

## Trastornos del sueño en el adulto mayor: Un problema en aumento

### *Sleep disturbances in the elderly: an increasing problem*

Luz María Chávez-Romero<sup>1</sup>, Ingrid Núñez-López<sup>1</sup>, Cristian Díaz-Vélez<sup>2,3</sup>

Estimado Sr. Editor, en la revista Acta Médica Peruana en el volumen 26 y número 1, se publicó un artículo titulado "Calidad del sueño, somnolencia diurna e higiene del sueño en el Centro del Adulto Mayor Mirones", realizado en Lima; donde los autores no encontraron una asociación entre la calidad de sueño y las variables edad, sexo, comorbilidad, polifarmacia y psicofármacos<sup>1</sup>.

La mortalidad y la natalidad son inversamente proporcionales al envejecimiento de las poblaciones, por tanto la población adulta mayor es una preocupación actual por su constante incremento mundial. En el Perú el censo de 1970, reveló que la población adulta mayor constituía el 5,5 % del total nacional; en 1993, alcanzó el 6,4 %, en el 2004 representó el 7,5 % y en el 2009 fue 8,2 %; mostrando un ritmo de crecimiento ascendente desde hace una década, lo que significa que en los próximos 20 años la población de adultos mayores en el Perú llegará casi a duplicarse<sup>2,3</sup>.

En la Red Asistencial Lambayeque de EsSalud el 15,1 % de los asegurados son adultos mayores, haciendo uso del 40,1 % de todas las hospitalizaciones y el 36,7 % de las consultas externas que se realizaron en el Hospital Nacional Almanzor Aguinaga Asenjo en el año 2010, asimismo, consume aproximadamente el 49 % de los fármacos prescritos en la institución<sup>4</sup>, de esta manera los adultos mayores de la Red Asistencial Lambayeque originan una alta demanda en los servicios.

En los adultos mayores existe mayor frecuencia de enfermedades crónicas que muchas veces producen alteraciones psíquicas consecutivas y los trastornos del sueño constituyen los principales motivos de consulta, con grandes malestares subjetivos que repercuten en su estado emocional y en su calidad de vida, originando preocupación a los familiares, el médico de familia y el adulto mayor<sup>5</sup>. En el año 2010, los trastornos del sueño representaron aproximadamente 0,05 % de las consultas realizadas en el Hospital Nacional Almanzor Aguinaga Asenjo, y de ellas el 39,5 % fueron realizadas en adultos mayores; presentando un aumento de casi 60 % con respecto a las atenciones realizadas en el año 2009<sup>6</sup> (Ver

tabla 1).

**TABLA 1: Estadísticas de los trastornos del sueño atendidos en consulta externa del Hospital Nacional Almanzor Aguinaga Asenjo 2009-2010.**

Estadísticas	2009	2010
Consultas	143	144
Pacientes	99	91
Consultas en Adulto Mayor	36	57
Pacientes Adulto Mayor	30	42

Fuente: Oficina de Inteligencia Sanitaria

En otros estudios realizados en Latinoamérica, se encuentra mayor frecuencia de trastornos afectivos como depresión y trastornos mentales orgánicos como demencia y enfermedades físicas en pacientes de la tercera edad con mala calidad del sueño. Los trastornos de sueño también se asocian a irregularidades en los horarios, trabajo o actividades con excesiva estimulación mental realizada por la noche, ingesta de bebidas como café, té u otras sustancias estimulantes cerca de la hora de acostarse, presencia de ruidos, calor o frío excesivos, cambios de horario, estados psicológicos entre otros.

Fritsch R. et al presentaron un trabajo en Chile titulado "Trastornos del sueño en la población adulta y su asociación con trastornos psiquiátricos comunes", encontrando una prevalencia de trastornos del sueño de 26,3 %, asociado a: género femenino, desempleado o buscando empleo, consumo de alcohol, desventajas sociales y presencia de un trastorno mental común (depresión)<sup>7</sup>. A diferencia de Tello T. et al. que no encontraron asociación, quizás por el tipo de población estudiada (población cautiva) lo cual hace difícil compararla con la población general.

