	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAR113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 4
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2020-12-10
		PAGINA: 1 de 8

Código de la dependencia.


FECHA	lunes, 22 de marzo de 2021
--------------	----------------------------

Señores
UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA
 BIBLIOTECA
 Ciudad

UNIDAD REGIONAL	Seccional Girardot
TIPO DE DOCUMENTO	Trabajo De Grado
FACULTAD	Ciencias De la Salud
NIVEL ACADÉMICO DE FORMACIÓN O PROCESO	Pregrado
PROGRAMA ACADÉMICO	Enfermería

El Autor (Es):

APELLIDOS COMPLETOS	NOMBRES COMPLETOS	No. DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN
Mendoza Moreno	Alba roció	1072423925
Urian Mendivelso	Carold Elizabeth	1070917511

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAR113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 4
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2020-12-10
		PAGINA: 2 de 8

Director(Es) y/o Asesor(Es) del documento:

APELLIDOS COMPLETOS	NOMBRES COMPLETOS
Contreras Rodríguez	Claudia del Rocío


TÍTULO DEL DOCUMENTO
CAPACIDAD DE AFRONTAMIENTO Y ADAPTACIÓN DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA EN EL MANEJO DE ESTRESORES PERCIBIDOS EN LA PRÁCTICA CLÍNICA, UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA, SEGUNDO PERIODO 2020.

SUBTÍTULO (Aplica solo para Tesis, Artículos Científicos, Disertaciones, Objetos Virtuales de Aprendizaje)

TRABAJO PARA OPTAR AL TÍTULO DE: ENFERMERA

AÑO DE EDICIÓN DEL DOCUMENTO	NÚMERO DE PÁGINAS
marzo de 2021	88

DESCRIPTORES O PALABRAS CLAVES EN ESPAÑOL E INGLÉS (Usar 6 descriptores o palabras claves)	
ESPAÑOL	INGLÉS
1. estudiantes de enfermería	Nursing students
2. afrontamiento	coping
3. estrés	stress
4. adaptación	adaptation
5. automanejo	self-management
6.	

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAR113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 4
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2020-12-10
		PAGINA: 3 de 8


RESUMEN DEL CONTENIDO EN ESPAÑOL E INGLÉS
(Máximo 250 palabras – 1530 caracteres, aplica para resumen en español):

RESUMEN

Objetivo: Determinar la capacidad de afrontamiento y adaptación que tienen los estudiantes de enfermería de VI a X semestre para el manejo de los estresores percibidos durante la práctica clínica, con el fin de proponer acciones educativas encaminadas a proporcionar estrategias de afrontamiento que disminuyan el estrés en la población abordada. En este estudio se presentarán los resultados de la información recolectada mediante la escala de medición del proceso de afrontamiento y adaptación según el modelo de Callista Roy de medida propuesta por la Doctora Yolanda Gonzalez. Material y Métodos: Estudio Cuantitativo de tipo descriptivo transversal. La población total está conformada por 392 estudiantes y la población muestra por 59 estudiantes de VI a X semestre; en esta investigación se aplicó la escala de medición del proceso de afrontamiento y adaptación según el modelo de adaptación de (ECAPS 2004) Resultados: Los resultados que se describen corresponden al 45% de la población total a investigar; la mayor población se ubica en la edad de 20-24 años y predomina el género femenino. Los estudiantes tienen mayor tendencia a la revaluación positiva con edades de 15 a 29 años. Conclusiones: Las estrategias de afrontamiento más utilizadas, están dentro de los estilos de afrontamiento de búsqueda de apoyo social y auto focalización negativa y se evidencio que el estilo de evitación son la menor estrategia de afrontamiento utilizada por los estudiantes.

ABSTRACT

Objective: To determine the coping and adaptation capacity of nursing students from 6th to 10th semester for the management of perceived stressors during clinical practice, in order to propose educational actions aimed at providing coping strategies that reduce stress in the target population. This study will present the results of the information collected through the scale of measurement of the coping and adaptation process according to the Roy Callista's model of measurement proposed by Dr. Yolanda Gonzalez. Material and Methods: Quantitative cross-sectional descriptive study. The total population is made up of 392 students and the sample population is 59 students from VI to X semester; In this research, the scale of measurement of the coping and adaptation process was applied according to the adaptation model of (ECAPS 2004). Results: The results described correspond to 45% of the total population to be investigated; the largest population is between 20-24 years old and the female gender predominates. Students have a greater tendency to positive revaluation between the ages of 15 and 29. Conclusions: The most used coping strategies are within the coping styles of seeking social support and negative self-targeting and it was evidenced that the avoidance style is the least coping strategy used by the students.


	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAR113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 4
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2020-12-10
		PAGINA: 4 de 8

AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN

Por medio del presente escrito autorizo (Autorizamos) a la Universidad de Cundinamarca para que, en desarrollo de la presente licencia de uso parcial, pueda ejercer sobre mí (nuestra) obra las atribuciones que se indican a continuación, teniendo en cuenta que, en cualquier caso, la finalidad perseguida será facilitar, difundir y promover el aprendizaje, la enseñanza y la investigación.

