



UNIVERSIDAD INTERNACIONAL SEK

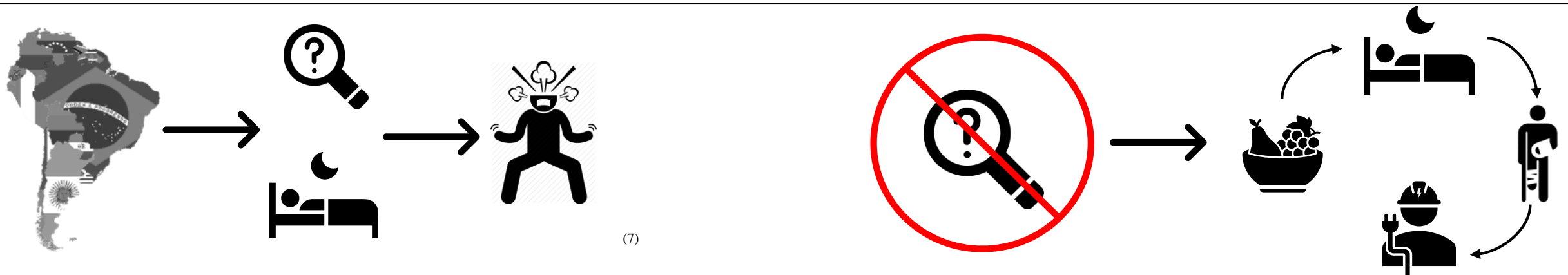
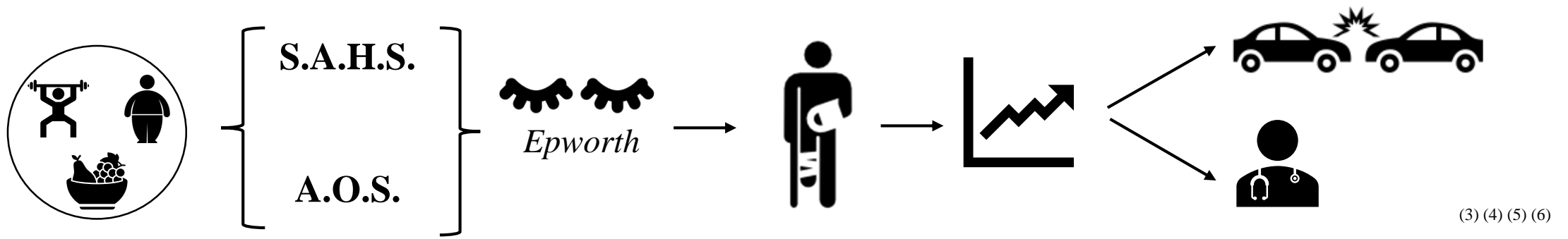
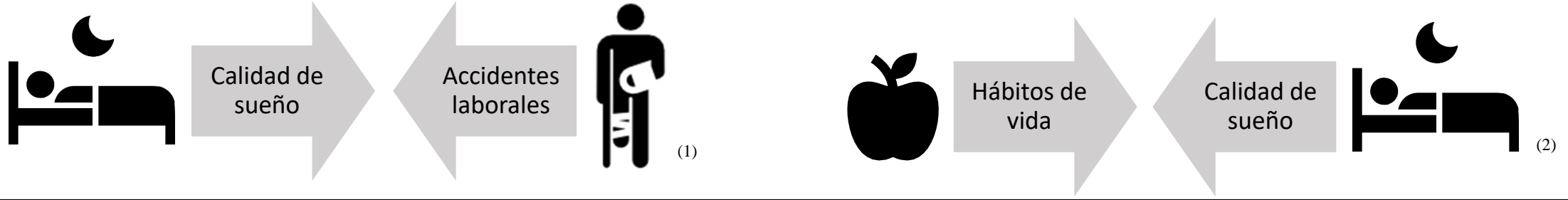
**FACULTAD DE CIENCIAS DEL TRABAJO Y COMPORTAMIENTO
HUMANO**

**"CALIDAD DE SUEÑO Y CONDICIONES DE SEGURIDAD Y SALUD EN
TRABAJADORES DE UNA FÁBRICA DE PRODUCTOS ELÉCTRICOS Y
ELECTRÓNICOS DE LA CIUDAD DE BOGOTÁ"**

