

Sleep on the road

**El camión del sueño te espera en la Avenida Porto da Coruña
(frente al edificio de la Autoridad Portuaria)**

Viernes 5 de junio (10:00 a 14:00h y de 15:30 a 19:00h)

Sábado 6 de junio (10:00 a 14:00 h)

La unidad móvil de sueño Sleep on the Road del Año SEPAR 2025/26 de los Trastornos Respiratorios del Sueño es mucho más que una exposición: es un espacio interactivo para profesionales sanitarios, pacientes y población general, diseñado para difundir la importancia del diagnóstico precoz, el tratamiento personalizado y la prevención de los trastornos del sueño.

Zona 1 · Diagnóstico

Cuenta con una cama equipada con un colchón inteligente capaz de registrar múltiples variables fisiológicas y estimar el riesgo de apnea del sueño, junto a una almohada inteligente que ajusta la posición de la vía aérea superior con fines terapéuticos.

También se muestran las pruebas convencionales, como la polisomnografía, el gold standard actual y la poligrafía respiratoria mediante maniqués que ilustran su aplicación práctica. Además, los visitantes pueden explorar capnógrafos de última generación que miden el CO₂ tanto durante el sueño como en vigilia.

Zona 2 · Tratamiento

Expone dispositivos de CPAP y auto-CPAP, junto a un sistema de telemonitorización domiciliar que permite observar en tiempo real cómo se regulan las apneas desde el hogar.

Un sillón odontológico muestra el proceso de elaboración de los dispositivos de avance mandibular personalizados. Además, se presenta la terapia miofuncional orofacial, un enfoque en auge y en

desarrollo en manos de logopedas y otorrinolaringólogos, que busca mejorar la función muscular y reducir la colapsabilidad de la vía aérea superior.

Zona 3 · Área cardiometabólica

En esta zona, un vídeo educativo explica el papel de la obesidad como factor de riesgo clave en la apnea obstructiva del sueño. Los visitantes pueden medirse la saturación de oxígeno, la tensión arterial y su composición corporal, obteniendo así una visión personalizada de su perfil de riesgo.

Zona 4 · Espacio “Chill Out”

Este espacio recrea un ambiente ideal para promover una correcta higiene del sueño. A través de vídeos y consejos prácticos, los visitantes descubren cómo crear rutinas y entornos que favorecen un descanso reparador.

Además, unas gafas de realidad virtual ofrecen una experiencia inmersiva que permite “ponerse en la piel” de un paciente con apnea del sueño, comprendiendo de forma vivencial los efectos de esta enfermedad.

Zona 5 · Evaluación y experiencia inmersiva

Los visitantes pueden cumplimentar cuestionarios digitales en tablets; aquellos con alto riesgo reciben un WatchPAT, un innovador dispositivo tipo reloj que permite realizar un estudio del sueño en casa. El informe generado ofrece orientación tanto al ciudadano como al profesional sobre la necesidad de derivación médica a una unidad de sueño.

**Una experiencia para
aprender, compartir y
concienciar**