

**HOSPITAL GENERAL DOCENTE
" Roberto Rodríguez Fernández"
MORON**

Influencia de algunas variables biológicas sobre los trastornos de sueño en el adulto mayor.

Influence of some biological variables about the sleeping disorders in the elderly.

Seidel Guerra López (1), María de los A. Pedroso Rodríguez (2), Mabel Montón Viera (3), Andrés Pérez Morilla (4), Denis A. Mesa Borroto (5) .

RESUMEN

Se realizó un estudio observacional descriptivo de corte transversal con el objetivo de determinar la frecuencia de Trastornos del Sueño (TS) y si existía correlación de ellos con algunas variables biológicas (edad, sexo y enfermedades crónicas). Para ello se encuestaron 81 personas con edades \geq a 60 años del Consultorio Médico de la Familia (CMF) #36 en el municipio Morón. Se realizó un análisis clásico de tablas de contingencia basado en el estadígrafo chi-cuadrado y una prueba "t-Student" para el caso de la edad. Se constató que los TS son muy frecuentes en la tercera edad de la vida (80.2%), específicamente el insomnio tiene una alta frecuencia en la población estudiada (79.0%), sin embargo las hipersomnias son infrecuentes en los ancianos. La edad y el sexo no fueron variables correlacionadas significativamente con los desórdenes del sueño. Por el contrario existe una fuerte relación entre el insomnio y la presencia de enfermedades crónicas. Se emplearon 14 referencias.

Palabras clave: SUEÑO, HIPERSOMNIAS, INSOMNIO, ANCIANO.

1. Especialista de 2do Grado en Neurofisiología Clínica. Profesor Asistente.
2. Especialista de 1er. Grado en Neurofisiología Clínica.
3. Especialista de 1er Grado en M.G.I..
4. Especialista de 1er Grado en Cardiología.
5. Especialista de 1er Grado en Urología. Instructor.

INTRODUCCION

A pesar de la escasa información reportada en la bibliografía consultada sobre la frecuencia de los TS en la población general adulta, hemos encontrado, que esto contrasta agudamente con la frecuencia con que se observan dichos trastornos (1-6). El deterioro del sueño es muy frecuente en la vejez (7,8). Estos desórdenes constituyen unos de los primeros motivos por los cuales acuden a consulta los ancianos, pues acarrear grandes cambios en el estado de ánimo y el equilibrio emocional de nuestros abuelos (2). El conocimiento de estos cambios clínicamente importantes, y potencialmente tratables, constituye con frecuencia un desafío para los médicos generales, ya que no han recibido formación sobre esta área concreta de la medicina(1,6).

Por todo lo anteriormente planteado y teniendo en cuenta que los TS no son siempre reportados, ni manejados de manera correcta por la atención primaria, es que nos propusimos realizar un estudio, que abordara el comportamiento de los TS en todos los pacientes mayores de 60 años en un CMF y su relación con algunas variables biológicas (edad, sexo y enfermedades crónicas), pues consideramos que un mejor conocimiento de la frecuencia

general de estos trastornos puede ayudar a los médicos de la familia en el diagnóstico y manejo efectivo de esta entidad.

MATERIAL Y METODO

Se realizó un estudio observacional descriptivo sobre el comportamiento de algunas variables biológicas (edad, sexo y padecimiento de enfermedad crónica) sobre los TS de todas las personas mayores de 60. Para ello se elaboró una encuesta similar a la realizada para el estudio de prevalencia de los TS en "Los Angeles" (5), en la que se incluyen además edad, sexo, ocupación y padecimiento de enfermedades crónicas. Se consideró la presencia de TS cuando eran contestadas afirmativamente las siguientes interrogantes:

Preguntas 3, 4 o 5. Insomnio. Pregunta 6. Hipersomnias. Pregunta 7. Pesadillas.

Pregunta 8 Somnolencias. Pregunta 9

Sonambulismo. Pregunta 10 Enuresis. Pregunta 11 Otros Trastornos. (Terror nocturno y Bruxismo).

Los TS se agruparon en tres grupos: Insomnio (preguntas 3, 4 o 5), Hipersomnias (pregunta 6) y Parasomnias (preguntas de 7-11). Luego se realizó estadística descriptiva con el paquete C.S.S.. En el estudio de los distintos factores individuales, se realizó un análisis clásico de tablas de contingencia basado en el estadígrafo chi-cuadrado en función de la Probabilidad Exacta de Fischer. Se aceptó una probabilidad de error tipo I de hasta un 5 % ($p \leq 0.05$). Al analizar el comportamiento de los TS para los distintos grupos etáreos creados (60-64, 65-69, 70-74, 75-79 y 80 años y más), se utilizó una ("t- Student").

RESULTADOS

Frecuencia de trastornos del sueño en la población estudiada.

