

Título del Trabajo:

CALIDAD DEL SUEÑO Y DESCONTROL METABOLICO EN ADULTOS MAYORES CON DM2

Título del Trabajo en Inglés:

SLEEP QUALITY AND METABOLIC INFECTION IN OLDER ADULTS WITH T2DM

Nombre: ERIK

Apellidos: CHAVEZ ARRIAGA

ORCID:

País de Residencia: MEXICO

Área de Investigación: ENFERMERÍA

Institución a la que Pertenece: INSTITUTO DE SALUD DEL ESTADO DE MÉXICO

Área de Adscripción: JEFATURA DE ENFERMERÍA

Correo Electrónico: erikarriaga1@hotmail.com

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

Martha Sánchez Rodríguez, SANDRA HERNÁNDEZ CORRAL

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORE ZARAGOZA, UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO, MEXICO, masanrod@yahoo.com.mx, 0000-0002-7130-4074

UNIDAD DE INVESTIGACIÓN MULTIDISCIPLINARIA EN SALUD, INSTITUTO NACIONAL DE REHABILITACIÓN, MEXICO, shcorral@gmail.com, 0000-0003-4292-2380

Palabras en Español:

Calidad del sueño, Diabetes mellitus tipo 2, Adultos mayores

Palabras en Inglés:

Sleep quality, Diabetes Mellitus, Type 2, Older adults

Titulo del Trabajo:

CALIDAD DEL SUEÑO Y DESCONTROL METABOLICO EN ADULTOS MAYORES CON DM2

Titulo del Trabajo en Inglés:

SLEEP QUALITY AND METABOLIC INFECTION IN OLDER ADULTS WITH T2DM

Área de Investigación:

JEFATURA DE ENFERMERÍA

Introducción:

El control glucémico en adultos mayores con diabetes mellitus tipo 2 (DM2) es esencial para prevenir complicaciones y mejorar la calidad de vida. Se ha observado una relación entre los cambios en la calidad del sueño y el aumento de la probabilidad de sufrir trastornos metabólicos, así como de niveles elevados de hemoglobina glucosilada en individuos que padecen DM2. Por lo que nos planteamos la siguiente pregunta de investigación ¿Existe relación entre la calidad del sueño y el control glucémico en adultos mayores con diabetes mellitus tipo 2? Por lo que suponemos que una mayor calidad del sueño se asocie con un mejor control glucémico en adultos mayores con diabetes mellitus tipo 2.

Objetivo:

Analizar la relación entre la calidad del sueño y el control glucémico en adultos mayores con diabetes mellitus tipo 2.

Metodología:

Se llevó a cabo un estudio transversal analítico con 102 adultos mayores (65.5 ± 4 años) de ambos sexos, los criterios de inclusión: Personas de 60 años y más, sin distinción de sexo, que sean portadoras de DM 2 que desearon participar en el estudio y autorizaron a través de un consentimiento informado. La muestra fue por conveniencia. Para evaluar la calidad del sueño, se utilizó el Índice de Calidad del Sueño de Pittsburgh (ICSP), que cuantifica la calidad del sueño. La calidad del sueño se clasificó como buena (0-4 puntos) o mala (≥ 5 puntos). Además, se empleó la Escala de Insomnio de Atenas para evaluar la presencia de insomnio y se recolectó el dato de hemoglobina glicosilada (HbA1c) como control glucémico. El descontrol metabólico fue cuando el valor de HbA1c $>6.5\%$. Se hizo un análisis descriptivo y multivariado de regresión logística. Los aspectos éticos fueron de acuerdo a lo establecido en la ley general de salud, la declaración de Helsinki y se realizó con la autorización del comité de la Jurisdicción Sanitaria Nezahualcóyotl.

Resultados:

La HbA1c media fue 7.6%. El descontrol glucémico se encontró en el 68% de los participantes y la evaluación de la calidad del sueño indicó que un 67% de los pacientes necesitan atención médica y tratamiento de acuerdo con el ICSP. De acuerdo con la calificación del ICSP, En el análisis cuantitativo, por cada punto que se incrementa el ICSP se aumenta el porcentaje de HbA1c en 0.33%, ninguna de las otras variables modifica el nivel. Tener una puntuación mayor de 5 aumenta 2.7 veces el riesgo de HbA1c mayor de 6.5% (RM=3.73, IC95%: 1.01-13.75, $p < 0.05$), el riesgo no existe relación entre EAI y HbA1c, ni la edad, sexo o ejercicio. Esto apoya la hipótesis de que un peor sueño afecta el control glicémico.

Conclusiones:

Los resultados sugieren que la mala calidad del sueño es un factor de riesgo para el descontrol metabólico, por lo que la gestión efectiva del sueño puede ser una vía para mejorar el control glucémico, para lo cual el personal de Enfermería puede jugar un importante papel.