

C043

TITULO

INTERVENCIÓN ENFERMERA EN LA SEÑALIZACIÓN DE INTERRUPTORES Y DESCANSO NOCTURNO HOSPITALARIO

PALABRAS CLAVE

Cuidados de enfermería en el sueño, descanso y sueño, el sueño en la hospitalización.

INTRODUCCIÓN

El descanso nocturno constituye un elemento esencial en la recuperación de los pacientes hospitalizados. La interrupción del sueño por factores ambientales, especialmente la iluminación durante las rondas nocturnas, puede generar ansiedad, desorientación, aumento del dolor percibido...

El objetivo de este proyecto pretende evaluar la efectividad de un sistema visual de identificación de interruptores sobre la mejora del descanso nocturno de los pacientes.

MATERIAL Y MÉTODO

Se realizará un estudio cuasi experimental prospectivo, antes y después intervención, en la Unidad de Neurología y Neurocirugía en el HUVN de Granada, durante los meses de Octubre- Diciembre de 2026. La población la componen los pacientes ingresados en la unidad durante el periodo de estudio . El presente estudio se dividirá en dos fases, pre-intervención de 4 semanas y post-intervención de 4 semanas. Las variables del estudio serían el número de veces que se enciende accidentalmente la luz general durante la noche y la calidad subjetiva del sueño .La recogida de datos se realizará a través de una hoja de registro de incidencias nocturnas, una encuesta matinal al paciente y un cuestionario de satisfacción al personal de enfermería.

El análisis de los datos se realizará mediante un análisis descriptivo y comparativo entre la fase previa y posterior a la implantación. Se respetará la confidencialidad y los datos serán anónimos, utilizados con fines de mejora asistencial e investigación.

RESULTADOS

Este proyecto pretende generar una medida sencilla de bajo coste y fácilmente reproducible en otras unidades hospitalarias. Este sistema visual puede convertirse en un protocolo de buenas prácticas orientado al confort y seguridad del paciente.

DISCUSIÓN / CONCLUSIONES

La mejora del descanso nocturno es un indicador clave de calidad asistencial. La implantación de pegatinas identificativas en interruptores representa una intervención enfermera innovadora y centrada en el bienestar del paciente.

BIBLIOGRAFIA

Chen HL, et al. Impact and efficacy of sound-based interventions on sleep in hospitalized adults: a systematic review. *Sleep Medicine Reviews*. 2025; (in press)

Smith I, et al. Sleep-enhancing nursing interventions in hospital wards: a systematic review. *J Clin Nurs*. 2024;33(1-2):e1–e15.