

Título del Trabajo:

Nivel de riesgo de apnea obstructiva del sueño y su asociación con la fatiga y el rendimiento académico en universitarios

Título del Trabajo en Inglés:

Risk level of obstructive sleep apnea and its association with fatigue and academic performance in university students

Nombre: FABIOLA

Apellidos: BARRAGAN AVILA

ORCID: 0009-0004-0418-3657

País de Residencia: MEXICO

Área de Investigación: ENFERMERÍA

Institución a la que Pertenece: UNAM

Área de Adscripción: Enfermería

Correo Electrónico: fabaavila1@gmail.com

Datos de los(as) coautores(as) del Trabajo

Sandra Hernández Corral, Belinda De la Peña León

Unidad de Investigación Multidisciplinaria en Salud, Instituto Nacional de Rehabilitación, MEXICO, shcorral@gmail.com, ORCID: 0000-0003-4292-2380

Enfermería, UNAM, MEXICO, enf.jefe@zaragoza.unam.mx, 0000-0002-2579-7699

Palabras en Español:

trastorno del sueño, apnea, fatiga, estudiantes

Palabras en Inglés:

sleep disorders, apnea, fatigue, students

Título del Trabajo:

Nivel de riesgo de apnea obstructiva del sueño y su asociación con la fatiga y el rendimiento académico en universitarios

Título del Trabajo en Inglés:

Risk level of obstructive sleep apnea and its association with fatigue and academic performance in university students

Área de Investigación:

Enfermería

Introducción:

El síndrome de apnea obstructiva del sueño (SAOS) es un trastorno del sueño, en México 1 de cada 4 adultos tiene elevada probabilidad de padecerlo, y poseen un alto riesgo de desarrollar enfermedades crónico-degenerativas, la obesidad es su principal factor de riesgo. Estos trastornos son comunes en estudiantes y afectan negativamente su rendimiento académico. Por lo cual nos preguntamos ¿Cuál es el nivel de riesgo de SAOS en universitarios y su asociación con la fatiga y el rendimiento académico en Universitarios?, y planteamos que los universitarios con un nivel alto de riesgo de SAOS obtendrán una asociación negativa con el rendimiento académico y positiva con la fatiga.

Objetivo:

Describir el nivel de riesgo de SAOS y su asociación con la fatiga y el rendimiento académico en universitarios.

Metodología:

Estudio descriptivo, observacional, transversal y analítico. La población fueron estudiantes de nuevo ingreso de la Facultad de Estudios Superiores Zaragoza en el periodo de julio a noviembre de 2023. La muestra se calculó con la fórmula de muestras finitas y se integró por 288 universitarios del área de salud mayores de edad, sin distinción de sexo y que aceptaron participar. Previa autorización por parte del comité de ética de la misma institución con núm. FESZ/CEI/33/23 se aplicaron los siguientes instrumentos de medición en formato digital: cuestionario de Berlín (CB) que mide el riesgo de SAOS y la escala de Impacto de Fatiga Modificada (MFIS) que evalúa la percepción de limitación funcional causada por la fatiga en tres áreas: física, cognoscitiva y psicosocial. Para el análisis de datos se usó el programa estadístico SPSS versión 25, se usó estadística descriptiva, y análisis con regresión binaria y lineal para la asociación de fatiga y rendimiento académico.

Resultados:

El 68% eran mujeres, con edad promedio de 18.4 años e IMC de 24.4kg/m², 26% tuvo sobrepeso y 9% obesidad, 73% del turno matutino, 60% de la carrera de médico cirujano, 96% provenían de un bachillerato público, último promedio obtenido fue de 9.11±0.59, horas de sueño de 6.85±1.40. En cuanto al riesgo obtenido para SAOS fue del 13%. En el BQ los signos y síntomas más frecuentes fueron: los ronquidos con un 13%, sentirse cansado o fatigado 33% y la obesidad 9%. En cuanto a la fatiga el 25% reportó sentir fatiga con una puntuación media de 15.74±8.09 en la escala de impacto de fatiga, de sus tres dimensiones la media más alta fue la dimensión psicosocial 5.43±3.4. Un alto nivel

de riesgo de SAOS se asoció al sobrepeso (OR de 2.62, IC 1.31-5.24), $p=0.006$), horas de sueño (OR de 0.41, IC 0.21-0.826, $p=0.012$). La fatiga se asoció con el sexo masculino (OR de 0.39, IC 0.20-0.75, $p=0.005$) y el nivel de riesgo de SAOS (OR de 0.23, IC 0.11-0.46, $p=0.000$). La asociación del puntaje del Berlín con el promedio académico fue $r=-0.128$ ($p=0.015$).

Conclusiones:

Se corroboró nuestra hipótesis y apunta a la necesidad de implementar medidas preventivas encaminadas a reducir el comportamiento sedentario y aumentar la actividad física para mejorar su salud actual y futura en la población universitaria.