Realizado por:
ISAÁC SEBASTIÁN TRUJILLO PADILLA

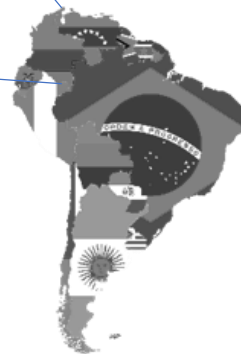
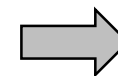
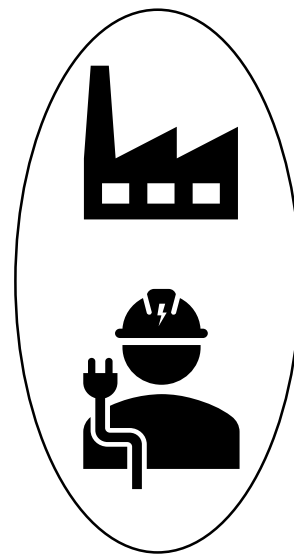
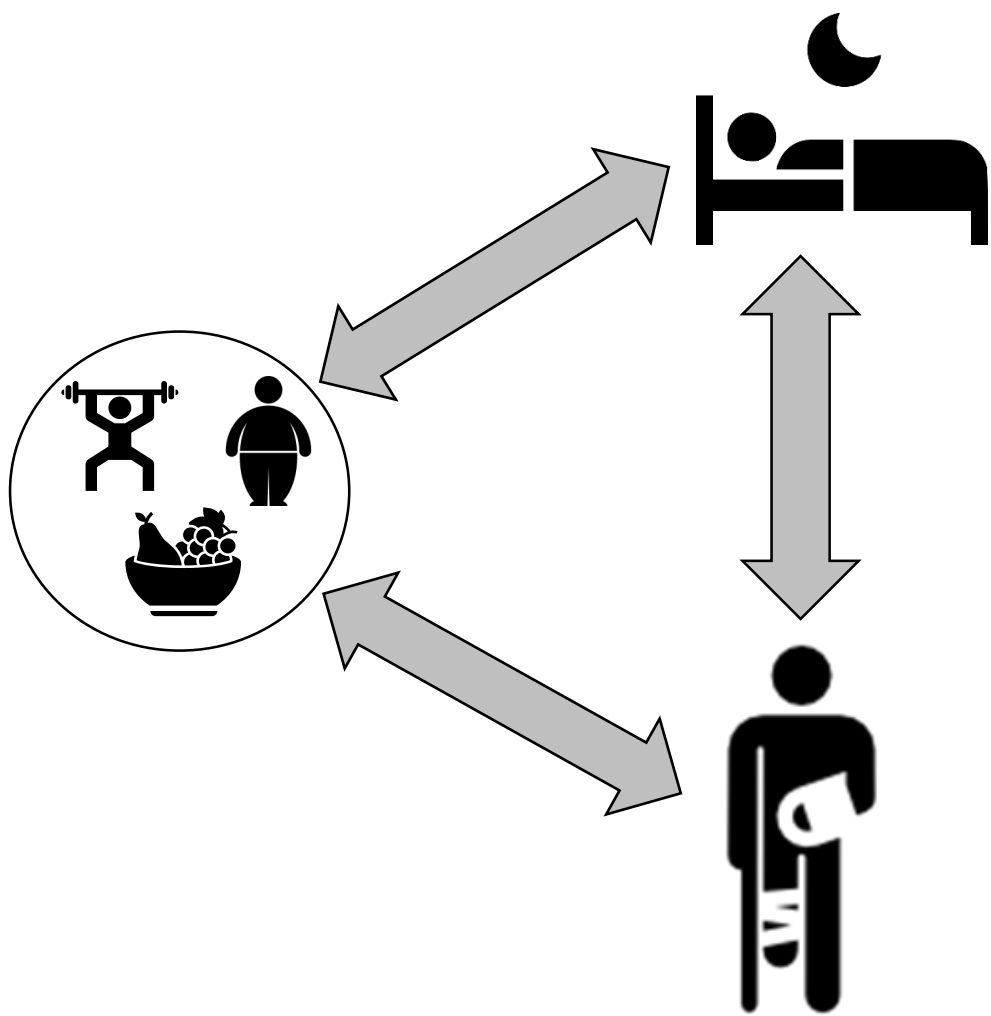
Directora del proyecto:
MG. MICHELLE FERRER

