



PARANINFO DIGITAL

MONOGRÁFICOS DE INVESTIGACIÓN EN SALUD

ISSN: 1988-3439 - AÑO IX – N. 22 – 2015

Disponible en: <http://www.index-f.com/para/n22/263.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 PÓSTER en **FORO I+E "Impacto social del conocimiento" - II Reunión Internacional de Investigación y Educación Superior en Enfermería - II Encuentro de Investigación de Estudiantes de Enfermería y Ciencias de la Salud**, reunión celebrada del 12 al 13 de noviembre de 2015 en Granada, España. En su versión definitiva, es posible que este trabajo pueda aparecer publicado en ésta u otra revista científica.

Título	Gestión de las emociones en estudiantes de enfermería de la Universidad de Sevilla
Autores	Miguel Ángel Ayuga Luque, Miriam Márquez Gambín, Patricia Rodríguez Cea, Celia Pérez Real, Rosa Casado-Mejía
Centro/institución	Facultad de Enfermería, Fisioterapia y Podología. Universidad de Sevilla
Ciudad/país	Sevilla, España
Dirección e-mail	miguelayuga@outlook.com

TEXTO DE LA COMUNICACIÓN

1. Introducción

La enfermería es una profesión cuyo fin es cuidar en las esferas biológica, psicológica, social y espiritual del ser humano a lo largo de todas las etapas del ciclo vital.

Tal y como recoge la Ficha de Verificación de 2008 que describe el Título de Grado en Enfermería, el enfermero actuará en *la asistencia y el cuidado durante la vida, el apoyo a morir con el mínimo sufrimiento posible, las relaciones interpersonales, las relaciones con el medioambiente, la perspectiva transcultural, la atención humanística, la búsqueda de la cobertura de las necesidades humanas y la prevención y detección de las "patologías de la civilización"* como la xenofobia o la violencia de género que son, en el día de hoy, la esencia del cuidado.

Para ello, los enfermeros y enfermeras deben formarse adecuadamente, no sólo a nivel técnico y cognoscitivo sino también a nivel humanista y emocional^{1,2}.

La formación del Grado en Enfermería está distribuida en docencia académica y práctica. Y es precisamente en ésta última donde el alumnado tiene que enfrentarse a numerosas y diversas situaciones en las que la gestión de sus emociones juega un papel fundamental.

Esto queda reflejado en los *Diarios Reflexivos*, memorias que realizar el alumnado durante sus prácticas. Así el profesorado que supervisa ha podido hacer un seguimiento de las vivencias de sus estudiantes.

La Organización Mundial de la Salud define la *salud emocional* como un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede

afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad.

Adquirir la capacidad de regular las propias emociones, gestionarlas y canalizarlas es indispensable puesto que constantemente estamos atribuyendo significados afectivos y emocionales a todos los sucesos de la vida³.

El alumnado de enfermería en su formación se ve obligado a integrar la gestión emocional como una herramienta de trabajo.

Asignaturas como *Enfermería Psicosocial* o *Género y Salud*⁴ de forma directa, y otras transversalmente intentan dar respuesta a esta demanda, pero ¿es suficiente, específico y eficaz? ¿Cuáles son las situaciones vividas como más “agresivas”? ¿Qué capacidades y actitudes desarrolla el alumnado? En este contexto, dentro del grupo de alumnado interno del Departamento de Enfermería adscrito a la asignatura de Enfermería Familiar y Comunitaria, nos planteamos los siguientes objetivos.

Objetivo general

- Explorar cómo gestiona sus emociones en las prácticas clínicas el alumnado de la Unidad Docente Virgen del Rocío (UDVR) de la Facultad de Enfermería, Fisioterapia y Podología de la Universidad de Sevilla.

Objetivos específicos

- Identificar los factores que condicionen la gestión de emociones.
- Explorar las estrategias de afrontamiento más utilizadas.
- Indagar en la percepción que tiene el alumnado de la educación emocional recibida y la importancia que le confieren

2. Metodología

En relación a los objetivos propuestos se llevará a cabo una metodología cualitativa que nos permita conocer, con perspectiva de género, y con un análisis interpretativo lo que dice, hace y piensa el alumnado⁵.

Se establece como *unidad de observación* la UDVR: alumnado matriculado a partir del 2º curso cuando comienzan el practicum.

Para el análisis de contenido las *unidades de análisis* serán las vivencias, la capacidad de autogestión relacionada con las emociones y la educación emocional.

Recogida de Datos

Entrevistas en Profundidad: técnica de obtención de información, mediante una conversación profesional con una o varias personas. Estos encuentros entre investigador/a e informantes, están dirigidos hacia la comprensión de las perspectivas que tienen estos últimos respecto a sus vidas, experiencias o situaciones, tal como las expresan con sus propias palabras.

