



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE ENFERMERÍA

**“DETERIORO DEL PATRÓN DEL SUEÑO EN LOS INTERNOS
ROTATIVOS DE ENFERMERÍA SEGÚN LA ASOCIACIÓN
NORTEAMERICANA DE DIAGNÓSTICOS DE ENFERMERÍA (NANDA)”**

Requisito previo para optar por el Título de Licenciada en Enfermería

Modalidad: Artículo Científico

Autora: Zambrano Paucar, Nicole Estefania

Tutora: Lic Mg. Chasillacta Amores, Fabiola Beatriz

Ambato – Ecuador

Septiembre, 2023

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutora del Artículo Científico sobre el tema:

“DETERIORO DEL PATRÓN DEL SUEÑO EN LOS INTERNOS ROTATIVOS DE ENFERMERÍA SEGÚN LA ASOCIACIÓN NORTEAMERICANA DE DIAGNÓSTICOS DE ENFERMERÍA (NANDA)” desarrollado por Zambrano Paucar Nicole Estefania, estudiante de la Carrera de Enfermería, considero que reúne los requisitos técnicos, científicos y corresponden a lo establecido en las normas legales para el proceso de graduación de la Institución; por lo mencionado autorizo la presentación de la investigación ante el organismo pertinente, para que sea sometido a la evaluación de docentes calificadores designados por el H. Consejo Directivo de la Facultad de Ciencias de la Salud.

Ambato, septiembre del 2023

LA TUTORA

Chasillacta Amores, Fabiola Beatriz

AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Los criterios emitidos en el Artículo de Revisión **“DETERIORO DEL PATRÓN DEL SUEÑO EN LOS INTERNOS ROTATIVOS DE ENFERMERÍA SEGÚN LA ASOCIACIÓN NORTEAMERICANA DE DIAGNÓSTICOS DE ENFERMERÍA (NANDA)”**, como también los contenidos, ideas, análisis, conclusiones, son de autoría y exclusiva responsabilidad de la compareciente, los fundamentos de la investigación se han realizado en base a recopilación bibliográfica y antecedentes investigativos

Ambato, septiembre del 2023

LA AUTORA

Zambrano Paucar, Nicole Estefania

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Yo, Lic Mg. Fabiola Beatriz Chasillacta Amores con CC: 0501877112 en calidad de autora y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación **“DETERIORO DEL PATRÓN DEL SUEÑO EN LOS INTERNOS ROTATIVOS DE ENFERMERÍA SEGÚN LA ASOCIACIÓN NORTEAMERICANA DE DIAGNÓSTICOS DE ENFERMERÍA (NANDA)”**, Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de este Artículo de Revisión o parte de él, un documento disponible con fines netamente académicos para su lectura, consulta y procesos de investigación.

Cedo una licencia gratuita e intransferible, así como los derechos patrimoniales de mi Artículo de Revisión a favor de la Universidad Técnica de Ambato con fines de difusión pública; y se realice su publicación en el repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, siempre y cuando no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autora, sirviendo como instrumento legal este documento como fe de mi completo consentimiento.

Ambato, septiembre 2023

.....
Chasillacta Amores, Fabiola Beatriz

CC: 0501877112

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Yo, Zambrano Paucar Nicole Estefania con Cedula de identidad: 1850172865 en calidad de autora y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación **“DETERIORO DEL PATRÓN DEL SUEÑO EN LOS INTERNOS ROTATIVOS DE ENFERMERÍA SEGÚN LA ASOCIACIÓN NORTEAMERICANA DE DIAGNÓSTICOS DE ENFERMERÍA (NANDA)”**, Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de este Artículo de Revisión o parte de él, un documento disponible con fines netamente académicos para su lectura, consulta y procesos de investigación.

Cedo una licencia gratuita e intransferible, así como los derechos patrimoniales de mi Artículo de Revisión a favor de la Universidad Técnica de Ambato con fines de difusión pública; y se realice su publicación en el repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, siempre y cuando no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autora, sirviendo como instrumento legal este documento como fe de mi completo consentimiento.

Ambato, septiembre 2023

.....
Zambrano Paucar, Nicole Estefania
C.C 1850172865

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL EXAMINADOR

Los miembros del Tribunal Examinador, aprueban en el informe del Proyecto de Investigación: “**DETERIORO DEL PATRÓN DEL SUEÑO EN LOS INTERNOS ROTATIVOS DE ENFERMERÍA SEGÚN LA ASOCIACIÓN NORTEAMERICANA DE DIAGNÓSTICOS DE ENFERMERÍA (NANDA)**”, de Nicole Estefania Zambrano Paucar, estudiante de la Carrera de Enfermería.

