somno.PASS

Programa **A**nual
de **S**uscripción de **S**ueño

somno.

¿Quiénes somos?

En Somno, desde 2011, nos especializamos en la distribución de equipos CPAP/VPAP, ventiladores mecánicos y polígrafos cardio-respiratorios para el diagnóstico y tratamiento de la apnea del sueño. Representamos a RESMED, la marca líder mundial en dispositivos médicos conectados a la nube para el tratamiento de enfermedades respiratorias como apnea del sueño y EPOC.
Nuestro equipo está altamente capacitado y certificado, brindando mantenimiento y soporte técnico de alta calidad, lo que nos ha consolidado como un referente en Perú en tratamientos de sueño domiciliario y ventilación mecánica.

https://www.resmed.com/es-xl/healthcare-professional.html

ResMed
Changing lives
with every breath

somno.

¿Qué es SOMNO PASS?

SOMNO PASS es un programa de suscripción anual que ofrece una solución completa para la terapia del sueño. Está diseñado especialmente para empresas cuyos trabajadores operan en sectores críticos, como minería, transporte y manufactura, donde el tratamiento adecuado de la apnea del sueño puede mejorar significativamente la seguridad y productividad.

El servicio incluye:

- Alquiler de un equipo CPAP ResMed Airsense 10 Autoset, adaptado a las necesidades médicas de cada usuario y conectado a la nube (Airview y MyAir) para seguimiento en tiempo real.
- Un tubo corrugado ResMed Slimline o Climateline Air al año.
- Una máscara ResMed al año, seleccionada de acuerdo a la indicación médica (Airfit N20, N30i, F20, F30 o P10), con "mask fitting" para asegurar el ajuste adecuado.
- Mantenimiento semestral del equipo, que incluye limpieza interior y exterior, cambio de filtro y revisión técnica, con servicio de recojo y entrega en Lima.
- Soporte técnico y clínico durante todo el año, con informes médicos a solicitud.

somno.

¿Qué **incluye** el **servicio**?

Equipo CPAP Resmed

Tubo corrugado

Soporte técnico y clínico

Máscara Resmed

Mantenimientos semestrales

Elaboración de informes

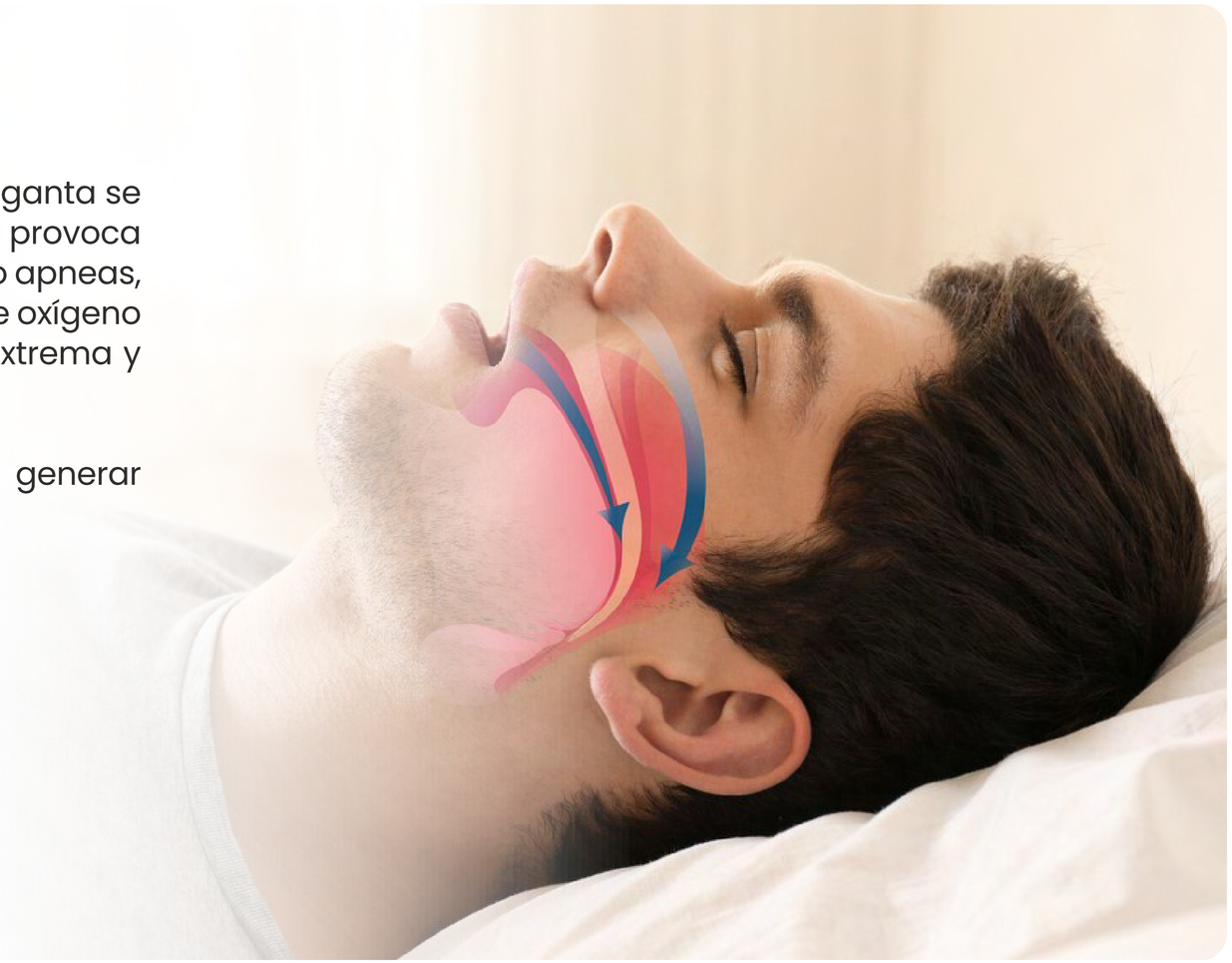
somno.

