

### REFERENCIA DEL ARTÍCULO (Formato Vancouver)

Yilmaz M, Sayin Y, Gurler H. Sleep quality of hospitalized patients in surgical units. Nursing Forum. 2012;47(3):183-192

### PERSONA QUE HACE LA SÍNTESIS

Anna Espart

### SÍNTESIS

<b>DISEÑO</b>	Estudio descriptivo llevado a cabo en diferentes unidades quirúrgicas del hospital Sivas Cumhuriyet University Health Services Research Hospital de Turquía, entre noviembre de 2009 y mayo de 2010. En el estudio se pretende determinar la calidad del sueño de los pacientes hospitalizados (pre y postquirúrgicos) y los factores que influyen en dicha calidad.
<b>PARTICIPANTES</b>	411 pacientes cumplían con los criterios de inclusión del estudio. A dichos pacientes se les pasó el "Pittsburd Sleep Quality Index" (PSQI) para conocer los factores que les influyeron en la conciliación del sueño durante la hospitalización.
<b>RESULTADOS</b>	Los cinco principales factores (en orden) que alteraban la calidad del sueño de los pacientes estudiados fueron: 1.- gente entrando y saliendo de la habitación; 2.- ruidos; 3.- los horarios de descanso marcados por el hospital; 4.- aplicación de tratamientos y cuidados durante la noche; 5.- falta de aire fresco en la habitación.  Además de estos cinco factores más comunes, los pacientes también destacaron otros factores: 6.- habitación llena de gente; 7.- intervención invasiva; 8.- estructura de la cama y la almohada; 9.- seguridad; 10.- iluminación nocturna de la habitación; 11.-sensación de hambre; 12.- tipo de sábanas; 13.- dolor; 14.- privación de sueño del acompañante; 15.- privación del sueño durante el día; 16.- conocimiento del diagnóstico.

### QUÉ APORTA ESTE ARTÍCULO A SUEÑON

Existen factores que alteran el sueño y que se identifican de modo recurrente en los diferentes estudios analizados. No obstante, en este estudio la iluminación (factor que ocupa el décimo lugar) y el dolor (factor que ocupa el treceavo lugar) no representan factores principales para la conciliación del sueño. Podrían existir pues, diferencias en función del origen de los pacientes.

### PUNTOS ESENCIALES QUE PUEDEN SER DIFUNDIDOS EN REDES

Todo el personal sanitario puede contribuir a crear un ambiente favorable para mejorar la calidad del sueño de los pacientes hospitalizados.  
Facilitar el descanso de los pacientes, requiere además de un abordaje multidisciplinar donde todos los trabajadores del hospital y la gente que allí se encuentra (acompañantes y visitantes), cooperen en la consecución de dicho descanso.