En consecuencia, las atribuciones de usos temporales y parciales que por virtud de la presente licencia se autoriza a la Universidad de Cundinamarca, a los usuarios de la Biblioteca de la Universidad; así como a los usuarios de las redes, bases de datos y demás sitios web con los que la Universidad tenga perfeccionado una alianza, son: Marque con una "X":

AUTORIZO (AUTORIZAMOS)	SI	NO
1. La reproducción por cualquier formato conocido o por conocer.	X	
2. La comunicación pública por cualquier procedimiento o medio físico o electrónico, así como su puesta a disposición en Internet.	X	
3. La inclusión en bases de datos y en sitios web sean éstos onerosos o gratuitos, existiendo con ellos previa alianza perfeccionada con la Universidad de Cundinamarca para efectos de satisfacer los fines previstos. En este evento, tales sitios y sus usuarios tendrán las mismas facultades que las aquí concedidas con las mismas limitaciones y condiciones.	X	
4. La inclusión en el Repositorio Institucional.	X	

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAr113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 4
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2020-12-10
		PAGINA: 5 de 8

De acuerdo con la naturaleza del uso concedido, la presente licencia parcial se otorga a título gratuito por el máximo tiempo legal colombiano, con el propósito de que en dicho lapso mi (nuestra) obra sea explotada en las condiciones aquí estipuladas y para los fines indicados, respetando siempre la titularidad de los derechos patrimoniales y morales correspondientes, de acuerdo con los usos honrados, de manera proporcional y justificada a la finalidad perseguida, sin ánimo de lucro ni de comercialización.

Para el caso de las Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía, de manera complementaria, garantizo(garantizamos) en mi(nuestra) calidad de estudiante(s) y por ende autor(es) exclusivo(s), que la Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía en cuestión, es producto de mi(nuestra) plena autoría, de mi(nuestro) esfuerzo personal intelectual, como consecuencia de mi(nuestra) creación original particular y, por tanto, soy(somos) el(los) único(s) titular(es) de la misma. Además, aseguro (aseguramos) que no contiene citas, ni transcripciones de otras obras protegidas, por fuera de los límites autorizados por la ley, según los usos honrados, y en proporción a los fines previstos; ni tampoco contempla declaraciones difamatorias contra terceros; respetando el derecho a la imagen, intimidad, buen nombre y demás derechos constitucionales. Adicionalmente, manifiesto (manifestamos) que no se incluyeron expresiones contrarias al orden público ni a las buenas costumbres. En consecuencia, la responsabilidad directa en la elaboración, presentación, investigación y, en general, contenidos de la Tesis o Trabajo de Grado es de mí (nuestra) competencia exclusiva, eximiendo de toda responsabilidad a la Universidad de Cundinamarca por tales aspectos.


Sin perjuicio de los usos y atribuciones otorgadas en virtud de este documento, continuaré (continuaremos) conservando los correspondientes derechos patrimoniales sin modificación o restricción alguna, puesto que, de acuerdo con la legislación colombiana aplicable, el presente es un acuerdo jurídico que en ningún caso conlleva la enajenación de los derechos patrimoniales derivados del régimen del Derecho de Autor.

De conformidad con lo establecido en el artículo 30 de la Ley 23 de 1982 y el artículo 11 de la Decisión Andina 351 de 1993, "*Los derechos morales sobre el trabajo son propiedad de los autores*", los cuales son irrenunciables, imprescriptibles, inembargables e inalienables. En consecuencia, la Universidad de Cundinamarca está en la obligación de RESPETARLOS Y HACERLOS RESPETAR, para lo cual tomará las medidas correspondientes para garantizar su observancia.

NOTA: (Para Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía):

Información Confidencial:

Esta Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía, contiene información privilegiada, estratégica, secreta, confidencial y demás similar, o hace parte de la

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAR113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 4
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2020-12-10
		PAGINA: 6 de 8

investigación que se adelanta y cuyos resultados finales no se han publicado.
SI __ NO _X__.
 En caso afirmativo expresamente indicaré (indicaremos), en carta adjunta tal situación con el fin de que se mantenga la restricción de acceso.

LICENCIA DE PUBLICACIÓN

Como titular(es) del derecho de autor, confiero(erimos) a la Universidad de Cundinamarca una licencia no exclusiva, limitada y gratuita sobre la obra que se integrará en el Repositorio Institucional, que se ajusta a las siguientes características:

- a) Estará vigente a partir de la fecha de inclusión en el repositorio, por un plazo de 5 años, que serán prorrogables indefinidamente por el tiempo que dure el derecho patrimonial del autor. El autor podrá dar por terminada la licencia solicitándolo a la Universidad por escrito. (Para el caso de los Recursos Educativos Digitales, la Licencia de Publicación será permanente).
- b) Autoriza a la Universidad de Cundinamarca a publicar la obra en formato y/o soporte digital, conociendo que, dado que se publica en Internet, por este hecho circula con un alcance mundial.
- c) Los titulares aceptan que la autorización se hace a título gratuito, por lo tanto, renuncian a recibir beneficio alguno por la publicación, distribución, comunicación pública y cualquier otro uso que se haga en los términos de la presente licencia y de la licencia de uso con que se publica.
- d) El(Los) Autor(es), garantizo(amos) que el documento en cuestión es producto de mi(nuestra) plena autoría, de mi(nuestro) esfuerzo personal intelectual, como consecuencia de mi (nuestra) creación original particular y, por tanto, soy(somos) el(los) único(s) titular(es) de la misma. Además, aseguro(aseguramos) que no contiene citas, ni transcripciones de otras obras protegidas, por fuera de los límites autorizados por la ley, según los usos honrados, y en proporción a los fines previstos; ni tampoco contempla declaraciones difamatorias contra terceros; respetando el derecho a la imagen, intimidad, buen nombre y demás derechos constitucionales. Adicionalmente, manifiesto (manifestamos) que no se incluyeron expresiones contrarias al orden público ni a las buenas costumbres. En consecuencia, la responsabilidad directa en la elaboración, presentación, investigación y, en general, contenidos es de mí (nuestro) competencia exclusiva, eximiendo de toda responsabilidad a la Universidad de Cundinamarca por tales aspectos.
- e) En todo caso la Universidad de Cundinamarca se compromete a indicar siempre la autoría incluyendo el nombre del autor y la fecha de publicación.

