

# “RESTRICCIÓN DEL SUEÑO COMO FACTOR DE RIESGO PARA SÍNDROME METABÓLICO EN PERSONAL DE ENFERMERIA DEL HOSPITAL GENERAL DE ZONA N° 32”.

Aranda Rodriguez Carolina<sup>1</sup>, Betancourt Vivar Cuayauhtitlali<sup>1</sup>, Suárez Cuenca Juan Antonio.<sup>1</sup>

Hospital General de Zona No. 32 “Dr. Mariano Madrazo Navarro”, División de Estudios de Posgrado, Facultad de Medicina UNAM



## INTRODUCCIÓN

Se denomina síndrome metabólico al conjunto de alteraciones metabólicas constituido por la obesidad de distribución central, la disminución de las concentraciones del colesterol unido a las lipoproteínas de alta densidad, la elevación de triglicéridos, el aumento de la presión arterial y la hiperglucemia. La alteración del ritmo circadiano, que se presenta durante la restricción del sueño, favorece el desarrollo de componentes del síndrome metabólico. Por lo que trabajadores de la salud con restricción del sueño, podrían tener un mayor riesgo de presentar trastornos metabólicos.

## MATERIALES Y METODOS

Estudio ambispectivo. Se incluirá al personal de enfermería de todos los turnos del IMSS HGZ 32. La evaluación de restricción de sueño se realizará mediante el instrumento “Índice de calidad de sueño de Pittsburgh” (ICSP); mientras que la presencia de síndrome metabólico se evaluará mediante los criterios de NCEP/ATPIII. Con los datos obtenidos se creó una base de datos que se analizó con SPSS. Las variables cualitativas se resumieron mediante n(%) y las variables cuantitativas mediante medidas de tendencia central y dispersión. El análisis de riesgo se realizó por medio de una tabla de contingencia, que permitirá calcular prueba de chi cuadrada y razón de momios.

## DISCUSIÓN

En este estudio se describió el impacto que tienen los turnos matutino y nocturno en la identificación de síndrome metabólico a través de los criterios ATP III, así como su asociación con la restricción del sueño por medio del cuestionario Índice de Calidad de sueño de Pittsburgh en personal de enfermería, esto se realizó mediante la búsqueda de una asociación entre el cuestionario y los turnos y de otras variables de los participantes.

## CONCLUSIÓN

Las características de la población son similares con estudios previos que han documentado una relación entre alteraciones metabólicas y el ritmo circadiano en personal de la salud. Los resultados del presente estudio sugieren que la deprivación del sueño se asocia con el riesgo de síndrome metabólico. Sin embargo, el impacto puede diferir dependiendo del tipo de evaluación utilizada para estimar deprivación de sueño.

