



Sociedad Española de
Otorrinolaringología y
Cirugía de Cabeza y Cuello

NOTA DE PRENSA

13 de marzo, Día Mundial del Sueño

LA INVESTIGACIÓN ESPAÑOLA EN OTORRINOLARINGOLOGÍA IMPULSA UN CAMBIO DE PARADIGMA EN EL TRATAMIENTO DE LA APNEA DEL SUEÑO

- **Un editorial publicado en *Sleep Medicine Reviews* por un especialista de la SEORL-CCC redefine el abordaje de la apnea obstructiva del sueño y refuerza el papel de la terapia miofuncional en el tratamiento personalizado**

Madrid, 11 de marzo de 2026.- La Otorrinolaringología española ha logrado un nuevo reconocimiento internacional con la publicación de un editorial en *Sleep Medicine Reviews*, considerada la revista científica de mayor prestigio mundial en el ámbito de los trastornos del sueño. El trabajo, liderado desde España por miembros de la Sociedad Española de Otorrinolaringología y Cirugía de Cabeza y Cuello (SEORL-CCC), supone un punto de inflexión en la comprensión y tratamiento de la apnea obstructiva del sueño (AOS).

El editorial, titulado *“Reconsiderando el fenotipo hipotónico: de la anatomía estática a la función dinámica de la vía aérea en la apnea obstructiva del sueño”*, plantea un cambio relevante en la forma de entender esta enfermedad. Frente a la visión tradicional, que explicaba la apnea principalmente como un problema estructural o como consecuencia de una supuesta debilidad muscular, el nuevo enfoque propone analizar la enfermedad desde una perspectiva dinámica.

Según este modelo, la apnea no depende únicamente de la anatomía del paciente, sino del equilibrio entre la forma de la vía aérea y la capacidad de los músculos para mantenerla abierta durante el sueño. El trabajo cuestiona la utilización indiscriminada del término “vía aérea hipotónica”, que durante años ha servido para clasificar a pacientes sin criterios homogéneos ni mediciones directas claras, y propone una aproximación anatómico-funcional más precisa.

Esta nueva clasificación no se limita al plano conceptual, sino que tiene implicaciones directas en el tratamiento. El editorial distingue distintos perfiles clínicos —en función del peso del componente anatómico y del funcional— y vincula cada uno a estrategias terapéuticas específicas. En aquellos casos en los que el problema no es exclusivamente estructural, sino que existe un déficit en la compensación muscular durante el sueño, la terapia miofuncional adquiere un papel central.

La terapia miofuncional consiste en un programa estructurado de ejercicios orofaríngeos dirigidos a fortalecer y coordinar los músculos de la lengua, el paladar y la pared faríngea. Tradicionalmente se pensaba que entrenar esta musculatura durante el día no tendría impacto durante la noche, cuando el tono muscular disminuye de forma fisiológica. Sin embargo, la evidencia científica reciente demuestra que estos ejercicios no solo mejoran la fuerza muscular, sino que pueden inducir cambios anatómicos medibles, incluyendo reducción del volumen lingual y modificaciones en los patrones de colapso observados mediante endoscopia del sueño inducido (DISE).

De este modo, la terapia miofuncional no actúa manteniendo activados los músculos durante el sueño, sino modificando las condiciones estructurales que favorecen el colapso. Este enfoque integra anatomía y función y permite avanzar hacia tratamientos verdaderamente personalizados, combinando según el perfil del paciente CPAP, dispositivos de avance mandibular, cirugía dirigida, estimulación del nervio hipogloso o terapia miofuncional.

El presidente de la SEORL-CCC, Serafín Sánchez, ha destacado que “la publicación de este editorial en la revista de mayor impacto mundial en Medicina del Sueño demuestra la solidez y el liderazgo internacional de la Otorrinolaringología española en el abordaje de los trastornos respiratorios del sueño”. Por su parte, el Dr. Carlos O’Connor-Reina, presidente de la Comisión de Roncopatía y Apnea del Sueño de la SEORL-CCC, y autor del editorial, ha señalado que “el objetivo es comprender mejor qué ocurre realmente durante el sueño para seleccionar el tratamiento más adecuado para cada paciente, pues no todos los casos de apnea son iguales, y este modelo nos permite identificar qué pacientes pueden beneficiarse especialmente de la terapia miofuncional dentro de un enfoque combinado”.

AirwayGym: innovación pionera nacida de la investigación española

Entre otros estudios, el editorial del Dr. O’Connor, traslada la experiencia y evidencias alcanzadas en el uso de una aplicación tecnológica, denominada AirwayGym, fruto también de la especialización y la innovación española en ORL, diseñada para aplicar y monitorizar la terapia miofuncional en pacientes con apnea del sueño. Esta app, impulsada por el Dr. O’Connor junto a otros colegas, guía al paciente en la realización de ejercicios orofaríngeos, mide fuerza y precisión y permite el seguimiento objetivo por parte del especialista. Con más de 15.000 descargas, la aplicación representa un ejemplo de cómo la investigación clínica puede integrarse con la tecnología para mejorar la adherencia terapéutica y ofrecer soluciones no invasivas a determinados perfiles de pacientes.