Ambato, Septiembre 2023

Parar su constancia firma

.....
Presidente

.....
1er Vocal

.....
2 do Vocal

CERTIFICATE OF PUBLICATION

CERTIFICADO DE PUBLICACIÓN /CERTIFICADO DE PUBLICAÇÃO

Title: Impaired sleep pattern in rotary nursing internships according to the North American Nursing D Association (NANDA)

Authors: Nicole Estefania Zambrano Paucar and Fabiola Beatriz Chasillacta Amores

Status: Published / Publicado

DOI: 10.51798/sijis.v4i1.602

Journal: Sapienza: International Journal of Interdisciplinary Studies

Volume: 4

Number: 1

Date of publication (Y-D-M): 2023-01-29

Issued in São Paulo, Brasil, 2023-08-29



Certificate issued at the request of the authors, it can be verified directly on our website or by email.

Certificado emitido a solicitud de los autores, puede ser verificado directamente en nuestra web o por correo electrónico.

Certificado emitido a pedido dos autores, podendo ser conferido diretamente em nosso site ou por e-mail.

Chief Editor – Sapienza Grupo Editorial

CNPJ- 40.486.861/0001-46

R. Santa Cruz, 2187 - Vila Mariana, São Paulo Brasil

editor@sapienzaeditorial.com

DEDICATORIA

El presente Artículo lo dedico a mis padres, por ser mi inspiración y la fuerza para seguir superándome día a día por apoyarme y ser los promotores para iniciar mi carrera y a quienes va dedicado todo mi esfuerzo y sacrificio para llegar a esta meta importante en mi vida.

A mi hermano, por apoyarme y yo llegar a ser un ejemplo en su vida, a mis abuelitos quienes también han sido el pilar fundamental en mi vida por estar siempre a mi lado en todo momento, a mi enamorado Steven Ballesteros por su amor, dedicación y por motivarme y apoyarme de forma incondicional, gracias a ustedes he logrado llegar hasta aquí, por ser mis motores de vida y poder cumplir mis sueños.

Nicole Zambrano

AGRADECIMIENTO

Le agradezco a Dios por su bendición y protección en cada momento que he pasado en mi formación profesional, a mi familia por siempre apoyarme y extender su mano en cada momento de mi vida. A mi tutora la Lic, Fabiola Chasillacta por su apoyo, constancia y por estar pendiente de mi para que este trabajo sea culminado con éxito. A mis profesores que siempre fueron un escalón en mi vida ayudándome a superarme profesionalmente, a la Universidad Técnica de Ambato y la carrera de Enfermería por abrirme las puertas y permitirme formarme y culminar con éxito mi profesión en ella. Muchas gracias.

Nicole Zambrano

**“DETERIORO DEL PATRÓN DEL SUEÑO EN LOS INTERNOS ROTATIVOS
DE ENFERMERÍA SEGÚN LA ASOCIACIÓN NORTEAMERICANA DE
DIAGNÓSTICOS DE ENFERMERÍA (NANDA)”**

RESUMEN:

Introducción: El sueño es un indicador de calidad de vida, por lo que el buen dormir conlleva a un buen rendimiento tanto académico como laboral, los internos rotativos al estar sujetos a turnos y a horas académicas, suelen presentar un deterioro en el patrón del sueño ya que el mismo queda postergado teniendo de 5 a 6 horas de descanso. **Objetivo:** Analizar el deterioro del patrón del sueño en los internos rotativos de enfermería según NANDA. **Metodología:** La presente investigación es de carácter cuantitativo, no experimental, descriptivo y transversal. Utiliza la recolección de datos con la aplicación de la encuesta del Índice de Calidad de Sueño de Pittsburg en 78 internos de enfermería y su posterior análisis en Excel e IBM SPSS 25. **Resultados:** se logró analizar los resultados en siete componentes: 1) calidad subjetiva del sueño, 2) latencia de sueño, 3) duración del sueño, 4) eficiencia de sueño habitual, 5) perturbaciones del sueño, 6) uso de medicación hipnótica y 7) disfunción diurna. **Conclusión:** existe un deterioro de patrón de sueño en los internos rotativos de enfermería con presencia de somnolencia y disfunción diurna.

PALABRAS CLAVES: SUEÑO, INTERNOS ROTATIVOS, DETERIORO, DORMIR.

**“IMPAIRED SLEEP PATTERN IN ROTARY NURSING INTERNSHIPS
ACCORDING TO THE NORTH AMERICAN NURSING DIAGNOSIS
ASSOCIATION (NANDA)”**

ABSTRACT

Introduction: Sleep is an indicator of quality of life, so good sleep leads to good academic and work performance, rotating interns, being subject to shifts and academic hours, usually present a deterioration in the sleep pattern since that it is postponed having 5 to 6 hours of rest. **Objective:** To analyze the deterioration of the sleep pattern in rotary nursing interns according to the North American Nursing Diagnosis Association (NANDA). **Methodology:** This research is quantitative, non-experimental, descriptive and cross-sectional. It uses the data collection with the application of the Pittsburgh Sleep Quality Index survey in 78 nursing interns and its subsequent analysis in Excel and IBM SPSS 25. **Results:** it was possible to analyze the results in seven components: 1) subjective sleep quality, 2) sleep latency, 3) sleep duration, 4) habitual sleep efficiency, 5) sleep disturbances, 6) use of hypnotic medication, and 7) daytime dysfunction. **Conclusion:** there is a deterioration in the sleep pattern in rotating nursing interns with the presence of drowsiness and daytime dysfunction.

