



Test STOP-BANG para detectar el síndrome de apnea del sueño en adultos

El cuestionario STOP-BANG es una herramienta útil y eficaz para la detección del síndrome de apnea del sueño (SAHS). El test incluye respuestas facilitadas por el paciente así como sus datos demográficos y antropométricos, como la edad, el sexo o la talla del cuello. Estos tres datos pueden ser relevantes pues se encuentran entre los factores generales que pueden favorecer el colapso de las vías aéreas, causante de esta patología. Así las probabilidades de sufrir apnea del sueño aumentan con la edad y con la obesidad, aunque tanto el ronquido como el SAHS en cuestión pueden presentarse en personas no obesas. Además, los varones tienen una mayor resistencia faríngea y supraglótica que las mujeres.

Por su parte, hábitos tóxicos como el alcohol o el tabaco pueden favorecer también trastornos respiratorios del sueño en personas sanas. El alcohol puede contribuir a aumentar la intensidad del ronquido, puede provocar apneas en roncadores simples y aumenta el número y duración de las mismas en pacientes con SAHS. Esto es debido, entre otras, a que el alcohol es el principal depresor del músculo geniogloso, uno de los principales dilatadores de la vía aérea. De ahí que sea frecuente que las personas que no roncan si lo hagan cuando beben alcohol por la noche y de ahí que la gravedad del SAHS aumente con el alcohol. Además tiene propiedades irritantes y vasodilatadoras de la mucosa, al igual que las del tabaco.

Además, la toma de fármacos hipnóticos y depresores del sistema nervioso central pueden causar depresión del centro respiratorio. Por último, también pueden influir en la predisposición de sufrir apnea del sueño los factores genéticos y las posibles alteraciones anatómicas y fisiológicas que suelen aparecer en varias generaciones.

Además de los factores generales mencionados, existen otra serie de factores anatómicos que pueden influir como la obstrucción nasal, nasofaríngea u orofaríngea.

El cuestionario STOP-BANG, aparte de dar cuenta de los datos de edad, sexo y talla del cuello, consta de cuatro preguntas sobre ronquido, cansancio, apneas observadas e hipertensión arterial sistémica. Según un estudio publicado en [Gaceta Sanitaria](#) el test tiene utilidad para investigar el SAHS en Atención Primaria pues constituye una herramienta válida para que el médico seleccione los pacientes con probabilidad alta o moderada de tener SAHS para ser derivados al especialista.

Cuestionario STOP-BANG

¿Ronca fuerte (tan fuerte que se escucha a través de puertas cerradas o su pareja le codea por roncar de noche)?

Si: No:

¿Se siente con frecuencia cansado, fatigado o somnoliento durante el día (por ejemplo, se queda dormido mientras conduce o habla con alguien)?

Si: No:

¿Alguien lo observó dejar de respirar o ahogarse/quedarse sin aliento mientras dormía?

Si: No:

¿Tiene o está recibiendo tratamiento para la presión arterial alta?

Si: No:

¿Presenta un Índice de masa corporal de más de 35 kg/m²?

Si: No:

¿Tiene más de 50 años?

Si: No:

¿El tamaño de su cuello es grande? (Medido alrededor de la nuez o manzana de Adán)

Si es hombre, ¿el cuello de su camisa mide 17 in/43 cm o más?

Si: No:

Si es mujer, ¿el cuello de su camisa mide 16 in/41 cm o más?

Si: No:

¿Su sexo es masculino?

Si: No:

Criterios de calificación para la población en general

Bajo riesgo de AOS (Apnea Obstructiva del Sueño): Sí a 0-2 preguntas

Riesgo intermedio de AOS (Apnea Obstructiva del Sueño): Sí a 3-4 preguntas

Alto riesgo de AOS (Apnea Obstructiva del Sueño): Sí a 5-8 preguntas o

- si respondió "sí" a 2 o más de las primeras 4 preguntas y es del sexo masculino
- si respondió "sí" a 2 o más de las primeras 4 preguntas y su IMC es de más de 35 kg/m²
- si respondió "sí" a 2 o más de las primeras 4 preguntas y la circunferencia de su cuello es: (43 cm en hombres, 41 cm en mujeres)

