


## **Apnea del sueño: su niño ronca?**

 El ronquido habitual intenso, es la primera indicación de que su hijo tenga apnea obstructiva al dormir. La apnea obstructiva del dormir es común en los niños con amígdalas y adenoides grandes. También es frecuente en el niño preescolar con sobrepeso, alergias, somnolencia diurna y síndrome de déficit de atención con hiperactividad.

Los niños con apnea del sueño roncan, respiran con dificultad e irregularmente, resoplan, duermen con la boca abierta y mojan la almohada con saliva. Durante el sueño no es normal que los niños ronquen. Al dormir los músculos se relajan y en algunas personas los músculos de la garganta se relajan excesivamente produciéndose interrupción del ciclo respiratorio conocido como apneas o pausas respiratorias anormales.

Con el crecimiento de las adenoides y amígdalas se produce una mayor obstrucción al paso del aire durante la respiración y los periodos de apneas se hacen más intensos y frecuentes. Cuando la respiración se interrumpe periódicamente se oyen ronquidos seguidos por pausas y movimientos irregulares de los músculos de la garganta destapando las vías respiratorias.

Con apnea obstructiva del dormir puede dejar de respirar por 10 segundos o más, esto sucede decenas y hasta cientos de veces cada noche. Cada vez que la respiración cesa, el nivel de oxígeno en la sangre baja y el corazón tiene que trabajar fuerte para circular la sangre, la presión arterial sube y el cerebro se oxigena menos haciendo que el niño no tenga un sueño saludable y reparador.

El diagnóstico debe hacerse de manera precoz, para lo cual deben realizarse las pruebas que determinen si durante el sueño el niño tiene periodos de apneas y/o hipopneas (respiración insuficiente).

Las pruebas se harán en un laboratorio del sueño donde el médico determinará el método y diagnóstico de cada paciente, luego que le hayan hecho primeramente la prueba de screening, se determinará si necesita o no un polisomnograma completo. Una vez establecido el diagnóstico, el paciente puede ser referido a su médico para tratamiento específico.

Dr. Enrique Botto