

Los roncadores tienen tres veces más probabilidades de padecer diabetes



Foto: WIKIMEDIA COMMONS/CHAD FITZ

MADRID, 23 Abr. (EUROPA PRESS) -

Las personas que roncan mientras duermen tienen tres veces más probabilidades de desarrollar diabetes de tipo 2 que los no roncadores. De hecho, todos los trastornos respiratorios del sueño, que engloban el síndrome de resistencia de vía aérea severa, la apnea del sueño y los ronquidos--están relacionados con padecer patología.

Así lo asegura un estudio publicado el pasado mes de enero en la revista científica 'Sleep Breath', donde se explica que esta relación entre enfermedades se debe a que estas personas tienen pausas en su respiración mientras duermen debido a la relajación de la musculatura que estrecha las vías respiratorias y se dificulta así la entrada de oxígeno a los pulmones y, con ello, se interrumpe la cadena metabólica de la glucosa.

En una entrevista concedida a Europa Press, el experto en trastornos del sueño y odontólogo Pedro Mayoral ha asegurado que se trata de un "problema de salud pública equivalente al tabaco" al que "todavía no se le ha dado la importancia que tiene" y que afecta a más hombres (60 por ciento) que mujeres, aunque el porcentaje se iguala a partir de la menopausia.

"El ronquido puede ser la causa en personas sanas para generar diabetes y, en diabéticos, puede complicar sus manifestaciones clínicas", ha matizado.

No obstante, ha aportado diferentes vías de tratamiento "efectivas" para corregir estos trastornos respiratorios. A su juicio, los dispositivos de avance mandibular -- como 'Lirón', del que es creador-- son "la mejor alternativa, la más simple y la de menor coste", ya que adelantan suavemente la mandíbula acercando la base de la lengua --causante de todos estos problemas--.

En caso de no funcionar, Mayoral ha apuntado al sistema CTAP (presión continua de aire positivo, en sus siglas en inglés), una mascarilla que inyecta aire a presión que hiperbloquea el ronquido y la apnea. "Es tremendamente efectivo pero muy incómodo", ha afirmado. Por último, ha mencionado la cirugía aunque considera que hay que estudiarlo "muy a fondo" por estar indicado solamente "en un 2 o 3 por ciento y para pacientes con apneas severas".