

REPERCUSIONES EN LA SALUD DE LOS TURNOS DE NOCHE EN EL SERVICIO DE URGENCIAS

Autoras: Morales Ufarte, C; Belmonte Morales, O.

INTRODUCCIÓN

El servicio de urgencias, al igual que diferentes áreas del hospital, funciona 24 horas. Los profesionales sanitarios desempeñan su labor en diferentes turnos, incluidos los turnos de noche. Es sabido que trabajar de noche tiene una serie de consecuencias negativas en la salud de los profesionales. Hemos querido concretar que alteraciones provoca la nocturnidad en la salud de profesionales sanitarios, incluyendo a los/as Técnicos en Cuidados Auxiliares de Enfermería.

OBJETIVO

Analizar cómo influye la nocturnidad en la salud de los profesionales sanitarios, en el servicio de urgencias.

METODOLOGÍA

Se realizó una revisión de la bibliografía disponible en bases de datos como Medline, Cochrane y Lilacs. Se seleccionaron las **palabras clave**: *turno de noche, urgencias, salud, sanitarios, técnicos, cuidados, enfermería*. Incluimos en nuestra búsqueda tanto trabajos originales como revisiones, nacionales e internacionales. Acotamos la búsqueda a estudios publicados entre 2009 y 2022. Obtuvimos un total de 52 resultados de los cuales seleccionamos 25 por ajustarse a nuestro objeto de estudio.

PRINCIPALES REPERCUSIONES EN LA SALUD DEL

TURNOS DE NOCHE



RESULTADOS

De la revisión realizada encontramos que el principal problema que presentan los sanitarios es la alteración del sueño: **insomnio**. Se caracteriza por disminución de la duración sueño, discontinuidad y la peor calidad de este. Entre el 25% y el 90% de los trabajadores/as presentan insomnio relacionado con la nocturnidad laboral. Por otra parte, encontramos **fatiga, sintomatología depresiva, estrés, problemas psicossociales, alteraciones del apetito e inmunológicas, varices y cáncer**.

CONCLUSIONES

Como conclusiones podemos decir que trabajar de noche produce mayores alteraciones en salud que el trabajo diurno, la alteración de los ritmos circadianos, y vivir en un horario contrario al resto de la población da lugar a un aumento de riesgo de padecer trastornos como: insomnio y fatiga en un alto porcentaje, sintomatología depresiva, estrés, problemas psicossociales (dificultad en la conciliación). En menor medida aparición de varices, trastorno del apetito e inmunológicos y en último lugar cáncer.

BIBLIOGRAFÍA

1. Lana A. Riesgo de padecer cáncer de mama asociado al trabajo nocturno. *Enferm Clin.* 2014; (2):126-157.
2. Serra M, L. Trabajo a turnos, privación de sueño y sus consecuencias clínicas y médico legales. *Rev Med Clin Condes.* 2013; 24(3):443- 451
3. A. López Martin. Turnos de 7 horas versus 12 horas en enfermería intensiva: vivir a contratiempo. *Enferm Intensiva.* 2013;24(3):98-103.
4. R. Bonet Porqueras; A. Moliné Pallarés; M. Olona-Cabases et al. Turno nocturno: un factor de riesgo en la salud y calidad de vida del personal de enfermería. *Enferm Cli.* 2009;19(2):76-82.