

PREVALENCIA DE INSOMNIO EN PACIENTES CON CUALQUIER PATOLOGÍA MENTAL

Autores: Antonio Alejandro Diez de los Rios Rubio, Vanessa Molina Gómez, Ana Belén España Aguilar.
Filiación: Diplomados Universitarios en Enfermería/Hospital Regional de Málaga.

INTRODUCCIÓN

El insomnio es una situación clínica en la que se reduce involuntariamente el tiempo de sueño y su calidad.

OBJETIVOS

El objetivo del estudio es analizar la prevalencia de insomnio en pacientes que acuden a un centro de salud mental para revisión con su psiquiatra.

MÉTODOS

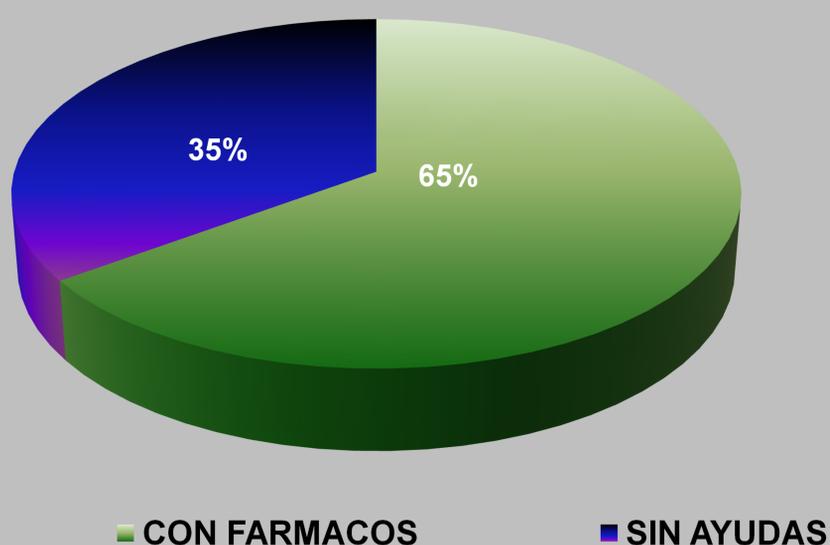
Estudio analítico observacional de corte transversal. Muestra formada por 40 pacientes que acuden a consulta de salud mental en el 2º semestre del 2014. A través de encuestas: Escala de Atenas para cuantificar la dificultad en el sueño, cuestionario de evaluación del sueño de Leeds para valorar su calidad y el cuestionario de tiempos de sueño para valorar tiempos de sueño y despertares.

RESULTADOS

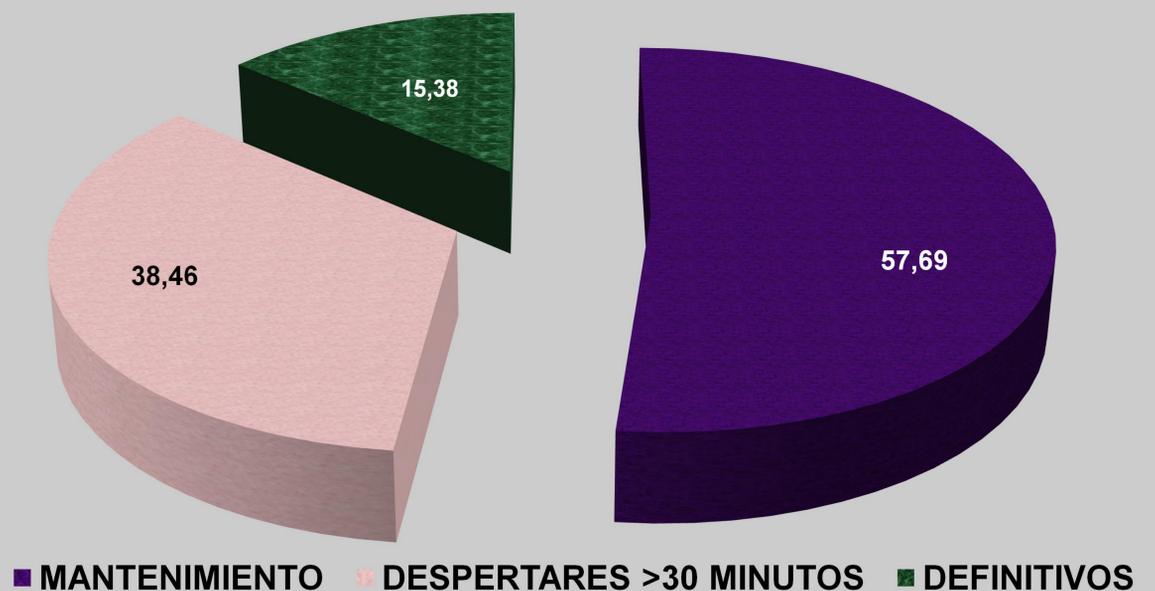


De los 40, el 65% (26) necesitaban fármacos para dormir y el 35% (14) dormían sin ayudas. El insomnio más prevalente fue el de mantenimiento afectando al 57,69% (15), de los cuales el 38,46% (10) sufrían despertares en mitad de la noche de más de 30 minutos y el 15,38% (4) despertaban definitivamente. El problema del 38,46% (10) era para iniciar el sueño en menos de 30 minutos. Las consecuencias más comentadas fueron: fatiga durante el día siguiente, somnolencia e irritabilidad.

POBLACION ESTUDIADA



INSOMNIOS



CONCLUSIONES

El insomnio es un trastorno del sueño con una alta incidencia en pacientes afectos de patología mental, es muy importante incidir en las medidas higiénicas durante las horas previas para favorecer el descanso nocturno. No debemos olvidar que el papel de la enfermería en el tratamiento no farmacológico es fundamental.

BIBLIOGRAFIA

1. Antomás J., Huarte S., Gárriz C.. Registros de enfermería sobre el sueño y percepción de los pacientes en una unidad psiquiátrica: estudio comparativo. Anales Sis San Navarra [revista en la Internet]. 2011 Dic [citado 2015 Sep 12]; 34(3): 373-381.
2. Sarrais F., de Castro Manglano P.. El insomnio. Anales Sis San Navarra [revista en la Internet]. [citado 2015 Sep 12]
3. García de Gurtubay I.. Estudios diagnósticos en patología del sueño. Anales Sis San Navarra [revista en la Internet]. [citado 2015 Sep 13]