comparar los parámetros de obesidad troncal (es decir, acumulación de grasa en el abdomen) de los dos grupos. Tanto el diámetro de la cintura como la relación entre la circunferencia de la cintura y la de las caderas eran significativamente superiores en el caso de las personas diagnosticadas de SAOS. El diámetro del cuello también era más grande en los pacientes con SAOS. Según la investigación, los pacientes con obesidad

abdominal tienen tres veces más riesgo de sufrir SAOS que el resto.

El neumólogo Carles Martínez, primer firmante del estudio, explica que “los resultados de la investigación pueden ayudar a optimizar las indicaciones de las polisomnografías y a desarrollar protocolos diagnósticos más eficientes del síndrome de la apnea obstructiva del sueño, teniendo en cuenta que la obesidad troncal es un predictor de la enfermedad”.

C. Martínez, J. Abad, J.A. Fiz, J. Ríos, J. Morera. "Usefulness of Truncal Obesity Indices as Predictive Factors for Obstructive Sleep Apnea Syndrome". *Obesity* Jan. 2008

Artículo completo en:

<http://www.nature.com/oby/journal/v16/n1/full/oby200720a.html>

Derechos: **Creative Commons**

TAGS

APNEA

RONQUIDO

POLISOMNOGRAFÍA

NEUMOLOGÍA

SUEÑO

Creative Commons 4.0

Puedes copiar, difundir y transformar los contenidos de SINC. [Lee las condiciones de nuestra licencia](#)