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA



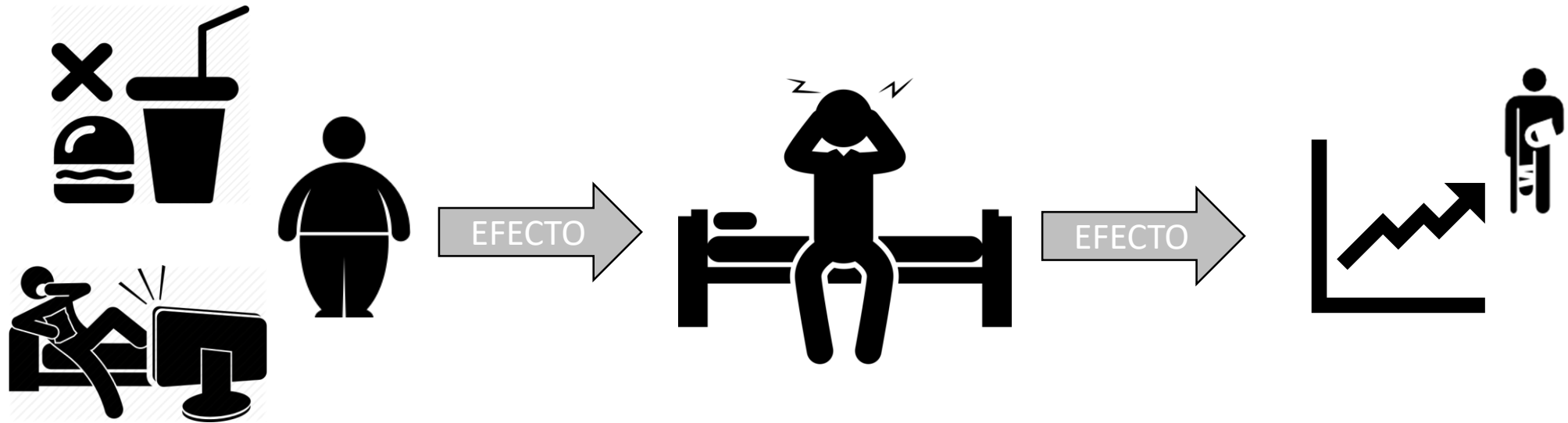
1. (Durand & Rey de Castro, 2004). 2. (Cristi-Montero, 2017) 3. (Hernandez, Parra, & Perez, 2012) 4. (Lemos, Marqueza, Sachi, Lorenzi_Filho, & Moreno, 2009) 5. (Badilla & Alvarado, 2014) 6. (National Sleep Foundation, 2018) 7. (Benavides, y otros, 2016)

OBJETIVO



ECUADOR UNIVERSIDAD INTERNACIONAL **SEK** SER MEJORES

HIPÓTESIS

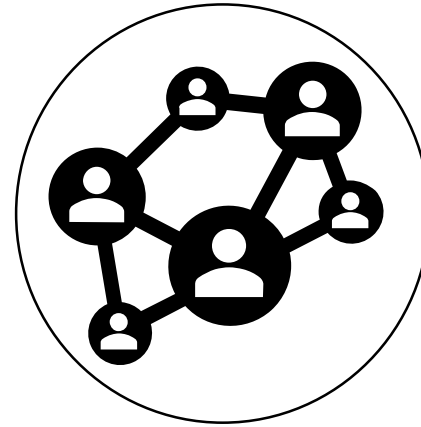


MÉTODO

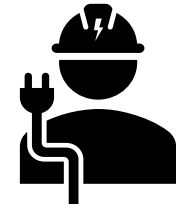


TIPO DE
ESTUDIO

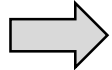
- Descriptivo
- Exploratorio
- Correlacional
- Corte transversal
- No experimental



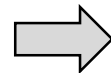
39



ENCUESTA



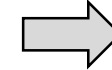
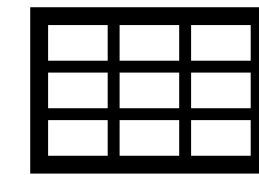
PROCESAMIENTO
DE DATOS



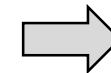
ESTADÍSTICA
Chi²

X²

&



ANÁLISIS DE
RESULTADOS



CONCLUSIONES &
RECOMENDACIONES



MÉTODO

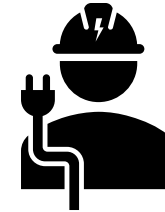
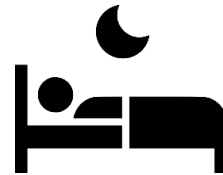
INSTRUMENTO



P.S.Q.I. (8)

+

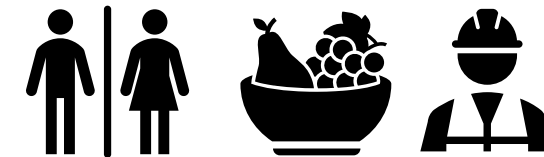
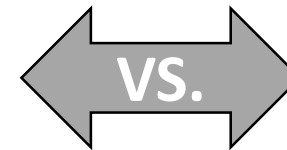
N.S.F.S.Q. (9)



61
PREGUNTAS

28
VARIABLES

1. CALIDAD SUBJETIVA DEL SUEÑO
2. LATENCIA DEL SUEÑO
3. DURACIÓN DEL SUEÑO
4. EFICIENCIA HABITUAL DEL SUEÑO
5. TRASTORNOS DEL SUEÑO
6. USO DE MEDICAMENTOS PARA EL SUEÑO
7. DISFUNCIONALIDAD DIURNA
8. CALIDAD GLOBAL DEL SUEÑO