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAR113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 4
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2020-12-10
		PAGINA: 7 de 8

f) Los titulares autorizan a la Universidad para incluir la obra en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.

g) Los titulares aceptan que la Universidad de Cundinamarca pueda convertir el documento a cualquier medio o formato para propósitos de preservación digital.

h) Los titulares autorizan que la obra sea puesta a disposición del público en los términos autorizados en los literales anteriores bajo los límites definidos por la universidad en el “Manual del Repositorio Institucional AAAM003”

i) Para el caso de los Recursos Educativos Digitales producidos por la Oficina de Educación Virtual, sus contenidos de publicación se rigen bajo la Licencia Creative Commons: Atribución- No comercial- Compartir Igual.



j) Para el caso de los Artículos Científicos y Revistas, sus contenidos se rigen bajo la Licencia Creative Commons Atribución- No comercial- Sin derivar.




Nota:

Si el documento se basa en un trabajo que ha sido patrocinado o apoyado por una entidad, con excepción de Universidad de Cundinamarca, los autores garantizan que se ha cumplido con los derechos y obligaciones requeridos por el respectivo contrato o acuerdo.

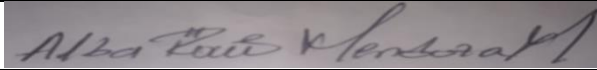
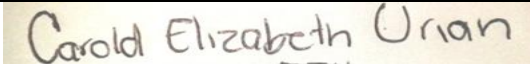
La obra que se integrará en el Repositorio Institucional está en el(los) siguiente(s) archivo(s).

Nombre completo del Archivo Incluida su Extensión (Ej. PerezJuan2017.pdf)	Tipo de documento (ej. Texto, imagen, video, etc.)
1. CAPACIDAD DE AFRONTAMIENTO Y ADAPTACIÓN DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA EN EL MANEJO DE ESTRESORES PERCIBIDOS EN LA PRÁCTICA CLÍNICA, UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA, SEGUNDO PERIODO 2020.	Texto
2.	
3.	
4.	

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAR113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 4
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2020-12-10
		PAGINA: 8 de 8

--

En constancia de lo anterior, Firmo (amos) el presente documento:

APELLIDOS Y NOMBRES COMPLETOS	FIRMA (autógrafo)
Alba roció Mendoza moreno	
Carold Elizabeth Urian Mendivelso	

Código Serie Documental (Ver Tabla de Retención Documental).

**CAPACIDAD DE AFRONTAMIENTO Y ADAPTACIÓN DE LOS
ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA EN EL MANEJO DE ESTRESORES
PERCIBIDOS EN LA PRÁCTICA CLÍNICA, UNIVERSIDAD DE
CUNDINAMARCA, SEGUNDO PERIODO 2020**

**ALBA ROCÍO MENDOZA MORENO
CAROLD ELIZABETH URIAN MENDIVELSO**
Investigadoras

**UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA
FACULTAD DE CIENCIA DE LA SALUD
ENFERMERÍA
GIRARDOT
2021**

**CAPACIDAD DE AFRONTAMIENTO Y ADAPTACION DE LOS
ESTUDIANTES DE ENFERMERIA EN EL MANEJO DE ESTRESORES
PERCIBIDOS EN LA PRACTICA CLINICA, UNIVERSIDAD DE
CUNDINAMARCA, SEGUNDO PERIODO 2020**

**ALBA ROCÍO MENDOZA MORENO
CAROLD ELIZABETH URIAN MENDIVELSO**

Trabajo de investigación para optar al Título de Enfermera

**Asesora
CLAUDIA DEL ROCIO CONTRERAS RODRIGUEZ
Enfermera
Especialista en Pedagogía**

**UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA
FACULTAD DE CIENCIA DE LA SALUD
ENFERMERÍA
GIRARDOT
2021**

Nota de aceptación

Presidente del Jurado

Jurado

Jurado

Jurado

Girardot, 16 de noviembre de 2021

TABLA DE CONTENIDO

	Pág.
RESUMEN	11
ABSTRACT	12
INTRODUCCIÓN	13
1. PROBLEMA	16
1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	16
1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	18
2. OBJETIVOS	19
2.1 OBJETIVO GENERAL	19
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	19
3. JUSTIFICACIÓN	20
4. MARCO DE REFERENCIA	22
4.1 ESTADO DEL ARTE	22
4.2 MARCO TEÓRICO	28
4.3 MARCO CONCEPTUAL	30
4.4 MARCO ÉTICO	31
4.5 MARCO LEGAL	33
4.5.1 Constitución Política de Colombia 1991.	33
4.5.2 Ley de Salud Mental 1616 de 2013.	34
4.5.3 Plan Decenal de Salud Pública PDSP, 2012-2021.	35

4.5.4 Promoción de la salud mental y la convivencia.	36
4.6 MARCO INSTITUCIONAL	36
4.6.1 Misión	36
4.6.2 Visión	36
4.6.3 Programas de la UDEC	37
4.6.4 Programa de Enfermería.	37
5. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	41
6. DISEÑO METODOLÓGICO	46
6.1 ENFOQUE	46
6.2 TIPO O ALCANCE	46
6.3 UNIVERSO, POBLACIÓN Y MUESTRA	46
6.3.1 Universo	46
6.3.2 Población y muestra	46
6.3.3 Muestreo.	46
6.3.3 Criterios de inclusión.	47
6.3.4 Criterios de exclusión	47
7. METODOS TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN.	48
7.1 RECOLECCION DE LA INFORMACION	50
7.2 PLAN DE TABULACION Y ANALISIS	51
8. RESULTADOS	52

