



PARANINFO DIGITAL

MONOGRÁFICOS DE INVESTIGACIÓN EN SALUD

ISSN: 1988-3439 - AÑO VIII – N. 20 – 2014

Disponible en: <http://www.index-f.com/para/n20/403.php>

PARANINFO DIGITAL es una publicación periódica que difunde materiales que han sido presentados con anterioridad en reuniones y congresos con el objeto de contribuir a su rápida difusión entre la comunidad científica, mientras adoptan una forma de publicación permanente.

Este trabajo es reproducido tal y como lo aportaron los autores al tiempo de presentarlo como COMUNICACIÓN DIGITAL en "JÓVENES Y SALUD ¿Combatir o compartir los riesgos?" **Cualisalud 2014 - XI Reunión Internacional – I Congreso Virtual de Investigación Cualitativa en Salud**, reunión celebrada del 6 al 7 de noviembre de 2014 en Granada, España. En su versión definitiva, es posible que este trabajo pueda aparecer publicado en ésta u otra revista científica.

<i>Título</i>	Principales fuentes de estrés en las prácticas clínicas de estudiantes de enfermería
<i>Autores</i>	Ma. del Rocío <i>Rocha Rodríguez</i> , Verónica <i>García Dianas</i> , Reyna Karina <i>Gómez Durón</i> , Eunice María <i>González Yáñez</i> , M. Elizabeth <i>Naranjo Muñiz</i> , Martha Imelda <i>Maldonado Cervantes</i>
<i>Centro/institución</i>	Universidad Autónoma de San Luis Potosí (UASLP), Unidad Académica Multidisciplinaria Zona Media. Cuerpo Académico Cuidado de la Salud.
<i>Ciudad/país</i>	San Luis Potosí, México
<i>Dirección e-mail</i>	rociorocha8@hotmail.com

TEXTO DE LA COMUNICACIÓN

Introducción

La organización mundial de la salud define estrés como el conjunto de reacciones fisiológicas que prepara al organismo para la acción.⁽¹⁾

Estudios muestran que la mayoría de los estudiantes sufren estrés y ansiedad durante sus prácticas en los hospitales, siendo las experiencias más temidas: el cuidado del paciente en fase terminal, la convivencia con el dolor ajeno, seguidas del propio entorno hospitalario, el cuidado de pacientes oncológicos y psiquiátricos lo que más genera estrés.⁽²⁾ Los alumnos de enfermería viven con mucha ilusión y expectativas al comienzo de las prácticas clínicas. Pero también es cierto que las viven con cierto temor.⁽³⁾

Actualmente, la sociedad atraviesa por un periodo de grandes cambios, originando estrés en las personas.⁽⁴⁾ Esta reacción de estrés incluye una serie de reacciones emocionales negativas (desagradables), de las cuales las más importantes son: ansiedad, ira y negación.⁽⁵⁾ El estrés está considerado como el resultado de la incapacidad del individuo de hacer frente a las demandas del ambiente, a diferencia de la ansiedad que sería la reacción emocional ante una amenaza manifestada a nivel cognitivo, fisiológico, motor y emocional. De modo que la ansiedad constituye la principal respuesta emocional asociada al estrés; considerándolo una condición transitoria, caracterizada por sentimientos subjetivos de tensión, aprensión, inquietud y preocupación, así como

una hiperactividad del sistema nervioso autónomo, la cual puede variar en intensidad y fluctuar en el tiempo.⁽⁶⁾

Estudios muestran que la mayoría de los estudiantes sufren estrés y ansiedad durante sus prácticas en los hospitales, siendo las experiencias más temidas: el cuidado del paciente en fase terminal, la convivencia con el dolor ajeno, seguidas del propio entorno hospitalario, el cuidado de pacientes oncológicos y psiquiátricos lo que más genera estrés.⁽¹⁾ Cerca de 490 millones de personas sufren de estrés en todo el mundo. De acuerdo a la asociación Americana de psicología, el 48% de las personas que padecen estrés tienen gran impacto negativo en su vida personal y laboral.

El estrés asociado a los trabajos asistenciales son hechos conocidos desde siempre, si cualquier trabajo cansa y produce estrés, trabajar con personas a las que hay que atender, cuidar, orientar, ayudar o sencillamente acompañar, cansa doblemente.⁽⁷⁾ Los alumnos de enfermería viven con mucha ilusión y expectativas el comienzo de las prácticas clínicas. Pero también es cierto que las viven con cierto temor.⁽⁸⁾

Las prácticas clínicas son un elemento fundamental en la formación de los estudiantes de enfermería, ya que les permiten aplicar los conocimientos teóricos y desarrollar habilidades para la prestación de cuidados a los pacientes. Las prácticas hospitalarias tienen un gran impacto educativo ya que los conocimientos que se adquieren en ellas permiten el desarrollo de las habilidades y actitudes propias de cada estudiante que les son necesarias para la adquisición de competencias y les permiten incorporarse como profesionales en el ámbito sanitario.⁽⁴⁾