En México Pando-Moreno M<sup>8</sup>. et al. encontraron asociación con la edad, los grupos etarios de 70 a 74 (75,5 %) y de 85 a 90 años (75,0 %) presentaron las frecuencias más elevadas a diferencia de los resultados obtenidos por Tello T. et al. Con relación al sexo, en México existe mayor prevalencia en el sexo masculino (56,7 %) en personas mayores de 65 años, difiriendo igualmente del estudio peruano.

1. Escuela de Medicina Humana de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo, Chiclayo, Perú.

2. Médico Epidemiólogo y Auditor del Hospital Nacional Almanzor Aguinaga Asenjo.

3. Docente de la Universidad, Católica Santo Toribio de Mogrovejo, Chiclayo - Perú.

Somos conscientes de que estamos ante un rápido proceso de transición demográfica, por lo que debemos estar preparados para afrontar los cambios y sus consecuencias, pues el deterioro del sueño progresa con el aumento de la edad y redundan sobre todo en menor duración del sueño y factores físicos, biológicos y psicológicos; lo que incrementa el riesgo de mortalidad en los ancianos.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Tello T, Varela L, Ortíz P, Chávez H, Revoredo C. Calidad del sueño, somnolencia diurna e higiene del sueño en el Centro del Adulto Mayor Mirones, EsSalud, Lima, Perú. Acta Med Per 26(1) 2009. Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/amp/v26n1/a08v26n1.pdf>
2. Varela L, Chávez H, Herrera A, Méndez F, Gálvez M. Perfil del adulto mayor Perú -INTRA II 2004. Desarrollando Respuestas Integradas de Sistemas de Cuidados de Salud para una población en rápido envejecimiento. URL disponible en: <http://www.upch.edu.pe/vrinve/gerontología/pdfs/prueba-intrall.pdf>
3. Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). Situación de la Niñez y del Adulto Mayor 2009. URL disponible en: <http://www.inei.gob.pe/web/Biblioinei/BoletinFlotante.asp?file=8685.pdf>
4. Hidalgo-Aguilar C. Atención del adulto mayor un problema de salud pública? Geriatriización hospitalaria un nuevo enfoque. Rev Cuerpo Médico HNAAA 4(1) 2011. Disponible en: [http://www.imbiomed.com.mx/1/1/articulos.php?method=showIndex&id\\_revista=299](http://www.imbiomed.com.mx/1/1/articulos.php?method=showIndex&id_revista=299)

5. Coronado G. J, Díaz-Vélez C, Apolaya-Segura M., Manrique-González L, Arequipa B. JP. Percepción de la calidad de vida relacionada con la salud del adulto mayor residente en la ciudad de Chiclayo. Perú. Acta Med Per 29(4) 2009. Disponible en: [http://www.cmp.org.pe/actamedica/2009/4/Articulo\\_Original7.pdf](http://www.cmp.org.pe/actamedica/2009/4/Articulo_Original7.pdf)

6. Subsistema de vigilancia de perfiles epidemiológicos. Perfil de morbilidad en consulta externa 2009 y 2010. Chiclayo: Red Asistencial de Lambayeque de Essalud.

7. Fritsch R, Lahsen P, Romeo R, Araya R, Rojas G. Trastornos del sueño en la población adulta de Santiago de Chile y su asociación con trastornos psiquiátricos comunes. Chile. Actas Esp Psiquiatr 2010;38(6):358-64. Disponible en: <http://actaspsiquiatria.es/repositorio/11/68/ESP/11-68-ESP-358-364-867576.pdf>

8. Pando-Moreno M, Aranda M, Aguilar M, Mendoza P, Salazar J. Prevalencia de los trastornos del sueño en el adulto mayor. México. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, 17 (1): 63 - 69, jan - fev, 2001. Disponible en: <http://www.scielo.br/pdf/csp/v17n1/4061.pdf>

## CORRESPONDENCIA

Cristian Díaz Vélez  
[cristiandiazv@hotmail.com](mailto:cristiandiazv@hotmail.com)



*Al servicio de todos los Médicos del Perú*

# Fondo Editorial Comunicacional

*Estimulando la publicación médica  
nacional de nuestros colegiados*

Ingresa gratuitamente al portal electrónico del Colegio Médico del Perú  
[www.cmp.org.pe](http://www.cmp.org.pe)