

nota de prensa

## Un 25% de la población padece problemas de sueño

**Sant Cugat del Vallès 24 de junio.** A la pregunta de para qué dormimos el Dr. Eduard Estivill, responsable de la unidad del sueño del Hospital Universitari General de Catalunya, nos indica que las funciones del sueño continúan siendo un enigma biológico. “A partir de los estudios de privación del sueño se ha descubierto que no se puede eliminar el sueño sin substituirlo por otra cosa: grandes dosis de vigilia; que el sueño afecta a todos los órganos del cuerpo y que la privación de sueño altera significativamente a los ritmos biológicos.

En nuestra sociedad, uno de cada cuatro individuos padece las consecuencias del mal sueño en alguna de sus múltiples manifestaciones. No se trata de enfermedades aisladas sino más bien del aviso sobre una previa irregularidad de origen físico o psíquico. La ciencia y la experiencia han demostrado que el dormir es una actividad absolutamente necesaria para el ser humano. No obstante, siempre han existido personas con problemas relacionados con el sueño, pero sólo durante las últimas décadas se han considerado las alteraciones del sueño como una distorsión de la salud que modifica y condiciona nuestra existencia. Millones de individuos en el mundo viven sus vidas en medio de una somnolencia y fatiga continuas. Otros se ven obligados a trabajar cuando su cerebro está "programado" para dormir.

Para estudiar y tratar las alteraciones de sueño a finales de los 80 surgen en nuestro país las unidades de sueño. Son servicios médicos multidisciplinares integrados por Neurofisiólogos, Psiquiatras, Otorrinolaringólogos, Neurólogos, Psicólogos, Neumólogos y Pediatras, coordinados por un responsable con amplios conocimientos sobre todas las alteraciones del sueño. Estas unidades tienen capacidad para diagnosticar, mediante la clínica y los estudios de sueño nocturno, y tratar a pacientes con patología del sueño. “La unidad del sueño del General de Catalunya atiende desde niños con problemas de insomnio relacionados con sus hábitos de sueño, el mal descanso, el sueño excesivo durante el día, el sonambulismo o las dificultades que tienen algunos para empezar a dormir o mantener el sueño durante toda la noche como a adultos con un Síndrome de Piernas Inquietas, Insomnio, Narcolepsia o Síndrome de Apnea Obstructiva del Sueño, entre otros” afirma el Dr. Francesc Segarra de la unidad del sueño del General de Catalunya.

### ¿Cómo se estudian las alteraciones del sueño?

Tras realizar una entrevista con el especialista de la unidad en la que preguntan los síntomas que padece el paciente se valora la necesidad de realizar pruebas, como el estudio del sueño. Una vez reunida toda la información se decide el tratamiento adecuado para caso, tanto si se padece insomnio como si el problema son los ronquidos o cualquier otro tipo de alteración. A diferencia de otros centros donde solo se tratan aspectos parciales del problema del sueño, la unidad del sueño del Hospital Universitari General de Catalunya es un centro de medicina del sueño completo, donde se tratan todas las alteraciones.

## nota de prensa

# Un 25% de la población padece problemas de sueño

### ¿Qué es un estudio del sueño?

Àlex Pastor, enfermero de la unidad del Sueño detalla que el estudio de sueño o polisomnografía “es una prueba que consiste en observar al paciente mientras duerme. Para ello debe pasar una noche en nuestra unidad. También puede ser estudiado en su casa. El médico decide qué es mejor. Tras colocarle unos pequeños electrodos en distintas partes del cuerpo, como los que se utilizan para hacer un electrocardiograma, nuestros especialistas estudian lo que sucede mientras duerme, es decir si se descansa bien, si ronca mucho o si sufre paros respiratorios”.

### Sobre quirónsalud

Quirónsalud es el grupo hospitalario líder en España y, junto con su matriz Fresenius-Helios, también en Europa. Cuenta con más de 40.000 profesionales en más de 125 centros sanitarios, entre los que se encuentran 50 hospitales que ofrecen cerca de 7.000 camas hospitalarias. Dispone de la tecnología más avanzada y de un gran equipo de profesionales altamente especializados y de prestigio internacional. Entre sus centros, se encuentran el Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz, Centro Médico Teknon, Ruber Internacional, Hospital Universitario Quirónsalud Madrid, Hospital Quirónsalud Barcelona, Hospital Universitario Dexeus, Policlínica de Gipuzkoa, Hospital Universitari General de Catalunya, Hospital Quirónsalud Sagrado Corazón, etc.

El Grupo trabaja en la promoción de la docencia (ocho de sus hospitales son universitarios) y la investigación médico-científica (cuenta con el Instituto de Investigación Sanitaria de la FJD, acreditado por la Secretaría de Estado de Investigación, Desarrollo e Innovación).

Asimismo, su servicio asistencial está organizado en unidades y redes transversales que permiten optimizar la experiencia acumulada en los distintos centros y la traslación clínica de sus investigaciones. Actualmente, Quirónsalud está desarrollando multitud de proyectos de investigación en toda España y muchos de sus centros realizan en este ámbito una labor puntera, siendo pioneros en diferentes especialidades como oncología, cardiología, endocrinología, ginecología y neurología, entre otras.

Para más información:  
Comunicación  
Pilar Rosas  
93 587 93 93  
65 681 16 45