



Una guía para que los pacientes comprendan la prueba de diagnóstico de la apnea obstructiva del sueño en adultos

Esta guía del paciente describe las recomendaciones de la American Academy of Sleep Medicine (AASM) para diagnosticar la apnea obstructiva del sueño (AOS). Esta guía le ayudará a saber qué puede esperar en su conversación con su proveedor médico. Si desea más información, puede leer las [guías completas de práctica clínica](#).

¿CÓMO SABER SI SUFRE DE AOS?

El diagnóstico debe incluir una prueba de apnea en un centro del sueño o una prueba de apnea del sueño en casa. Su proveedor médico no debe diagnosticar la AOS basado únicamente en una encuesta.

Las pruebas de AOS se deben realizar como parte de una evaluación completa del sueño y las visitas de seguimiento con su proveedor médico. A menudo, las probabilidades de padecer de AOS se pueden determinar por medio de encuestas, pero algunos síntomas de la AOS pueden ser causados por otros trastornos del sueño.

¿CUÁNDO ES POSIBLE HACER UNA PRUEBA DE AOS EN CASA?

Su proveedor médico puede usar una prueba de apnea del sueño en casa si:

- Sus síntomas sugieren que usted está en mayor riesgo de padecer AOS moderada a grave.

Usted está en mayor riesgo de padecer AOS moderada a grave si se siente muy somnoliento o cansado durante el día y tiene al menos dos de los siguientes síntomas: ronca fuertemente y con frecuencia, lo han visto jadeando cuando está dormido, se ahoga o contiene la respiración cuando está dormido, o tiene hipertensión arterial.

Y

- Usted *no* sufre de ciertas condiciones de salud y *no* está en riesgo de padecer otros trastornos de la respiración relacionados con el sueño.

Estas condiciones de salud incluyen: enfermedades graves del corazón y de los pulmones, condiciones neuromusculares, antecedentes de derrame cerebral y uso de opioides, o trastornos graves del sueño. Consulte a su proveedor médico si desea conocer más información.

¿CUÁNDO DEBE HACERSE UNA PRUEBA DE AOS EN UN CENTRO DEL SUEÑO?

Su proveedor médico debe usar una prueba de apnea en un centro del sueño en lugar de una prueba de apnea del sueño en casa si:

- Usted sufre de ciertas condiciones de salud o está en riesgo de padecer otros trastornos de la respiración relacionados con el sueño

O

- Su proveedor médico cree que usted tiene más probabilidades de padecer de AOS leve basado en sus síntomas.

La AOS leve se diagnostica de forma más precisa por medio de una prueba de apnea en un centro del sueño.

¿CUÁNDO SE DEBEN REPETIR LAS PRUEBAS DIAGNÓSTICAS?

Si es necesario repetir las pruebas diagnósticas, su proveedor médico debe usar una prueba de apnea en un centro del sueño. Estas son algunas razones por las cuales su proveedor médico puede repetir la prueba de apnea en un centro del sueño:

- Cuando los resultados de una prueba de apnea del sueño en casa son negativos o inconclusos

O

- Cuando los resultados de la primera prueba de apnea en un centro del sueño son negativos, pero su proveedor médico aún piensa que usted padece de AOS.

COMPARACIÓN ENTRE UNA PRUEBA DE APNEA DEL SUEÑO EN UN CENTRO DEL SUEÑO Y UNA PRUEBA DE APNEA DEL SUEÑO EN CASA

VENTAJAS



PRUEBA DE APNEA DEL SUEÑO EN UN CENTRO DEL SUEÑO

- »» Diagnóstico más preciso
- »» Permite detectar otros trastornos del sueño
- »» El personal médico observa al paciente durante la prueba

PRUEBA DE APNEA DEL SUEÑO EN CASA

- »» Es menos costosa
- »» Es más conveniente (se realiza en casa)
- »» Es menos invasiva y más cómoda

DESVENTAJAS



- »» Es más costosa
- »» De acceso limitado en algunas áreas
- »» Puede alterar su horario normal de sueño

- »» No mide todo lo que puede medir una prueba de apnea en un centro del sueño.
- »» Más alta probabilidad de que los resultados sean imprecisos debido a la configuración incorrecta del equipo

PASOS POR SEGUIR

Consulte siempre a su proveedor médico si cree que padece de AOS. Si desea más información sobre la apnea del sueño o buscar el centro acreditado del sueño más cercano, visite sleepeducation.com