8.1 CARACTERIZACIÓN SOCIODEMOGRÁFICA	52
9. DISCUSIÓN	61
10. CONCLUSIONES	64
11. RECOMENDACIONES	66
BIBLIOGRAFÍA	67

LISTA DE TABLAS

	Pág.
Tabla 1. Operacionalización de variables	41
Tabla 2. Factores.	49
Tabla 3. Categorización de la capacidad de Afrontamiento y Adaptación según CAPS.	50
Tabla 4. Características sociodemográficas de los estudiantes de la muestra.	52
Tabla 5. Procedencia de los estudiantes de la muestra.	54
Tabla 6. Tabla de Dimensiones.	55
Tabla 7. Factor 1: Recursivo y centrado.	55
Tabla 8. Factor 2: Físico y enfocado.	56
Tabla 9. Factor 3: Proceso de alerta.	57
Tabla 10. Factor 4. Procesamiento sistémico.	58
Tabla 11. Factor 5. Conocer y Relacionar.	59

LISTA DE FIGURAS

	Pág.
Figura 1. Grados de enfermería en la seccional Girardot.	38
Figura 2. Grados	39
Figura 3. Misión y Visión de la Universidad de Cundinamarca.	39
Figura 4. Campus sostenible, seccional Girardot.	40

LISTA DE GRÁFICAS

	Pág.
Gráfica 1. Edad y sexo por curso de vida.	52
Gráfica 2. Factor 1: Recursivo y centrado – Edad por curso de vida.	56
Gráfica 3. Factor 2: Reacciones físicas y enfocadas – Edad por curso de vida.	57
Gráfica 4. Factor 3: Proceso de alerta – Edad por curso de vida.	58
Gráfica 5. Factor 4. Procesamiento sistémico- Edad por curso de vida.	59
Gráfica 6. Factor 5. Conocer y relacionar- Edad por curso de vida.	60
Gráfica 7. Relacion de factores escala Ecaps.	60

LISTA DE ANEXOS

	Pág.
Anexo A. Propuestas de acciones educativas	72
Anexo B. ECAPS	78
Anexo C. Consentimiento informado	83

RESUMEN

Objetivo: Determinar la capacidad de afrontamiento y adaptación que tienen los estudiantes de enfermería de VI a X semestre para el manejo de los estresores percibidos durante la práctica clínica, con el fin de proponer acciones educativas encaminadas a proporcionar estrategias de afrontamiento que disminuyan el estrés en la población abordada. En este estudio se presentarán los resultados de la información recolectada mediante la escala de medición del proceso de afrontamiento y adaptación según el modelo de callista Roy de medida propuesta por la Doctora Yolanda Gonzalez. **Material y Métodos:** Estudio Cuantitativo de tipo descriptivo transversal. La población total está conformada por 392 estudiantes y la población muestra por 59 estudiantes de VI a X semestre; en esta investigación se aplicó la escala de medición del proceso de afrontamiento y adaptación según el modelo de adaptación de (ECAPS 2004) **Resultados:** Los resultados que se describen corresponden al 45% de la población total a investigar; la mayor población se ubica en la edad de 20-24 años y predomina el género femenino. Los estudiantes tienen mayor tendencia a la revaluación positiva con edades de 15 a 29 años. **Conclusiones:** Las estrategias de afrontamiento más utilizadas, están dentro de los estilos de afrontamiento de búsqueda de apoyo social y auto focalización negativa y se evidencio que el estilo de evitación son la menor estrategia de afrontamiento utilizada por los estudiantes.

Palabras Claves: Estudiantes de enfermería, afrontamiento, estrés, adaptación, automanejo.

ABSTRACT

Objective: To determine the coping and adaptation capacity of nursing students from 6th to 10th semester for the management of perceived stressors during clinical practice, in order to propose educational actions aimed at providing coping strategies that reduce stress in the target population. This study will present the results of the information collected through the scale of measurement of the coping and adaptation process according to the Roy Callista's model of measurement proposed by Dr. Yolanda Gonzalez. **Material and Methods:** Quantitative cross-sectional descriptive study. The total population is made up of 392 students and the sample population is 59 students from VI to X semester; In this research, the scale of measurement of the coping and adaptation process was applied according to the adaptation model of (ECAPS 2004). **Results:** The results described correspond to 45% of the total population to be investigated; the largest population is between 20-24 years old and the female gender predominates. Students have a greater tendency to positive reevaluation between the ages of 15 and 29. **Conclusions:** The most used coping strategies are within the coping styles of seeking social support and negative self-targeting and it was evidenced that the avoidance style is the least coping strategy used by the students.

Key Words: Nursing students, coping, stress, adaptation, self-management.

INTRODUCCIÓN

En este estudio se realizará el análisis de la información recolectada con el instrumento (ECAPS) el cual mide la capacidad de afrontamiento y adaptación que tienen los estudiantes de enfermería en el manejo de estresores percibidos en la práctica clínica; teniendo en cuenta que para la disciplina de enfermería el afrontamiento y la adaptación son dos conceptos que van muy relacionados con la calidad de vida de un individuo, se puede describir que:

Son fenómenos dinámicos en los cuales se realizan procesos de integración entre el individuo y el entorno, que generan estilos y estrategias para afrontar una situación. El fenómeno de afrontamiento presenta diversas conceptualizaciones, debido a su enfoque en varias disciplinas, pero el fenómeno de afrontamiento y adaptación se ha abordado fundamentalmente desde la perspectiva de enfermería a partir del modelo de adaptación de Callista Roy¹

Así pues, la presente investigación determinará la capacidad de afrontamiento y adaptación de los estudiantes de enfermería en el manejo de estresores percibidos en la práctica clínica, en este estudio se aplicará la escala (ECAPS) a una población de 59 estudiantes de VI a X semestre. Es importante resaltar el contexto académico de los estudiantes del Programa de Enfermería, las problemáticas que surgen de la praxis y el desarrollo de la teoría en los hallazgos obtenidos de los sujetos de estudio.