1. ASPECTOS DEMOGRAFICOS
2. SALUD
3. CONDICIONES DE TRABAJO

NSFSQ: Respuestas Dicotómicas

P.S.Q.I.: Escala 0 – 21; PSQI > 5 → Sueño Pobre

RESULTADOS – Calidad de sueño vs. Salud



Tabla #4. Calidad global de sueño Vs. Salud auto-percibida

Variable	No Buena	Buena	Total
Pobre sueño	2	18	20
Pobre sueño (%)	10.00%	90.00%	100.00%
Buen sueño	0	11	11
Buen sueño (%)	0.00%	100.00%	100.00%
N	2	29	31
N (%)	6.50%	93.50%	100.00%

Tabla #5. Calidad global de sueño Vs. Enfermedades crónicas

Variable	Enfermedades cónicas	Ninguna	Total
Pobre sueño	3	17	20
Pobre sueño (%)	15.00%	85.00%	100.00%
Buen sueño	1	10	11
Buen sueño (%)	9.10%	90.90%	100.00%
N	4	27	31
N (%)	12.90%	87.10%	100.00%

RESULTADOS – Calidad de sueño vs. Salud



Figura #1. Buenos hábitos de alimentación Vs. Calidad global de sueño

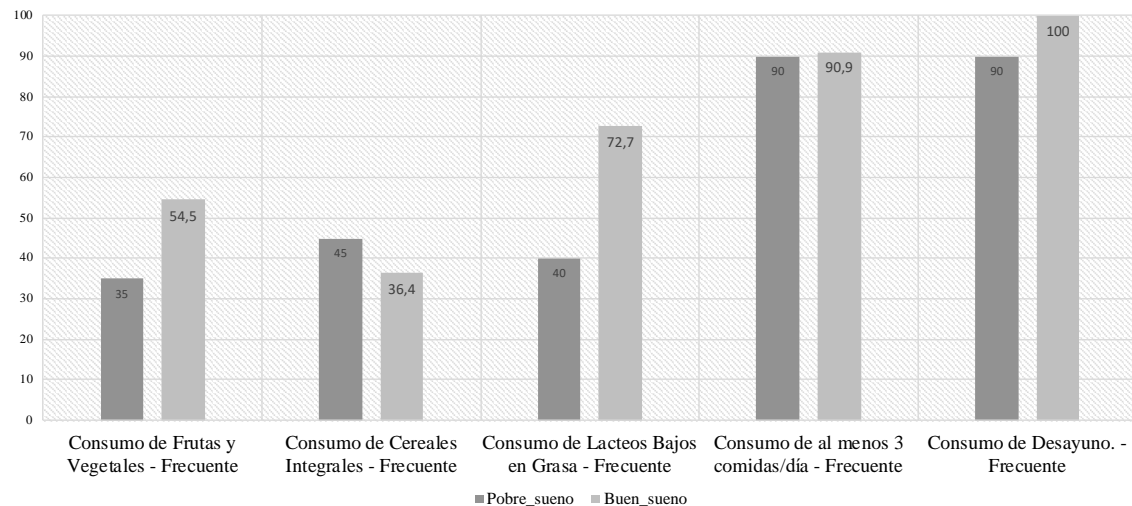


Figura #2. Malos hábitos de alimentación Vs. Calidad global de sueño

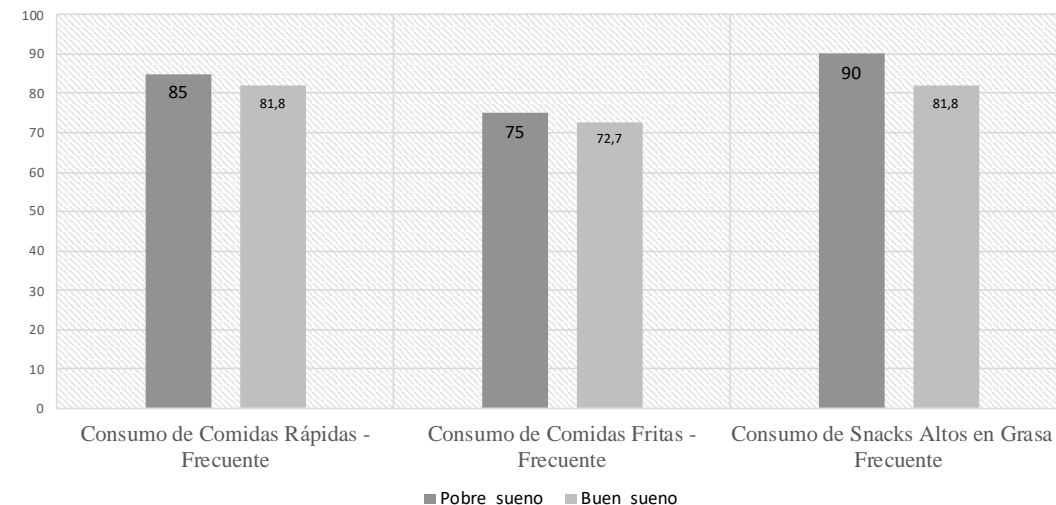


Tabla #6. Calidad global de sueño Vs. Actividad física

Variable	Poco frecuente	Frecuente	Total
Pobre sueño	12	8	20
Pobre sueño (%)	60.00%	40.00%	100.00%
Buen sueño	6	5	11
Buen sueño (%)	54.50%	45.50%	100.00%
N	18	13	31
N (%)	58.10%	41.90%	100.00%

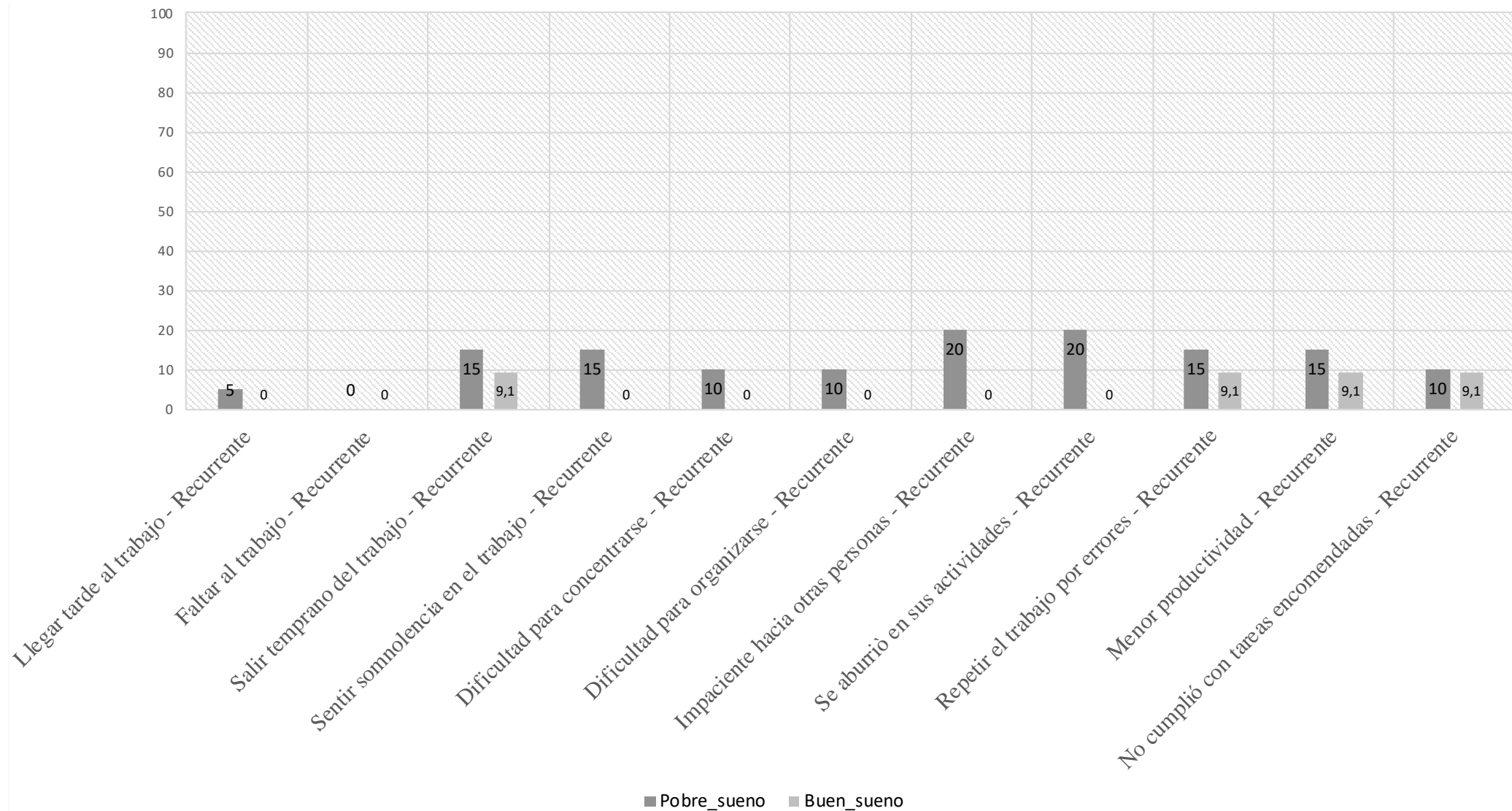
Tabla #7. Calidad global de sueño Vs. Índice de masa corporal

