

# GRUPO TERAPÉUTICO DE INSOMNIO ASOCIADO A APNEAS DEL SUEÑO: PERFIL DEL PACIENTE

Josefa Belén Murcia Liarte, Inés Bello Pombo, Silvia Bravo Gómez, Yolanda Blaya Sánchez, Trinidad Ortuño Campillo, Mercedes Rocío Raposo Hernández.

Área de Salud Mental de Cartagena. Región de Murcia

## INTRODUCCIÓN:

El Insomnio asociado a Apneas del Sueño es relativamente frecuente, y no siempre solucionando el problema de respiración desaparecen las quejas de Insomnio. Actualmente se considera que es el tratamiento de ambos problemas el mejor enfoque.

## OBJETIVO:

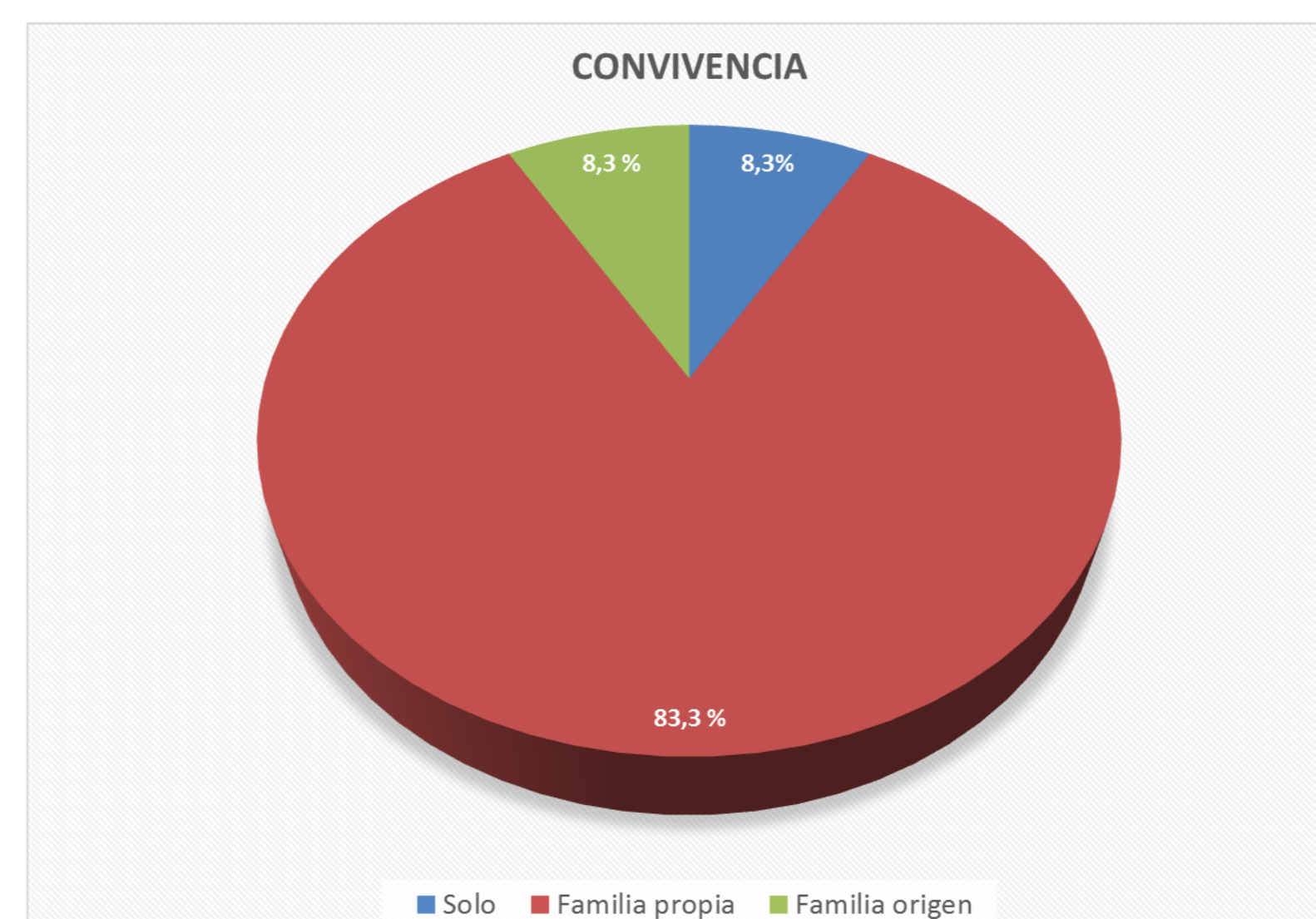
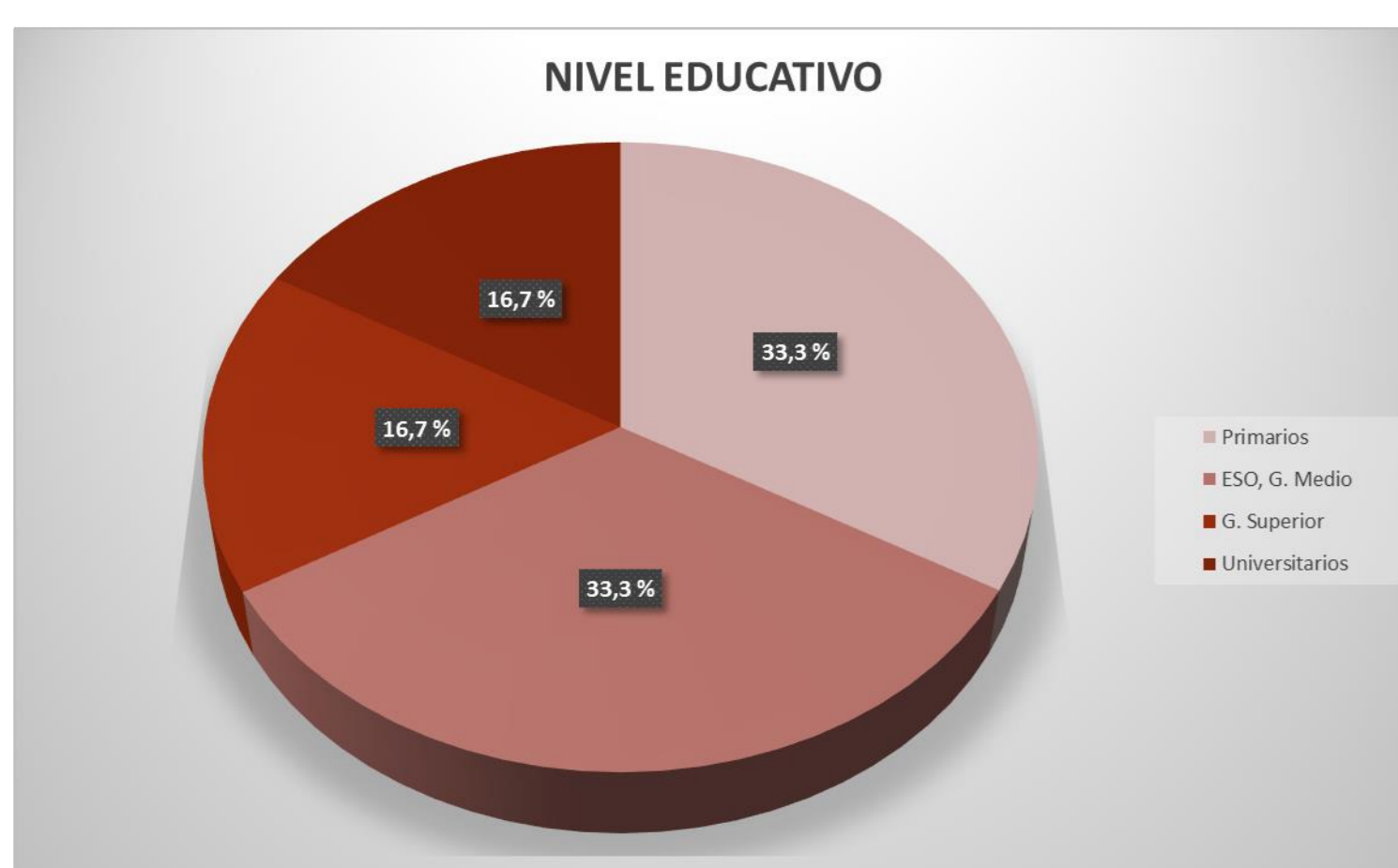
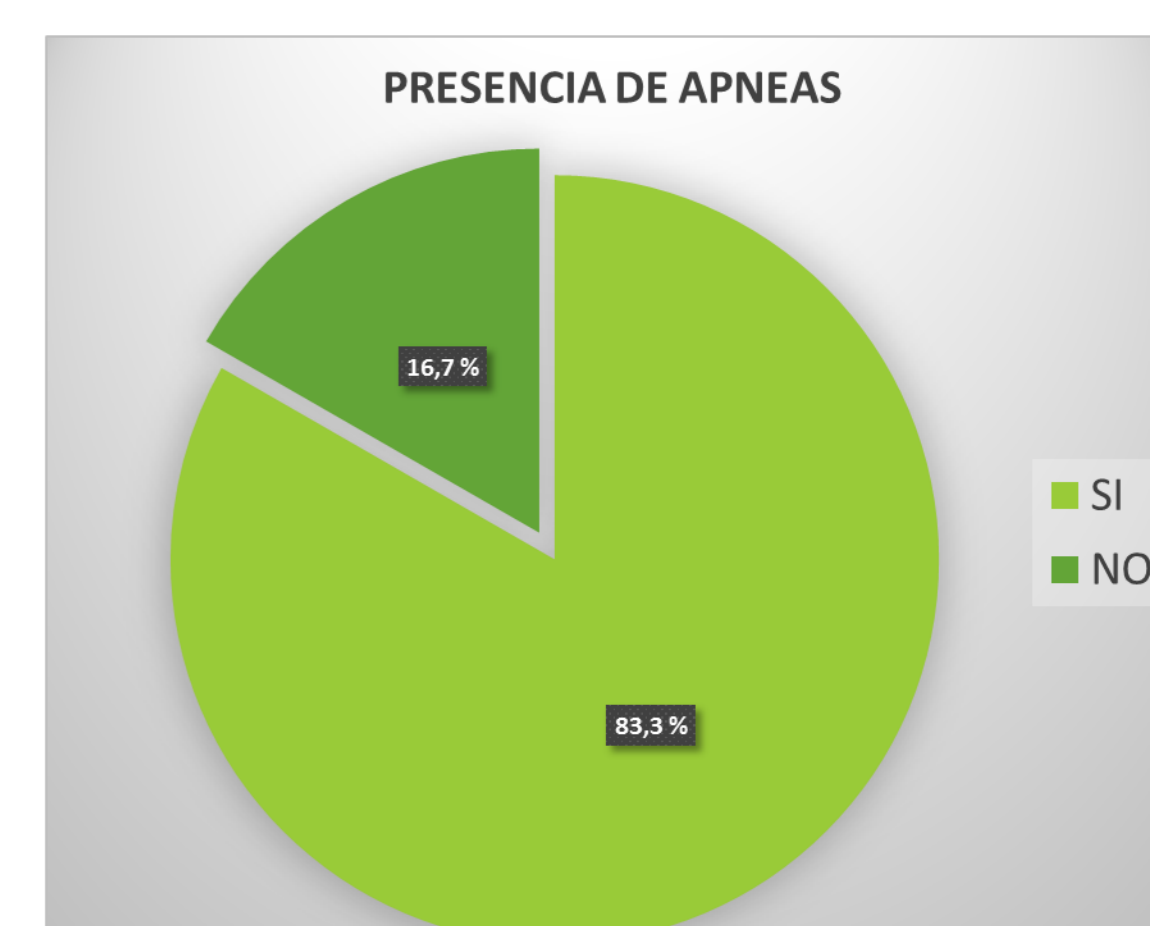