Por lo anterior, se puede definir cómo el estrés influye en los estudiantes que se encuentran en la educación superior. Los estudiantes del área de la salud normalmente enfrentan niveles de responsabilidad mayores en comparación con estudiantes de otras profesiones. Responsabilidades tanto éticas como legales al momento de realizar sus prácticas, las cuales desencadenan altos niveles de estrés que finalmente afectan la salud mental, y el rendimiento académico. Por tanto, es importante definir en primera instancia qué es el *estrés académico*, según Collazo, es:

El proceso de cambio en los componentes del Proceso de Enseñanza y Aprendizaje, a través de un conjunto de mecanismos adaptativos

¹LÓPEZ, Carolina Gutiérrez. Escala de medición del proceso de afrontamiento y adaptación de Callista Roy: una propuesta metodológica para su interpretación. *Hallazgos*, 2009, vol. 6, no 12. Disponible en: <https://revistas.usantotomas.edu.co/index.php/hallazgos/article/view/1742/1890>

individuales e institucionales, producto de la demanda desbordante y exigida en las experiencias de enseñanza y aprendizaje que se desarrollan en las Instituciones de Educación Superior, con el propósito de mantener el estado estacionario (estado dinámico del sistema donde se producen entradas y salidas sin modificar de manera considerable las características y propiedades de este) en el proceso educativo².

Partiendo con lo anterior, el término estrés, más no estrés académico es definido según la OMS³ como, una alarma, en función de supervivencia, o estímulo para la acción, además de ser un conjunto de reacciones fisiológicas que disponen al organismo para reaccionar ante una situación inesperada que altere su tranquilidad, y paz mental.

Por lo tanto, una persona a pesar de tener altos niveles de estrés, es también un ser capaz de adaptarse holísticamente y de afrontar situaciones de cambio, tal como lo dice Callista Roy en su teoría. Por lo cual, este modelo ayuda a entender la necesidad de identificar cuáles son las estrategias de afrontamiento usadas por los estudiantes. Teniendo en cuenta que la percepción que tiene cada persona es distinta y la cual se relaciona con los estímulos permitiendo desatar una respuesta adaptativa, de manera que, los seres humanos se adaptan por medio de aprendizajes individuales logrando así un afrontamiento diferente.

Como se mencionó anteriormente, los estudiantes de enfermería de la universidad de Cundinamarca usan estrategias de afrontamiento, las cuales son basadas en los cinco factores de afrontamiento, aplicados mediante la escala de medición del proceso de Afrontamiento y adaptación (ECAPS), según el modelo de adaptación de callista Roy; el cual permite evaluar los cinco factores de afrontamiento y adaptación: "(1) factor 1 recursivo y centrado, (2) factor 2 Reacciones físicas y enfocadas, (3) factor 3 proceso de alerta, (4) factor 4 procesamiento sistémico, (5) factor 5 conocer y relacionar".⁴ Mediante la aplicación de este cuestionario, se podrá identificar cuáles son las líneas de comportamiento frente al estrés, al hacer uso de

² COLLAZO, R.; HERNÁNDEZ, C. A. El estrés académico: una revisión crítica del concepto desde las ciencias de la educación. Revista electrónica de psicología Iztacala, 2011, vol. 14, no 2, p. 1. Disponible en:

<https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol14num2/Vol14No2Art1.pdf>

³ ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. OMS. Definición estrés. Disponible en <https://abcdelestres.wordpress.com/2015/05/13/el-estres-segun-la-organizacion-mundial-de-la-salud/>

⁴ SANDÍN B Y CHOROT P. CUESTIONARIO DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS (CAE) DESARROLLO Y VALIDACIÓN PRELIMINAR. Universidad Nacional de Educación a Distancia. Disponible en

http://www.consejeria.net/uploads/3/4/1/6/34163570/cuestionario_afrontamiento_estr.pdf.

uno o varios de los factores de afrontamiento y adaptación, o si, por el contrario, optan por la no utilización de estos métodos.

Cada factor posee diferentes estrategias y conductas, por ejemplo:

En el factor 1, recursivo y centrado usan comportamientos personales y los recursos para expandir las entradas, ser creativo y buscar resultados. En el factor 2, reacciones físicas y enfocadas se resalta las reacciones físicas y la fase de entrada para el manejo de situaciones. En el factor 3, proceso de alerta se representan los comportamientos del yo personal y físico y se enfoca en los tres niveles de procesamiento de la información: Entradas, procesos centrales y salidas, en el factor 4, procesamiento sistemático se describe las estrategias personales y físicas para hacerse cargo de las situaciones y manejarlas metódicamente, en el factor 5, conocer y relacionar se describen las estrategias que utilizan las personas para recurrir a si misma y a otros, usando la memoria y la imaginación.⁵

Con base a lo anterior, esta investigación determina la capacidad de afrontamiento y adaptación usadas con mayor frecuencia por los estudiantes de enfermería de VI a X semestre de la universidad de Cundinamarca seccional Girardot, permitiendo así, que se logren proponer acciones de enfermería y/o actividades educativas para el manejo de los estresores, además de tener como base la conceptualización de que el ser humano es dinámico, capaz de afrontar y adaptarse.

⁵ LÓPEZ, Carolina Gutiérrez, et al. Validez y confiabilidad de la versión en español del instrumento "Escala de medición del proceso de afrontamiento y adaptación" de Callista Roy. *Aquichan*, 2007, vol. 7, no 1, p. 54-63.

1. PROBLEMA

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Callista Roy⁶ menciona en el planteamiento de su teoría de adaptación, que todos los seres humanos somos un sistema adaptativo, que logra este propósito por medio de experiencias adquiridas a través del tiempo, y están directamente relacionadas con un contexto del cual no se puede separar y constantemente emite estímulos que causan una respuesta que puede ser adaptativa o no adaptativa; cuando estas resultan ser inefectivas no promueven el proceso de adaptación, y esto genera un mayor gasto de energía, pues el individuo se enfoca en el estresor o causa del problema y este le genera un desequilibrio biopsicosocial.