Apnea del sueño

La apnea del sueño es un trastorno donde los músculos de la garganta se relajan demasiado, bloqueando el paso del aire. Esto provoca interrupciones en la respiración durante el sueño, conocidas como apneas, que pueden durar entre 10 segundos y algunos minutos. La falta de oxígeno repetida afecta el sueño profundo, lo que puede causar fatiga extrema y aumentar el riesgo de enfermedades graves.

Sin el tratamiento adecuado, la apnea del sueño puede generar problemas como:

- **Infartos:** Las personas con apnea tienen hasta 3 veces más riesgo de sufrir problemas cardíacos.
- **Derrames cerebrales:** La apnea no tratada triplica el riesgo de accidentes cerebrovasculares.
- **Hipertensión arterial:** Entre el 30-50% de los hipertensos también tienen apnea del sueño.



somno.

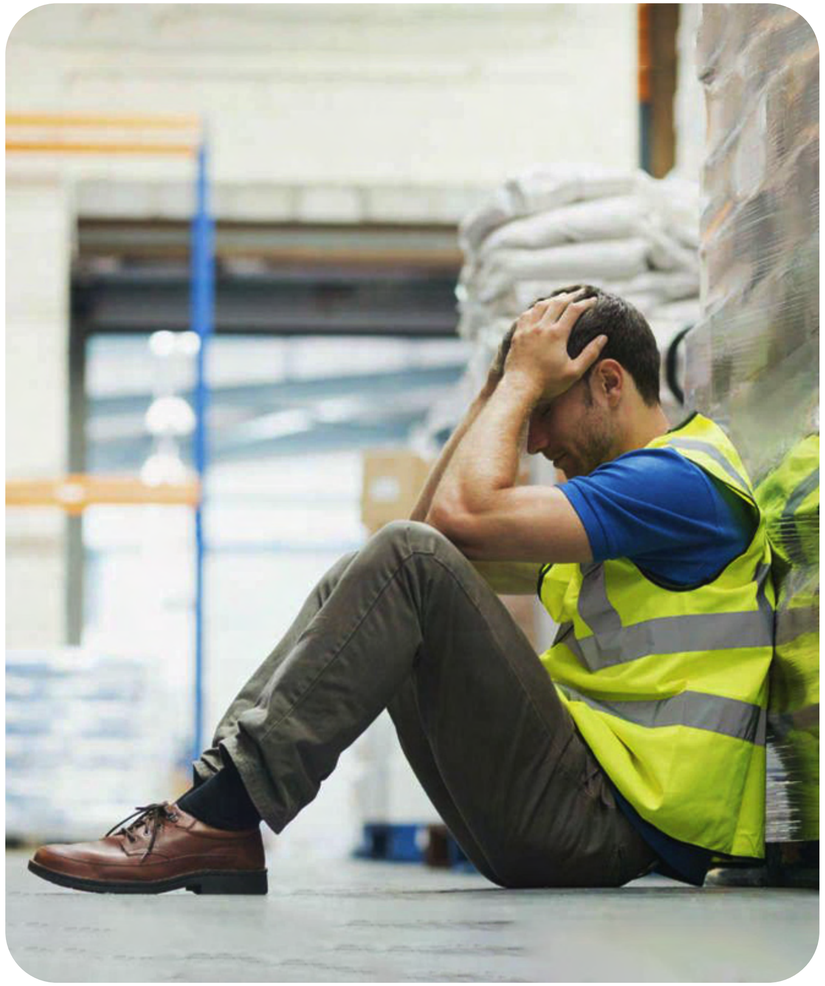
Diagnóstico y riesgos

El diagnóstico temprano de la apnea del sueño es crucial, sobre todo en personas que desempeñan trabajos de alto riesgo, como choferes, pilotos y operarios de maquinaria pesada. Estas personas tienen la responsabilidad de proteger sus vidas y las de los demás, y no tratar la apnea puede causar accidentes graves debido a la fatiga y somnolencia diurna.

¿Quiénes deberían hacerse un diagnóstico anual?

- Choferes de transporte público o de carga.
- Pilotos y personal de aerolíneas.
- Operarios de maquinaria pesada, como excavadoras o camiones.
- Obreros en fábricas o trabajadores de turnos prolongados.

Evitar el diagnóstico y tratamiento puede aumentar el riesgo de accidentes que pueden tener consecuencias fatales.



somno.

Impacto y prevalencia

La apnea del sueño afecta a una gran parte de la población mundial, pero es una condición subdiagnosticada. En Latinoamérica, 1 de cada 3 personas la padece, y en Perú, la prevalencia es de aproximadamente el 19% en hombres y 15% en mujeres.
En sectores como la minería y el transporte, la apnea del sueño es aún más prevalente debido a factores como la edad, el estrés laboral y las condiciones geográficas (trabajo a grandes altitudes), que agravan los trastornos respiratorios.

