



Una guía para que los pacientes comprendan el tratamiento de la apnea obstructiva del sueño en adultos con presión positiva en las vías respiratorias

Esta guía del paciente resume las recomendaciones de la American Academy of Sleep Medicine (AASM) para el tratamiento de la apnea obstructiva del sueño (AOS) en adultos por medio de la presión positiva en las vías respiratorias (PAP, por sus siglas en inglés). 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](#).

¿CUÁNDO SE DEBE USAR LA TERAPIA DE PAP PARA TRATAR LA AOS?

Su proveedor médico debe ofrecer la terapia de PAP para tratar la AOS si usted experimenta somnolencia excesiva durante el día.

Su proveedor médico también puede ofrecer la terapia de PAP si:

- Usted sufre de hipertensión arterial
- La falta de sueño afecta su calidad de vida.

Antes de comenzar la terapia de PAP, su proveedor médico debe informarle sobre la AOS y sus efectos, y explicarle en qué consiste la terapia de PAP y sus posibles beneficios.

¿DÓNDE PUEDE COMENZAR LA TERAPIA DE PAP?

Puede comenzar la terapia de PAP en casa, usando un dispositivo de APAP (presión autoajutable), o en un centro del sueño. Si no tiene otras condiciones médicas graves, su proveedor médico debe informarle sobre ambas opciones.

Si tiene otras condiciones médicas graves, probablemente su proveedor médico le recomiende que comience la terapia de PAP en un centro del sueño.

¿QUÉ TIPO DE DISPOSITIVO DE PAP RECIBIRÁ?

Inicialmente, su proveedor médico debe ofrecerle un dispositivo “CPAP” (presión continua) o “APAP” (presión autoajutable) para tratar su AOS.

Los dispositivos APAP y CPAP tienen la misma eficacia para tratar la AOS, pero es posible que algunos pacientes respondan mejor a un tipo de dispositivo de PAP. En lugar de eso, su proveedor médico puede ofrecerle un dispositivo “BPAP” (presión de dos niveles) en caso de que se necesiten presiones más altas para tratar su AOS.

¿QUÉ OCURRE DESPUÉS DE QUE COMIENCE LA TERAPIA DE PAP?

Su proveedor médico se mantendrá en contacto con usted para identificar cualquier problema con su dispositivo o terapia de PAP.

También discutirá con usted las expectativas realistas de la terapia de PAP y sugerirá cambios en su comportamiento o actitud que ayudarán a que la PAP sea más eficaz.

Su proveedor médico también le ofrecerá una forma de monitoreo remoto, conocida como “telemonitoreo”, para asegurarse de que su dispositivo funciona adecuadamente y que el tratamiento es eficaz.

¿QUÉ OTROS ASPECTOS DEBE DISCUTIR CON SU PROVEEDOR MÉDICO?

Es posible que su proveedor médico hable con usted acerca de:

- El tipo de máscara más adecuado para usted
- Las diferentes configuraciones de presión
- Cómo agregar un humidificador a su dispositivo de PAP

Su proveedor médico puede ayudarle a determinar las opciones más adecuadas para usted con base en lo que sea más cómodo y lo que permita que su terapia de PAP sea más eficaz.

PASOS POR SEGUIR

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