



Sanidad

La herramienta, desarrollada por el doctor Carlos O'Connor, ha recibido el Premio SaluDigital a la mejor aplicación de Medicina y ha sido mencionada en la revista estadounidense 'The Atlantic'

'Airway Gym', la app malagueña que revoluciona el tratamiento de la apnea del sueño

ARANCHA TEJERO
Málaga

L.O.

Una innovadora aplicación malagueña está revolucionando el tratamiento del síndrome de la apnea obstructiva del sueño, uno de los trastornos respiratorios del sueño más frecuentes y, al mismo tiempo, más infradiagnosticados. Se trata de 'Airway Gym', una herramienta pionera que ha sido reconocida con el Premio SaluDigital a la mejor app de Medicina y que ya ha captado la atención de medios internacionales.

La aplicación móvil ha sido diseñada para mejorar el abordaje de la apnea del sueño mediante la digitalización de la terapia miofuncional. Permite realizar ejercicios específicos destinados a fortalecer la musculatura de la vía aérea superior -como la lengua o el paladar blando-, contribuyendo así a reducir el colapso de la vía respiratoria que se produce durante el sueño y que causa la aparición de la apnea.

Detrás de esta herramienta se encuentra el doctor Carlos O'Connor, presidente de la Comisión de Roncopatía y Apnea Obstructiva del Sueño de la Sociedad Española de Otorrinolaringología y Cirugía de Cabeza y Cuello (SEORL-CCC), que ejerce como especialista de Otorrinolaringología en el Hospital Quirónsalud Marbella.

El reconocimiento premia el «carácter innovador» de esta herramienta tecnológica

El reconocimiento premia el «carácter innovador» de esta herramienta tecnológica. Tradicionalmente, este tipo de terapias requería supervisión presencial por parte de profesionales especializados.

Ejercicios digitales

Sin embargo, la aplicación desarrollada por el doctor O'Connor permite trasladar este entrenamiento muscular al entorno digital, facilitando que los pacientes puedan realizar los ejercicios desde su propio teléfono móvil mediante un sistema guiado. Además, ofrece la posibilidad de registrar la adherencia al tratamiento y realizar un seguimiento de la evolución clínica.

Para el doctor Carlos O'Connor, este galardón pone de manifiesto el potencial de la tecnología para transformar el manejo de patologías muy prevalentes. «El desarrollo de herramientas digitales como 'Airway Gym' demuestra que la innovación tecnológica puede convertirse en una gran aliada para mejorar la adhe-

rencia terapéutica de los pacientes y ampliar las opciones disponibles para el tratamiento de la apnea del sueño», señala.

Mejorar la adherencia

«Muchos pacientes tienen dificultades para mantener determinados tratamientos a largo plazo. La terapia miofuncional guiada mediante una aplicación permite realizar ejercicios de forma estructurada, accesible y supervisada, facilitando su incorporación a la rutina diaria y mejorando el

Se estima que alrededor de 170.000 personas sufren apnea del sueño en Málaga

seguimiento clínico», explica el doctor O'Connor.

La apnea obstructiva del sueño es uno de los trastornos respiratorios del sueño más prevalentes en la población adulta. Se estima que en España entre el 20% y el 30% de los adultos presenta algún grado de apnea, aunque una parte importante de los casos permanece sin identificar. En la provincia de Málaga se calcula que afecta a alrededor de 170.000 personas.

Se caracteriza por ocasionar

episodios repetidos de obstrucción parcial o completa de la vía aérea superior durante el descanso nocturno, lo que provoca pausas respiratorias, disminución de los niveles de oxígeno en sangre y fragmentación del sueño.

Estas alteraciones suelen manifestarse mediante síntomas como ronquido intenso, somnolencia diurna excesiva, fatiga persistente, dificultades de concentración o cefalea matutina, aunque en muchos casos la enfermedad permanece sin diagnosticar durante años.

Además de afectar de forma significativa a la calidad de vida de quienes lo padecen, la apnea del sueño se asocia también a un mayor riesgo de desarrollar hipertensión arterial, enfermedades cardiovasculares, ictus o diabetes, lo que la convierte en un problema relevante de salud pública.

Interés internacional

Ante este contexto, 'Airway Gym' se plantea como una estrategia complementaria a otros tratamientos consolidados para el manejo de la apnea del sueño, como la presión positiva continua en la vía aérea (CPAP) o determinados abordajes quirúrgicos.

El impacto de esta innovadora

«Muchos pacientes tienen dificultades para mantener determinados tratamientos»

herramienta ha trascendido fronteras y ha despertado el interés de medios internacionales. Recientemente, la revista estadounidense 'The Atlantic' se ha hecho eco de esta aplicación dentro del debate sobre nuevas estrategias terapéuticas para el tratamiento del ronquido y la apnea del sueño.

«En estudios recientes hemos observado mejoras objetivas tanto anatómicas como funcionales de la vía aérea superior, evaluadas mediante técnicas como DISE y ecografía», resalta el doctor O'Connor, que también subraya que «la vía aérea superior no es solo una estructura que tratar, es un sistema neuromuscular que debemos entrenar».

Asimismo, desde la Sociedad Española de Otorrinolaringología y Cirugía de Cabeza y Cuello destacan que este premio reconoce también el papel de los especialistas en otorrinolaringología en el desarrollo de soluciones innovadoras que integran investigación clínica, tecnología y atención centrada en el paciente. ■



El doctor Carlos O'Connor, distinguido con el Premio SaluDigital por la app 'Airway Gym'.