

Estudio del sueño en un grupo de trabajadores del mar mediante la aplicación del cuestionario de Oviedo

M^a del Carmen Romero Paredes⁽¹⁾, Luis Reinoso Barbero^(2,3), M^a Fernanda González Gómez⁽⁴⁾ y Fernando Bandrés Moya⁽⁵⁾

⁽¹⁾Servicio de Sanidad Marítima de Madrid, Instituto Social de la Marina.

⁽²⁾Medicina del Trabajo. Servicio Prevención Riesgos Laborales. Grupo Banco Popular. Madrid.

⁽³⁾Departamento de Ciencias Morfológicas y Biomedicina. Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad Europea de Madrid.

⁽⁴⁾Salud Laboral. Consejería de Sanidad. Comunidad de Madrid.

⁽⁵⁾Departamento de Toxicología y Legislación Sanitaria. Facultad de Medicina. Universidad Complutense de Madrid.

Correspondencia:

Dra. Romero Paredes

Policlínica del Instituto Social de la Marina.

Calle Gaztambide, 85. 28003 Madrid.

Correo electrónico: ma-carmen.romero@seg-social.es

Teléfono: 910000160

La cita de este artículo es: M C Romero et al. Estudio del sueño en un grupo de trabajadores del mar mediante la aplicación del cuestionario de Oviedo. Rev Asoc Esp Espec Med Trab 2017; 26: 110-120

RESUMEN.

Objetivo: Determinar la presencia de trastornos del sueño en un grupo de trabajadores del mar. **Método:** se aplicó el Cuestionario de Sueño de Oviedo durante el reconocimiento médico previo a embarque en Madrid en el año 2011 (n=321) y se analizó por sexo, edad, puesto a bordo, actividad y lugar de pernocta. También se comparó con parámetros metabólicos de los mismos individuos. **Resultados:** la satisfacción con el sueño fue alta, el insomnio y la hipersomnia diurna (más prevalente en sujetos de más edad, p<0,05) leves en más del 90% de los casos. El 2,8% precisó ayuda para dormir dos o más noches por semana. En el 56,4% aparecieron fenómenos adversos dos o más noches por semana (mayor prevalencia en varones, p<0,05). De los parámetros

STUDY ON SLEEP IN A GROUP OF SEAFARERS USING THE "CUESTIONARIO DEL SUEÑO DE OVIEDO"

ABSTRACT.

Objective: To study the presence of sleep disorders in a group of seafarers. **Method:** to assess sleep disorders, we used the questionnaire "Cuestionario de Oviedo del Sueño" during pre-embarkation medical checkup in 2011 (n=321) and their distribution by sex, age, working place, vessel's activity and where they actually sleep. These results were also compared to some metabolic parameters of the same individuals. **Results:** more than 90% of the subjects referred high self-reported satisfaction on their sleep, low insomnia and light hipersomnia (more prevalent among older group, p<0,05). 2,8% of them needed help to

metabólicos estudiados, el Índice de Masa Corporal presentó cifras de riesgo en los trastornos del sueño de mayor intensidad. **Conclusiones:** en la población estudiada, la prevalencia de alteraciones del sueño ha sido muy baja.

Palabras clave: Cuestionario Oviedo del Sueño, Salud laboral.

Fecha de recepción: 2 de junio de 2017

Fecha de aceptación: 30 de junio de 2017

sleep two or more nights a week. Additional sleep problems appeared two or more nights per week in 56,4% of them (higher prevalence in males, $p < 0,05$). Of the studied metabolic parameters, Body Mass Index appeared over normal range in patients with stronger sleep disorders. **Conclusions:** in the population studied, we found a low prevalence of sleep disorders.

Key words: Cuestionario de Oviedo del Sueño, Occupational health.