



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA PROFESIONAL DE MEDICINA HUMANA

**“FACTORES ASOCIADOS A LA CALIDAD DE SUEÑO EN
CONTEXTO COVID-19 EN ESTUDIANTES DE MEDICINA DE 3
FACULTADES”**

Tesis para optar el título profesional de:

MÉDICO CIRUJANO

Presentado por:

Felipe Eduardo Vilchez Garcia (0000-0003-4784-7009)

Angello Gustavo Vargas Rojas (0009-0006-9516-3751)

Asesora:

Katerine Maite García Moreno (0000-0001-8532-5696)

Lima - Perú

2023

ACTA DE SUSTENTACIÓN

Lima, 8 de mayo de 2023.

Los integrantes del Jurado de tesis:

Presidente: Méd. Esp. José Wagner López Revilla	<input type="checkbox"/>
Miembro 1: Méd. Esp. Flora Elsa Espinoza Altamirano	
Miembro 2: Méd. Diego Alonso Vargas Torres Young	

Se reúnen para evaluar la tesis titulada:

Factores asociados a la calidad de sueño en contexto COVID-19 en estudiantes de medicina de 3 facultades

Presentada por

Angello Gustavo Vargas Rojas y Felipe Eduardo Vilchez García

Para optar por el Título de Médicos Cirujanos

Con la asesoría de: Méd. Katerine Mayté García Moreno

Luego de haber evaluado el informe final de tesis y evaluado su desempeño en la sustentación, concluyen de manera unánime (x) por mayoría simple () calificar a:

Tesis: Angello Gustavo Vargas Rojas			Nota (en letras): Catorece (14)
Aprobado (x)	Aprobado - Muy buena ()	Aprobado - Sobresaliente ()	Desaprobado ()
Tesis: Felipe Eduardo Vilchez García			Nota (en letras): Quince (15)
Aprobado (x)	Aprobado - Muy buena ()	Aprobado - Sobresaliente ()	Desaprobado ()

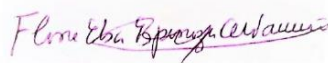
Los miembros del jurado firman en señal de conformidad.



Méd. Esp. José Wagner López Revilla
Presidente del Jurado



Méd. Katerine Mayté García Moreno
Asesora



Méd. Esp. Flora Elsa Espinoza Altamirano
Miembro 1



Méd. Diego Alonso Vargas Torres Young
Miembro 2

ANEXO: FORMATO DE DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD DE CONTENIDO DE INFORME FINAL DE TESIS O TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD DE CONTENIDO DE INFORME FINAL DE TESIS / TRABAJO DE INVESTIGACIÓN¹

Lima, 09 de mayo del 2023

Señor, Carlos Zavalaga Reyes

**Director General de Investigación, Desarrollo e Innovación
Universidad Científica del Sur
Presente. –**

De nuestra consideración,

Yo: **Felipe Eduardo Vilchez Garcia y Angello Gustavo Vargas Rojas**, estudiante/egresado de la carrera de Medicina Humana de la Universidad Científica del Sur, en conjunto con el asesor/la asesora de tesis **Katerine Maite Garcia Moreno**, declaramos que este informe final de tesis/trabajo de investigación titulado: **Factores asociados a la calidad de sueño en contexto COVID-19 en estudiantes de medicina de 3 facultades**, sustentado para obtener el título/grado de médico cirujano es original.

Es decir, no contiene plagio parcial ni total, cuando se utilizó información de fuentes externas se reconoció la autoría mediante la adecuada citación y los resultados obtenidos son producto entero de mí (nuestra) investigación y no han sido falseados ni fabricados. Todo esto en cumplimiento del Código de ética en la investigación, Reglamento del Comité de Integridad Científica, Reglamento de Propiedad Intelectual, Normas y procedimientos de los trabajos de investigación para la obtención de títulos profesionales y grados académicos ², que afirmamos conocer en su totalidad.

Por ello, en caso de identificarse alguna situación de plagio, falsificación o fabricación de resultados, nos allanamos al proceso de investigación que establezca la Universidad y las posibles sanciones que pudieran surgir.

Firmamos en conformidad con lo declarado,



Firma tesista

DNI: 72890318



Firma del asesor de tesis

DNI: 73477621



Firma tesista

DNI: 70295694

¹ En conformidad con la Resolución del Consejo Directivo N° 084-2022-SUNEDU/CD

² Los documentos están en: <https://investigacion.cientifica.edu.pe/reqlamentos/>

INFORME DE REVISIÓN DE ORIGINALIDAD

Título del documento evaluado. Factores asociados a la calidad de sueño en contexto COVID-19 en estudiantes de medicina de 3 facultades

Autores. Angello Gustavo Vargas Rojas; Felipe Eduardo Vilchez García.

