

PREVALENCIA DE SUEÑO INSUFICIENTE EN ALUMNOS DE LA CARRERA DE MEDICINA EN POSADAS, MISIONES.

Autores: Arzamendia, H; Berrio, S; Cambas, V; Lampika, N; Martinez, C; Michinski, L; Nuñez, C; Pereira de Oliveros, A; Pitana, C; Sanchez, G; Schwegler, A.

Filiación: **Universidad Católica de las Misiones.**

Email y teléfono de contacto: nicolaslampika1997@gmail.com Cel: +5493755784333

INTRODUCCIÓN

El síndrome de sueño insuficiente (SSI) es un trastorno donde el individuo no alcanza cantidad y calidad de sueño. Las consecuencias pueden presentarse como descenso del rendimiento académico y mayor predisposición a trastornos emocionales o psiquiátricos.

OBJETIVO

Determinar la prevalencia de sueño insuficiente en alumnos de 4° año de la Carrera de Medicina de la Universidad Católica de las Misiones (UCAMI) durante el cursado de la materia Metodología de la Investigación y Bioestadística en el año 2022.

METODOLOGÍA

Tipo de estudio y diseño:

Estudio Cuantitativo Descriptivo Transversal.

Población:

Estudiantes de la cátedra de Metodología de la Investigación y Bioestadística de la carrera de Medicina en la UCAMI en el año 2022.

Criterios de inclusión:

Alumnos que cursan Metodología de la Investigación y Bioestadística en la UCAMI, con edades de entre 18 - 29 años y que firmen el consentimiento informado.

Criterios de exclusión:

Estudiantes que trabajan

Estudiantes con antecedentes de enfermedades neurológicas con trastornos del sueño.

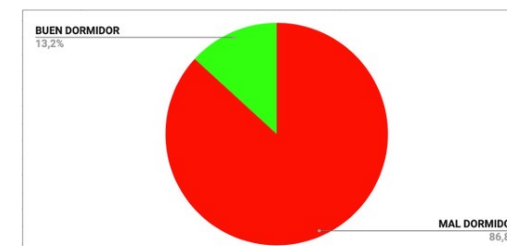
Muestreo:

Muestreo Aleatorio Simple

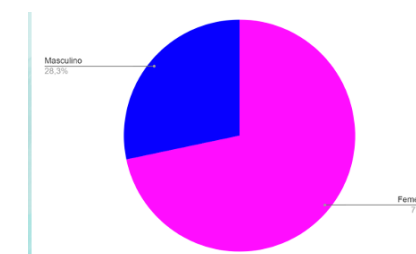
RESULTADOS

De los 53 encuestados predomina la edad de 22 y 21 años.

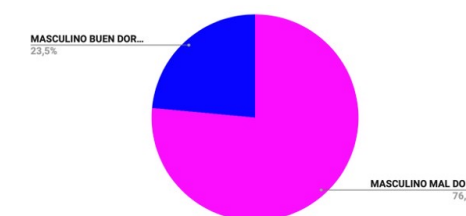
La prevalencia del sueño insuficiente fue del 86,8%.



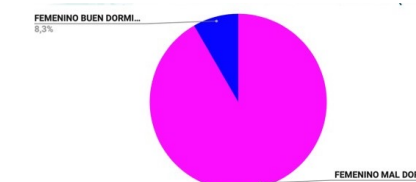
De los 46 malos dormidores, el 71,7% son femeninos y 28,3% son masculinos.



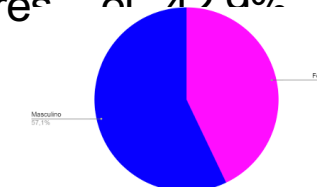
El 76,5% de los hombres son malos dormidores y el 23,5% restantes son buenos dormidores.



El 91,7% de las mujeres son malas dormidoras y el 8,3% restantes son buenas dormidoras.



De los 7 buenos dormidores, el 42,9% son femeninos y 57,1% son masculinos.



**La media del Índice de Pittsburgh fue de un valor de 9.
Existe una mayor cantidad de malos dormidores femeninos que masculinos**

CONCLUSIONES

Los resultados obtenidos muestran prevalencia de sueño insuficiente en los alumnos de medicina de la Universidad Católica de las Misiones.

REFERENCIAS

- Carrillo-Mora P, Barajas-Martinez K, Sanchez-Vazquez I, Rangel-Caballero M. Trastornos del sueño: ¿qué son y cuáles son sus consecuencias?. Scientific Electronic Library Online (SciELO) [internet]. 30/10/2017[18/07/2022]. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0026-17422018000100006
- Miró E, Iáñez M, Cano L, Ma. del C. Patrones de sueño y salud. International Journal of Clinical and Health Psychology [internet]. 02/05/2002 [22/07/2022]; 2(2): 301-326. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=33720206>
- Pía B. Calidad de Sueño, Somnolencia Diurna y Salud Autopercebida en Estudiantes Universitarios). Revista Científica Eureka [internet]. 2011[22/07/2022]. 8(1): 80-91. Disponible en: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2220-90262011000100009