

NEUMOLOGÍA

La apnea del sueño favorece el desarrollo de la diabetes

EL PAÍS. **Barcelona**

El síndrome de apnea obstructiva del sueño, un trastorno que se caracteriza por la aparición de interrupciones repetidas de la respiración durante el sueño, ha sido prácticamente ignorado durante mucho tiempo por los investigadores. Pero ahora es un campo de intensos estudios y sorprendentes hallazgos. El último, realizado por un equipo francés, indica que existe una relación entre la apnea obstructiva del sueño y los trastornos metabólicos que conducen a la diabetes, independientemente de la edad o del peso del sujeto. Los investigadores también han descubierto que el 40% de los diabéticos detectados por el estudio no habían recibido un diagnóstico previo, por lo que parece razonable que a partir de este trabajo a todos los apneicos se les hagan pruebas para detectar la diabetes.

La apnea del sueño presenta una serie de efectos adversos para la salud y afecta a más del 10% de los varones de mediana edad. Además de causar somnolencia diurna y falta de concentración, puede afectar, a veces gravemente, al sistema cardiovascular. Se sabe que la apnea del sueño es más frecuente entre los sujetos obesos mayores de 40 años, un grupo que también presenta mayor riesgo de padecer diabetes y problemas cardiovasculares. Por todo ello los médicos de la Unidad de Trastornos del Sueño, del hospital de la Universidad de Angers (Francia) decidieron estudiar a casi 700 roncadadores, con apnea o sin ella, para ver si los trastornos metabólicos que normalmente conducen a la diabetes eran realmente más comunes entre los apneicos.

Resistencia a la insulina

Los resultados del trabajo, publicado en el *European Respiratory Journal (ERS)* de julio, muestran que los sujetos con síndrome de apnea del sueño tienen el doble de probabilidades de ser diabéticos (30,1% frente al 13,9%) que los roncadadores no apneicos, y sus tasas de intolerancia a la glucosa son superiores casi en un 50%. En total, la mitad de los pacientes de apnea presentaban un trastorno metabólico relacionado con la diabetes, frente a poco más de la cuarta parte en los roncadadores ordinarios.

“Es más”, añade el investigador principal, Nicole Meslier, “el grado de resistencia a la insulina es directamente proporcional a la gravedad de la apnea del sueño. Esta relación entre la apnea del sueño y la diabetes no se puede explicar por los factores de riesgo conocidos, tales como la edad y el peso”. Si la edad y el peso no pueden proporcionar una explicación, ¿por qué entonces se observa una proporción más elevada de diabetes e intolerancia a la glucosa en los sujetos con apnea del sueño? Los autores del artículo sólo pueden hacer conjeturas, pero hay datos que insinúan que la bajada de oxígeno en la sangre causada por la interrupción de la respiración causaría problemas metabólicos.