

## REFERENCIA DEL ARTÍCULO (Formato Vancouver)

Stremler,R; Adams,S; Dryden-Palmer,K. Nurses' Views of Factors Affecting Sleep for Hospitalized Children and Their Families: A Focus Group Study. Research in Nursing & Health , 2015, 38, 311 – 322

## PERSONA QUE HACE LA SÍNTESIS

Chelo

## SÍNTESIS

### DISEÑO

Objetivo: conocer la opinión (explorar las percepciones) de las enfermeras sobre su rol en el sueño de las familias y niños hospitalizados

Estudio cualitativo que utilizó grupos focales estructurados y descripciones cualitativas. Muestreo intencional.

### PARTICIPANTES

30 enfermeras de pediatría general y UCI pediátrica.

### RESULTADOS

La negociación de los cuidados entre padres y enfermeras fue vista como esencial para el descanso de los padres.

El grado en el que el sueño es priorizado por las enfermeras, la cantidad de monitores y los cuidados necesarios es en lo que las enfermeras pueden mejorar.

Las enfermeras se sienten frustradas por tener limitaciones a la hora de disminuir el ruido generado por los monitores, la sobrecarga y el entorno.

## QUÉ APORTA ESTE ARTÍCULO A SUEÑON

## PUNTOS ESENCIALES QUE PUEDEN SER DIFUNDIDOS EN REDES

En un estudio previo de los mismos autores, los niños ingresados en cuidados pediátricos y uci pediátrica duermen de 3 a 5 hora menos por noche que lo recomendado para su edad y se despiertan entre 12 y 18 veces en la noche:

Stremler, R., Weston, J., Dhukai, Z., Lumb, A., Wong, L., Adams, S.,

. . . Parshuram, C. (2009). Sleep during pediatric hospitalization. *Sleep*, 32, A112. (pero no lo encuentro)

Aportan recomendaciones para mejorar el sueño como por ejemplo:

- negociar con los padres el cuidado de los niños. Antes de comenzar el turno, que tareas/cuidados harán las enfermeras para que los padres se despreocupen y puedan descansar más tranquilos (negociar que hacer en el hospital por parte de los padres es un tema que no se suele tratar) Negotiation of child's care. Negotiating the distribution of care between nurse and parent was viewed as essential to facilitating sleep for parents:
- Las enfermeras hablaran con padres e hijos de la importancia de un buen sueño para la mejora de la salud.
- Sugieren crear espacios para que los padres puedan dormir, sobre todo en cuidados intensivos
- Hablar sobre el estado de salud, las valoraciones esperadas e intervenciones fue visto como una manera de promover el sueño (informar a los padres)
- Desarrollar guías de práctica clínica para trabajar con el sueño.
- Son conscientes de que el ruido, sobre todo en cuidados intensivos, es el máximo disruptor del sueño, pero se sienten con habilidades limitadas para poder disminuirlo

La clave está en educar a todos los implicados: entorno, staff y cambio en las políticas para disminuir la luz y el ruido asegurando la seguridad del trabajo de las enfermeras.

Intervenciones para promover el sueño como dar antifaces para dormir, tapones de oídos, música, técnicas de relajación.... Parece que son efectivas, pero lo sacan de la bibliografía no lo usan en este estudio.