Jornada **ASI**
de Investigación en Enfermería

El motor de la excelencia en los cuidados

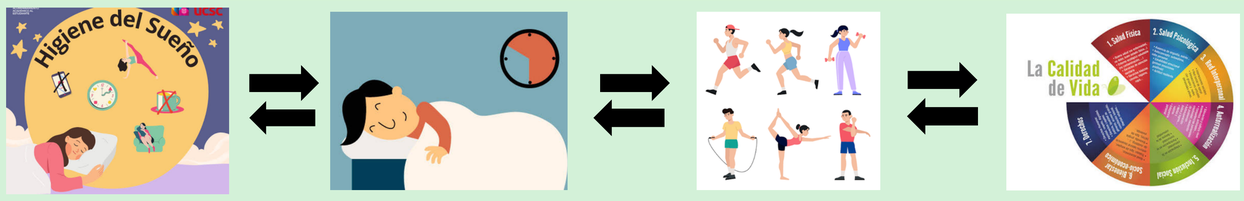
Filiación: EIR 2º FyC la Plana

Autor: Aitor Rico Hernández
Contacto: rico_ait@gva.es

HIGIENE Y CALIDAD DEL SUEÑO, ACTIVIDAD FÍSICA Y CALIDAD DE VIDA EN CS BURRIANA 1

1.OBJETIVO PRINCIPAL

DETERMINAR LA RELACIÓN ENTRE LA HIGIENE DEL SUEÑO, LA CALIDAD DEL SUEÑO, EL VOLUMEN SEMANAL DE ACTIVIDAD FÍSICA Y LA CALIDAD DE VIDA PERCIBIDA



2. MÉTODOS

TIPOLOGÍA DEL ESTUDIO EN CURSO	MUESTRA
OBSERVACIONAL, DESCRIPTIVO Y TRANSVERSAL 	123 PACIENTES ENTRE 55-75 AÑOS ADSCRITOS AL CS BURRIANA I, RECLUTADOS MEDIANTE MUESTREO POR CONVENIENCIA ENTRE AGOSTO DE 2026 Y MARZO DE 2027 
VARIABLES Y RECOGIDA DE DATOS	ANÁLISIS ESTADÍSTICO
HIGIENE DEL SUEÑO → SLEEP HYGIENE INDEX CALIDAD DEL SUEÑO → ÍNDICE DE PITTSBURGH VOLUMEN DE ACTIVIDAD FÍSICA → CUESTIONARIO IPAQ-E CALIDAD DE VIDA → CUESTIONARIO EQ-5D-3L	ANÁLISIS DESCRIPTIVO DE LAS VARIABLES DE ESTUDIO CORRELACIONES 

3.RESULTADOS ESPERADOS

SE PREVÉ



HIGIENE DEL SUEÑO



CALIDAD DEL SUEÑO



VOLUMEN DE ACTIVIDAD FÍSICA



CALIDAD DE VIDA

4.CONCLUSIONES



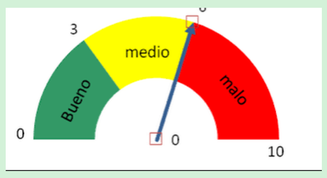



APORTAR EVIDENCIA CIENTÍFICA SOBRE LA RELACIÓN EXISTENTE ENTRE LA HIGIENE DEL SUEÑO, LA CALIDAD DEL SUEÑO, LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LA CALIDAD DE VIDA





IDENTIFICAR LAS NECESIDADES DE SALUD RELACIONADAS CON LAS VARIABLES DE ESTUDIO DE LA MUESTRA DE PACIENTES DEL CS BURRIANA I



SENSIBILIZAR A PACIENTES Y A PROFESIONALES DE ATENCIÓN PRIMARIA SOBRE LA IMPORTANCIA CLÍNICA DEL SUEÑO