

Dejar de Roncar



Haga la promesa solemne hoy para **Dejar de Roncar** y toma medidas contra la apnea del sueño.

¿Cuándo se debe hablar con un médico acerca de la apnea del sueño? Aquí hay cinco **señales de advertencia** para la apnea del sueño:

Ronquidos



Asfixia o jadeo durante el sueño



Obesidad



Fatiga o somnolencia diurna



Presión arterial alta



Visita dejarderoncar.us para prometer a **#DejardeRoncar** y encontrar un especialista del sueño mas cercana.

Esta infografía fue apoyada por el Número de Acuerdo de Cooperación 1U50DP004930-01 de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC).
Sus contenidos son de la exclusiva responsabilidad de sus autores y no representan necesariamente las opiniones oficiales de los CDC.