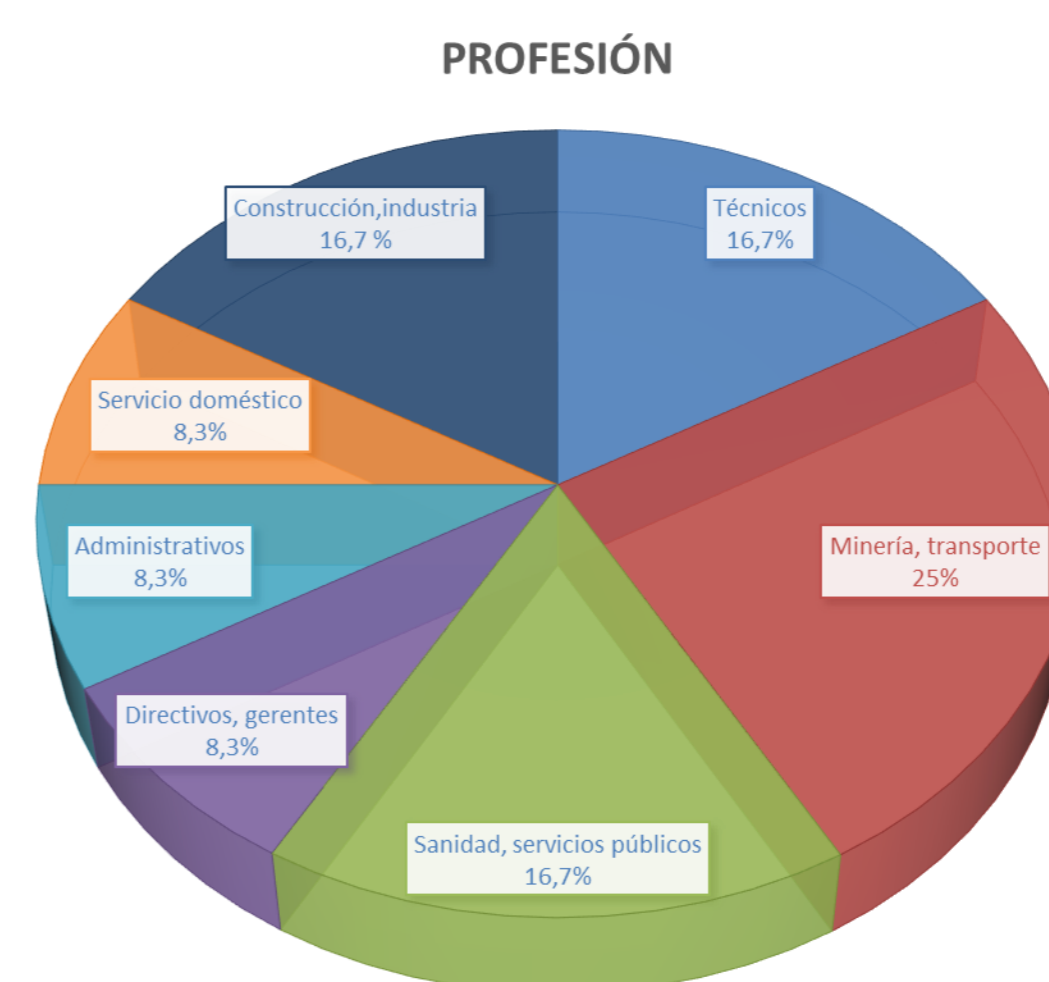
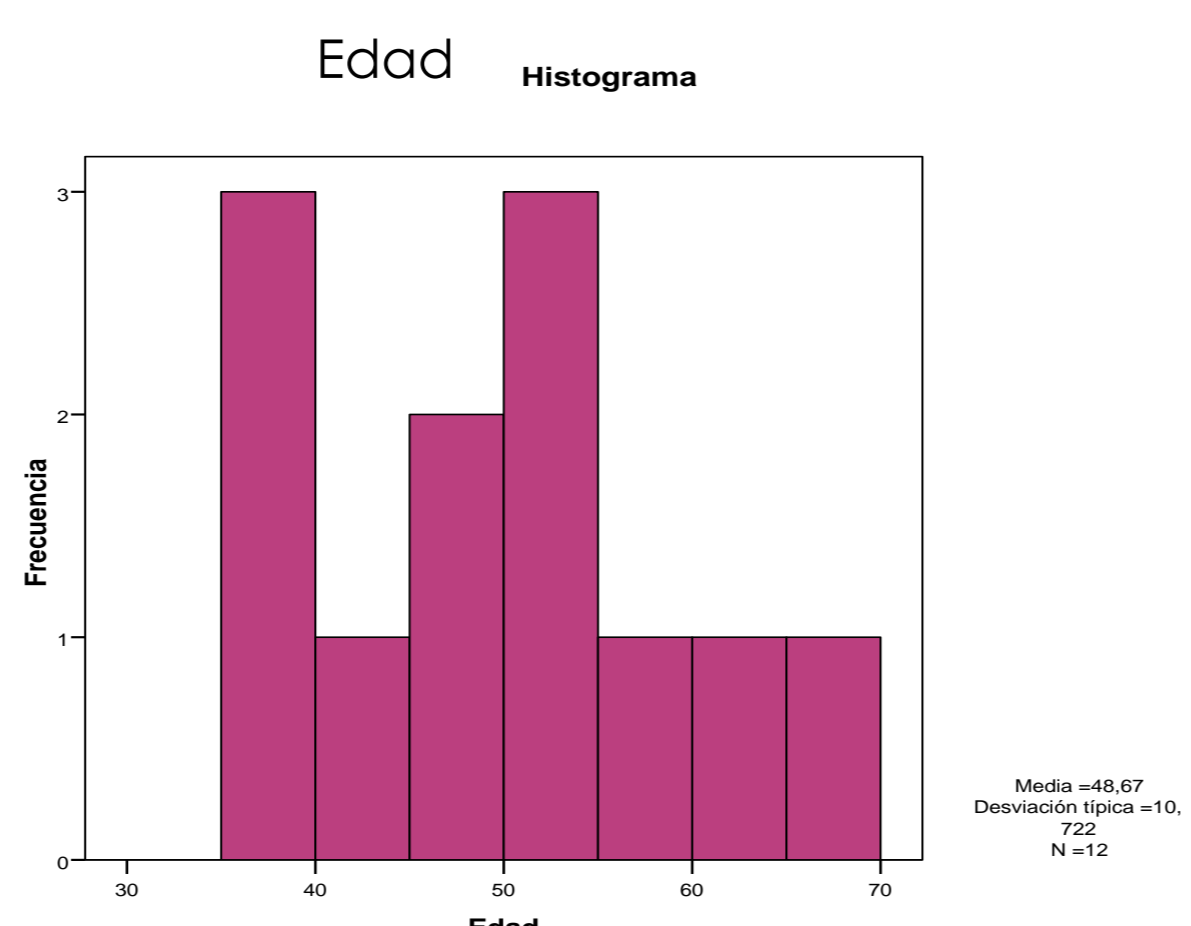
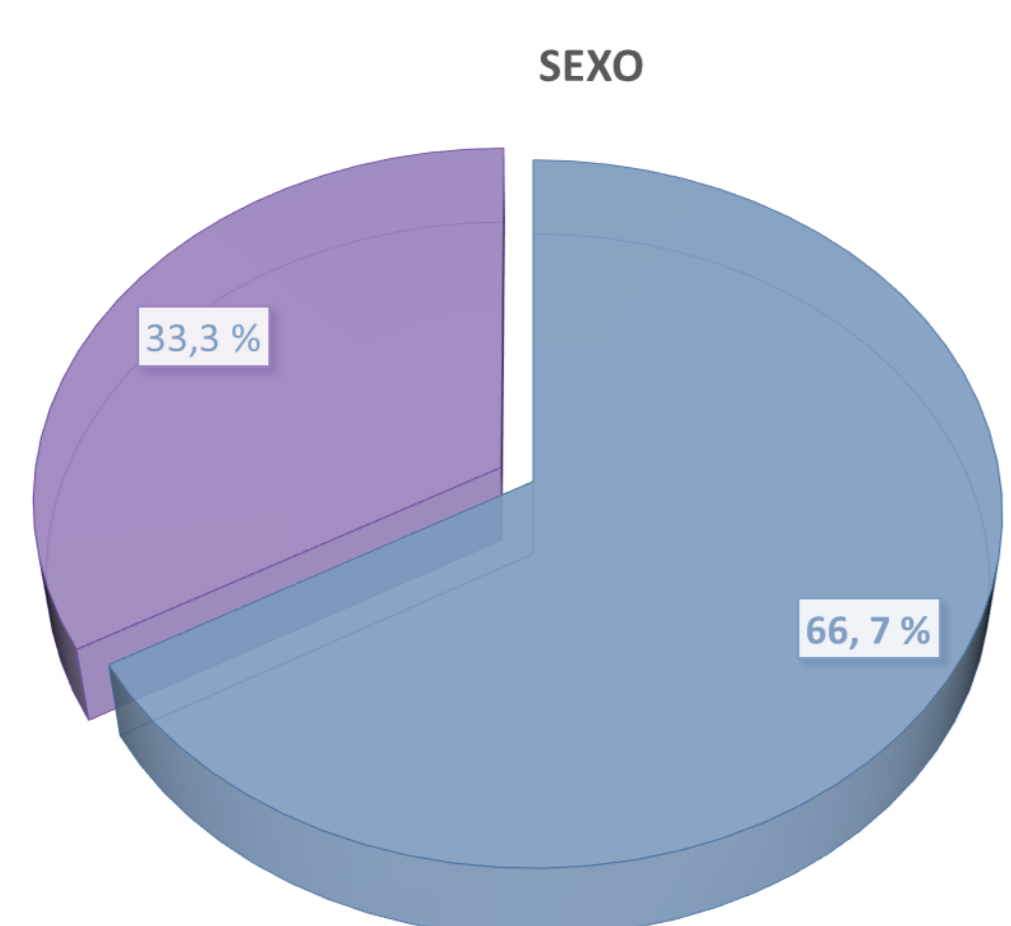
Dar a conocer el perfil sociodemográfico de los pacientes que están participando en la Terapia Psicológica Grupal de Insomnio asociado a Apneas del Sueño, a través de un programa de enlace entre el Servicio de Neumología y el de Psicología de la Salud en el Hospital General Universitario de Santa Lucía (Cartagena).