KEYWORDS: IMPAIRED SLEEP, NURSING, ROTATING INTERNALS, DETERIORATIO

INTRODUCCIÓN

El sueño como lo define (de la Portilla Maya et al., 2019) es un estado natural y fisiológico rítmico que se turna con la vigilia del ser humano, se produce por la presencia de melatonina activada por la oscuridad, este se caracteriza por la disminución de la conciencia, la inmovilidad, la relajación muscular, el ritmo circadiano que constituye el ciclo de actividad-reposo durante un periodo de 24 horas en donde se presenta un máximo y un mínimo de actividades realizadas (Chamorro et al., 2018) y la adaptación de posturas. También el sueño está ligado a la salud integral, un desorden en su patrón o calidad conduce a alteraciones fisiológicas y conductuales como el cambio en el estado de ánimo, es por ello que la calidad de vida también depende del número de horas que se duerme; en la actualidad también el uso de avances tecnológicos por la noche constituye un factor determinante a la hora de dormir.

También, como menciona (Cordero et al., 2020) los patrones de sueño se pueden ver afectados en lo largo de nuestras vidas, por diversos motivos como el estrés, ansiedad, uso de fármacos o por alteraciones hormonales. El insomnio es el más prevalente en la población y se define como “dificultad persistente en el inicio del sueño, duración, consolidación o calidad que ocurre a pesar de adecuadas oportunidades para el mismo” (Hernández et al., 2019).

De la misma forma, los problemas de deterioro de sueño se han relacionado con trastornos de ansiedad y depresión en la población, es por ello como destaca (Vasco Gómez et al., 2018) “la depresión es un trastorno mental que se caracteriza por tristeza, pérdida de interés o placer acompañados de sentimientos de culpa o autoestima baja, alteraciones del sueño o del apetito, fatiga y falta de concentración”. También define la ansiedad como “la anticipación temerosa de peligro inminente acompañada de un sentimiento intenso en cualquier región geográfica corporal, implicando un presentimiento de que algo grave le va a pasar”.

La presente investigación se enmarca en el deterioro del patrón del sueño en los internos rotativos de enfermería de la facultad Ciencias de la Salud de la

Universidad Técnica de Ambato y tiene como objetivo analizar el deterioro del patrón del sueño en los internos rotativos de enfermería según NANDA.

FUNDAMENTO TEORICO

Ahora bien, la población trabajadora del sector sanitario como destacan en investigaciones anteriores se ven más perjudicados ya que están sujetos a sistemas de guardias, largas jornadas y turnos rotatorios de trabajo, siendo la población que presenta una variedad de problemas de salud como trastornos digestivos, problemas laborales, problemas familiares, envejecimiento precoz, entre otras, están influenciadas por hábitos de sueño en su calidad, cantidad y rutinas (Díaz-Ramiro et al., 2020). Entonces, respecto al patrón del sueño se decide tomar una etiqueta NANDA para dicho problema siendo así, “Deterioro del patrón del sueño” al ser más representativa en la pérdida de cantidad y calidad del sueño (Martil Marcos et al., 2019).

De este modo, históricamente Latinoamérica es una de las regiones más afectadas tanto en enfermedades catastróficas como pandemias, y tanto profesionales como internos de enfermería están expuestos a problemas del sueño siendo que un deterioro del descanso en internos rotativos oscila entre 51.9% y 79.52% (Burga, 2018). Por otro lado, en Asia datos epidemiológicos comprueban que, en China, Hong Kong y Malasia aproximadamente el 50% de los internos rotativos tienen un sueño insuficiente con tan solo 6 horas de descanso y con una mayor prevalencia en el género masculino, esto se debe a la carga de horas teóricas y prácticas, además de ciertas creencias como que con la fuerza de voluntad uno supera la somnolencia (Villavicencio Gallego et al., 2020).

En relación con México, hallazgos de un estudio documentan que al final del internado la calidad de sueño de los internos es deteriorada a razón del servicio por el cual rotan, guardas, nivel de pacientes y jornadas de trabajo siendo así una de las manifestaciones clínicas la somnolencia diurna (Gómez Landeros et al., 2019). Además, la encuesta realizada por la Fundación Nacional del Sueño en Estados Unidos reveló datos de alarma acorde a horas de sueño donde el

40% de entre 18 a 29 años duerme 6 horas al día en el cual se agrupan también estudiantes o internos de enfermería (Carrillo-Esper et al., 2019). De igual forma, en Chile se presenta en un estudio una gran proporción de internos con un deterioro en el patrón del sueño debido a la exigencia o a la carga horaria en ciertas rotaciones (Flores et al., 2021).

