



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE MEDICINA HUMANA



TESIS

**RELACIÓN DE LA ANSIEDAD Y DEPRESIÓN CON LA CALIDAD DE
SUEÑO EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE MEDICINA
HUMANA DE LA UNIVERSIDAD ANDINA DEL CUSCO, 2022**

Presentado por:

Kevin Pablo Grajeda Rojas

Lynda Ximena Cari Avalos

Para optar al título profesional de:

Médico (a) Cirujano (a).

Asesor:

Mg. Wilbert Silva Caceres

ORCID: 0000-0002-9647-730X

CUSCO - PERÚ

2023



RESUMEN

OBJETIVO: Determinar la relación que existe entre ansiedad o depresión con la calidad de sueño en estudiantes de la Escuela Profesional de Medicina Humana de la Universidad Andina del Cusco

MATERIALES Y MÉTODO: Estudio correlacional, prospectivo, transversal y observacional. Se recaudaron datos generales de los participantes. Se utilizaron dos encuestas validadas para evaluar la calidad de sueño (PQSI) y, ansiedad y depresión (DASS 21). Los datos fueron procesados usando el paquete estadístico SPSS para análisis univariado y bivariado

RESULTADOS: La frecuencia, de ansiedad es de 75.1%; de depresión es de 68.77% y de mala calidad de sueño es de 81.82% entre los estudiantes de la escuela Profesional de Medicina Humana de la Universidad Andina del Cusco. Existe relación estadísticamente significativa entre ansiedad y calidad de sueño (OR=5,294, IC95% [2,686-10,435], $p = 0.000$), y entre depresión y calidad de sueño (OR=5,356, IC95% [2,719-10,552], $p = 0.000$)

CONCLUSIÓN: La ansiedad y depresión son factores de riesgo para tener una mala calidad de sueño

PALABRAS CLAVE: Ansiedad, depresión, calidad del sueño, estudiantes de medicina



ABSTRACT

OBJECTIVE: To determine the relationship between anxiety or depression with the quality of sleep in students of the Medical School of the Andean University of Cusco.

MATERIALS AND METHOD: Correlational, prospective, cross-sectional and observational study. The general data of the participants were collected. Two validated surveys were used to assess sleep quality (PQSI) and anxiety and depression (DASS 21). Data were processed using the SPSS statistical package for univariate and bivariate analysis.

RESULTS: The frequency of anxiety is 75.1%; depression is 68.77% and poor sleep quality is 81.82% among the students of the Medical School of the Andean University of Cusco. There is a statistically significant relationship between anxiety and sleep quality (OR=5.294, 95% CI [2.686-10.435], $p = 0.000$), and between depression and sleep quality (OR=5.356, 95% CI [2.719-10.552], $p = 0.000$)

CONCLUSION: Anxiety and depression are risk factors for poor quality sleep

KEY WORDS: Anxiety, depression, sleep quality, students, medical