

Universidad de Los Andes
Facultad de Medicina, Mérida
Centro de Investigaciones Psicológicas
Cátedra de Psicología Social
Profesora: Lic. Dolores Barillas

Noviembre, 2010

“Incidencia de trastornos de sueño en estudiantes de 1er y 2do año de medicina como consecuencia de la carga horaria”

Los trastornos del sueño constituyen uno de los problemas de salud más relevantes en la comunidad estudiantil. La importancia de un sueño de calidad es fundamental como determinante de la salud, desarrollo biopsicosocial y elemento que otorgue una buena calidad de vida. La calidad del sueño no se refiere únicamente al hecho de dormir bien durante la noche, sino que engloba un buen funcionamiento diurno. La privación del sueño es acumulativa.

Existen diferentes factores que pueden influir en el sueño, tales como la adaptación al ámbito universitario, a un nuevo año en la carrera, complejidad de las materias, carga horaria, evaluaciones, entre otras; razón por la cual es de gran relevancia comparar los trastornos del sueño (insomnios e hipersomnias) como consecuencia de la carga horaria, en una muestra de estudiantes de 1er y 2do año de medicina, núcleo Mérida. La investigación es no experimental, de tipo descriptiva, de campo y transversal. Se aplicó la escala de somnolencia de Epworth (ESE) y la escala de Atenas de Insomnio. Se concluye que el grado de hipersomnia en los estudiantes de medicina de 1er año y 2do año es creciente. Hay menor cantidad de estudiantes de 2do año sin trastornos aparentes en comparación a los del 1er año, pero hay mayor cantidad de estudiantes con trastornos moderados y graves de hipersomnia al ser comparados con los de 1er año (datos de la escala de Epworth). Se mantiene el grado de hipersomnia leve para ambos grupos representado por un 26,7%. Con respecto a los datos arrojados por la escala de Atenas, el grado de insomnio en los estudiantes es mayor para los de 1er año y presentan mayor cantidad de estudiantes con trastornos leves, moderados y graves de insomnio en comparación con los de 2do año. El resultado de la significancia de la correlación entre hipersomnia y horas de clase es de 0,156, indicando que la carga horaria no influye en la hipersomnia, entonces los estudiantes de medicina con mayor carga horaria no deben tener mayor incidencia de hipersomnia. La carga horaria influye en el insomnio.

Integrantes: Antonio Martínez, Daniel tejada, Néstor Tineo, Helen Uzcátegui