

Artículo 2 de 2 en [Vivir \(Salud\)](#) « Anterior - Siguiente »

## Un dispositivo mandibular evita el ronquido y la apnea leve del sueño



La férula ayuda a descansar durante la noche. (Imagen: liron.es)

- Ha sido diseñado por ortodoncistas españoles.
- Mejora la respiración durante la noche.
- El 25% de las personas roncan de manera habitual.

Enviar | Imprimir | Compartir | Facebook | Menéame | Twitter | [+ Ver más](#)

E.P. 25.01.2010 - 17.45 h

Un equipo de especialistas ortodoncistas españoles, encabezado por el doctor Pedro Mayoral, ha desarrollado una férula que **mejora la respiración durante la noche**, ya que evita el bloqueo de las vías respiratorias y, por tanto, el ronquido, además de la apnea de sueño.

Este aparato, que se comercializa como 'lirón', es intraoral y de fácil adaptación. No sólo soluciona el problema de los ronquidos sino que **proporciona un descanso de calidad** que va a evitar esas consecuencias perjudiciales derivadas del ronquido y de la apnea del sueño", afirman sus creadores, al tiempo que es efectivo en 9 de cada 10 pacientes que lo usan.

**El ronquido y la apnea del sueño son provocados por una mala respiración durante el sueño**

El ronquido es un problema que **afecta a la mitad de la población adulta** (45%) de manera ocasional y al menos el 25% roncan de manera habitual. En el caso de las mujeres, el número se reduce al 14% aunque hay que tener en cuenta que sigue siendo un problema a tratar para el que existen diferentes soluciones.

El ronquido y la apnea del sueño son **problemas derivados de una mala respiración durante el sueño** y como tal acarrearán ciertas consecuencias perjudiciales para la salud. "Se acaba incrementando el riesgo de padecer hipertensión arterial, así como de agravar el riesgo cardiovascular de una persona", afirma el doctor Diego García-Borreguero, director del Instituto de Investigaciones del Sueño.

Además, las personas que roncan o tienen apnea **se encuentra cansada por la mañana** como consecuencia de no haber podido descansar bien. "Esto se traducirá en un peor rendimiento profesional además de **incrementar por seis la probabilidad de tener un accidente de tráfico** en comparación con un conductor que duerme bien", advierte.

### Anuncios Google

#### Quieres dejar de roncar?

Elimina los ronquidos y duerme bien Eficaz, cómodo, avalado, patentado [www.liron.es](http://www.liron.es)

↓ PUBLICIDAD ↓

y ahórrate **50€** sólo esta semana

*En movistar.es siempre consigues más.*

Ahora en portada...

20 minutos.es



### Sanidad, informática y 'teleco', los sectores con más empleo

D. R. [Comentarios \(12\)](#)

[El ministro Corbacho propone prorrogar la ayuda de los 420 euros a los nuevos parados](#)

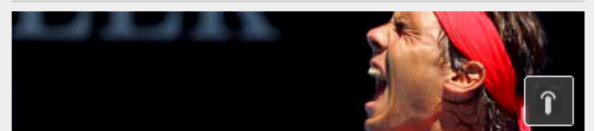


### Otro temporal de nieve, frío y viento pone en alerta a treinta provincias españolas

[Comentarios \(45\)](#)

### La quinta de Sergio Canales

[Comentarios \(17\)](#)



### ¡Rafa Nadal, desbordado por Murray!

El partido del mallorquín en cuartos del Open de Australia, en directo, desde las **09.30 h.**

[Comentarios \(27\)](#)



Una línea aérea africana | Una mujer