



**OBJN**  
Online Brazilian Journal of Nursing

**Español**

Universidad Federal Fluminense

**uff**  
Notas Previas

ESCUELA DE ENFERMERÍA  
AURORA DE AFONSO COSTA



## Evaluación del sueño de los enfermeros en los diferentes turnos hospitalarios: estudio descriptivo

Kézia Katiane Medeiros da Silva<sup>1</sup>, Milva Maria Figueiredo De Martino<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Universidad Federal de Rio Grande del Norte

### RESUMEN

**Objetivo:** Evaluar el patrón, la calidad y la latencia del sueño y el hábito de dormir de los enfermeros en los diferentes turnos hospitalarios. **Método:** Delineamiento tipo transversal y descriptivo, de abordaje cuantitativo. El estudio será desarrollado en el Hospital Universitario de Rio Grande del Norte. Será aplicada una ficha de identificación para el reconocimiento sociodemográfico, y los cuestionarios Índice de calidad de sueño de Pittsburgh, que evaluará los tipos de sueño, y el Diario de sueño que evaluará el ciclo vigilia-sueño. **Resultados esperados:** Identificar la calidad del sueño de los enfermeros en los turnos diurno y nocturno. El estudio será positivo para la enfermería, al ayudar a evitar o disminuir los efectos del trabajo en turnos a partir del conocimiento previo de los enfermeros en relación a su calidad del sueño.

**Descriptor:** Sueño; Trabajo por Turnos; Enfermería.

## SITUACIÓN PROBLEMA Y SU SIGNIFICANCIA

El trabajo por turnos constituye, actualmente, un problema para la mayoría de los trabajadores y un enorme desafío para la salud ocupacional, principalmente para el equipo de enfermería. Debido a los cambios de horarios de trabajo, el profesional puede presentar aumento de la soñolencia diurna, cuando el trabajo es en el período de la mañana, exigiendo que el individuo se despierte temprano; y la disminución de los estados de alerta en el período nocturno<sup>(1)</sup>.

Los enfermeros lidian invariablemente con los efectos de estas alteraciones en el ciclo vigilia-sueño, que pueden causar como consecuencias un mayor riesgo para accidentes de trabajo, así como perjuicios en la calidad de vida<sup>(2)</sup>.

Además de eso, por el hecho del período de trabajo no coincidir frecuentemente con los períodos de actividad y reposo de la sociedad, genera, muchas veces, conflictos personales y familiares que pueden agravar aún más las consecuencias en la salud<sup>(2)</sup>.

De esa forma, este estudio se propone discutir y evaluar el sueño y el trabajo en los turnos de los enfermeros. Ya que los profesionales del área de enfermería muchas veces no tienen el conocimiento sobre las alteraciones de sueño y, principalmente, sobre los esquemas exhaustivos de los horarios de trabajo adoptados<sup>(3)</sup>.

## CUESTIÓN NORTEADORA

¿Cuáles son las características del patrón de sueño de los enfermeros que trabajan en los turnos diurno y nocturno?

## OBJETIVO GERAL

Analizar las características del patrón de sueño de los enfermeros que trabajan en los turnos diurno y nocturno.

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Caracterizar los aspectos sociodemográficos de los enfermeros;
- Identificar el patrón y la calidad del sueño de los enfermeros en los diferentes turnos; y
- Verificar la asociación entre el patrón y la calidad del sueño según los turnos de trabajo.

## MÉTODO

Estudio transversal y descriptivo con abordaje cuantitativo, que será realizado en el Hospital Universitario de la Universidad Federal de Rio Grande del Norte, ubicado en la ciudad de Natal/RN. La población de la investigación será compuesta por todos los 104 enfermeros actuantes en el escenario de estudio, de los turnos diurno y nocturno, hasta la fecha del inicio de la colecta de datos.

Los criterios de inclusión son: actuar como enfermero en la institución investigada, por lo menos, seis meses en el período diurno o nocturno y pertenecer a la plantilla efectiva. Serán excluidos aquellos que estén de licencia de cualquier naturaleza y de vacaciones.