En lo que respecta a Ecuador en Manabí existe un deterioro de sueño por parte de internos esto se debe a que en la actualidad el sueño queda postergado y para muchos se piensa que esto es una pérdida de tiempo y además es común el consumo de sustancias como bebidas energéticas, alcohol, consumo de café o malos hábitos dietéticos que afecta al sueño de una u otra forma conllevando a no solo malestar de somnolencia si no a enfermedades como hipertensión, obesidad o diferentes enfermedades cardio y cerebrovasculares (Cobacango Villavicencia et al., 2019). De igual manera en Guayaquil existe un deterioro del patrón del sueño en internos rotativos denotando que a causa de esto existe una alta prevalencia de somnolencia durante el día y además de presentar estrés, ansiedad y trastornos de la memoria (Zúñiga-Vera et al., 2021).

PROCEDIMIENTOS METODOLÓGICOS

La investigación se desarrolló sobre un enfoque cuantitativo según (Collado & Lucio, 1997.) es secuencial y sigue un orden riguroso, a su vez usa métodos estadísticos y se obtiene una colección de conclusiones, el diseño del estudio se basó en un modelo no experimental pues es aquel que no manipula intencionalmente las variables ya que las situaciones y sus efectos son existentes observándose el fenómeno como tal y así poder analizarlo. De tal modo, es transversal pues se recolectó datos en un tiempo único.

En cuanto al alcance de estudio es descriptivo pues se obtuvieron datos para llegar a una descripción del fenómeno en las cuales están las variables estudiadas de nuestra muestra.

La investigación conto con una población de 98 internos rotativos de enfermería de la Universidad Técnica de Ambato, cohorte septiembre 2022- agosto 2023, a

su vez se realizó un muestreo aleatorio con el objetivo de obtener resultados válidos, seleccionándose 78 internos rotativos de las diferentes entidades hospitalarias.

Inclusión:

- Internos rotativos de enfermería de la Universidad Técnica de Ambato.
- Internos que aceptaron ser parte del estudio.
- Internos rotativos que pertenecen a la cohorte septiembre 2022- agosto 2023.

Exclusión:

- Internos rotativos de enfermería que no pertenezcan a la Universidad Técnica de Ambato
- Internos rotativos de enfermería que no pertenecen a la cohorte de estudio.

Técnica de recolección de información: la técnica por la que se obtuvo información fue la encuesta, utilizándose así el Cuestionario de Pittsburg de calidad de sueño en su versión en español contando con un alfa de Cronbach del 0.84 garantizando su fiabilidad, es así que la encuesta cuenta con 19 preguntas autoevaluadas y 5 preguntas evaluadas por el acompañante de habitación del paciente si está disponible, en donde los componentes son: calidad subjetiva del sueño, latencia del sueño, duración del sueño, eficiencia del sueño, alteraciones del sueño, uso de medicamentos para dormir y disfunción diurna. La puntuación de cada componente es de 0 al 3, donde 0 es muy bueno y 3 muy malo, solo las preguntas auto aplicadas están incluidas en este puntaje.

El instrumento fue aplicado por la herramienta Google Forms obteniéndose así los resultados que fueron procesados en Excel y en el programa estadístico IBM SPSS 25, lo cual permitió obtener estadísticas descriptivas, facilitando la elaboración de tablas de frecuencia.

En la presente investigación se tomó en cuenta aspectos éticos según la declaración de Helsinki cumpliendo con los principios de confidencialidad, autonomía y respeto (Carreño Rimaudo et al., 2021).

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1 Resultados

Tabla 1. Variables sociodemográficas de los internos rotativos de enfermería.

Variables sociodemográficas			
		N	%
Edad	20-22 años	44	56,4
	23-26 años	33	42,3
	Más de 27 años	1	1,3
	Total	78	100
Estado civil	Soltero/a	74	94,9
	Casado/o	3	3,8
	Divorciado/a	1	1,3
	Total	78	100,0
Género	Masculino	17	21,8
	Femenino	61	78,2
	Total	78	100,0

Del grupo de análisis de internos rotativos de enfermería de la cohorte septiembre 2022-agosto 2023 de la Universidad Técnica de Ambato, el 56,4% tiene un promedio de edad entre los 20 y 22 años, el 42,3% una edad entre los 23 y 26 años y el 1,3% con edad superior a los 27 años. El estado civil de los sujetos de estudio es del 94,9% soltero/a el 3,8% son casados/a y el 1,3% son divorciados/a. Mientras que el 21,8% son de género masculino y el 78,2% son de género femenino.

Tabla 2. Respuestas promedio del índice de calidad de sueño de Pittsburg.