Variable	Obeso I	Sobrepeso	Normal	Total
Pobre sueño	4	5	11	20
Pobre sueño (%)	20.00%	25.00%	55.00%	100.00%
Buen sueño	0	2	9	11
Buen sueño (%)	0.00%	18.20%	81.80%	100.00%
N	4	7	20	31
N (%)	12.90%	22.60%	64.50%	100.00%

RESULTADOS – Calidad de sueño vs. Desempeño laboral



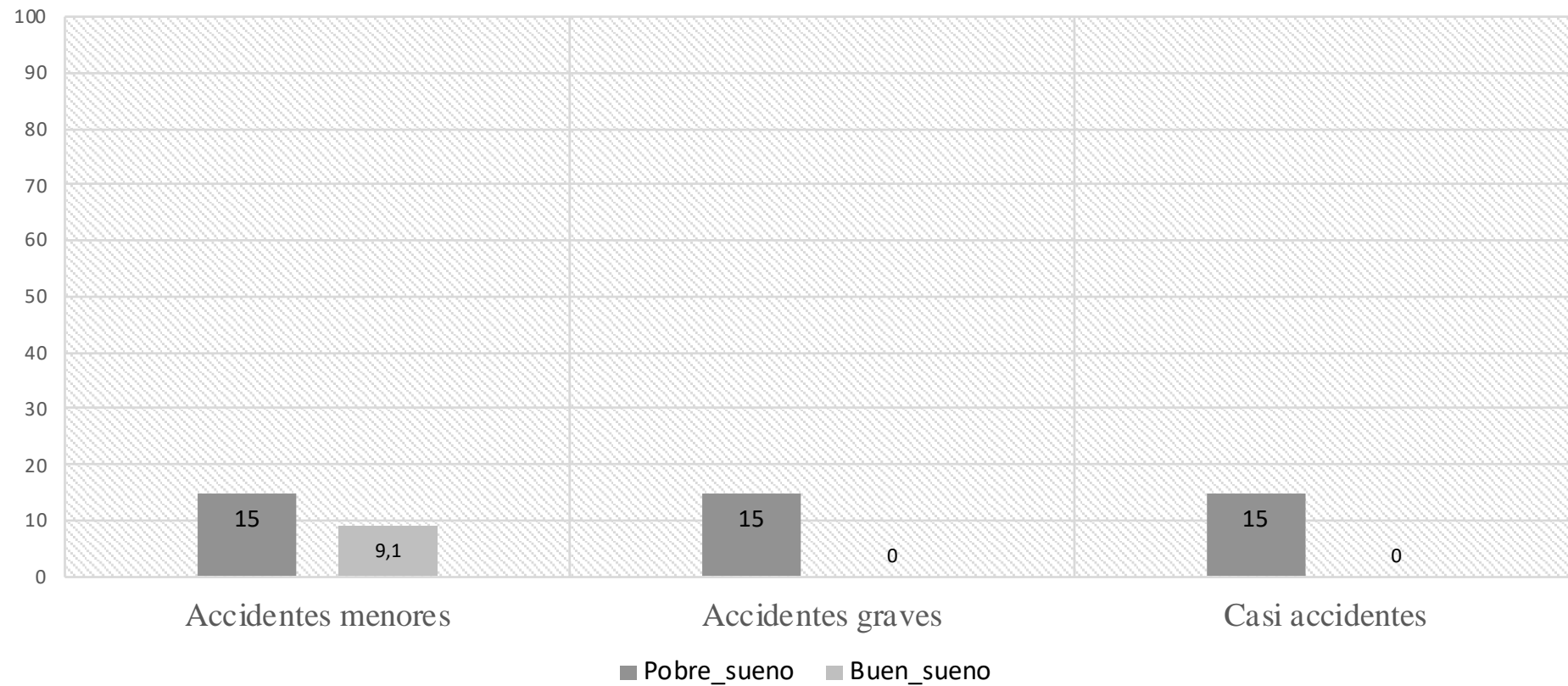
Figura #3. Desempeño en el trabajo Vs. Calidad global de sueño