Para la colecta de datos tres instrumentos serán utilizados: Formulario para el inventario de datos sociodemográficos de la población; Diario de Sueño y Escala Análoga Visual, en la que los sujetos harán un registro diario del sueño durante siete días; y el Cuestionario Índice de Calidad del Sueño de Pittsburgh, que se desti-

na a evaluar las características de los padrones de sueño y cuantificar la calidad del sueño del individuo, por medio de siete componentes que evalúan: calidad subjetiva del sueño, latencia del sueño, duración del sueño, eficiencia habitual del sueño, disturbios del sueño, uso de medicación para dormir y soñolencia diurna y disturbios durante el día.

Será realizado un análisis descriptivo para evaluar las medidas de los resultados colectados y el perfil de la muestra según las variables en estudio. Los datos se organizarán en planillas usando el programa Microsoft Office Excel® (versión 2003) y se someterán al análisis estadístico por medio del programa SPSS (versión 20.0). Para las variables continuas se utilizarán medidas de posición (media y mediana) y dispersión (desvío estándar). El test no-paramétrico Chi-Cuadrado y el test Exacto de Fisher se utilizarán para comparar las variables categóricas entre los turnos diurno y nocturno y las variables del patrón de sueño. Para correlación de las variables será utilizado el test de Correlación de Spearman. El nivel de significancia a ser considerado será de 0,05.

Este estudio fue aprobado por el Comité de Ética en Pesquisa de la Universidad Federal de Rio Grande del Norte (UFRN) con el nº de parecer 751.567, conforme la Resolución 466/2012 del Consejo Nacional de Salud.

## CITAS

1. Souza SBC, Tavares JP, Macedo ABT, Moreira PW, Lautert L. Influence of work shift and chronotype on the quality of life of nursing professionals. *Rev Gaúcha Enferm.* 2012; 33(4):79-85. [Cited 2014 Mar 15]. Available from: [http://www.scielo.br/pdf/rgenf/v33n4/en\\_10.pdf](http://www.scielo.br/pdf/rgenf/v33n4/en_10.pdf).

2. Silva RM, Beck CLC, Zeitoune RCG, Prestes FC, Tavares JP, Guerra ST. Meaning of work for night nurses of a university hospital: descriptive study. *Online braz j nurs* [Internet]. 2011 December [Cited 2015 Nov 23]; 10 (3):. Available from: <http://www.objnursing.uff.br/index.php/nursing/article/view/3433>. doi: <http://dx.doi.org/10.5935/1676-4285.20113433>
3. Mendes SS, Martino MMF. Shift work: overall health state related to sleep in nursing workers. *Rev. esc. enferm. USP* [Internet]. 2012 Dec [cited 2015 Nov 23]; 46( 6 ): 1471-1476. Available from: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0080-62342012000600026&lng=en](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342012000600026&lng=en) . <http://dx.doi.org/10.1590/S0080-62342012000600026> .

---

Todos los autores participaron de las fases de esa publicación en una o más etapas a continuación de acuerdo con las recomendaciones del International Committee of Medical Journal Editors (ICMJE, 2013): (a) participación substancial en la concepción o confección del manuscrito o de la recolecta, análisis o interpretación de los datos; (b) elaboración del trabajo o realización de la revisión crítica del contenido intelectual; (c) aprobación de la versión sometida. Todos los autores declaran para los debidos fines que es de su responsabilidad el contenido relacionado con todos los aspectos del manuscrito sometido al OBJN. Garantizan que las cuestiones relacionadas con la exactitud o integridad de cualquier parte del artículo fueron debidamente investigadas y resueltas. Eximiendo por lo tanto el OBJN de cualquier participación solidaria en eventuales procesos judiciales sobre la materia en aprecio. Todos los autores declaran que no poseen conflicto de intereses, de orden financiera o de relacionamiento, que inflencie la redacción y/o interpretación de los resultados. Esa declaración fue firmada digitalmente por todos los autores conforme recomendación del ICMJE cuyo modelo está disponible en [http://www.objnursing.uff.br/normas/DUDE\\_final\\_13-06-2013.pdf](http://www.objnursing.uff.br/normas/DUDE_final_13-06-2013.pdf)

---

Recibido: 4/09/2015  
Revisado: 24/11/2015  
Aprobado: 24/11/2015