Respuestas promedio del grupo (Incidencia de Calidad de sueño de Pittsburg)										
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%

C 1	Global	Muy buena	Bastante buena	Bastante mala	Muy mala	Total			
		1 15,4%	29 37,2%	33 42,3%	4 5,1%	7 100,0			
		2				8	%		
C 2	Global	Menos de 15 minutos	Entre 16-30 minutos	Entre 31-60 minutos	Más de 60 minutos	Total			
		2 29,5%	36 46,2%	11 14,1%	8 10,3%	7 100,0			
		3				8	%		
	Sensación de dificultad de quedarse dormido	Ninguna vez en el último mes	Menos de una vez a la semana	Una o dos veces a la semana	Tres o más veces a la semana	Total			
		1 12,8%	32 41,0%	27 34,6%	9 11,5%	7 100,0			
		0				8	%		
C 3	Global	> 7 horas	6-7 horas	5-6 horas	< 5 horas	Total			
		1 16,7%	26 33,3%	24 30,8%	1 19,2%	7 100,0			
		3			5	8	%		
C 4	Global	>85%	75-84%	65-74%	<65%	Total			
		4 59,0%	11 14,1%	8 10,3%	1 16,7%	7 100,0			
		6			3	8	%		
C 5	Global	Ninguna vez en el último mes	Menos de una vez a la semana	Una o dos veces a la semana	Tres o más veces a la semana	Total			
		3 3,8%	48 61,5%	23 29,5%	4 5,1%	7 100,0			
						8	%		
C 6	Global	Ninguna vez en el último mes	Menos de una vez a la semana	Una o dos veces a la semana	Tres o más veces a la semana	Total			
		6 82,1%	8 10,3%	6 7,7%	0 0,0%	7 100,0			
		4				8	%		

C 7	Global	Ninguna vez en el último mes	Menos de una vez a la semana	de una a la semana	Una o dos veces a la semana	Tres o más veces a la semana	Total
		1 15,4%	35 44,9%	26 33,3%	5 6,4%	7 100,0	
		2				8 %	
	Somnolencia	1 19,2%	32 41,0%	21 26,9%	1 12,8%	7 100,0	
		5			0	8 %	
	Problema de ánimo para realizar actividades	Ningún problema	Sólo un leve problema	Un problema	Un grave problema	Total	
		2 26,9%	43 55,1%	13 16,7%	1 1,3%	7 100,0	
		1				8 %	

C1: Calidad subjetiva del sueño, C2: Latencia de sueño, C3: Duración del dormir, C4: Eficiencia de sueño, C5: Perturbaciones del sueño, C6: Uso de medicamentos para dormir, C7: Disfunción diurna, Global: Resultado de la categoría.

El promedio del grupo de estudio sobre los siete componentes del índice de calidad de sueño de Pittsburg muestra que en cuanto al primer componente el 42,3% de los sujetos de estudio tienen una mala calidad subjetiva del sueño. En cuanto al segundo componente la latencia de sueño en los sujetos de estudio muestra una mayoría de 41% con sensación de dificultad para dormir por lo menos una vez a la semana mientras que el tiempo normal promedio para poder quedarse dormido esta entre los 16 a 30 minutos con un 46,2%.

El tercer componente presenta que la duración promedio del sueño de la mayoría de los sujetos de estudio es de 6 a 7 horas en un 33,3% seguido de 5 a 6 horas con un 30,8%. El cuarto componente muestra que el 59% de los internos rotativos de enfermería tienen una eficiencia del sueño mayor al 85%. El quinto componente muestra que el 61,5% de los internos tiene perturbaciones en el sueño por lo menos una vez a la semana.

El sexto componente presenta que el 82,1% de los internos rotativos de enfermería no ha tomado medicina para dormir en ninguna ocasión en el último

mes. Y el séptimo componente muestra que el 44,9% de los sujetos de estudio ha tenido disfunción diurna del sueño por lo menos una vez a la semana mientras que el 41% ha presentado somnolencia por lo menos una vez a la semana, de igual manera el 55,1% de los internos ha tenido un leve problema en su ánimo para realizar actividades cotidianas como conducir o comer.

Tabla 3. Resultados en calidad de sueño.

Resultados del PSQI		
	N	%
Buen dormir	15	19,2
mala calidad en el sueño con graves dificultades en por lo menos 2 áreas y o moderadas en al menos 3 áreas	63	80,8
Total	78	100,0

La puntuación global del instrumento muestra que el 19,2% de los internos rotativos de enfermería de la cohorte septiembre 2022-agosto 2023 de la Universidad Técnica de Ambato, tiene un buen dormir mientras el 80,8% de los internos presenta una mala calidad en el dormir con graves dificultades en por lo menos 2 áreas, y o moderadas en al menos 3 áreas.