Se constató que los TS son observados en un 80.2% de la muestra. El insomnio es el TS más frecuente, seguido por las parasomnias. La hipersomnias sólo fue observada en un escaso número de sujetos. Estos resultados coinciden con los observados por otros autores.(2,7-8)

Correlación entre los trastornos del sueño en los diferentes grupos etáreos.

Ninguno de los TS resultó significativamente correlacionado con los grupos de edades establecidos dentro de la propia ancianidad. En general otros trabajos revisados establecen como línea divisoria importante la quinta o sexta década de la vida, con respecto a edades más jóvenes, en relación con un aumento significativo de los TS (2,12-14)

Correlación de los trastornos del sueño y el sexo.

La frecuencia de hipersomnias y parasomnias en ambos sexos es muy semejante, no sucede lo mismo para el insomnio, que fue observado en un 86.0% para las féminas contra un 67.7% de los hombres, sin embargo estas diferencias empíricas no son estadísticamente significativas(3,7-10).

Correlación entre los diferentes trastornos del sueño y la presencia o no de enfermedades crónicas.

Nosotros encontramos que los TS en general se observan en sujetos que presentan enfermedades crónicas (87.0%) con una mayor frecuencia que en sujetos no enfermos (57.9%), estas diferencias son estadísticamente significativas ($p=0.01$ para los TS en general y $p=0.02$ para el Insomnio). Al establecer esta asociación estamos conscientes de que los TS pueden ser causa o consecuencia de la enfermedad crónica (5,8)

CONCLUSIONES

1. Los trastornos del sueño son muy frecuentes en la tercera edad de la vida. Específicamente el insomnio tiene una alta aparición en la muestra estudiada.
2. Las hipersomnias son infrecuentes dentro de la población anciana.

3. La edad y el sexo son variables que no se correlacionan de forma significativa con los trastornos del sueño en el anciano.
4. Existe una fuerte relación entre insomnio y enfermedades crónicas.

ABSTRACT

An observational descriptive cross-sectional study with the objective of determining the frequency of sleeping disorders and if there was a correlation of them with some biological variables (age, sex, and chronic illnesses). For this reason 81 patients were surveyed with ages mayor e igual 60 years in the dispensary No.36 in Morón municipality. A classical analysis of tables of contingency based on the stadigraph chi-square and a t-student test for the case of age. It was seen that sleeping disorders are more frequent in the studied population (79.0%) however the hypersomnias are not frequent in the elderly. Age and sex were not significant correlated variables with sleeping disorders. On the contrary there is a strong relation among insomnia and the presence of chronic illnesses fourteen references were used.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Orlandini A. Patología y tratamiento de los trastornos del sueño. En: Técnicas en Psicofarmacología Clínica. Santiago de Cuba, Ed. Oriente, 1979. p. 1-85.
2. Damiani S, García X, Vega L, Cano M. Relación entre trastornos del sueño y algunas variables biológicas y sociales en una muestra poblacional de Lawton. Rev Cubana Med Gen Integral 1992; 8(3):122-129.
3. García M. Trastornos del sueño. Revista del Hospital Psiquiátrico de La Habana 1998;28(4):647-658.
4. Johns M. Sleep habits and symtons in male medical and surgical patients. Br Med J 2002;(2):509-512.
5. Edward O. Prevalence of sleep disorders in the Los Angeles Metropolitan Area. Am J Psychiatry 2002;136:1257-1262.
6. Karacan I. Prevalence of sleep disturbances in a primarily urban Florida country. Soc Sci Med 2001;10:239-244.
7. Smith-Thier. Trastornos del. Sueño. En: Fisiopatología. Principios biológicos de la enfermedad. La Habana: Edición Revolucionaria; 1996. p.1059-1060.
8. Van Reeth O. Función importante de la desincronización circadiana en la astenia en la edad avanzada. En: Opinión del experto sobre la astenia. Illions: Servier; 2002. p.1-3.
9. Culebras A. Trastornos del Sueño Asociados. Barcelona: Ancora; 1999.
10. Culebras A. La Medicina del sueño. Barcelona: Ancora; 1999.
11. Huganot R. La vigilancia, la atención y la concentración en las personas de edad avanzada. J Med Prat. 2003; (Supl Oct):19-24.
12. Abajo FJ, Sánchez P. Manejo farmacológico del. insomnio. Información terapéutica de la seguridad social y consumo. Madrid; 2001.
13. Leygonie F. Farmacología del. Sueño. Vie Medicale 1998; 110:79-84.
14. Pascualy R. Alteraciones del. Sueño. Colección Farmitalia Carlo Erba de Diagnóstico y Tratamiento Geriátrico. Rev Esp Geriatr Gerontol 2004;(2):143-149.