En un estudio realizado en (2010) señalan que “el empleo de estrategias de afrontamiento de aproximación a los problemas se asocia a un mayor grado de ajuste y adaptación, mientras que un mayor empleo de estrategias de tipo evitativo se relaciona con menos ajuste y comportamientos más desadaptativos”⁷. Por lo cual, se entiende que cuando el estudiante en este caso de enfermería, se aproxima más a los estresores o problemas se asocia más a un grado de adaptación; al contrario, cuando el estudiante durante la práctica clínica emplea un estilo de afrontamiento evitativo, lo que hace es corresponder con un grado menor de adaptación, lo cual no sería positivo para los procesos de afrontamiento que se utilizan para disminuir el estrés durante la práctica clínica, afectando su desempeño académico.

De igual forma Fernández y Manga (2009) consideran que “la madurez, las estrategias de afrontamiento adaptativas y la alta autoestima logran debilitar agentes estresores favoreciendo un afrontamiento activo, utilizando estrategias como aceptación, planificación, reinterpretación positiva y humor”⁸.

Inicialmente, es importante tener en cuenta la definición que la organización Mundial de la salud (OMS) da sobre el estrés “es considerado a nivel mundial como un

⁶ LÓPEZ, Carolina Gutiérrez. Escala de medición del proceso de afrontamiento y adaptación de Callista Roy: una propuesta metodológica para su interpretación. *Hallazgos*, 2009, vol. 6, n. 12. Disponible en: <https://revistas.usantotomas.edu.co/index.php/hallazgos/article/view/1742/1890>

⁷ QUIÑONES, ÁLIX S.; MOGOLLÓN, G. J.; ARENAS, D.; DÍAZ, J. P. Estilos y estrategias de afrontamiento y rendimiento académico: una revisión empírica. *Enfoques*, v. 1, n. 1, 2014 p. 16. Disponible en <https://doi.org/10.24267/23898798.79> .

⁸ *Ibid.* p. 16.

problema de salud pública”⁹ debido que afecta a toda la población, sin distinción. Por lo tanto, la OMS, “menciona que a inicios del presente siglo las enfermedades provocadas por el estrés habrán superado a las enfermedades infecciosas y se estimó que, en el año 2010, en América Latina y el Caribe se tendrían más de 88 millones de personas con trastornos afectivos desencadenados por el estrés.”¹⁰

De hecho, en países como Egipto “los investigadores Amr et al., sugirieron la introducción de programas de manejo de estrés y atención psiquiátrica en los servicios de salud de enfermería de la universidad. Con el fin de mejorar la salud mental de los estudiantes de enfermería, además de reducir el estrés y vieron muy necesario promover la autonomía para desarrollar la autoestima y llevar el estrés académico a su más mínima expresión.”¹¹ “Estados Unidos y Brasil fueron los países que más comentaron recomendaciones en sus artículos de investigación”¹²

“A nivel de Latinoamérica, existe tan solo un estudio realizado en México por Guerra et al., quienes analizaron el estrés académico en los estudiantes de enfermería”¹³ demostrando así “que los estudiantes se encontraban más estresados antes de las prácticas que después de éstas.”¹⁴

A nivel local, según el estudio realizado por Rodríguez y Guzmán en la universidad de Cundinamarca seccional Girardot sobre los estresores percibidos por los estudiantes de IV a VIII semestre de enfermería durante la práctica clínica IPA 2017, se evidenció que los estresores más predominantes son: la carga académica, la relación de los alumnos con sus compañeros y docentes de práctica clínica, la falta de competencias, el contacto con el sufrimiento, ente otros.¹⁵

Según los resultados de este estudio mencionado, en los últimos años los estudiantes de enfermería de VI a X semestre, de la universidad de Cundinamarca sede Girardot, han demostrado tener altos índices de estrés, ocasionados por la práctica clínica, lo cual deja claro que, no se conocen cuáles son las estrategias de

⁹ SILVA-SÁNCHEZ, Diana Carolina. Estrés en estudiantes de enfermería: una revisión sistemática. *Revista Ciencia y Cuidado*, 2015, vol. 12, no 1, p. 122

¹⁰ Ibid., p122

¹¹ SILVA-SÁNCHEZ, Diana Carolina. Estrés en estudiantes de enfermería: una revisión sistemática. *Revista Ciencia y Cuidado*, 2015, vol. 12, no 1, p. 129

¹² Ibid., p128

¹³ Ibid., p. 125

¹⁴ Ibid., p125

¹⁵ RODRÍGUEZ VILLANUEVA, Laura Nathalia; GUZMÁN POLOCHE, Luisa Fernanda. Estresores Percibidos por los Estudiantes de Enfermería de 4° a 8° Semestre de la Universidad de Cundinamarca durante la Práctica Clínica IPA 2017. 2017. Tesis Doctoral.

afrontamiento que los estudiantes tienden a usar para manejar estos estresores. En otras palabras, el eje central de la investigación es la identificación de la capacidad de afrontamiento y adaptación que tienen los estudiantes de enfermería en el manejo de los estresores percibidos durante el desarrollo de sus prácticas clínicas y así proponer unas intervenciones de enfermería que establezcan métodos preventivos o de manejo, que permitan proporcionar al estudiante estrategias para afrontar diferentes niveles de estrés sin que esto comprometa su salud física y/o mental o su devenir académico.

