

REFERENCIA DEL ARTÍCULO (Formato Vancouver)

Matthews EE. Sleep disturbances and fatigue in critically ill patients. AACN Adv Crit Care. 2011. 22 (3): 204-224

PERSONA QUE HACE LA SÍNTESIS

Irene Cánovas Beato

SÍNTESIS

DISEÑO

Revisión bibliográfica

PARTICIPANTES

Pacientes en estado crítico ingresados en la UCI

RESULTADOS

No se ha podido establecer la prevalencia ni la incidencia debido a la falta de un criterio único para definir y medir las alteraciones del sueño. A pesar de ello, la evidencia sugiere que los pacientes de la UCI experimentan una pobre calidad del sueño, una larga latencia del sueño y frecuentes despertares nocturnos que contribuyen al estrés físico y emocional.

El cerebro tiene una importante función en la regulación del sueño, por lo que los pacientes con demencia, epilepsia o traumatismo craneoencefálico tienen mayor riesgo de desarrollar alteraciones del sueño.

El delirio está fuertemente relacionado con mayor morbimortalidad.

Estudios recientes sugieren que la ventilación mecánica está asociada con la pérdida del patrón circadiano, sueño fragmentado, pérdida del sueño restaurador y aumento de las proporciones de los diferentes estados del sueño, pero no se conoce el mecanismo concreto.

Los pacientes reportan que el ruido causa disrupción en el sueño.

Las opciones de tratamiento incluyen: medicación, intervenciones no farmacológicas, medidas ambientales en la UCI y/o consultar con un especialista del sueño.

Las medidas no farmacológicas son potencialmente beneficiosas para promover el sueño, si bien son necesarios estudios que evalúen su efectividad.

QUÉ APORTA ESTE ARTÍCULO A SUEÑO

- Los pacientes con demencia, epilepsia o traumatismo craneoencefálico tienen más riesgo de desarrollar alteraciones del sueño.
- En los métodos subjetivos, la validez está sujeta al sesgo del observador y del observado.
- La movilización precoz en pacientes de la UCI ha demostrado efectos favorables en el sueño.
- Una evaluación global del problema de sueño y de posibles tratamientos es necesaria para conseguir mejorar el patrón de sueño de los pacientes.
- Las medidas no farmacológicas, como la música, la relajación o el masaje, son potencialmente beneficiosas para promover el sueño.

PUNTOS ESENCIALES QUE PUEDEN SER DIFUNDIDOS EN REDES

Un plan de cuidados bien diseñado puede favorecer el sueño ininterrumpido, identificar la medicación que promueva el sueño y reduzca la fatiga, y sugerir intervenciones no farmacológicas basadas en la individualidad del paciente.

04/05/2018