



# Entender la somnolencia diurna excesiva

La somnolencia diurna excesiva (SDE) es un síntoma que, a menudo, se relaciona con trastornos del sueño como la Apnea Obstructiva del Sueño (AOS) y es el síntoma principal de la narcolepsia<sup>1-3</sup>.

Este trastorno puede hacer que las personas estén excesivamente cansadas durante el día y puede afectar negativamente a las relaciones, el rendimiento laboral y las actividades cotidianas<sup>1-3</sup>.

Life-Changing Medicines.

Redefining Possibilities.

M-ES-SOL-2100012



Jazz Pharmaceuticals®

# Somnolencia diurna excesiva y AOS

## Acerca de la AOS

En la AOS, los **músculos de la garganta se relajan durante el sueño**, lo cual obstruye parcial o completamente las vías respiratorias y esto, a su vez, **impide la respiración e interrumpe el sueño**<sup>2,4</sup>.

**16 millones**

De personas en los países EU5<sup>†</sup> pueden sufrir AOS con somnolencia diurna excesiva\*<sup>5</sup>



Las veces que una persona con AOS puede dejar de respirar cada noche<sup>4,6</sup>



El tiempo que pueden durar estas interrupciones de la respiración<sup>2,6</sup>

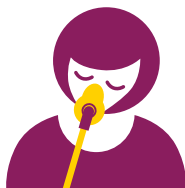
<sup>†</sup>EU5: Reino Unido, Alemania, Francia, Italia y España.

## La SDE es una manifestación debilitante asociada a AOS

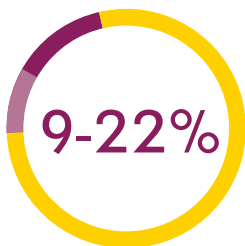
Para las personas con SDE es difícil mantenerse despierto y alerta durante el día, lo que provoca periodos imprevisibles de sueño y somnolencia<sup>2,7,8</sup>.



La SDE es más que la sensación ocasional de cansancio que sufren muchas personas cuando se acuestan demasiado tarde o tras una noche de sueño insuficiente<sup>9</sup>



La presión positiva continua en las vías respiratorias (CPAP, continuous positive airway pressure) es el tratamiento más habitual para AOS



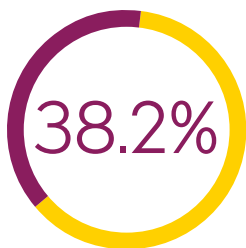
Entre el 9 % y el 22 % de los pacientes continúan experimentando SDE a pesar del tratamiento adecuado con CPAP<sup>10</sup>

\*Cifra calculada según una estimación de AOS con deterioro de la actividad diurna que se produce en el 5 % de los adultos; **AOS**: Apnea Obstructiva del Sueño; **CPAP**: presión positiva continua en las vías respiratorias

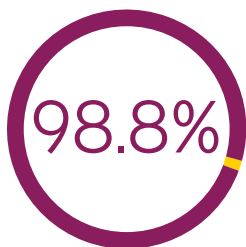
# ¿Cómo afecta a los pacientes la somnolencia diurna excesiva?

## En la AOS:

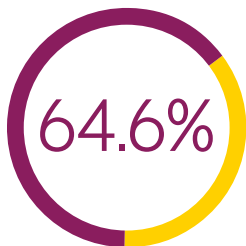
La SDE afecta negativamente al estado de ánimo, la memoria, la concentración, las relaciones y, en general, deteriora la calidad de vida<sup>1,2</sup>. Los investigadores han descubierto que entre un grupo de personas con SDE y AOS moderada y grave<sup>13</sup>:



Informaron de episodios de sueño involuntario mientras conducían<sup>13</sup>



Un 98,8 % informaron que se quedaban dormidos mientras estaban relajados mirando la televisión<sup>13</sup>



Informaron de episodios de sueño involuntario durante el día<sup>13</sup>

## En la narcolepsia:

La SDE afecta negativamente al estado de ánimo, la memoria, la concentración, las relaciones y, en general, deteriora la calidad de vida<sup>1,2</sup>. La SDE es un riesgo para la salud pública y la sociedad, y está relacionada con<sup>3,14,15</sup>:



Accidentes de tráfico<sup>14</sup>



Errores en el lugar de trabajo<sup>3</sup>



Mayor uso de los recursos sanitarios<sup>15</sup>



Reducción de la productividad<sup>3</sup>

# Somnolencia diurna excesiva y narcolepsia

## Acerca de la narcolepsia

La narcolepsia es un **trastorno neurológico raro e incurable** provocado por la incapacidad del cerebro para regular los ciclos de vigilia y sueño con normalidad<sup>11,12</sup>

Se describen **5 síntomas esenciales en la narcolepsia**<sup>2,11</sup>. **Todas las personas con narcolepsia presentan SDE**, pero puede que no experimenten todos los demás síntomas<sup>2,11</sup>.



