# POLISOMNOGRAFÍA DE TITULACIÓN MANUAL DE CPAP.

## ¿EN QUÉ CONSISTE LA PRUEBA?

Es un estudio de sueño que nos permite medir, además de su respiración durante el sueño, la actividad cerebral y muscular, para valorar la calidad y cantidad de su sueño y su relación con los trastornos del sueño. Esta prueba es compleja y por ello se debe realizar en el hospital.

El **objetivo de la prueba** es obtener la mínima presión óptima que consiga la eliminación de las apneas y el ronquido, y garantice un sueño normal.

## ¿CÓMO DEBE PREPARARSE PARA LA PRUEBA?

Habitualmente se contactará con usted por teléfono con antelación, para concertar un día para realizar el estudio de sueño. El día de la prueba haga su vida habitual. Debe cenar en su domicilio, antes de acudir al hospital. Se aconseja no tomar bebidas alcohólicas o excitantes antes de realizar la prueba (café, té, refrescos de cola, etc…), aunque es recomendable que usted haga ese día lo que hace normalmente (vida habitual). Si toma alguna medicación, no debe suspenderla, pero es aconsejable que si la ha tomado, se lo comunique al responsable de realizarle la prueba. Es recomendable que se duche, se lave el cabello y si es hombre, se afeite, antes de venir. Si usa barba bastará que se la recorte un poco.

Si usted ya dispone de máquina de CPAP, es importante que la traiga consigo junto con sus complementos (mascarilla, tubo, etc…) por si debemos usarla durante la noche o es necesario realizar alguna comprobación.

## ¿DÓNDE Y CÓMO ME REALIZARÁN LA PRUEBA?

Debe acudir a la **UNIDAD DEL SUEÑO**, ubicada en el **HUA Santiago**, **2ª planta del pabellón B** a la hora que se le ha indicado. Aguarde en la sala de espera a ser atendido. Deberá venir con un pijama o camisón y estuche de aseo.

Usted dormirá en una habitación del Laboratorio de Sueño, donde se le colocarán varios cables, en la cabeza, tórax, abdomen y extremidades y se la instalará la mascarilla de CPAP cuya presión mediremos continuamente. La información que registre el equipo se transmite a una habitación contigua donde se recoge y se asegura de que todo va según lo previsto. Durante la prueba estará supervisado por un responsable del laboratorio de sueño y puede avisarle si precisa alguna cosa. De manera complementaria y por su seguridad unas cámaras de TV nos aseguran que esté atendido en todo momento.

La prueba finaliza sobre las siete de la mañana del día siguiente. Cuando se le retiren los cables, dispone de un baño para asearse. Cuando termine la prueba usted puede irse a su domicilio o a su trabajo. Si necesita un justificante deberá solicitarlo a su salida en el Servicio de Admisión, situado en la puerta principal.

La prueba no tiene riesgos, ni produce dolor y su incomodidad es mínima y relacionada con tener que dormir fuera de su casa con unos cables puestos.

## ¿DÓNDE RECOJO LOS RESULTADOS DE LA PRUEBA?

La noche que acuda a realizar el estudio de sueño, se le entregará una hoja de citación para consulta. En esta consulta, un médico le explicará los resultados de la prueba y le indicará un tratamiento si fuera necesario.

El informe con los resultados de la prueba se le entregará el día de la consulta, por lo que es importante que acuda a la misma.