Datos clave:

- A nivel mundial, 936 millones de personas padecen apnea del sueño.
- El 85% de las personas que la sufren no saben que la tienen.
- En Perú, el 56% de los hombres ronca, uno de los síntomas más comunes de la apnea.

somno.

“No dormir lo suficiente tiene costos económicos y de atención médica asociados, así como una disminución de la productividad y mayores riesgos de seguridad”. Rothstein, N. H. (2013).

somno.

Impacto en números: el caso de accidentes viales

- 100,000 conductores con brevete de categoría A3.
- 15,000 de ellos probablemente sufren apnea del sueño.
- En los últimos cinco años, se han registrado más de 420,000 accidentes de tránsito.
- 14,000 muertes y 272,000 personas heridas o con discapacidad.

Total de accidentes	Probables por APNEA	Costos relacionados (*)	Total costos	Total costos por APNEA
420,000.00	63,000.00	S/ 100.00	S/ 42,000,000.00	S/ 6,300,000.00
14,000.00	2,100.00	S/ 17,600.00	S/ 246,400,000.00	S/ 36,960,000.00
272,000.00	40,800.00	S/ 4,400.00	S/ 1,196,800,000.00	S/ 179,520,000.00
			S/ 1,485,200,000.00	S/ 222,780,000.00

(*) APESEG, 2021

(*) En el año 2000, 800,000 conductores estadounidenses estuvieron implicados en accidentes de tráfico relacionados con la apnea del sueño (Sassani et al, Reducing motor-vehicle collisions, costs, and fatalities by treating obstructive sleep apnea syndrome, 2004.

somno.

El caso minero

- El mundo empresarial está empezando a reconocer el impacto del sueño en el desempeño, la salud y el bienestar de los empleados (National Sleep Foundation, 2018).
- La falta de sueño genera costos económicos, disminuye la productividad y aumenta los riesgos de seguridad (American College of Occupational and Environmental Medicine, 2010).
- Las investigaciones respaldan la necesidad de estrategias para maximizar la recuperación de la fatiga y equilibrar el trabajo con el descanso.
- Esto es especialmente relevante en las industrias del petróleo, gas y minería, donde el sueño afecta directamente la seguridad (National Institute of Occupational Safety and Health, 2012).

somno.

