Entre 10 y 20% de los estudiantes en Chile son roncadores:  
Niños que roncan presentan un rendimiento escolar más bajo  
  
**Estudios revelan que entre 40 y 50% de los niños que sufren este trastorno tienen malas notas. Sin embargo, son pocos los que consultan, dicen expertos.**  
  
Paula Leighton N.

Sin proponérselo, en su novela "Los papeles póstumos del Club Pickwick" (1837), Charles Dickens hizo la descripción perfecta de un niño con síndrome de apnea obstructiva del sueño: "Joe era un niño maravillosamente gordo, que se paraba derecho sobre la alfombra con los ojos cerrados como si estuviera durmiendo (...) o roncaba mientras esperaba en la mesa".

Joe, lamentablemente, no es sólo un personaje imaginario. A nivel internacional se estima que 10% de los escolares y preescolares roncan. Y entre 1 y 2% roncan con apnea, es decir, además de tener un sueño fragmentado, las pausas de respiración hacen que su organismo reciba una baja oxigenación mientras duermen.

Si bien a este último grupo tradicionalmente se le ha prestado más atención, desde hace algunos años los especialistas están preocupándose también por aquellos niños roncadores con síntomas menos severos.

"La idea es impedir que lleguen a hacer apneas, pero también evitar otros trastornos, porque hoy sabemos que incluso los niños que roncan sin apnea presentan trastornos, especialmente a nivel escolar", señala el doctor Pablo Brockmann, médico broncopulmonar de la División de Pediatría de la Universidad Católica.

Nota roja

Un estudio realizado en Alemania por el doctor Michael Urschitz, comparó a 1.144 niños de tercero básico roncadores habituales y no roncadores. Aquellos que roncaban mostraron menor desempeño conductual (ver recuadro inferior) y un peor rendimiento académico que sus pares, destaca el doctor Brockmann, quien trabajó con el médico alemán.

"Los niños roncadores tenían 3,6 veces peores notas en matemáticas, eran 4,3 veces más deficientes en ciencia y tenían 3,5 veces más mal desempeño en lenguaje", destaca.

Los resultados son consistentes con otros estudios de Urschitz que muestran que a entre 12 y 21% de los niños que no roncan les va mal en matemáticas, ciencia o lenguaje. Pero entre los niños que roncan todas las noches el 40 a 50% tiene mal rendimiento en esos ramos. Asimismo, las malas notas son habituales en 21 a 28% de quienes roncan con una frecuencia un poco menor.

"El problema es que este trastorno está muy subdiagnosticado, especialmente en Chile", advierte el doctor Brockmann, quien analizó el problema en 750 escolares de 1° básico a 3° medio de Puente Alto y Providencia. La conclusión: 10 a 20% eran roncadores habituales (lo hacían más de tres veces por semana).

"Los padres prestan poca atención a sus hijos roncadores", coincide la doctora Maite López, otorrinolaringóloga de la Clínica Las Condes. La especialista destaca que las principales causas de los ronquidos infantiles son los adenoides y amígdalas grandes, que obstruyen el paso del aire.

Tratar precozmente

"Una vez que se operan, los papás no sólo perciben que el niño duerme mejor, también mejora su respiración, les cambia la boca, la mordida e incluso crecen más, porque la hormona del crecimiento se secreta mientras se duerme".

Otro gran factor de riesgo es la obesidad, a la que se suman el asma, las rinitis alérgicas y la retrognatia mandibular (mentón hacia atrás). "Todos estos factores se pueden tratar, pero hay que hacerlo precozmente, porque si se deja que el niño siga roncando, puede haber consecuencias más difíciles de erradicar", concluye el doctor Brockmann.

**Problemas en el colegio**

Un estudio realizado con 1.144 niños de 3° básico y publicado en la revista Pediatrics comparó a roncadores habituales (con y sin apnea del sueño) con no roncadores. Los roncadores mostraron:

7,1 veces

más cansancio diurno

4,8 veces

más posibilidades de dormirse en clases

4 veces

más déficit de concentración

2,4 veces

más conducta hiperactiva

2,8 veces

más problemas de mala conducta

9,7 veces

más problemas con sus compañeros

 Ronquidos en la cuna

Por muy pequeña que sea, una guagua también puede roncar. Estudios indican que entre el 5 y 26% de los lactantes menores de 2 años lo hacen. Las causas son variadas, e incluyen el tabaquismo materno y paterno, o el dormir boca abajo, lo que está completamente contraindicado por el mayor riesgo de muerte súbita. "El lactante también puede tener problemas en la vía aérea o retroposición de la mandíbula", agrega el doctor Pablo Brockmann.

El médico advierte que "si la guagua ronca, no es normal y, debido a la mayor vulnerabilidad de los lactantes, es fundamental consultar".