**Cataplejía:** pérdida repentina del control muscular que puede ir desde pequeñas contracciones musculares hasta el colapso de todo el cuerpo desencadenado por emociones fuertes como vergüenza, risa, sorpresa o enfado<sup>2,11</sup>



**SDE:** la incapacidad de mantenerse despierto y alerta que tiene como consecuencia dormirse a horas inapropiadas<sup>2,11</sup>



**Interrupción del sueño:** despertarse frecuentemente durante la noche, lo cual deteriora la calidad del sueño<sup>2,11</sup>



**Alucinaciones hipnagógicas/hipnopómpicas:** se describen como sueños vívidos y aterradores al dormirse o despertarse<sup>2,11</sup>



**Parálisis del sueño:** la incapacidad de moverse o hablar durante un momento al dormirse o despertarse<sup>2,11</sup>

## La SDE es una manifestación debilitante y el síntoma principal de la narcolepsia

Independientemente de las horas de sueño nocturno, **para las personas con SDE es difícil mantenerse despierto y alerta durante el día**, lo cual conduce a periodos irrepressibles de sueño y somnolencia<sup>2,7,8</sup>.

**20** / de cada **100,000**

Europeos sufren narcolepsia y todos ellos presentan SDE<sup>11,12</sup>



La SDE es más que el cansancio ocasional que sufren muchas personas cuando se acuestan demasiado tarde o tras una noche de sueño insuficiente



Dormir la siesta puede aliviar temporalmente la somnolencia, pero las personas con SDE y narcolepsia empezarán a sentirse cansados de nuevo al cabo de un tiempo relativamente corto<sup>2</sup>

# Bibliografía

- 1 Guilleminault C, Brooks SN. *Brain*. 2001; 124(Pt 8): 1482–1491
- 2 American Academy of Sleep Medicine. The International Classification of Sleep Disorders – Third Edition (ICSD-3) Online Version. 2014
- 3 Waldman LT *et al*. Poster presented at: SLEEP 2018. The 32nd Annual Meeting of the Associated Professional Sleep Societies (APSS); 2018 June 2–6; Baltimore, MD
- 4 Healthy Sleep. Harvard University. "An Overview of Sleep Disorders." <http://healthysleep.med.harvard.edu/healthy/getting/treatment/an-overview-of-sleep-disorders> Last accessed December 2019
- 5 Young T, Peppard P, Gottlieb D. *American Journal of Respiratory and Critical Care*. 2002; 165(9): 1217–1239;
- 6 British Lung Foundation, (2016), Obstructive Sleep Apnoea, <https://www.blf.org.uk/support-for-you/obstructive-sleep-apnoea-osa/what-is-it> Last accessed December 2019
- 7 Ahmed I, Thorpy, M. Sleepiness: Causes, Consequences and Treatment, ed. Cambridge University Press. 2011: 36–49
- 8 National Institute of Neurological Disorders and Stroke. Narcolepsy Fact Sheet. Available at: [https://www.ninds.nih.gov/disorders/patient-caregiver-education/fact-sheets/narcolepsy-fact-sheet#3201\\_3](https://www.ninds.nih.gov/disorders/patient-caregiver-education/fact-sheets/narcolepsy-fact-sheet#3201_3) Last accessed December 2019.
- 9 Ahmed I, Thorpy, M. Sleepiness: Causes, Consequences and Treatment, ed. Cambridge University Press. 2011: 36–49.
- 10 Gasa M *et al*. *J Sleep Res*. 2013; 22: 389–397.
- 11 Johns Hopkins Medicine. Conditions and Diseases. Narcolepsy. Available at: <https://www.hopkinsmedicine.org/health/conditions-and-diseases/narcolepsy> Last accessed December 2019.
- 12 Khatami R *et al*. *J Sleep Res*. 2016 Jun; 25(3): 356–64;
- 13 Ye *et al*. *Eur Respir J* 2014; 44: 1600–1607;
- 14 MH Smolensky *et al*. *Accident Analysis and Prevention* 43 (2011) 533–548; 15. Jennum P, Kjellberg J. *Acta Neurol Scand*. 2010: 121: 265–270.
- 15 Jennum P, Kjellberg J. *Acta Neurol Scand*. 2010: 121: 265–270.

## Para más información

[medinfoneuroscience@jazzpharma.com](mailto:medinfoneuroscience@jazzpharma.com)

M-ES-SOL-2100012



Jazz Pharmaceuticals