



## **Efectos del consumo moderado de alcohol sobre apnea obstructiva del sueño**

Titulo Original: Effect of moderate alcohol upon obstructive sep apnoea.

Autores: Scanlan MF., Roebuck t., Little PJ ., Redman JR, Naughton MT.

Revista: Eur Respir J 2000; 16: 909-913.

### **INTRODUCCIÓN**

Es bien sabido que el consumo de alcohol entre moderado a severo puede empeorar la apnea obstructiva del sueño.

Teniendo en cuenta la idea de muchos médicos quienes consideran que el consumo moderado de licor puede tener un efecto benéfico sobre la mortalidad de origen cardiovascular, y que no hay datos precisos sobre este nivel de ingesta y efectos sobre la apnea obstructiva del sueño, se decide llevar a cabo este trabajo.

### **MATERIALES Y MÉTODOS**

Se reclutan 21 pacientes entre 30 y 60 años roncadores que consumían alcohol (en forma moderada y habitual), sin ninguna condición médica significativa asociada y que no requerían ninguna medicación regular. Se les realizó polisomnograma sin ingesta de licor, y con consumo de 0.5g/kg de alcohol 90 minutos antes de acostarse realizándose además medición de catecolaminas, de alcohol, y gases arteriales.

### **RESULTADOS**

La distribución de las distintas fases de sueño no se vio alterada por el consumo de alcohol. El índice promedio de apnea/hipopnea se incrementó de 7.1+- 1.9 a 9.7+-2.1 eventos por hora, sin observarse cambios significativos en la pulsooximetría, duración de la apnea o intensidad del ronquido.

La frecuencia cardiaca durante el sueño aumentó significativamente de 53.9 +- 1.4 a 59.9 +- 1.9 latidos/minuto (p

### **CONCLUSIÓN**

Se demuestra que el consumo moderado de alcohol es suficiente para llevar a un iqueño pero estadísticamente significativo aumento de las apneas obstructivas del sueño, siendo llamativo en este estudio que la duración de la apnea ni la frecuencia de despertares se vio afectada.

### **COMENTARIOS**

A pesar que el consumo se alcohol en forma moderado podría recomendarse a los pacientes con el fin de disminuir la morbi-mortalidad cardiovascular, hay que tener en cuenta que en pacientes con trastornos del sueño podría incrementarse la frecuencia de apneas, y a la larga producir un efecto adverso si se sigue esta recomendación.

JULLY MARIANA SANCHEZ M.  
Neumóloga.

**Fuente:** [www.encolombia.com/medicina/neumologia/neumo13101-efectosdelcon.htm](http://www.encolombia.com/medicina/neumologia/neumo13101-efectosdelcon.htm)

