

Hipersomnia Idiopática

ANTECEDENTES

La somnolencia en el trabajo puede afectar a la seguridad y salud de los profesionales y terceros.

OBJETIVOS. MATERIAL Y MÉTODO

Se estudia el caso de una médica (AP: 26 años asma, polinosis, trastorno ansioso) con somnolencia excesiva diurna (SED) desde la infancia con agravamiento progresivo, sin cataplejía ni otros síntomas de narcolepsia. Duerme 10-12 horas/ día, con somnolencia intensa al despertar. Presenta episodios de sueño involuntario en situaciones inapropiadas (trabajo y al conducir).

Exploración y Resonancia magnética cerebral sin alteraciones. Polisomnografía nocturna evidencia roncopatía moderada sin apneas; el test de latencias múltiples confirma Hipersomnia Idiopática (HI). Pendiente resultados de pruebas genéticas. Inicia tratamiento con modafinilo 100 mg/día y seguimiento clínico. Posteriormente, debido a su embarazo, el SPRL adaptó su puesto de trabajo, restringiendo turnos nocturnos para minimizar la privación de sueño y evitar la necesidad de medicación.

RESULTADOS, CONCLUSIONES

La HI es un trastorno del sueño caracterizado por SED persistente ≥ 3 meses sin causa clara, sueño nocturno prolongado, gran dificultad para despertar y siestas largas no reparadoras; pueden referir deterioro cognitivo, alteraciones de memoria y atención. La etiología no ha sido establecida, pero se han descrito posibles influencias genéticas, neuroquímicas y autoinmunes. Para su manejo proponen estrategias no farmacológicas (higiene del sueño, siestas cortas programadas) y farmacológicas como el modafinilo y metilfenidato.

En conclusión, la HI impacta la productividad y seguridad en el trabajo; su detección, manejo y adaptación laboral son fundamentales para mejorar la calidad de vida de los trabajadores y minimizar riesgos ocupacionales.

250 PALABRAS