

#6

El Sueño En El Hospital, ¿Podemos Mejorar La Calidad Del Descanso? (Proyecto SOMNIt)

Miscelanea

Andrés Aristayeta Blas, María Lacueva Abad, Jordi Martín Marcuello, Susana Carrillo Morales, Joaquín Juárez Juste, Ana María Fortuna Gutiérrez, Ariadna Farré I Maduell, Esther Guerra Marín, Ernest Rius Bonet, Ada Aguilar Valor, Laura Castro Márquez, Montserrat Prieto Gallo, Nil Parga Valero, Markel Balzategui Lasa, Iria González Álvarez, Marta Rovira Gabarró, Anna Ramos De Luís, Meritxell Sastre Rus, Aurora Hernández Cordoba, María Teresa Pujol Serra

Hospital de la Santa Creu i Sant Pau, Barcelona, España

Introducción

Las disomnias hospitalarias por factores extrínsecos constituyen alteraciones del sueño inducidas por factores ambientales propios del entorno hospitalario. Como consecuencia se favorece una reducción significativa de la duración y calidad del sueño, acompañada de un elevado número de despertares nocturnos. Dichas alteraciones repercuten en la recuperación de la enfermedad del paciente hospitalizado y son un factor de riesgo significativo relacionado con diversos problemas de salud.

Objetivos

Evaluar la calidad de sueño percibida por pacientes hospitalizados y describir las aptitudes de los profesionales respecto a su manejo.

Material y Método

Estudio descriptivo transversal (Febrero 2024-Octubre 2025).

Se incluyeron a todos los usuarios ingresados en el hospital de alta complejidad Sant Pau (Barcelona).

La variable principal fue el “descanso nocturno” analizada entre detractores y pasivos (n=154), se evaluó a través del cuestionario anónimo Net Promoter Score, distribuido vía SMS.

Para evaluar la actitud y percepción de los profesionales sanitarios se incluyeron profesionales de enfermería y técnicos cuidados de enfermería de turno nocturno, mediante un cuestionario ad hoc autoadministrado, anónimo y con respuestas tipo Likert por correo institucional.

Resultados y conclusiones

De las 984 respuestas relacionadas con el proceso de hospitalización y quirúrgico con ingreso. El “descanso nocturno” fue seleccionado como aspecto a mejorar 41 veces (motivo de insatisfacción por detractores y oportunidad de mejora para pasivos).

De los 658 profesionales encuestados, contestaron 198. El 83,5% considera que la alteración del patrón de sueño en pacientes hospitalizados es un problema frecuente e importante. El 87,9% de los profesionales no han realizado ningún curso formativo relacionado con el cuidado del sueño.

Conclusiones:

El evidente margen de mejora en el descanso nocturno de los pacientes hospitalizados justifica el proyecto SOMNIt como solución en Sant Pau, con medidas orientadas a impulsar un cambio cultural institucional que favorezca un sueño hospitalario de mayor calidad,