RESULTADOS – Calidad de sueño vs. Desempeño laboral

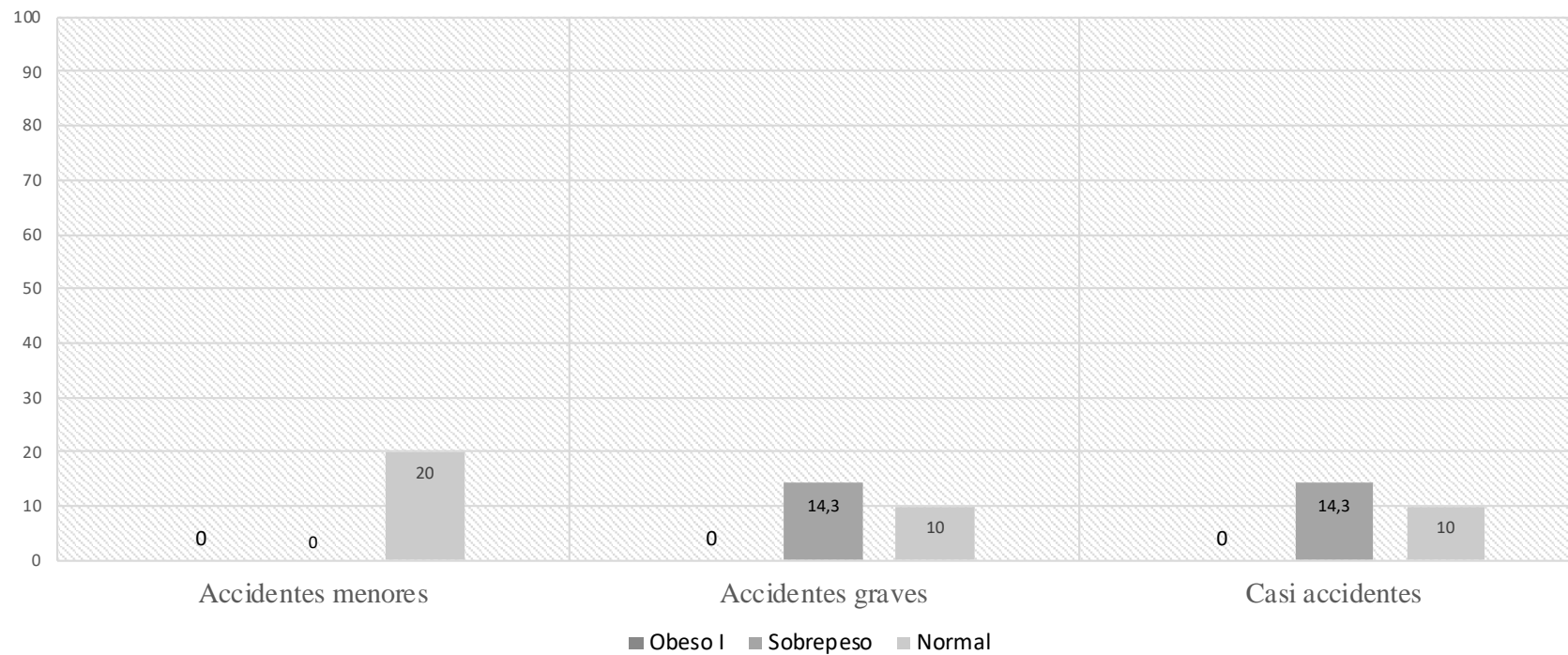


Figura #4. Eventos no Deseados Vs. Calidad global de sueño

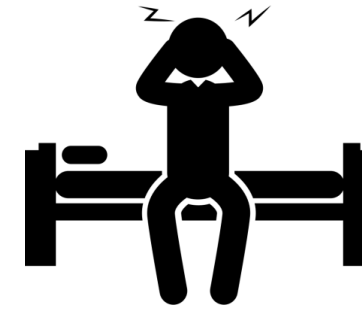
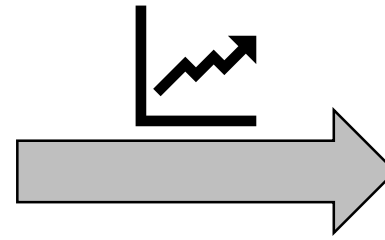


RESULTADOS – Salud vs. Desempeño laboral

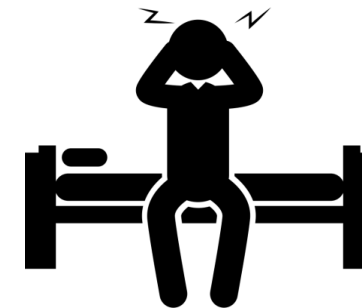
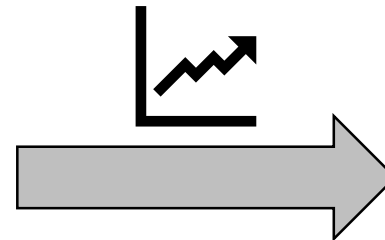
Figura #5. Índice de Masa Corporal Vs. Eventos no Deseados



DISCUSIÓN



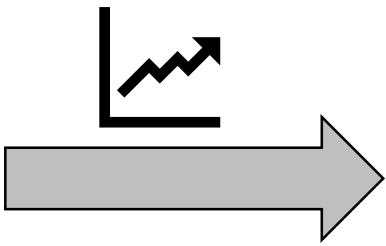
(10) (11)



