



22112 - PREVALENCIA DE ALTERACIONES DEL SUEÑO EN PACIENTES CON EM Y SU RELACIÓN CON DEPRESIÓN, FATIGA, CALIDAD DE VIDA Y DISCAPACIDAD

Sánchez Bueno, M.¹; Meca Botella, J.¹; Ferrer Chazarra, C.²; Béjar Puerta, C.¹; Santa Yagüe, C.¹; Martínez Vidal, S.¹; Villaverde González, R.¹

¹Servicio de Neurología. Hospital J.M. Morales Meseguer; ²Departamento de Medicina Interna. Universidad de Murcia.

Resumen

Objetivos: Analizar la prevalencia de alteraciones del sueño en pacientes con esclerosis múltiple (EM). Como objetivos secundarios, valorar la gravedad de dichas alteraciones y su relación con depresión, fatiga, calidad de vida, variables clínicas y demográficas.

Material y métodos: Estudio observacional transversal, participantes mayores de 18 años con EM según McDonald, atendidos en 2024 en consulta monográfica de EM. Se recogieron variables sociodemográficas y clínicas, así como datos de discapacidad (EDSS), calidad del sueño (PSQI), somnolencia diurna (ESS), depresión (BDI), fatiga (MFIS) y calidad de vida (MSQoL-54). Se aplicaron pruebas estadísticas *t* de Student, ANOVA, U-Mann Whitney y Kruskal-Wallis según la distribución y tipo de variable.

Resultados: Se incluyeron 185 participantes (73,5% mujeres), edad media $44,9 \pm 11,5$ años y mediana de EDSS de 1,5. El 76,8% presentaron alteraciones del sueño (PSQI) y el 27,6% somnolencia diurna excesiva (ESS). Las alteraciones del sueño se asociaron ($p < 0,05$) a mayor discapacidad (EDSS 2,22 vs. 1,48), mayor sintomatología depresiva (puntuación BDI 15,25 vs. 6,16), mayor fatiga (MFIS 40,67 vs. 24,37) y peor calidad de vida (MSQoL-54 total física 45,62 vs. 63,04; y total mental 56,52 vs. 77,63). Estas asociaciones fueron aún más marcadas en sujetos con alteraciones del sueño graves. La somnolencia diurna también se relacionó significativamente con puntuaciones más desfavorables en escalas de sueño, depresión, fatiga y calidad de vida.

Conclusión: Se demuestra una alta prevalencia de alteraciones del sueño en personas con EM, con un claro impacto negativo sobre múltiples dimensiones clínicas y funcionales. Su detección y abordaje deben formar parte del manejo integral de estos pacientes.