Se utilizaron como criterios de segmentación el sexo (H/M), la edad (>30a/<30a) y el curso (3º y 4º), definiéndose 8 perfiles. Al ser un estudio exploratorio se realizará 1 entrevista por perfil, haciendo un total de 8.

Análisis de datos

Las transcripciones se convertirán en “documentos”: se codificarán asignando fragmentos de texto a las categorías establecidas, para analizar documentos y categorías, cruzándolos entre sí y discutirlos con la bibliografía.

Las primeras *categorías de análisis* en relación con los objetivos del proyecto, sin perjuicio de otras que emerjan:

- Emociones que le han suscitado el trato con los y las pacientes
- Estrategias utilizadas para afrontar las emociones
- Percepción de salud emocional
- Formación recibida

3. Resultados y discusión

La mayoría del alumnado relaciona las emociones con el contexto en el que se producen tanto situacional externo como interior (estados de ánimos). Schacter-Singer⁶ mantiene que las emociones son debidas a la evaluación cognitiva de un acontecimiento, pero también a las respuestas corporales. La persona nota los cambios fisiológicos, advierte lo que ocurre a su alrededor y denomina sus emociones de acuerdo a ambos tipos de observaciones.

Emociones que le han suscitado el trato con los y las pacientes

En todo el alumnado en general, independientemente de la edad, se dan sentimientos de ambivalencia en el trato con el paciente, y depende también del tipo de situación. Expresan emociones como sentirse mal, tristeza, enfado, impotencia, frustración...

Estrategias utilizadas para afrontar las emociones

El “esfuerzo” cognitivo y conductual que debe realizar un individuo para manejar esas demandas externas (ambientales, estresores) o internas (estado emocional) y que son evaluadas como algo que excede los recursos de la persona, es lo que se ha acordado denominar estrategias de afrontamiento⁷.

Parece que el alumnado más joven afronta peor las emociones y situaciones difíciles que el alumnado entrevistado mayor de 30 años. También expresan diversas estrategias tales como evitación, mirar al paciente, apoyo, relajación, intentar tranquilizarse, autocomprenderse...

Gestión de las Emociones

El alumnado más joven considera que no poseen suficientes habilidades para gestionar las emociones, y el alumnado mayor de 30 años sí se cree poseedor de técnicas que les permite gestionar más eficazmente las emociones.

Formación

Todo el alumnado entrevistado percibe que la formación en la gestión emocional es necesaria, porque se encuentra con emociones y situaciones emocionales que no sabe cómo gestionar, sin embargo coinciden en percibir la formación recibida insuficiente. Esto coincide con la afirmación de Paoloni⁸ de que el estudio de las emociones en contextos educativos emerge muy despacio a pesar de su importancia en la salud de los profesionales⁹.

4. Conclusiones

La gestión emocional es imprescindible en el buen quehacer profesional enfermero, mejorando el autocuidado y la calidad del cuidado profesional.

El alumnado lo considera también de gran importancia para el afrontamiento en sus prácticas clínicas, sin embargo no perciben que la formación recibida en este sentido sea suficiente.

Será necesario potenciar la formación en gestión emocional en los distintos planes de estudios de Grado en Enfermería.

Bibliografía

1. Castillo Ávila I et al. Estrés laboral en Enfermería y factores asociados. Cartagena (Colombia). Salud Uninorte, 2014;30(1).
2. Cantera LM, Cantera, FM. El auto-cuidado activo y su importancia para la Psicología Comunitaria, Psicoperspectivas, 2014;13:88–97
3. Bizquerra Alzina R. Educación emocional y competencias básicas para la vida. Revista de Investigación educativa, 20013;21 (1):7–43.
4. Casado-Mejía R. et al. Nuevas metodologías para abordar el proceso de enseñanza-aprendizaje en Género. En Vázquez, I: Investigación y Género. Logros y Retos. Sevilla: Universidad Sevilla; 2011.
5. Bernete F. Análisis de contenido: cualitativo y cuantitativo. En: Lucas Martín A, Noboa A (Coord.): Conocer lo social: estrategias y técnicas de construcción y análisis de datos. Madrid: Universidad Complutense de Madrid; 2013.
6. Schacter S and Singer J. (1962). Cognitive, Social, and Physiological Determinants of Emotional State. Psychological Review, 1962;69:379–399.
7. Lazarus RS and Folkman S. Stress, appraisal, and coping. New York: Springer; 1984.
8. Paoloni, PV. Emociones en contexto académico. Perspectivas teóricas e implicaciones para la práctica educativa en la Universidad. Electronic Journal Research in Educational Psychology. 2014;12(3):567-596.
9. Acinas MP. Burn-out y desgaste por empatía en profesionales de cuidados paliativos. Revista digital de medicina Psicosomática y Psicoterapia, 2012; 2:1-22.