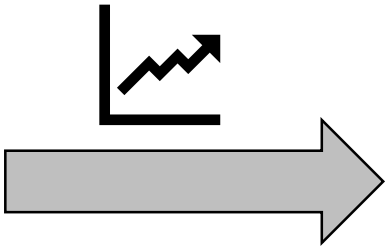
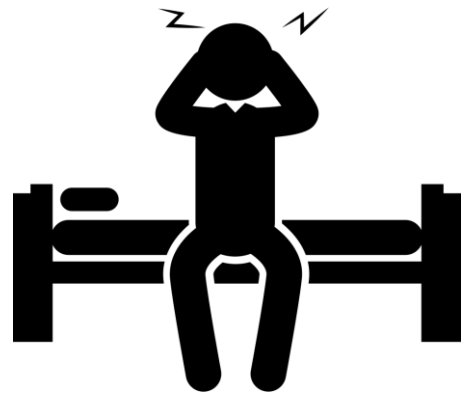
(12) (13) (14)



DISCUSIÓN

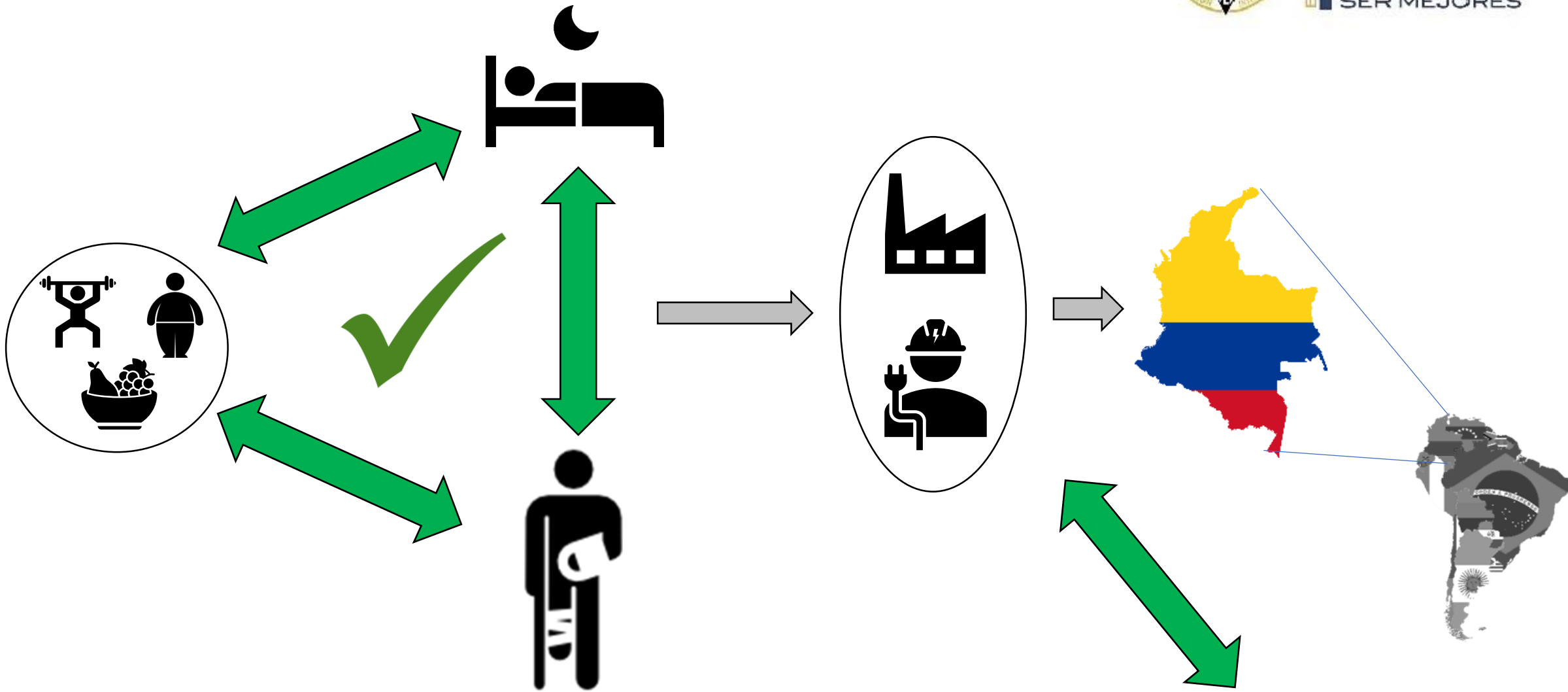


(15)



(16)

CONCLUSIÓN



RECOMENDACIONES