## MÉTODO:

- **Muestra:** 12 pacientes que han participado en esta terapia grupal.
- **La Terapia grupal Cognitivo-Conductual** se basó en: Psicoeducación; control de estímulos e higiene del sueño; respiración abdominal; reestructuración cognitiva; prevención de recaídas.
- **Diseño:** Estudio observacional descriptivo retrospectivo.
- **Variable sociodemográficas analizadas:** Edad; Sexo (Varón, Mujer); Estado Civil (Soltero, casado, divorciado, viudo); Tipo de convivencia (Solo, familia propia, familia de origen); Nivel educativo (Estudios Primarios, ESO o grado medio, Bachillerato o grado superior, estudios universitarios); Profesión (Técnicos y similares, minería y transporte, sanidad o servicios públicos, directivos y gerentes, administrativos, servicio doméstico, construcción o industria); Situación laboral (Incapacidad permanente, incapacidad transitoria, en activo, desempleado, labores domésticas, pensionista); Presencia o no de Síndrome de Apneas del Sueño; Presencia o no de comorbilidad física.
- **Análisis de los resultados:** Se analizaron los resultados midiendo estadísticos descriptivos mediante el paquete estadístico SPSS.

## RESULTADOS:

El perfil sociodemográfico extraído sería el de Varón (66,7%), de mediana edad (48, 67 años de media), casado (83,3 %), y que convive con familia propia (83,3%). Con estudios primarios o de ESO (66,6 %), dedicado a la minería o al transporte (25%), y en situación actual de desempleo o en activo (ambos con un 33,3%). Diagnosticado de Síndrome de Apneas del Sueño (83,3%), y con presencia de comorbilidad física (83,3%).



## CONCLUSIONES:

Es destacable como se confirma el perfil típico de la persona que padece apneas del sueño, y que también está apareciendo en la terapia psicológica que estamos realizando sobre el insomnio asociado a esta problemática. Conocer el perfil del paciente nos puede ayudar a adaptar la terapia grupal lo máximo posible al mismo.

## BIBLIOGRAFÍA:

-Ministerio de Sanidad y Política Social (2009). *Guía de Práctica Clínica para el manejo de Pacientes con Insomnio en Atención Primaria*. Madrid: Ministerio de Ciencia e Innovación.