Tabla 4. Correlación estadística

	Pruebas de normalidad	Edad	Estado civil:			Género		
	K-S	Rho de Spearman	p-valor	Rho de Spearman	p-valor	Rho de Spearman	p-valor	
C 1: Calidad de sueño	0,000	0,016	0,888	0,082	0,478	0,222	0,051	
C 2: Latencia de sueño	0,000	0,214	0,060	0,017	0,882	0,112	0,329	
C 3: Duración del sueño	0,000	0,078	0,498	-0,004	0,975	-0,070	0,545	
C 4: eficiencia del sueño	0,000	0,106	0,358	-0,104	0,363	-,309**	0,006	
C 5: Perturbaciones del sueño	0,000	0,103	0,368	0,072	0,533	-0,001	0,994	
C 6: Uso de medicamentos para dormir	0,000	0,199	0,080	,364**	0,001	-,304**	0,007	
C 7: Disfución diurna	0,000	0,032	0,778	0,149	0,192	0,048	0,676	

****.** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

K-S Kolmogorov-Smirnov

Género

Estado civil:

Mascu lino	Feme nino	Total	Solter o/a	Casa do/o	Divorcia do/a	Viud o/a	Uni ón libr e	Total
%	%	%	%	%	%	%	%	%

Comp onent e 4:	>85%	35,3%	65,6%	59,0 %	----	----	----	----	----	----
	75- 84%	0,0%	18,0%	14,1 %	----	----	----	----	----	----
	65- 74%	35,3%	3,3%	10,3 %	----	----	----	----	----	----
	<65%	29,4%	13,1%	16,7 %	----	----	----	----	----	----
	Total	100,0 %	100,0 %	100, 0%	----	----	----	----	----	----

Comp onent e 6:	Ningun a vez en el último mes	58,8%	88,5%	82,1 %	85,1 %	33,3 %	0,0%	0,0 %	0,0 %	82,1 %
	Menos de una vez a la seman a	29,4%	4,9%	10,3 %	9,5%	0,0%	100,0%	0,0 %	0,0 %	10,3 %
	Una o dos veces a la seman a	11,8%	6,6%	7,7 %	5,4%	66,7 %	0,0%	0,0 %	0,0 %	7,7 %

Tres o más veces a la semana	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Se analizó si existe relación estadísticamente significativa entre los siete componentes del cuestionario PSQI y las variables edad, estado civil y género. Los resultados muestran que el cuarto componente “eficiencia del sueño” tiene una relación estadísticamente significativa con el género de los internos de enfermería esto se evidencia por un p-valor de 0,006 a un nivel de confianza del 99%, además se observa una correlación negativa moderada establecida por un rho de Spearman de -0,309. En la tabla siguiente se observa que, las mujeres tienen mayor calidad de sueño, esto determinado porque un 65,6% de las mujeres tienen una eficiencia en el sueño mayor al 85% mientras que en los hombres el 29,4% presentan una eficiencia del sueño menor al 65%.

Se evidencia que el sexto componente “Uso de medicamentos para dormir” está relacionado estadísticamente con el estado civil p-valor 0,001 a un nivel de significancia del 99% con una fuerza de correlación positiva moderada dada por un rho de Spearman de 0,364, de igual forma el consumo de medicamentos se relaciona estadísticamente con el género esto con un p-valor de 0,007 a un nivel de significancia del 99% y con una fuerza de correlación negativa moderada dada por un rho de Spearman de -0,304.

Además, en la siguiente tabla de la misma manera se observa que, las mujeres tienen un menor consumo de medicamentos para dormir que los hombres, esto determinado por un 88,5% de mujeres que no han consumido ningún medicamento en el último mes en relación con un 58,8% que fue de los hombres. Y para el estado civil se observa que el 100% de los divorciados consumen

medicamentos menos de una vez a la semana, y el 85,1% de los solteros no han consumido ningún medicamento en el último mes, y el 66,7% de los casados se automedican una o dos veces a la semana.

Discusión

En este estudio, se evidencia que la mayoría de personas internos rotativos de enfermería son del género femenino.

En las últimas décadas ha existido mayor interés sobre la condición del sueño surgiendo la toma de conciencia acorde al buen dormir (López Alegría et al., 2020). Esta situación en población de jóvenes se torna relevante y por los hábitos que tienen en el presente, surgiendo así la intención de extender la duración del sueño nocturno asociándose también con beneficios para la salud (Ramar et al., 2021).

En este contexto, los internos rotativos de enfermería duermen de 6 a 7 horas por la noche siendo un patrón superior al de la población general de Chile que duermen 5:49 horas por noche (López Alegría et al., 2020). Siendo así nuestra población tiene un rango bajo de lo que recomienda la Fundación Nacional del Sueño de Estados Unidos que es 7 a 9 horas en personas de 18 a 64 años.

Ahora bien, al comparar los patrones de sueño de universitarios estudiados de otras instituciones, se encuentra el estudio de (Flores et al., 2021), realizado con 147 participantes que tuvo una media de 4 a 6 horas. También, tenemos el estudio de (Ara et al., 2022), con un total de 278 individuos obteniéndose una media de 7.3 horas de sueño. Así, la literatura indica que los internos del presente estudio tienen patrones de sueño deficientes.

En cuanto a la presencia de somnolencia se presentó en un 41% de los individuos de nuestro estudio, a comparación del estudio de (Ortiz López, 2021), con un total de 85 individuos refleja que el 73.5% tiene un nivel alto de somnolencia diurna. Mientras que el estudio realizado por (Bravo et al., 2021), obtiene un 33.6% de somnolencia.

