

## **VI CURSO BÁSICO DE SUEÑO EN LA ASISTENCIA PRIMARIA Y EN SALUD LABORAL**

Hasta hace no demasiado tiempo, el estudio de los determinantes de la salud y en concreto de los estilos de vida se ha ceñido al tiempo de vigilia.

Por todos son conocidos los estudios sobre la importancia en la salud del ejercicio físico y de la alimentación, o los efectos de la ingesta excesiva de alcohol o del consumo de tabaco. Sin embargo, los trastornos del sueño son un área de investigación reciente.

Por tanto, el manejo de pacientes con trastornos del sueño a menudo no está tan protocolizado a la hora de tratarlos o derivarlos a los recursos especializados.

Es preciso por tanto que los profesionales, tanto de atención primaria como de salud laboral, dispongan de los últimos conocimientos para poder diagnosticar de forma adecuada problemas como el insomnio, la apnea del sueño, el síndrome de piernas inquietas o las hipersomnias.

Las consultas de atención primaria son un punto importante de recepción y detección de trastornos del sueño y desde el ámbito de la salud laboral puede objetivarse las consecuencias de los trastornos del sueño durante la jornada laboral, ya que son un factor de riesgo de accidentes evidente.

Por todo ello, las actividades formativas sobre sueño en asistencia primaria y en salud laboral ofrecen la posibilidad de incrementar la cualificación de los profesionales sanitarios en esta materia y contribuir a la mejora de la salud individual de los pacientes y de la salud pública.

La realización de cursos de formación sobre el sueño debe contribuir a que la atención desde los diferentes niveles asistenciales, tales como la asistencia primaria y las unidades especializadas del sueño, se realice de forma coordinada y protocolizada.

En definitiva, la formación de los profesionales en esta materia facilitará que las tareas de prevención, diagnóstico y tratamiento se realicen de acuerdo con las nuevas necesidades, los medios terapéuticos y de diagnóstico más avanzados y los últimos resultados obtenidos de las investigaciones.

***Dr. F. Gómez Pérez de Mendiola***

Jefe de Servicio de Salud Pública.  
Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz.  
Álava. España.