Con base a las investigaciones revisadas se determinarán las estrategias de afrontamiento y adaptación. Es de suma importancia disminuir el nivel de estrés mediante el uso adecuado de estas estrategias, pues “Es clave aprender a cuidar la propia salud, desde el principio de la carrera, como estudiantes de enfermería, para así poder influir en la de los demás como profesional.”¹⁶ Dado que, el estrés ocasiona graves daños en el cuerpo como: enfermedades cardíacas, cáncer, accidentes, suicidios; “produce más cortisol, norepinefrina, y adrenalina, hormonas que disminuyen las reservas de vitamina B y deprimen el sistema inmune; eleva la frecuencia cardíaca, frecuencia respiratoria e interrumpe la digestión, interfiere con los ciclos de sueño entre otros efectos negativos en la salud.”

Cabe resaltar que, las estrategias son importantes porque actúan de manera estimulante, motivan a los estudiantes a dar pasos para disminuir su estrés, y por ende, evitar consecuencias como la interferencia en el rendimiento académico, adquisición de los conocimientos y habilidades específicas formativas de la práctica, entre otras. Adicional a esto, “Las Estrategias de afrontamiento frente al estrés académico son esfuerzos cognitivos y conductuales que desarrolla el estudiante para manejar, tolerar o reducir las demandas o excedentes en su entorno académico.”¹⁷

1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Cuál es la capacidad de afrontamiento y adaptación que tienen los estudiantes de enfermería de VI a X semestre de la Universidad de Cundinamarca para el manejo de los estresores percibidos en la práctica clínica año 2021?

¹⁶ SILVA-SÁNCHEZ, Diana Carolina. Estrés en estudiantes de enfermería: una revisión sistemática. *Revista Ciencia y Cuidado*, 2015, vol. 12, no 1, p. 128

¹⁷ PALACIOS CORRALES, Milagros Verónica, et al. Estrategias de afrontamiento frente al estrés académico que utilizan los estudiantes de una academia preuniversitaria de Lima Metropolitana, enero 2016.p.6.

2. OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GENERAL

Determinar la capacidad de afrontamiento y adaptación que tienen los estudiantes de enfermería de VI a X semestre para el manejo de los estresores percibidos durante la práctica clínica, con el fin de proponer acciones educativas que contribuyan a la adaptación universitaria y el fomento de recursos psicológicos para disminuir el nivel de estrés y mejorar el estado de bienestar.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ❖ Identificar las características sociodemográficas de los estudiantes de enfermería de VI a X semestre.
- ❖ Identificar la capacidad de afrontamiento y adaptación que tienen los estudiantes de enfermería de VI a X semestre frente al estrés percibido en la práctica clínica.
- ❖ Describir las conductas que siguen los estudiantes de enfermería frente al estrés en la práctica clínica.
- ❖ Proponer acciones educativas que contribuyan a la adaptación universitaria y el fomento de recursos psicológicos para disminuir el nivel de estrés y mejorar el estado de bienestar.

3. JUSTIFICACIÓN

Este trabajo se realizó con el fin de determinar la capacidad de afrontamiento y adaptación de los estudiantes que cursan el programa de enfermería y que se encuentran en prácticas clínicas en los semestres de VI a X. Teniendo en cuenta que este es un campo donde los estudiantes están expuestos a diversos estresores tal como sobrecarga académica, agotamiento físico y mental o en algunos casos responsabilidades laborales, “estos estresores son preocupantes, pues los estudiantes necesitan poseer una solvencia técnica que les permita actuar con seguridad en la atención de las personas”.¹⁸

Luego de realizar revisiones bibliográficas en artículos científicos, se hallan diversos estudios realizados a nivel internacional que demuestran el interés por analizar y minimizar el estrés académico en los estudiantes de enfermería, los cuales evidencian que es importante diseñar estrategias útiles para minimizar la tensión de los estudiantes durante su formación. Para así desarrollar habilidades de adaptación al estrés y se facilite su desempeño en el ejercicio profesional.¹⁹

Cornejo y Lucero (2005) por su parte encontraron que:

Las estrategias de afrontamiento como la solución de problemas y la búsqueda de apoyo social se asocian con bienestar psicológico; Figueroa Contini, Lacunza, Levín y Suedan (2005) también dan cuenta de una correlación positiva entre bienestar psicológico y el uso de estrategias de afrontamiento que implican un papel activo por parte del sujeto. Los adolescentes con bajo bienestar tienden a utilizar estrategias de afrontamiento del tipo pasivo ya que no requieren de empeño por parte del sujeto, sino una evitación del problema y el alivio de la tensión²⁰.

La identificación de la capacidad de afrontamiento y adaptación al estrés que tienen los estudiantes de enfermería de la universidad de Cundinamarca que han iniciado la práctica clínica se realiza también para analizar y proponer acciones educativas en la disciplina de enfermería apoyados en los programas de bienestar universitario,

¹⁸SILVA-SÁNCHEZ, Diana Carolina. Estrés en estudiantes de enfermería: una revisión sistemática. *Revista Ciencia y Cuidado*, 2015, vol. 12, no 1, p. 129.

¹⁹ SILVA-SÁNCHEZ, Diana Carolina. Estrés en estudiantes de enfermería: una revisión sistemática. *Revista Ciencia y Cuidado*, 2015, vol. 12, no 1, p. 129.

²⁰ QUIÑONES, ÁLIX S.; MOGOLLÓN, G. J.; ARENAS, D.; DÍAZ, J. P. Estilos y estrategias de afrontamiento y rendimiento académico: una revisión empírica. *Enfoques*, v. 1, n. 1, 2014 p. 16. Disponible en <https://doi.org/10.24267/23898798.79> .

coherentes con el Proyecto Educativo Institucional. Para comprender un poco más de cómo el individuo se adapta al medio desde su nacimiento hasta su adultez partiendo de sus experiencias vividas, se toma como referente la teoría de Callista Roy “Modelo De Adaptación” la cual muestra el proceso adaptativo del ser humano a situaciones generadas por el ambiente.

El que hacer de. “El modelo de Roy sirve de base para fundamentar la dimensión del cuidado de las personas como seres adaptativos acordes con la realidad del otro²¹”.

