RELACIÓN ENTRE LOS TRASTORNOS DEL SUEÑO Y LOS RESULTADOS ACADÉMICOS EN ADOLESCENTES.

VALDIVIA FERNÁNDEZ, MARÍA DEL PILAR (HOSPITAL LA INMACULADA, HUÉRCAL-OVERA), GÓMEZ MARTÍNEZ, INÉS (HOSPITAL LA INMACULADA, HUÉRCAL-OVERA), RODRÍGUEZ GÓMEZ, JOSEFINA (HOSPITAL MÉNDEZ NUÑEZ, LORCA).

INTRODUCCIÓN

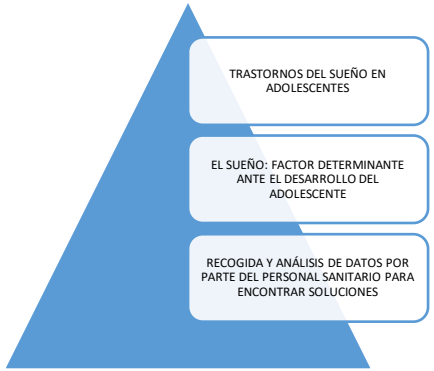
Se ha realizado una investigación sobre la incidencia de los trastornos del sueño en adolescentes. La falta de sueño en estos jóvenes produce en ellos una escasa concentración y nerviosismo, afectando a su rendimiento académico.

OBJETIVO

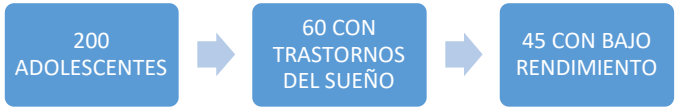
Analizar y descubrir la relación que existe entre los trastornos del sueño en adolescentes y sus resultados académicos.

7 al 21 de mayo, 2018

IV Congreso Virtual Internacional de Enfermería en Salud Mental



RELACIÓN TRASTORNOS DEL SUEÑO Y RENDIMIENTO ACADÉMICO

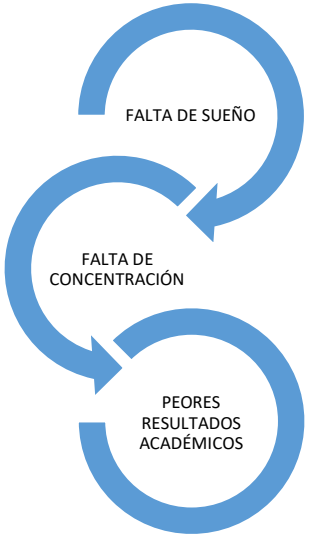


METODOLOGÍA

Se trata de un estudio retrospectivo y descriptivo sobre 200 adolescentes que acuden al servicio de urgencias durante dieciocho meses. Los datos se consiguen de diferentes fichas médicas, información recabada por el personal sanitario e historias clínicas. La base de datos se realiza con los diferentes casos en los que se detecta una relación entre los trastornos del sueño en adolescentes y su repercusión en los resultados académicos. Entre los 200 adolescentes, 60 de ellos presentan trastornos del sueño. Utilizamos el manual de criterios diagnósticos CIE-10 y de clasificación DSM-IV.

RESULTADOS

De los 60 adolescentes con trastornos del sueño, 45 de ellos presentan un bajo rendimiento académico debido a la falta de sueño.



CONCLUSIÓN

Existe una clara relación entre la falta de sueño en adolescentes y sus resultados académicos, ya que el no dormir las horas necesarias les impide obtener unas buenas calificaciones.

PALABRAS CLAVE

Adolescentes, concentración, resultados académicos y trastornos del sueño.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Quevedo, V. J. y Quevedo, R. (2011). Influencia del grado de somnolencia, cantidad y calidad del sueño en el rendimiento académico en adolescentes. Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud, 11(1), 49-65.
2. Moseley, L. y Gradisar, M. (2009). Evaluación de una intervención escolar para problemas de sueño en adolescentes. Sueño, 32: 334-41