

## **Un diagnóstico a tiempo de la narcolepsia mejora la calidad de vida, sugiere Instituto Europeo del Sueño**

**La narcolepsia es uno de los trastornos del descanso más limitantes para aquellos que la padecen pero el Instituto Europeo del Sueño sostiene que es necesario un diagnóstico preciso y consultar en cuanto se presenten los primeros síntomas es fundamental**

El descanso es un proceso biológico imprescindible para el bienestar y la supervivencia de las personas, pero existen ciertos problemas o trastornos de este proceso que limitan estos beneficios para el ser humano; la narcolepsia es uno de ellos y necesita ser considerado como tal y buscar soluciones con prontitud.

Qué es la narcolepsia

La narcolepsia es un trastorno del sueño de origen neurológico que consiste en una somnolencia diurna excesiva y que puede acompañarse de cataplejía, que son crisis de pérdida del tono muscular generalmente relacionado con las emociones.

Estos son los dos síntomas más comunes de una patología que se da en una proporción de un 0,3-0,5% de la población y que suele aparecer entre la segunda y la tercera década de la vida.

El origen de este problema suele ser genético, y puede haber varios integrantes de una misma familia afectados.

Otras señales que apuntan a la narcolepsia

También se puede manifestar a través de otros episodios relacionados con un mal descanso:

**Parálisis del sueño:** se trata de una incapacidad transitoria para realizar algún movimiento de extremidades o, incluso, de todo el cuerpo estando consciente. Se puede experimentar justo antes de quedarse dormido o al despertarse.

**Sueño fragmentado:** las interrupciones constantes del descanso también son un fenómeno muy frecuente en los pacientes de narcolepsia.

**Alucinaciones hipnagógicas o hipnopómpicas:** dependiendo de si se dan cuando la persona se está adormeciendo o cuando se está despertando, respectivamente, son percepciones auditivas, visuales o

táctiles que son irreales de las cuales se es consciente.

#### Diagnóstico y tratamiento

El diagnóstico de esta patología debe ser realizado por un médico experto y puede incluir desde el análisis de la historia clínica, una polisomnografía nocturna, un estudio genético, una analítica de sangre general, una punción lumbar hasta un test de latencias múltiples.

El tratamiento a seguir siempre dependerá de distintos factores, como la edad, la existencia o no de otros problemas de salud, el estilo de vida o la repercusión de sus síntomas en la calidad de vida y el bienestar del paciente en cuestión.

Para conocer la forma de acabar o limitar los efectos de este problema, lo mejor es acudir a un centro especializado en el estudio del sueño para realizar un estudio personalizado y así determinar el modo de actuar más pertinente.

#### **Datos de contacto:**

Instituto Europeo del Sueño  
(+56) 2 2596 2480

Nota de prensa publicada en: [Santiago de Chile](#)

Categorías: [Nacional](#) [Medicina](#) [Sociedad](#) [Bienestar](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>