Así, la autoevaluación del sueño por parte de nuestros participantes se ubica como un 42.3% mala calidad de sueño, muy similar los resultados obtenidos por (Miniguano & Mayorga, 2022), que reporto un 42% de bastante mala.

En cuanto a la latencia del sueño pues el promedio para quedarse dormido es de 16 a 30 minutos con un 46,2%, mientras que, en el estudio de (Bravo et al.,2021), resultados obtienen que el 27.8% tarde menos de 15 minutos en dormirse por las noches.

A su vez, en relación al género se puede identificar que los hombres tienen una mala calidad del sueño en relación a las mujeres, al igual que el estudio realizado por (Villavicencio Gallego et al., 2020) que corrobora que los hombres suelen presentar un índice más alto de mala calidad al dormir.

CONCLUSIÓN

En la presente investigación se concluye que los internos rotativos de enfermería de la cohorte septiembre 2022- agosto 2023 de la Universidad Técnica de Ambato tiene un deterioro en el patrón del sueño con pocas horas de descanso, interrupción entre el mismo y presencia de somnolencia; trayendo como consecuencias un leve problema en su ánimo para realizar actividades cotidianas como conducir o comer. A su vez los participantes tienen una dificultad para dormir, problemática que podría recurrir a la automedicación, dado que en el presente estudio si se obtuvo resultados de toma de medicación para dormir y más en personas divorciadas y del género masculino de los internos rotativos, pudiendo así causar fármaco dependencia en un futuro o el inicio de automedicación de internos rotativos de enfermería.

Los resultados obtenidos en esta investigación permitieron apreciar que el deterioro del patrón del sueño representa un aspecto importante en la vida cotidiana de los internos rotativos de enfermería ya que con esto se evidencio que la presencia de somnolencia al realizar sus actividades puede ser un riesgo en su rendimiento laboral y académico.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- Ara, N. B., Guzmán, J. R., Godoy-Cumillaf, A., Merellano-Navarro, E., & Uribe, N. U. (2022). Rendimiento académico, actividad física, sueño y género en universitarios durante la pandemia-2020. *Cultura, ciencia y deporte*, 17(53), 109-131.
- Burga, M. del M. C. (2018). CALIDAD DE SUEÑO POSTERIOR A SUS LABORES DEL PERSONAL PROFESIONAL DE ENFERMERÍA DEL HOSPITAL REGIONAL DOCENTE LAS MERCEDES, CHICLAYO, 2016. *Revista científica CURAE*, 1(1), Art. 1.
- Bravo Moreno S., Galván Garza L., Pacheco Vargas L., Rodríguez Velázquez M., Santiago Martínez M., Vargas Benítez P. (2021). Relación entre el desempeño académico y los trastornos del sueño-vigilia en estudiantes de medicina de la Universidad Regional del Sureste. *Revista formación en la libertad para servir*, 16, 43.
- Carreño Rimaudo, S., Llobeta, B. E., Carreño Rimaudo, S., & Llobeta, B. E. (2021). Vulnerabilidad y sujeto en investigación con seres humanos: Una reflexión. *Revista de Bioética y Derecho*, 51, 225-241.
- Carrillo-Esper, R., Carrillo-Córdova, D. M., Carrillo-Córdova, C. A., & Bracho-Olvera, H. R. (2019). Alteraciones del sueño en el enfermo grave. Un evento de gran repercusión y poco tomado en cuenta. *Med. interna Méx*, 618-633.
- Chamorro, R., Farias, R., Peirano, P., Chamorro, R., Farias, R., & Peirano, P. (2018). Regulación circadiana, patrón horario de alimentación y sueño: Enfoque en el problema de obesidad. *Revista chilena de nutrición*, 45(3), 285-292. <https://doi.org/10.4067/s0717-75182018000400285>
- Cobacango Villavicencia, J., Macías Arteaga, J. B., Ordoñez Cedeño, E. M., Palma Perero, A. J., & Valdiviezo Gorozabel, J. A. (2019). Trastornos del sueño y su influencia en la conducta de los estudiantes. *Atlante Cuadernos de Educación y Desarrollo*, agosto. <https://www.eumed.net/rev/atlante/2019/08/trastornos-sueno-estudiantes.html>
- Collado, C. F., & Lucio, P. B. (1997). *METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN*.
- Cordero, M. J. A., Gaitán, M. F., Castillo, Í. M. P., Carvajal, A. M. R., García, J. L., & Negrillo, A. M. N. (2020). Alteraciones y efectos del sueño durante el embarazo. *Journal of Negative and No Positive Results*, 5(12), Art. 12. <https://doi.org/10.19230/jonnpr.3979>
- de la Portilla Maya, S., Dussán Lubert, C., Montoya Londoño, D. M., Taborda Chaurra, J., Nieto Osorio, L. S., Universidad de Manizales, Universidad de Manizales, Universidad de Manizales, Universidad de Manizales, & Universidad de

