

## Calidad del sueño y depresión en pacientes con enfermedad renal crónica terminal en hemodiálisis

Ana Vasco Gómez, Cristina Herrera Morales, Guillermo Pedreira Robles, Yaiza Martínez Delgado, Ernestina Junyent Iglesias

Hospital del Mar. Barcelona. España

### Introducción:

El sueño es un estado activo en el que suceden modificaciones metabólicas, hormonales y bioquímicas necesarias para el buen funcionamiento del organismo.

Los trastornos de sueño tienen una alta prevalencia en la población en general y se presentan con mayor frecuencia en los pacientes con Insuficiencia Renal Crónica (IRC) en Hemodiálisis (HD).

Un descanso insuficiente o de mala calidad influye negativamente en la actividad cotidiana siendo así causa o consecuencia de estados depresivos/ansiosos.

### Objetivos:

Evaluar la calidad del sueño en la unidad de hemodiálisis y su relación con los niveles de depresión y ansiedad.

### Material y Método:

Estudio observacional descriptivo con inclusión de 28 pacientes en programa crónico de HD durante Febrero de 2017. Se evaluaron los hábitos de sueño mediante cuestionario ad hoc elaborado tras revisión bibliográfica, se recogieron datos sociodemográficos, cuestionario Pittsburg de Calidad del Sueño (escala validada), y se valoró el estado cognitivo (examen Minimental) y ansiedad y depresión (escala HADS). El análisis de los resultados se realizó mediante los programas SPSS(v.22) y Excel.

### Resultados:

Evaluación de 28 pacientes, 18 hombres y 10 mujeres, con una media de edad  $66,75 \pm 14,64$  años.

El 81% (23) presenta insomnio según el test de Pittsburg, siendo un 64% (18) subclínico y un 17% (5) clínico.

El 36% (10) toma medicación para conciliar el sueño, y

el 40% (4) de esta fue pautada por el nefrólogo.

Ninguno de los pacientes se encuentra activo laboralmente, un 78,5% (22) mantiene cada día rutinas sedentarias, solo un 21,5% (6) realiza más de 30min de actividad física y más de un 60% (17) no participa en la realización de las tareas domésticas.

Un 64% (18) presenta valores de Minimental dentro de la normalidad, y un 14% (4) presenta deterioro.

La mediana de horas nocturnas dormidas es de  $6,5 \pm 1,83$  h.

El 46% (13) verbaliza que venir a HD cambia sus hábitos de sueño.

Sólo un 17% (4) realiza alguna tipo de actividad dirigida a conciliar con mayor facilidad el sueño, y estas son TV, radio y lectura.

Un 42% (12) cree tener un problema con el sueño y de este 42%, solo un 27% (3) cree conocer la causa de su insomnio .

Los resultados obtenidos con el HADS fueron para ansiedad un 21% (6) y un 35% (10) para depresión.

Los resultados en el test Pittsburg se correlacionan positivamente con los niveles de ansiedad ( $p=0,004$ ) y depresión ( $p=0,049$ ).

El grado de depresión se correlaciona negativamente con ausencia de deterioro cognitivo (minimental) ( $p=0,010$ )

### Conclusión:

La mayoría de los pacientes tiene una mala calidad de sueño, aunque no lo considera un problema. A pocos pacientes se les ha prescrito medicación para tratar su insomnio y la mayoría la ha pautado el nefrólogo.

Los pacientes presentan alto índice de vida sedentaria aunque la edad media no sea excesivamente elevada y el estado cognitivo esté dentro de la normalidad.

Hemos constatado la relación existente entre los niveles de depresión y ansiedad que presentan los pacientes con el insomnio. Incluiremos en el proceso de educación a pacientes en HD información sobre hábitos de sueño de saludables, así como mejorar la detección y tratamiento especializado de la ansiedad y depresión.