



¡Más que un ronquido: La apnea del sueño puede perjudicar su salud!

¿Usted ronca? ¿O se despierta por la mañana y aún está cansado? Podría tener apnea del sueño, un trastorno que causa problemas respiratorios que pueden sonar como ronquidos o jadeos durante el sueño.

Sepa que la apnea del sueño es más que un simple ronquido: afecta la salud de todo su cuerpo y se puede manifestar como...

- Tiempo de reacción más lento
- Disminución del deseo sexual
- Somnolencia durante el día y fatiga
- Mayor riesgo de diabetes
- Deterioro en la salud del corazón
- Depresión y ansiedad



Escanee este código QR para averiguar si usted o un ser querido corre riesgo de padecer apnea obstructiva del sueño

Scan this QR Code to see if you or a loved one are at risk for obstructive sleep apnea

[CountOnSleep.org](https://www.CountOnSleep.org)

Apnea del sueño: ¡es algo más que solo roncar!