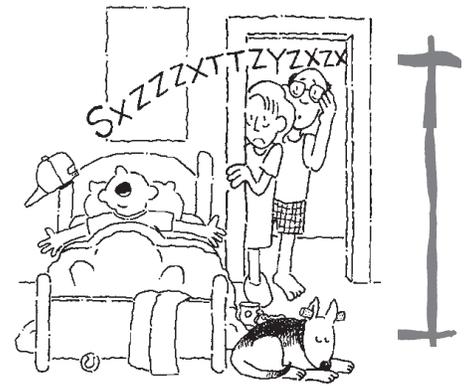


# La apnea del sueño y su hijo



## (Sleep Apnea and Your Child)

¿Su hijo ronca mucho? ¿Está inquieto cuando duerme?  
¿Tiene dificultad para respirar, jadea o se ahoga mientras duerme?

Si su hijo tiene estos síntomas, quizás tenga una afección conocida como apnea del sueño.

La apnea del sueño es un problema común que afecta alrededor del 2% de todos los niños, incluidos muchos que no están diagnosticados.

Si la apnea del sueño no se trata, puede causar varios problemas, por ejemplo, problemas cardíacos, de conducta, de aprendizaje y de crecimiento.

### ¿Cómo sé si mi hijo tiene apnea del sueño?

Los síntomas de la apnea del sueño son:

- Ronquidos frecuentes.
- Problemas para respirar durante la noche.
- Somnolencia durante el día.
- Dificultad para prestar atención.
- Problemas de conducta.

Si observa alguno de estos síntomas, comuníquese a su pediatra lo antes posible. Su pediatra puede recomendar un estudio del sueño que se realiza durante la noche llamado polisomnografía. Las polisomnografías nocturnas se realizan en hospitales y centros médicos importantes.

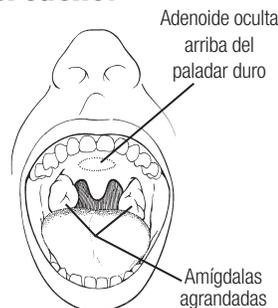
Durante el estudio, el personal médico observará el sueño de su hijo. Se le colocarán varios sensores a su hijo para controlar la respiración, la oxigenación y las ondas cerebrales (electroencefalograma, EEG).

Los resultados del estudio mostrarán si su hijo tiene apnea del sueño. Otros especialistas, como pulmonólogos pediátricos, otolaringólogos, neurólogos y pediatras especializados en trastornos del sueño, pueden ayudar a su pediatra a hacer el diagnóstico.

### ¿Cuál es la causa de la apnea del sueño?

Muchos niños con apnea del sueño tienen adenoides y amígdalas más grandes.

Las amígdalas son las masas redondas y rojizas que están ubicadas a cada lado de la garganta de su hijo y que ayudan a combatir infecciones en el cuerpo. Las adenoides solo se pueden ver con una radiografía o con un espejo especial. Están ubicadas en el espacio entre la nariz y la garganta.



Las adenoides y las amígdalas grandes pueden bloquear las vías respiratorias de un niño mientras duerme. Esto hace que el niño ronque y se despierte con frecuencia durante la noche. Sin embargo, no todos los niños que tienen adenoides y amígdalas grandes sufren apnea del sueño. Un estudio del sueño puede decirle a su médico si su hijo tiene apnea del sueño o si simplemente ronca.

Los niños que nacen con otras afecciones médicas, como síndrome de Down, parálisis cerebral o anomalías craneofaciales (del cerebro y la cara), corren un mayor riesgo de tener apnea del sueño. Los niños con sobrepeso también tienen más probabilidades de sufrir apnea del sueño.

### ¿Cómo se trata la apnea del sueño?

La manera más común de tratar la apnea del sueño es extirpar las amígdalas y las adenoides de su hijo. Esta cirugía se llama amigdalectomía y adenoidectomía. Es altamente eficaz para tratar la apnea del sueño.

Otro tratamiento eficaz es la presión nasal positiva continua en las vías respiratorias (continuous positive airway pressure, CPAP), para la cual el niño debe usar una máscara mientras duerme. La máscara suministra presión de aire constante por la nariz del niño, lo que le permite respirar cómodamente. La presión positiva continua en las vías respiratorias se utiliza generalmente en niños que no mejoran después de la amigdalectomía y adenoidectomía, o que no son aptos para la amigdalectomía y la adenoidectomía.

Los niños que pueden necesitar tratamiento adicional incluyen niños con sobrepeso o niños que tienen otra afección que complica la situación. Los niños con sobrepeso mejorarán si pierden peso, pero es posible que deban usar CPAP hasta que esto suceda.

### Recuerde

Dormir bien durante la noche es importante para una buena salud. Si su hijo tiene síntomas de apnea del sueño, hable con su pediatra. Un diagnóstico y un tratamiento adecuados pueden garantizar noches tranquilas y días tranquilos para su hijo y para su familia.

La información incluida en esta publicación no debe usarse como reemplazo de la atención médica y los consejos de su pediatra. Es posible que haya variaciones en el tratamiento que su pediatra pueda recomendar de acuerdo a hechos y circunstancias individuales.

### De parte de su médico

American Academy  
of Pediatrics



DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN™

American Academy of Pediatrics (AAP) es una organización que cuenta con 60.000 pediatras de atención primaria, subespecialistas pediátricos y especialistas en cirugía pediátrica dedicados a la salud, la seguridad y el bienestar de bebés, niños, adolescentes y adultos jóvenes.

American Academy of Pediatrics  
Sitio web: [www.HealthyChildren.org](http://www.HealthyChildren.org)

Derechos de autor © 2003  
American Academy of Pediatrics, Actualizado en 10/2012  
Todos los derechos reservados.