

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE MEDICINA HUMANA**



**“SÍNDROME VISUAL POR COMPUTADOR, ASOCIADO A CALIDAD
DE SUEÑO Y SOMNOLENCIA DIURNA EN INTERNOS DE MEDICINA
DE LA UNSAAC 2017-2018”**

Trabajo de investigación presentado por:

Luis Salomón, Fernández Chura

Asesor: Samuel Cruz Paredes Calcina

“TESIS FINANCIADA POR LA UNSAAC”

CUSCO, PERU

2018

RESUMEN

INTRODUCCIÓN: El propósito del presente estudio fue demostrar la existencia de asociación entre el síndrome visual por computador, la calidad de sueño y somnolencia diurna, en estudiantes de medicina que realizan el internado, así como describir las características del síndrome visual por computador.

OBJETIVOS: Determinar la existencia de asociación entre el síndrome visual por computador, la calidad de sueño y somnolencia diurna en el periodo 2017-2018.

MATERIALES Y MÉTODOS: Es un tipo de estudio observacional, descriptivo, de corte transversal, en una población de estudiantes de medicina del séptimo año, que realizan el internado, aplicando el cuestionario estructurado del síndrome visual por computador, el índice de calidad de sueño de Pittsburg, y la escala de somnolencia de Epworth. Todo el cuestionario fue auto aplicable, del cual se obtuvo los resultados.

RESULTADOS: Total población evaluada: 103 internos de medicina que usan dispositivos con pantallas de visualización de datos por lo menos un mes, que hayan cursado el internado en los años 2017 o 2018. Se obtuvo asociación estadísticamente significativas entre el síndrome visual por computador y la calidad de sueño $p= 0.014$ ($p<0.05$), y no se encontró asociación entre síndrome visual por computador y somnolencia diurna $p= 0.809$ ($p>0.05$) el 78.6% presento manifestación del síndrome visual por computador los síntomas más frecuentes fueron dolor de hombros cuello y muñecas (56.3%), enrojecimiento ocular (39.8%) mayor sensibilidad a la luz (39.8%) y dolor de cabeza con (34%) así mismo se obtuvo frecuencias de calidad de sueño donde 74.8% de los internos de medicina tiene mala calidad de sueño. Y solo un 25.2% tiene buena calidad de sueño, y un 34% tiene excesiva somnolencia diurna.

CONCLUSIONES: Existe asociación significativa entre la calidad de sueño y el síndrome visual por computador, el síndrome visual por computador condiciona hábitos de sueño inadecuados, El síndrome visual por computador y la somnolencia son independientes estadísticamente. El síntoma predominante fue el dolor de cuello, hombro y muñecas, seguido del enrojecimiento ocular, mayor sensibilidad a la luz y dolor de cabeza. La sintomatología ocurre menudo y no debe ser subestimada. Se debe tomar las medidas apropiadas para prevenir o para aliviar los síntomas oculares derivados de su utilización.

PALABRAS CLAVE: síndrome visual por computador, calidad de sueño, somnolencia.