



**24º CONGRESO DE PATOLOGÍA DUAL: MADRID, 27, 28 Y 29 DE OCTUBRE**

## **DOS DE CADA TRES PACIENTES CON PATOLOGÍA DUAL PRESENTA TRASTORNOS DE SUEÑO Y ÉSTOS SE ASOCIAN CON RECAÍDAS EN LAS ADICCIONES HASTA EN UN 50% DE ELLOS**

- Según la evidencia científica existente, se estima que alrededor del 80% de los pacientes con trastornos mentales durante la fase aguda y aproximadamente el 30% durante el seguimiento presentan insomnio.
- “Las alteraciones del sueño en ocasiones producen otros trastornos mentales como ansiedad o depresión; y empujan al consumo de sustancias legales como los fármacos hipnosedantes o el alcohol o de sustancias ilegales como el cannabis”.
- Estudios a nivel nacional e internacional han demostrado que la presencia de alteraciones de sueño es un factor de riesgo para la recaída en el consumo y para la mala evolución de la psicopatología.
- “Es necesaria formación en medicina del sueño entre los profesionales del ámbito de la salud mental para que desde consulta se puedan evaluar con profundidad las alteraciones del sueño de los pacientes con patología dual”.

**MADRID, 28 de octubre de 2022** — Numerosos estudios han demostrado en los últimos años la relación bidireccional existente entre el sueño y la salud mental. Las alteraciones del sueño deterioran la salud mental mientras que en los pacientes con trastornos psiquiátricos son frecuentes los problemas de sueño, especialmente el insomnio.

“Según la evidencia científica existente, se estima que alrededor del 80% de los pacientes con trastornos mentales durante la fase aguda y aproximadamente el 30% durante el seguimiento presentan insomnio. Otros estudios epidemiológicos han demostrado también que el insomnio precede la depresión. Durante la fase depresiva, un 90% de los pacientes presentan insomnio y el 10% presentan hipersomnias, una característica de las depresiones bipolares. La no restauración del sueño tras un episodio depresivo se asocia también con una mayor probabilidad de recaídas”, ha afirmado la doctora Francesca Cañellas, psiquiatra de la Unidad Multidisciplinar de Sueño del Hospital Universitario Son Espases de Palma de Mallorca, durante su intervención en el simposio ‘Trastornos del sueño y Patología Dual’, perteneciente al programa del 24º Congreso de Patología Dual que reúne estos días en Madrid a más de 1.500 psiquiatras, psicólogos y profesionales sanitarios vinculados al ámbito de la salud mental.

Esa estrecha relación entre sueño y salud mental se extiende también a la Patología Dual -la coexistencia de adicciones y otros trastornos mentales- tal y como ha confirmado durante el mismo simposio el doctor Carlos Roncero, presidente de la Sociedad Española de Patología Dual (SEPD). “El sueño y la Patología Dual mantienen una relación compleja. Las alteraciones del sueño en ocasiones producen otros trastornos mentales como ansiedad o depresión; y empujan al consumo de sustancias legales

como los fármacos hipnosedantes o el alcohol o de sustancias ilegales como el cannabis que, en apariencia, puede parecer que mejoran la capacidad para conciliar el sueño, pero que a medio y largo plazo tienen efectos absolutamente distorsionadores de la arquitectura del sueño y pueden acabar generando un trastorno por consumo de sustancias. En la dirección contraria, en las personas que tienen un trastorno por consumo de sustancias y que, a su vez, tienen otro trastorno mental (lo que se considera patología dual), uno de los síntomas frecuentes son los trastornos del sueño, principalmente el insomnio. De hecho, estudios a nivel nacional e internacional han demostrado que la presencia de alteraciones de sueño es un factor de riesgo para la recaída en el consumo y para la mala evolución de la psicopatología”, ha reflexionado el doctor Roncero, que ha concretado durante su ponencia que aproximadamente dos de cada tres pacientes con patología dual presentan problemas de sueño y que la falta de sueño se asocia a las recaídas en el consumo de sustancias en alrededor del 50% de los pacientes.

“Es un círculo vicioso difícil de romper en el que se unen alteraciones mentales, consumo de sustancias, patología dual y, a su vez, trastornos del sueño que potencian y multiplican las adicciones y/o los otros trastornos mentales”, ha añadido el psiquiatra, que en base a los datos ha reivindicado la necesidad de formación en medicina del sueño entre los profesionales del ámbito de la salud mental para que desde consulta se puedan evaluar con profundidad las alteraciones del sueño de los pacientes con patología dual.

“La psicoeducación y los consejos de buenos hábitos de descanso son importantes para romper algunas dinámicas inadecuadas de los pacientes, pero probablemente eso no será suficiente en la mayor parte de los casos, en los que habrá que hacer un abordaje farmacológico complementado con una terapia cognitivo-conductual, que han demostrado eficacia en la regulación del ciclo sueño-vigilia”, ha recomendado el presidente de la SEPD, que ha querido mostrarse optimista por las “prometedoras” novedades farmacológicas que podrían estar disponibles en los próximos años para abordar los problemas de sueño en pacientes con Patología Dual. “Los datos preclínicos y la experiencia en Estados Unidos parecen indicar que los fármacos que actúan como antagonistas de los receptores de orexina no generan problemas de adicción y de mal uso, a diferencia de lo que sí ocurre con los fármacos utilizados en la actualidad, fundamentalmente hipnosedantes como las benzodiazepinas que, aunque inicialmente pueden ayudar a mejorar las dificultades del insomnio, a medio y largo plazo pueden acabar produciendo problemas de consumo compulsivo, por lo que deben utilizarse con muchas precauciones en los pacientes con patología dual”, ha concluido.

---

## **CONTACTO DE PRENSA**

Adrián Cordellat, Gabinete de Prensa Sociedad Española de Patología Dual (SEPD).

[madrid@docorcomunicacion.com](mailto:madrid@docorcomunicacion.com)

635 40 49 14