



Universidad de Granada

Más de 100 pacientes con Apnea del Sueño se someten a un estudio pionero en España con intervención psicológica

30/01/2019

Divulgación

La Apnea Obstruktiva del Sueño (SAOS) es el segundo trastorno del sueño con mayor prevalencia. La obesidad y los hábitos de vida no saludables (dieta hipercalórica, sedentarismo, consumo de alcohol y/o tabaco y baja higiene de sueño) son sus principales causas, según los estudios y publicaciones científicas en esta área. Así mismo, según los expertos de la Cátedra del Sueño de la UGR-Grupo Lo Monaco, el cambio en estos hábitos de vida para la mejora y posible cura de la sintomatología SAOS podría conseguirse mediante la implementación de una intervención psicológica en la que se incluyan expertos en nutrición y ejercicio físico para la pérdida de peso. Para ello, el Laboratorio de Sueño y Promoción de la Salud del CIMCYC, con Almudena Carneiro-Barrera (contratada FPU) como encargada del proyecto y el Dr. Gualberto Buena-Casal como director, han diseñado un programa de intervención multidisciplinar que recoge por primera vez en España los aspectos psicológicos de los afectados como clave para tratar este trastorno del sueño.



Seguir leyendo