Zupiría y cols. Concluyen tras la aplicación del cuestionario Kezkak de estresores en una población de 86 alumnos de enfermería, que las principales fuentes de estrés, tanto al principio como al final de la carrera son, en orden de importancia: falta de competencia, impotencia e incertidumbre, dañarse en la relación con el enfermo, implicación emocional, no controlar la relación con el enfermo, contacto con el sufrimiento y relación con los compañeros.⁽⁸⁾

En las prácticas clínicas, los alumnos toman contacto con su futura profesión y se entrenan en la misma, enfrentándose a situaciones difíciles, que en muchas ocasiones son generadoras de estrés y no siempre se realizan en un entorno favorecedor que les permite entender la práctica enfermera en su totalidad. El cambio o transición de un ambiente a otro son características habituales de la vida, sin embargo, en la mayoría de los casos, estos cambios se asocian a estrés e, incluso, pueden tener efectos poderosamente negativos sobre algunas personas, afectando su bienestar personal y a su salud en general.⁽⁹⁾

Por ello, en la formación de los estudiantes de enfermería es fundamental conocer las fuentes de estrés relacionadas con el rol que desempeñan durante las prácticas para determinar qué habilidades potenciar y así contribuir a la salud laboral de los futuros profesionales e, indirectamente, a un mejor cuidado de las personas atendidas.⁽⁴⁾

Material y métodos

Estudio transversal, descriptivo, realizado a los estudiantes de tercer semestre de la licenciatura en enfermería de la Unidad Académica Multidisciplinaria Zona Media. La encuesta se realizó al concluir las prácticas clínicas al final del semestre. Solicitando su complementación en el mismo momento de su entrega del consentimiento informado.

Para medir el estrés de los estudiantes en las prácticas clínicas se abordó el "Cuestionario KEZKAK" cuestionario bilingüe de estresores de los estudiantes de enfermería en las prácticas clínicas (Zupiría Gorostidi, X, et al. 2003, que mide factores causantes de estrés en las prácticas clínicas de enfermería, presentando un alto nivel de

validez y fiabilidad. El análisis de los datos se realizó con el paquete estadístico SPSS Statistics v.21.

Resultados

Los datos obtenidos nos muestran una población de 82 estudiantes de enfermería, de los cuales están distribuidos con un 18.3 % al género masculino y un 81.7% al género femenino, lo cual nos muestra que hay una población mayor del género femenino con un 63.4% del total.

Por otra parte en el ítem de “picarme con una aguja infectada” se observa que solo a 8 masculinos siendo el 53.3% les inquieta picarse con una aguja infectada, por su parte, 33 femeninas representando el 49.2% les intranquiliza esta situación.

Los valores de estrés obtenidos en el ítem “que el paciente toque ciertas partes de mi cuerpo” nos muestran que en el rubro de (mucho) tiene un alto impacto con un 36.6%, de los cuales el 3.7% son hombres y el 32.9% mujeres.

El 26.8% de los estudiantes les preocupa “ser invisibles por los profesionales” de los cuales el 6.1% son hombres y el 20.7% mujeres. En cuanto a resultados, los datos nos arrojan un sobresaliente porcentaje del género femenino en cuanto a población, pues ocupan un 81.7% del total a diferencia del género masculino que ocupa un 18.3%, pese a ello, los resultados en relación a los ítems que se relacionan con hacer daño físico al paciente y género, nos indican que quien sufre más estrés en las prácticas clínicas, son los hombres, pues más del 50% del total de ellos se sienten estresados ante estas situaciones a diferencia de las mujeres que aunque representan la mayoría de la población, menos de la mitad del total de ellas sufren estrés.

Discusión

Después de analizar los resultados obtenidos en el estudio, se puede afirmar que los estudiantes de enfermería presentan estrés durante la realización de sus prácticas clínicas. Esto coincide con investigaciones en las que se encontraron resultados similares. Es importante mencionar que este estrés percibido por los alumnos, puede deberse al semestre que cursaron, en el cual fue su primer contacto con los pacientes de una estancia clínica a diferencia de otros semestres en los que sus experiencias fueron con otro tipo de pacientes.

Conclusiones

Consideramos importante realizar un seguimiento a los alumnos que seguirán en la institución en semestres posteriores para comprobar si los estresores se mantienen o disminuyen conforme avanza la relación con este tipo de experiencias prácticas en instituciones clínicas.

Debido a esto, sería importante planear algunas estrategias o programas que se deben implementar en los alumnos de esta institución para reducir el grado de estrés, logrando un mejor desempeño en sus conocimientos y habilidades teóricos-prácticos con ello priorizar y planificar las intervenciones educativas logrando una adaptación con mayor facilidad a las demandas académicas que requiere la carrera y sean ejercidas con mayor satisfacción.

