



165 - LA CALIDAD DEL SUEÑO Y SU INFLUENCIA EN EL CONTROL METABÓLICO DE LOS PACIENTES CON DIABETES *MELLITUS* TIPO 2

M. Marco Menárguez¹, M.A. Tomás Pérez¹, M.D. Espín García¹, P. Cuenca Pérez-Mateos¹, M.J. López López¹, F. Illán Gómez¹, E. Sánchez Navarro¹, M.E. Arjonilla Sampederro¹, J.M. Sandoval Martínez-Abarca¹ y V. Asunción García²

¹Endocrinología y Nutrición, Hospital General Universitario Morales Meseguer, Murcia. ²Endocrinología y Nutrición, Hospital Clínico Universitario Virgen de la Arrixaca, Murcia.

Resumen

Introducción: Las alteraciones del sueño se han asociado a la aparición de trastornos metabólicos. El objetivo de este estudio es analizar la calidad del sueño de los pacientes con DM2 y valorar si repercute en el control glucémico.

Métodos: Estudio observacional transversal de pacientes con DM2 seguidos en consultas externas de Endocrinología en el Hospital Morales Meseguer de Murcia, de marzo a mayo de 2023. La calidad del sueño se evaluó con el Índice de Calidad de Sueño de Pittsburg (PSQI), siendo mala si > 5 puntos. Se analizaron datos clínicos, antropométricos y analíticos.

Resultados: 50 pacientes, 13 mujeres (26%) y 37 varones (74%), con DM2 fueron evaluados mediante el PSQI. De ellos el 58% (29) tenía mala calidad del sueño, con una edad media de 60 (DE 13) años, un IMC medio de 30'8 (DE 4,9) kg/m² y HbA_{1c} media de 7'2 (DE 4,9)%. El 62% tenía hipertensión, el 76% dislipemia, el 14% SAHS y el 20'75% enfermedad cardiovascular aterosclerótica. Mientras que entre las mujeres el 69% tenía mala calidad del sueño, este porcentaje se redujo al 54% entre los varones. No existían diferencias destacables en edad, IMC, prevalencia de HTA, dislipemia y SAHS, entre pacientes que duermen bien y mal. Si bien la enfermedad cardiovascular era ligeramente superior en los pacientes con mala calidad del sueño (20'75 vs. 18%). Aunque sin significación estadística, la HbA_{1c} media fue superior en los pacientes que duermen mal, 7,2 (DE 0,9) vs. 6,8 (DE 1,45)%. El 62% de los pacientes con HbA_{1c} > 7% presentaban mala calidad del sueño, mientras que este porcentaje disminuía al 50,1% entre los que tienen HbA_{1c} 7%.

Conclusiones: En nuestro medio casi el 60% de los pacientes con DM2 tienen mala calidad del sueño, siendo este hallazgo más frecuente entre las mujeres. En estos pacientes tienen una mayor prevalencia de enfermedad cardiovascular aterosclerótica y peor control glucémico. Son necesarios estudios con mayor muestra para confirmar estos hallazgos.