## RESULTADOS

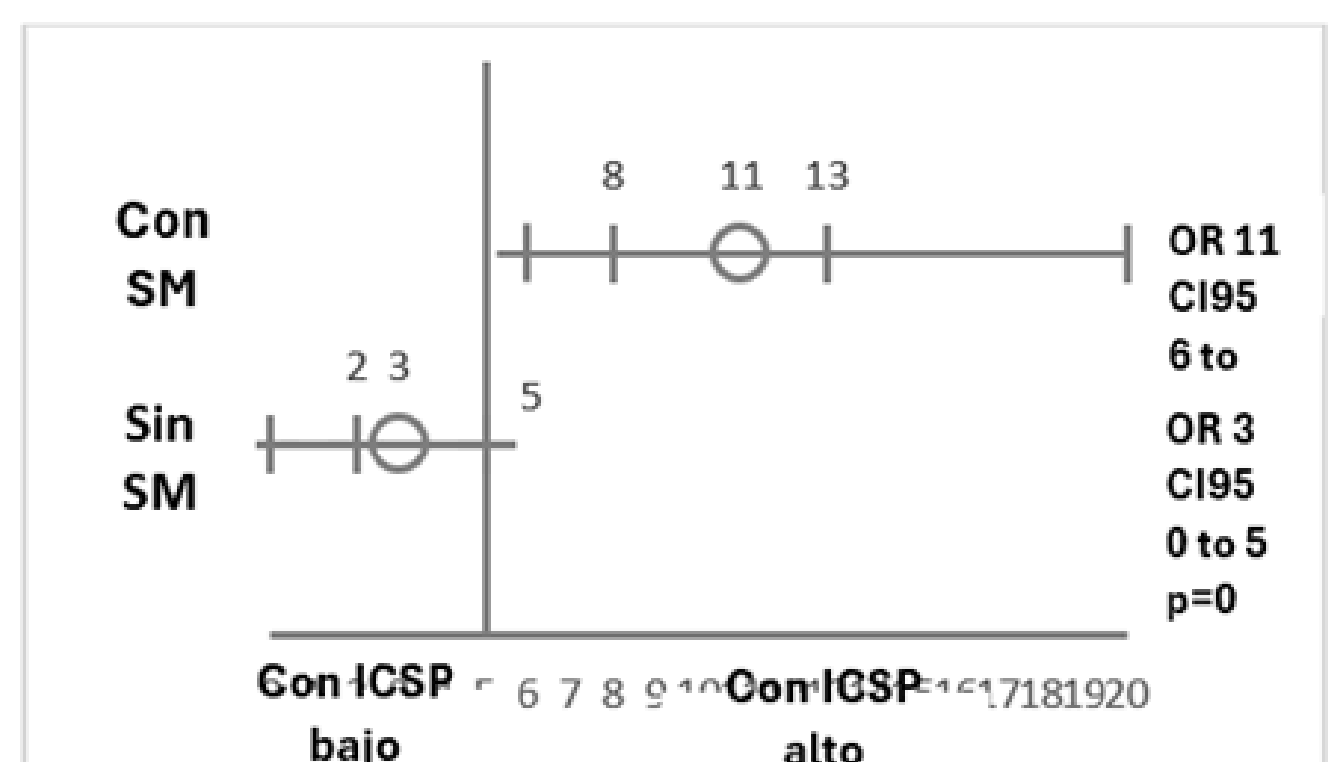
De los 1,048 registros, solo 303 (24.4%) cuentan con la totalidad de las características, el 93.5% de los registros cuentan con al menos 17 características. Siendo el colesterol y la glicemia las dos características que más faltan en los registros de los trabajadores, seguido de el HDL y LDL, se categorizó por sexo y por turno.

Base de Datos	TOTAL	Matutino	Nocturno
Mujeres	1068	738	330
Hombres	319	225	94
<b>TOTAL</b>	<b>1387</b>	<b>963</b>	<b>424</b>

Se realizó el cuestionario ICSP a 86 trabajadores de enfermería así como laboratorios sanguíneos para evaluar la presencia o ausencia de SM.

ICSP VS SM	ICSP	Total	Sin SM	Con SM
<b>Edad</b>		41 [ 35;48]	41 [ 34;48]	40 [ 36;48]
41 [ 35;48]	<b>Todos</b>	86 [100 %]	37[43%]	<u>49</u> [57%]
43 [ 38;49]	<b>ICSP ≤ 5</b>	16[19 %]	9 [ 10 %]	<u>7</u> [ 8 %]
40 [ 34;47]	<b>ICSP &gt; 5</b>	70[81 %]	28[33%]	<u>42</u> [ 49%]

Figura 1: Asociación SM y Restricción del Sueño.



## Bibliografía

1. Pereira-Rodríguez J. Síndrome Metabólico. Apuntes de interés. Revista Cubana de Cardiología y Cirugía Cardiovascular. 2016; 592.
2. David Francis, Altamirano Valladares CCPQ. Relación del sueño con desarrollo del síndrome metabólico en trabajadores del Cuerpo de. Revista Colombiana de Salud Ocupacional. 2022 diciembre; 2(12).
3. Antônio Bovolini JGMAAJAD. Metabolic Syndrome Pathophysiology and Predisposing Factors. J Sports Med. 2020.