Por todo lo anterior, consideramos importante realizar un seguimiento a los alumnos que seguirán en la institución en semestres posteriores para comprobar si los estresores

se mantienen o disminuyen conforme avanza la relación con este tipo de experiencias prácticas en instituciones clínicas.

Debido a esto, sería importante planear algunas estrategias o programas que se deben implementar en los alumnos de esta institución para reducir el grado de estrés, logrando un mejor desempeño en sus conocimientos y habilidades teóricos-prácticos con ello priorizar y planificar las intervenciones educativas logrando una adaptación con mayor facilidad a las demandas académicas que requiere la carrera y sean ejercidas con mayor satisfacción. Esto podría ser muy útil, ya que la carrera año con año obtiene una gran demanda de nuevos estudiantes que se enfrentarán a las mismas circunstancias en su primer contacto con el paciente hospitalizado, evitando la repetición de las mismas experiencias de estrés a las que se enfrentaron los alumnos de este estudio.

De ese modo será mucho más fácil evitar que los futuros profesionales de enfermería sean personal laboral con un alto nivel de estrés, ya que obtendrán diferentes experiencias que pueden presentarse con alta frecuencia en un futuro.

Con respecto a los docentes, sería de gran importancia que consideren a la hora de enseñanza, la realicen lo más apegado a la realidad y no dando especulaciones irreales que crearan falsas imaginaciones por parte de los alumnos y al momento de enfrentarse con lo real se lleven un fuerte impacto y por consecuencia un mal desempeño en las actividades prácticas del periodo a cursar; de tal manera que el personal de la institución correspondiente sea consciente del grado de aprendizaje así como del ritmo académico de los estudiantes reaccionando con tolerancia y recordando que ellos pasaron alguna vez por estas experiencias.

Bibliografía

1. Izquierdo Lozano, D.M., Rosas Laureano, C.B. Presencia de estresores en los estudiantes de enfermería en las prácticas clínicas. [En línea] [Fecha de acceso: Octubre del 2010] URL disponible en:

<http://cdigital.uv.mx/bitstream/123456789/28494/1/Izquierdo%20Lozano.pdf>.

2. Cobo Cuenca AI; Carbonell Gómez de Zamora R, Rodríguez Aguilera C, Vivo Ortega I, Castellanos Rainero RM, Sánchez Donaire A. Estresores y ansiedad de los estudiantes de enfermería en sus primeras prácticas clínicas. [En línea] [Fecha de acceso: 2010 Nov. Dic] Disponible en:

<http://www.fuden.es/FICHEROSADMINISTRADOR/INVNURE/NURE49proyectoestr esoresp.pdf>.

3. López V F, López M MJ. Situaciones generadoras de estrés en los estudiantes de enfermería en las prácticas clínicas. Rev Ciencia y Enfermería XVII. [Revista en internet] 2011 [Consultada el 13 de agosto de 2014];(2):47-54. Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-95532011000200006&script=sci_arttext.

4. Blanco García B. Los niveles de estrés de los estudiantes de enfermería: programas de ayuda y acogida para los nuevos profesionales de enfermería. [En línea] [Fecha de acceso: 25 de Julio del 2012] URL disponible en:

http://digibuo.uniovi.es/dspace/bitstream/10651/4108/3/TFM_Bel%C3%A9n%20Blanco%20Garc%C3%ADa.pdf.

5. Tam Phun E., Benedita Dos Santos C. El consumo de alcohol y el estrés entre estudiantes del segundo año de enfermería. [En línea] [Fecha de acceso: 2010 mayo-junio] URL disponible en: <http://www.scielo.br/pdf/rlae/v18nspe/a03v18nspe.pdf>.
6. Moya N M, Larrosa S S, López M C, López R I, Morales R L, Simon G A. Percepción del estrés en los estudiantes de Enfermería ante sus prácticas clínicas. Rev. Enfermería Global [Revista en internet] 2013 [Consultada el 21 de agosto de 2014]. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1695-61412013000300014&script=sci_arttext.
7. Mamani, O.A. Factores estresantes en las primeras experiencias prácticas hospitalarias. [En línea] [Fecha de acceso: 27 de Febrero del 2013] URL disponible en: http://www.enfermeria.fcm.unc.edu.ar/biblioteca/tesis/mamani_omar.pdf.
8. López González, J.M., Orbañanos Peiro L., Cibanal Juan M.L. Identificación de estresores en las prácticas clínicas y evolución de los mismos en una promoción de alumnos de enfermería. [En línea] [Fecha de acceso: 2010 Nov. Dic] Disponible en: http://scielo.isciii.es/pdf/sm/v69n1/03_original2.pdf.
9. Polo A., Hernández J.M., Poza C. Evaluación del estrés académico en estudiantes universitarios. [En línea] [Fecha de acceso: 2012] URL disponible en: http://www.unileon.es/estudiantes/atencion_universitario/articulo.pdf.