Mecanismo de revisión de originalidad. Evaluación con Turnitin (ID 2089562287).

Resultado de la evaluación. 8%

Revisado por. Magaly Kelly Guerrero Huaracallo.

Comentarios sobre la revisión. Filtros usados: excluir fuentes de menos de 12 palabras.

Factores asociados a la calidad de sueño

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	www.slideshare.net Fuente de Internet	1%
2	scielo.sld.cu Fuente de Internet	1%
3	dspace.ucuenca.edu.ec Fuente de Internet	1%
4	Díaz Tolentino Jair Isaac. "Evaluación de calidad de sueño en pacientes con antecedente de enfermedades isquémicas del corazón de la consulta externa del Hospital General de Zona con Unidad de Medicina Familiar no. 8 Dr. Gilberto Flores Izquierdo", TESIUNAM, 2019 Publicación	1%
5	scielo.isciii.es Fuente de Internet	<1%
6	moam.info Fuente de Internet	<1%

RESUMEN:

Introducción: Los estudiantes de medicina comúnmente tienen problemas de sueño por múltiples factores, incluyendo los generados por la pandemia de COVID-19, afectando la formación académica al cambiar repentinamente a educación virtual. El confinamiento alteró el hábito de los estudiantes, incluyendo la actividad física, lo que abre oportunidades para investigar factores relacionados con la calidad del sueño.

Objetivo: Determinar los factores asociados a la calidad de sueño en contexto COVID-

19 en estudiantes de medicina de 3 facultades **Material y métodos:** El estudio es observacional, analítico y transversal. La muestra es de estudiantes de medicina humana de tres universidades (n=506). La encuesta se realizó mediante el índice de calidad del sueño de Pittsburgh (PSQI) que mide la mala calidad del sueño, preguntas demográficas, relacionadas al contexto COVID-19, clases virtuales y actividad física durante la pandemia.

Resultados: Se encontró mala calidad del sueño en 87,9% de los estudiantes, además asociación entre mala calidad de sueño con presentar un familiar con COVID-19 ($p=0,032$), familiar con factores de riesgo de COVID-19 ($P=0.001$) y cursar ciencias básicas ($p=0.001$). En el análisis multivariado, los estudiantes en ciencias clínicas tienen 0.9 veces menos prevalencia de mala calidad de sueño.

Conclusiones: La calidad de sueño es mala en los estudiantes de medicina en contexto de COVID-19, además se encontraron factores relacionados a la mala calidad de sueño. Es importante realizar medidas para fomentar la adecuada higiene de sueño y mejorar el desarrollo de clases virtuales, así como realizar más estudios para encontrar asociación con diferentes variables.

Palabras clave: calidad de sueño; COVID-19; pandemia; salud mental; actividad física, estudiantes de Medicina.

Abstract

Introduction: Medical students commonly have sleep problems due to multiple factors, including those generated by the COVID-19 pandemic, affecting academic training by suddenly switching to virtual education. The confinement altered the habits of the students, including physical activity, which opens opportunities to investigate factors related to sleep quality. **Objective:** To determine the factors associated with sleep quality in the context of COVID-19 in medical students from 3 faculties. **Material and methods:** The study is observational, analytical and cross-sectional. The sample is made up of human medicine students from three universities (n=506). The survey was conducted using the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI), which measures poor sleep quality, demographic questions, related to the COVID-19 context, virtual classes, and physical activity during the pandemic. **Results:** Poor sleep quality was found. sleep in 87.9% of the students, in addition to the association between poor sleep quality with presenting a family member with COVID-19 ($p=0.032$), family member with risk factors for COVID-19 ($P=0.001$) and studying basic sciences ($p=0.001$). In the multivariate analysis, students in clinical sciences have 0.9 times less prevalence of poor sleep quality. **Conclusions:** Sleep quality is poor in medical students in the context of COVID-19, and factors related to poor sleep quality were also found. It is important to carry out measures to promote adequate sleep hygiene and improve the development of virtual classes, as well as to carry out more studies to find an association with different variables.

Keywords: sleep quality, COVID-19; pandemic; mental health; physical activity, Medicine student.