



Education Bulletin

The ASAA is a non-profit organization dedicated to reducing injury, disability and death from sleep apnea and to enhancing the well-being of those affected by this common disease.

ACUDIENDO A CONSULTA POR APNEA DEL SUEÑO

Si usted sospecha que tiene apnea del sueño, requiere ver a un médico sobre sus síntomas. Sugerimos que primero verifique la cobertura de su seguro médico, antes de hacer cualquier cita. Podría ser necesario que su médico de atención primaria lo envíe con un especialista en trastornos del dormir y/o podría ser necesario que usted acuda a una clínica de sueño, donde le harían los estudios necesarios. En algunos casos su médico de atención primaria ordenara los estudios y recibirá los resultados de los mismos por usted. Mantenga en mente que los estudios de sueño pueden realizarse en una Clínica de Sueño, Laboratorio de Sueño o en su casa. Algunas compañías de seguros solicitarán una consulta o estudio específico. Es posible que se realice un estudio partido (split-night) en el laboratorio de sueño. (Durante un estudio partido, la primera mitad del estudio es la fase en la que se evalúa su enfermedad y se diagnostica. Si el estudio demuestra que tiene apnea del sueño en la segunda mitad de la noche recibirá tratamiento para apnea del sueño).

Médicos que atienden trastornos del dormir, serían: Neumólogos (Especialistas en pulmones y enfermedades respiratorias), Neurólogos (enfocados a enfermedades del cerebro), Otorrinolaringólogos (oídos, nariz y garganta), Psiquiatras (salud mental) o médicos de atención primaria como Internistas y Médicos familiares. La experiencia en trastornos del dormir, se adquiere al ser entrenados por otros especialistas en trastornos del dormir o estudiar una especialidad formal en un programa de residencia, cursos de educación médica continua (CME) y reuniones científicas. Algunos médicos han tomado exámenes adicionales y son "Certificados" por el American Board of Sleep Medicine (ABSM) o Consejos en su país. En cualquier caso un especialista en Trastornos del Dormir deberá de tener algún grado académico que cumple los requerimientos de la ABSM como: MD, DO, MB (Equivalente Europeo de un MD), un PhD o PsyD en un campo relacionado a la salud. Algunos dentistas han estudiado apnea del sueño y cuando es apropiado tratan pacientes con un avance oral. Usted debe preguntar a cualquier médico o dentista sobre la experiencia, estudio y certificación en el área de Trastornos del Dormir. Así mismo usted debe estar satisfecho con la explicación sobre su enfermedad y como será diagnosticado y tratado.

Si no recibió una lista de Especialistas en Trastornos del dormir y Centros dedicados al estudio de trastornos del dormir. Usted puede encontrar un especialista en diferentes lugares. No existe una lista completa de todos los centros y como una organización sin fines de lucro. American Sleep Apnea Association (ASAA) no recomienda, aprueba alguna compañía, producto o proveedor de servicios de salud. Sin embargo existe una lista de Especialistas, Clínicas de Sueño y laboratorios acreditados por la American Academy of Sleep Medicine (AASM) que pagan sus cuotas de membresía a esta asociación. (AASM antes conocida como American Sleep Disorders Association o ASDA, es la sociedad de profesionales en el campo de Medicina del Sueño y acredita a estos centros. Acreditación implica el seguimiento de ciertas guías por igual a todos). La lista actualizada de Laboratorios y Centros de aparece en la página de Internet de la AASM www.aasmnet.org. Usted también podría solicitar una lista directamente a la ASAA. Recuerde que algunos centros están en el proceso de ser acreditados o han escogido no ser acreditados o no calificaron para la acreditación.

Contacte a su hospital local y médicos, quienes pueden ayudarle a encontrar un centro donde sea posible recibir atención en Trastornos del Dormir, Incluso vecinos, amigos y familiares pueden ayudarle.

Algunos seguros médicos excluyen específicamente cobertura para el diagnóstico y/o tratamiento de un Trastorno del Dormir y algunas no cubren el equipo médico necesario. (La forma más eficiente de tratamiento para apnea del sueño es considerada (DME) Equipo Médico Durable). Estos son puntos a considerar al revisar su póliza o si piensa en cambiar su seguro médico (tome en cuenta estos puntos al

American Sleep Apnea Association Education Bulletin

decidir el seguro que provee su trabajo). Dependiendo del lugar donde vive y el proveedor que lo atiende. El diagnóstico y tratamiento de Apnea del Sueño, puede tener un costo elevado, frecuentemente arriba de 1,000 dólares, aun con cobertura de seguro médico, consideremos las consecuencias posibles y costos de no recibir tratamiento de apnea del sueño. Definitivamente el ser diagnosticado y tratado de la forma correcta. Ofrece un mayor beneficio y los beneficios superan el costo.

Existen diferentes equipos que realizan estudios de sueño. Generalmente se incluyen los siguientes parámetros: Electroencefalografía (EEG) esto mide la actividad cerebral e informa si esta dormido o despierto y en que estadio de sueño se encuentra. Electro oculograma (EOG), mide los movimientos oculares, importantes en la detección de sueño REM o Movimiento Ocular Rápido, Electro miografía (Mentón) arroja información del tono muscular de la barbilla y ayuda a conocer los estadios de sueño, Electrocardiograma (EKG), mide frecuencia cardiaca y ritmo del corazón, Bandas de Esfuerzo en Tórax y así conocer los movimientos para respirar, Oxímetro de pulso informa la cantidad de oxígeno en sangre. Algunos equipos vigilan la cantidad de bióxido de carbono (CO₂), movimiento de piernas, de acuerdo al modelo y marca. Ningún equipo causa dolor, utiliza agujas, jeringas siendo fácilmente realizados.

Si su estudio de sueño es negativo (si los resultados muestran que no tiene apnea del sueño), pero aun presenta síntomas de un trastorno del dormir, como dormirse fácilmente en lugares inapropiados, aun después de dormir adecuadamente. Podría ser necesario repetir su estudio, en algunas ocasiones con un equipo mas completo. Para mayor información hable con su doctor o especialista en trastornos del dormir.

Si requiere mayor información en la diferencia entre estudios en casa y estudios en una clínica de sueño, puede ordenar una reimpresión del ejemplar Abril-Mayo 1997 de nuestra revista. "Estudios en casa o Estudios en Clínicas de Sueño", envíe 2 dólares por reimpresión, con su pedido y dirección postal a ASAA. Probablemente usted también quiera ordenar "Entendiendo su estudio de Sueño" (2 dólares), aprendera mas sobre la información que se obtiene en un estudio de sueño y cual es su significado.

Apnea del sueño se presenta por igual en niños. Mayor información de apnea del sueño en niños, puede consultar "Evaluando a su niño por Apnea Obstructiva del Sueño."

Para conducir sus programas y actividades la ASAA recibe apoyo de sus miembros, personas, fundaciones y donaciones corporativas y contribuciones anuales de miembros de la sección compañías ASAA. Los niveles de apoyo de compañías recibidos en orden decreciente: Nivel Patrocinador Respirationics, Inc; ResMed Corporation; Nivel Patrón: DeVilbiss, division de Sunrise Medical, Nivel Inversionista: Fisher & Paykel Healthcare. Nivel Contribuidor: Air Products Healthcare; Invacare Corporation; Masimo Corporation; Nellcor Puritan Bennett y Restore Medical.

Como una Organización sin fines de lucro American Sleep Apnea Association no recomienda o apoya alguna compañía, producto o proveedor de cuidados de la salud.