



**PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CHILE
ESCUELA DE ENFERMERÍA
DIRECCIÓN DE INVESTIGACIÓN**

**LINEA DE INVESTIGACION
PROMOCIÓN DEL BUEN DORMIR**

1. INTRODUCCION

El sueño es una necesidad vital, que tiene una gran importancia dentro de la calidad de vida, siendo un fiel reflejo de ello la cantidad y calidad de horas que las personas ocupan para dormir (un tercio del día). El sueño es definido como un estado funcional, reversible y cíclico, que presenta manifestaciones conductuales características, tales como una relativa ausencia de motilidad y un incremento del umbral de respuesta a la estimulación externa. A nivel orgánico se producen modificaciones funcionales y cambios de actividad en el sistema nervioso, acompañado todo ello de la modificación de la actividad intelectual que supone el soñar.

La Encuesta Nacional de Salud 2009-2010 analiza sospecha de síndrome de apnea obstructiva del sueño, de trastorno de sueño y análisis de cada trastorno por separado. Los resultados muestran que el 63,2% de las personas encuestadas (IC 95%) presenta sospecha de trastorno del sueño, siendo la prevalencia en el adulto mayor de 51,8%.

Frente a ello, el cuidado de enfermería es relevante pues permite la valoración de aspectos afectivos, físicos, sociales, ambientales, entre otros y la intervención oportuna para promover, prevenir y recuperar el patrón de sueño adecuado en las personas a través de todo el ciclo vital. Lo antes mencionado, hace que desde la perspectiva de Enfermería se configure una línea emergente en el área del buen dormir.

2. EQUIPO INVESTIGADORES EEUC

Patricia Masalan. mmasalan@uc.cl

Elizabeth Vergara. evergara@med.puc.cl

María Paz Del Rio. mpdelrio@uc.cl

3. PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN PERIODO 2006-2010

DIEE 2005-2006. Validación Instrumento de Valoración para personas con trastornos del sueño.

4. ARTICULOS DE REVISTA PUBLICADOS PERIODO 2006-2010

Santín, J., Jonquera, J., Jordán J, Bajut F, Masalán, P. Godoy, T., & Mesa, T., (2007) Tolerancia al Cpap nasal en pacientes con apnea del Sueño documentada Polisomnográficamente. *Revista Médica de Chile* 135(7), 855-861.