- Manizales. (2019). Calidad de sueño y somnolencia diurna excesiva en estudiantes universitarios de diferentes dominios. *Hacia la promoción de la salud*, 24(1), 84-96. <https://doi.org/10.17151/hpsal.2019.24.1.8>
- Díaz-Ramiro, E. M., Rubio-Valdehita, S., López-Núñez, M. I., Aparicio-García, M. E., Díaz-Ramiro, E. M., Rubio-Valdehita, S., López-Núñez, M. I., & Aparicio-García, M. E. (2020). Los hábitos de sueño como predictores de la salud psicológica en profesionales sanitarios. *Anales de Psicología*, 36(2), 242-246. <https://doi.org/10.6018/analesps.36.2.350301>
- Flores, D. F., Sáez, B. B., Espinoza, J. Q., Barrientos, R. O., Anacona, I. M., & Burboa, A. G. (2021). Calidad del sueño en estudiantes de medicina de la Universidad Andrés Bello, 2019, Chile. *Médicas UIS*, 34(3), Art. 3. <https://doi.org/10.18273/revmed.v34n3-2021003>
- Gómez Landeros, O., Zúñiga Valadés, A., Granados Cosme, J. A., Velasco Arenas, F. E., Gómez Landeros, O., Zúñiga Valadés, A., Granados Cosme, J. A., & Velasco Arenas, F. E. (2019). Cambios en la calidad de sueño, somnolencia diurna, ansiedad y depresión durante el internado médico de pregrado. *Investigación en educación médica*, 8(31), 48-54. <https://doi.org/10.22201/facmed.20075057e.2019.31.18118>
- Hernández, D. O. M., Martínez, E. O. M., & Izquierdo, E. Y. B. (2019). *Trastorno de insomnio. Consideraciones actuales*.
- López Alegría, F., Oyanedel Sepúlveda, J. C., Rivera-López, G., López Alegría, F., Oyanedel Sepúlveda, J. C., & Rivera-López, G. (2020). Calidad del sueño según progresión académica en estudiantes chilenos de Obstetricia. *MediSur*, 18(2), 211-222.
- Martil Marcos, D. M., Calderón García, S., Carmona Sánchez, A., & Brito Brito, P. R. (2019). Efectividad de una intervención enfermera comunitaria en el ámbito escolar para la mejora de hábitos alimentarios, de actividad física y de sueño-descanso. *Ene*, 13(2). http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1988-348X2019000200002&lng=es&nrm=iso&tlng=es
- Miniguano, D. F. M., & Mayorga, T. J. F. (2022). Calidad de sueño y somnolencia en estudiantes universitarios de la carrera de enfermería de la Universidad Técnica de Ambato. *Salud, Ciencia y Tecnología*, 2, 80-80. <https://doi.org/10.56294/saludcyt202280>
- Ortiz López, A. (2021). *Análisis de la calidad del sueño en estudiantes de enfermería* [BachelorThesis]. <https://eugdspace.eug.es/handle/20.500.13002/748>
- Ramar, K., Malhotra, R. K., Carden, K. A., Martin, J. L., Abbasi, -Feinberg Fariha, Aurora, R. N., Kapur, V. K., Olson, E. J., Rosen, C. L., Rowley, J. A., Shelgikar, A. V., & Trotti, L. M. (s. f.). Sleep is essential to health: An American Academy

of Sleep Medicine position statement. *Journal of Clinical Sleep Medicine*, 17(10), 2115-2119. <https://doi.org/10.5664/jcsm.9476>

Vasco Gómez, A., Herrera Morales, C., Martínez Delgado, Y., Junyent Iglesias, E., Pedreira Robles, G., Vasco Gómez, A., Herrera Morales, C., Martínez Delgado, Y., Junyent Iglesias, E., & Pedreira Robles, G. (2018). Relación entre calidad del sueño, ansiedad y depresión en pacientes con enfermedad renal crónica en hemodiálisis. *Enfermería Nefrológica*, 21(4), 369-376. <https://doi.org/10.4321/s2254-28842018000400006>

Villavicencio Gallego, S., Hernández Nodarse, T., Abrahantes Gallego, Y., de la Torre Alfonso, Á., Consuegra, D., Villavicencio Gallego, S., Hernández Nodarse, T., Abrahantes Gallego, Y., de la Torre Alfonso, Á., & Consuegra, D. (2020). Un acercamiento a los trastornos del sueño en estudiantes de Medicina. *Medicentro Electrónica*, 24(3), 682-690.

Zúñiga-Vera, A., Coronel-Coronel, M., Naranjo-Salazar, C., Vaca-Maridueña, R., Zúñiga-Vera, A., Coronel-Coronel, M., Naranjo-Salazar, C., & Vaca-Maridueña, R. (2021). Correlación entre calidad de sueño y calidad de vida en estudiantes de Medicina. *Revista Ecuatoriana de Neurología*, 30(1), 77-80. <https://doi.org/10.46997/revecuatneuro130100077>