“La calidad y cantidad del sueño impactan directamente los componentes del rendimiento, incluida la concentración, el procesamiento de la información, el juicio y el tiempo de reacción”.

Rothstein, N. H. (2013).

somno.

El sistema de turnos en la minería

- El sistema de turnos rotativos en la minería afecta el descanso de los trabajadores.
- Los turnos comunes incluyen esquemas de 14x7 (14 días de trabajo y 7 de descanso) o de 21x14 (21 días de trabajo y 14 de descanso) con jornadas de 8 a 12 horas diarias (Ministerio de Trabajo, 2024).
- Los trabajadores de turnos están más expuestos a trastornos del sueño, con una prevalencia tres veces mayor que la población general (EXPOMIN Chile, 2016).
- Los trastornos del sueño en este sector aumentan el riesgo de enfermedades cardiovasculares, somnolencia diurna y accidentes laborales.

somno.

El caso minero

- Las minas a gran altitud tienen menos oxígeno, lo que provoca alteraciones en el sueño, como apneas de tipo central, que hacen que la persona duerme mal y se ahogue durante el sueño.

- Si el trabajador también tiene sobrepeso u obesidad, el problema se agrava, ya que al ahogarse entra menos oxígeno al cuerpo, lo que sobrecarga el corazón y el cerebro.

- Estos problemas impiden alcanzar el sueño profundo, causando somnolencia diurna, mal humor, más hambre, menos productividad y mayor riesgo de accidentes en el trabajo.

somno.

El caso minero: Impacto

Algunos factores influenciados por la deficiencia de sueño incluyen:

- **Productividad:** La falta de sueño reduce el rendimiento. El insomnio cuesta a EE.UU. **US$ 63 mil millones** al año en pérdida de productividad (CNN Health, 2011).

- **Ausentismo:** Los trabajadores cansados rinden menos, lo que representa **7.8 días** de productividad perdida al año, con un costo promedio de **$2,280 por persona** (Harvard Business Review, 2011).

- **Seguridad y accidentes:** La falta de sueño es un factor clave en los accidentes laborales, con un costo global estimado entre **$174 mil millones y $348 mil millones** al año (Informe de Salud y Seguridad en el Trabajo, 2024).

somno.

“La principal causa de accidentes laborales en el mundo es la fatiga en sus diversas formas, como agotamiento, debilidad o somnolencia”.

Wanjek, Christopher (2013).

somno.

El caso minero: Impacto

Un estudio en proyectos de petróleo y gas en China (Dra. Margaret Chan, 2009) mostró que la **falta de uso de equipos de seguridad y el incumplimiento de procedimientos** están influenciados por la fatiga.

Eliminar la fatiga puede eliminar muchas de las llamadas "causas" de accidentes.

La fatiga es el **principal factor de riesgo** en accidentes de construcción, provocando un deterioro del rendimiento similar a tener **0.10% de alcohol** en sangre, lo cual es inaceptable para operar maquinaria peligrosa (Universidad de Sydney, 2010).

somno.

El caso minero: Impacto

- **Conducción y maquinaria:** Operar maquinaria y conducir son actividades críticas en las industrias del petróleo, gas y minería.
- **Falta de sueño:** Es responsable de accidentes de transporte y maquinaria, causando importantes lesiones y discapacidades cada año.
- **Conducir con sueño:** Puede ser tan peligroso como conducir en estado de ebriedad, pero es prevenible (CDC, 2024).
- **La falta de sueño:** genera riesgos similares al alcohol y debe ser tratada con el mismo rigor en las políticas de seguridad (Seminars in Neurology, 2005).

somno.

Caso Southern

- En 2023, tras reuniones con el equipo de salud ocupacional, se implementó el programa SOMNO PASS con el alquiler de equipos CPAP.
- La implementación inició en agosto de 2023 con 20 equipos CPAP, y para septiembre de 2024, ya se habían aumentado a 30 equipos con un contrato renovado.
- El programa es prometedor, con planes de expansión a nuevas operaciones mineras, como Tía María, gracias a los resultados positivos.
- Según el equipo de salud ocupacional, los accidentes de transporte han disminuido notablemente, mejorando el descanso de los choferes.

somno.

Caso Southern

somno.

Ellos confían en nosotros