

## RESUMEN

**Objetivo:** Describir la Calidad del Sueño y Somnolencia Diurna Excesiva en mujeres puérperas. **Materiales y métodos:** El estudio fue observacional descriptivo, serie de casos. Se realizó en la consulta externa de Pediatría y Gineco-Obstetricia del Hospital Nacional Cayetano Heredia. Se formaron tres grupos, el primero conformado por puérperas, el segundo por madres no puérperas y el tercero por nulíparas. Se empleó un instrumento de filiación, la escala de Pittsburgh y la escala de Epworth. El nivel de significancia ( $\alpha$ ) fue de 0,05. **Resultados:** Las participantes tuvieron entre 15 y 35 años, con una media de  $26,7 \pm 4,9$  años. El 90% [IC 95% 80,2 – 99,7] de puérperas presentó mala calidad del sueño. Se determinó que las puérperas de mayor edad ( $28 \pm 5,3$  años) tuvieron mala calidad de sueño. La probabilidad de presentar mala calidad de sueño en el grupo de puérperas fue 4,5 [IC 95% 1,2 – 17,1] veces mayor con respecto a las nulíparas. El 35% [IC 95% 19,6 – 50,4] de puérperas presentó somnolencia diurna excesiva. **Conclusiones:** La mala calidad del sueño y la somnolencia diurna excesiva fueron más frecuentes en las puérperas en relación a las madres no puérperas y las nulíparas. La mala calidad del sueño fue más frecuente que la somnolencia diurna excesiva en las puérperas. La mala calidad del sueño fue más frecuente en las puérperas de mayor edad. Las puérperas tienen 4,5 veces más probabilidad de tener mala calidad del sueño y 6,6 veces más probabilidad de tener somnolencia diurna excesiva en comparación con las nulíparas.