

INNOVACIÓN UN SISTEMA MÁS CÓMODO

# TRATAR LA APNEA CON EL DENTISTA

Un proyecto español intenta revolucionar la forma de tratar este problema con la ayuda de un nuevo dispositivo de avance mandibular

ÁNGELES LÓPEZ MADRID

Si se levanta cansado o con dolor de cabeza, si sus ronquidos traspasan las paredes como si fueran de papel de fumar o si se pasa el día somnoliento y muerto de cansancio, puede que usted esté entre los dos millones de personas que se estima que hay en España con apnea del sueño. Un equipo de investigadores españoles ha desarrollado un sistema para detectar y solucionar este problema de una forma sencilla, eficaz y sin efectos secundarios. Quizás la próxima vez que vaya a su dentista, quizás le pueda dar solución a este problema.

Las apneas son la obstrucción completa o parcial del paso de aire mientras se duerme, dando lugar a un sueño de mala calidad y no reparador. La mayoría de éstas no están diagnosticadas, ya que

hasta ahora la rutina médica para estos pacientes es conseguir cita en una unidad del sueño, algo nada fácil debido a las listas de espera, y rezar porque lo suyo no sea grave, porque de lo contrario la terapia indicada es la presión positiva continua en las vías respiratorias -o CPAP- que consiste en introducir con una máquina aire a las vías respiratorias mientras la persona duerme, algo necesario pero no tolerado por todos los pacientes. Se considera apnea grave del sueño cuando hay más de 30 episodios de parada o reducción respiratoria por hora.

El panorama para los casos de apnea leve o moderada no es menos halagüeño porque el tratamiento habitual es perder peso, ya que la obesidad es uno de los factores vinculados a este problema, y usar unos dispositivos de avance mandibular que no están financiados por la seguridad social y que, tras un primer intento, la mayoría de pacientes los suelen dejar relegados en el cajón de su mesilla de noche.

El sistema de avance mandibular consiste en dos prótesis tipo fé-

rulas ideadas para adelantar la mandíbula y limitar los movimientos laterales. Se trata de liberar la faringe, reducir los ronquidos y permitir una mayor entrada de aire mientras se duerme.

«Hay dos revisiones de la *Cochrane* -el sistema científico más prestigioso para decir si una terapia sirve o no- que afirman

que los sistemas de avance mandibular son eficaces. Lo que hay que buscar es que sean cómodos, bien tolerados y sin efectos secundarios», explica Joaquín Durán-Cantolla, del Servicio de Investigación del Hospital Universitario Araba, neumólogo y director de la Unidad del Sueño de la Clínica Eduardo Anitua.

Durán-Cantolla lleva desde el año 2002 trabajando con Eduardo Anitua, director del centro que lleva su nombre y del Biotechnology Institute (BTI), con el objetivo de mejorar la detección y el tratamiento de la apnea del sueño. «En ese año realizamos un ensayo clínico donde vimos que estos dispositivos eran eficaces pero poco cómodos», afirma el neumólogo. Tiempo después volvieron a retomar su idea pero intentando revolucionar este sistema. «Trabajamos con ingenieros y con el equipo de desarrollo del BTI para diseñar un equipo de análisis de la apnea para que estos pacientes no tengan que ir a una unidad del sueño obligatoriamente donde, si su problema

## TAMBIÉN CONTRA EL BRUXISMO

El 90% de las personas con bruxismo tiene apnea del sueño, según las conclusiones de un estudio publicado en el *Journal of Clinic Sleep Medicine* realizado por estos investigadores. El bruxismo consiste en apretar los dientes superiores contra los inferiores o rechinarlos durante el sueño debido a diferentes motivos como el estrés, la dieta, etc. Los síntomas más frecuentes son dolor de cabeza o de oído, molestias o inflamación en la mandíbula o sensibilidad a los alimentos o líquidos fríos o calientes y desgaste de los dientes. «Hay miles de pacientes bruxistas que se les coloca una férula de descarga y que tienen apnea del sueño que a su vez genera más desgaste dental porque genera tensión muscular. Quizás el tratamiento de ésta vaya por la mejora de la otra», concluye Joaquín Durán-Cantolla.

es leve, no van a encontrar un adecuado tratamiento», explica Anitua.

Lo que han conseguido es un dispositivo que mide las apneas durante el sueño y sus consecuencias respiratorias. «Es una herramienta diagnóstica que tiene sólo dos cables, uno va a una cánula nasal, similar a las gafas de oxígeno, y la otra al dedo, conectada a un saturímetro. Este sistema, gracias a un robusto algoritmo, mide la saturación de oxígeno, la frecuencia cardíaca, los ronquidos y la posición corporal. El dentista entregará este artilugio al paciente para que se lo lleve una noche y lo use mientras duerme. Luego el dentista interpreta el resultado, porque este especialista recibe un curso de formación junto con la compra del sistema», señala Durán-Cantolla.

Si hay apnea, el dentista ajustará al paciente un dispositivo de avance mandibular -también diseñado por este grupo- y, mediante el equipo de diagnóstico y monitorización de la apnea, podrá evaluar su eficacia y grado de ajuste que hasta ahora se hacía a ciegas. «El 50% de los pacientes con apnea lo son en grado leve o moderado y a ellos no se les está dando solución. Eso es lo que perseguimos nosotros», aclara este neumólogo, quien adelanta que este sistema será evaluado en un ensayo clínico multicéntrico.

Los estudios realizados hasta la fecha con este mecanismo, denominado comercialmente como *Apnia*, han sido de validación. «El primero lo realizamos con 30 personas y el segundo con 100. La mayoría eran casos de apnea leve o moderada, aunque también hemos tratados a personas con apnea grave que no toleraban la CPAP y también en ellas hemos logrado reducir sus episodios», afirma Anitua.

Este experto en Odontología reconoce que él mismo ha probado el dispositivo durante dos años. «He pasado de 18 apneas a la hora a tres o cuatro. Pero lo mío es poca cosa, tenemos pacientes que han pasado de 50 episodios a cuatro o de 28 a seis. Esta curva de descenso se da en casi todos los pacientes. Lo primero que notas es que te levantas mucho más descansado, no es lo mismo tener un 50% de batería por la mañana que un 100%», explica.

Pero no prometen sólo eliminar la apnea sino también los ronquidos. «Con este dispositivo conseguimos que desaparezcan. Lo más importante del ronquido es que es una antesala de la apnea en muchos casos. El control de la apnea es una forma de prevención de las enfermedades neurodegenerativas porque el estar bien oxigenado supone menor sufrimiento cerebral. La hipoxia es uno de nuestros mayores enemigos», concluye Anitua. Además, la apnea puede ocasionar la aparición de problemas cardiovasculares y alteraciones psiquiátricas.

Dispositivo de diagnóstico de apneas, *Apnia*. BIOTECHNOLOGY INSTITUTE (BTI)