Al entrelazar los conceptos de adaptación y el afrontamiento se encuentra que estos dos son fundamentales para el bienestar del ser humano y su calidad de vida, en este caso de los estudiantes de enfermería, crean los estilos y estrategias de afrontamiento para distintos entornos de estrés.

En resumen, esta investigación busca determinar cuál es la capacidad de afrontamiento y adaptación que tiene la comunidad estudiantil de enfermería cuando se enfrenta al estrés ocasionado en su proceso de prácticas. Esto finalmente servirá para reducir los factores de estrés en la población estudiantil mediante el uso adecuado de estrategiasla práctica de enfermería debe ser más trascendente, debido a que el estudiante de enfermería establece una relación con el paciente, debe tener en cuenta la capacidad de autodeterminación de la persona y los mecanismos que esta emplea para lograr la adaptación, creando un ambiente más ameno.

²¹ FACULTAD DE ENFERMERÍA, Grupo de estudio. Análisis de los conceptos del modelo de adaptación de Callista Roy. Aquichan, [S.l.], v. 2, n. 1, may 2009. ISSN 2027-5374. Disponible en: <<https://aquichan.unisabana.edu.co/index.php/aquichan/article/view/18/36>

4. MARCO DE REFERENCIA

4.1 ESTADO DEL ARTE

El estrés es un causante de diversas enfermedades que aparecen en nuestro cuerpo, se genera por diversas circunstancias, el presente estudio se enfoca en el estrés académico que generan las demandas de las actividades de la universidad tales como: “pruebas, exámenes, trabajos, presentaciones, esta reacción nos activa y nos moviliza para responder con eficacia y conseguir nuestras metas y objetivos, en ocasiones, podemos tener demasiadas exigencias al mismo tiempo, lo que puede agudizar la respuesta y disminuir nuestro rendimiento.”²²

Para el desarrollo de esta investigación se revisaron 28 artículos, el criterio de búsqueda fueron bases de datos de la Universidad de Cundinamarca, de los cuales se presentarán 14, que se describen en orden cronológico.

Cassaretto realizó un estudio donde se observó “la relación entre estrés, dificultades más frecuentes y estilos de afrontamiento en 123 estudiantes universitarios de la especialidad de psicología de una universidad particular en Lima, mediante cuatro instrumentos: a) Ficha Demográfica b) Cuestionario de la Respuesta de Estrés c) Inventario sobre Estilos y Estrategias de Afrontamiento y d) Cuestionario de Problemas. Se consideraron las variables edad, sexo, trabajo, respuestas de estrés, problemas y estilos de afrontamiento. Los hallazgos indicaron que a mayor edad mayores niveles de estrés, y que estos eran más elevados al evaluarse los problemas relacionados con el futuro y el sí mismo; por otro lado, los estilos centrados en el problema y la emoción son los más utilizados en el afrontamiento y los que se relacionan con niveles de estrés más bajos.”²³

Merino, et al., desarrollaron un estudio en el año 2007 el cual busca “Evaluar las cualidades psicométricas (estructura factorial y consistencia interna) del Indicador de Estrategias de Afrontamiento elaborado por Amirkhan y analizar el impacto de las diferencias demográficas en el uso de las estrategias, y sus diferencias normativas con la muestra americana.”²⁴ Este estudio se basó en una muestra de

²² RECONOCER, PREVENIR Y AFRONTAR EL ESTRÉS ACADÉMICO. UNIVERSIDAD DE CHILE. Disponible en <<http://www.uchile.cl/portal/presentacion/centro-de-aprendizaje-campus-sur/114600/reconocer-prevenir-y-afrontar-el-estres-academico>>

²³ CASSARETTO, Mónica. Estrés y afrontamiento en estudiantes de psicología. *Revista de psicología*, 2003, vol. 21, no 2, p. 364

²⁴ MERINO, Cesar., Et al., “Indicador De Estrategias De Afrontamiento Al Estrés: Análisis Normativo y De Su Estructura Factorial.” *Ansiedad y Estrés*, Vol. 13, Nº 1, 2007, p. 25-40

162 estudiantes del primer ciclo de enfermería, el instrumento utilizado fue el Indicador de Estrategias de Afrontamiento (IEA).

El estudio que se ejecutó sobre el “Perfil emocional de los estudiantes en prácticas clínicas. Acción tutorial en enfermería para apoyo, formación, desarrollo y control de las emociones” por Sanjuán, Á, Ferrer M en el año 2008, cuyo objetivo principal es “conocer el perfil emocional de estudiantes en prácticas clínicas y su relación con el aprendizaje (rendimiento); se realizó un estudio de tipo descriptivo exploratorio, transversal, la muestra (n=100) la forman todos los estudiantes asignados al Hospital de Elda (Alicante-España). El instrumento fue la escala Spanish modified Trait Meta-Mood Scale-24 (TMMS-24), los resultados indican que los estudiantes responden a una adecuada atención, claridad y reparación emocional. El porcentaje de mejora se encuentra en los ítems de Atención y Claridad emocional en un 30%, con necesidad de mejorar la Reparación, en las mujeres, del 32,14 %, y en los hombres, del 37,5%”²⁵.

Furlan L, Sánchez J²⁶, et al, desarrollaron una investigación en estudiantes universitarios sobre las estrategias de aprendizaje y ansiedad ante los exámenes, en la cual se conformó una muestra accidental de 816 estudiantes en que se valora la aplicación estrategias de aprendizaje con baja, media y elevada “ansiedad frente a los exámenes. Adicionalmente, se analizaron las relaciones entre las cuatro dimensiones de la ansiedad y las estrategias de aprendizaje, se encontró que los estudiantes con elevada ansiedad utilizaron más frecuentemente estrategias de repetición y búsqueda de ayuda académica y los de baja ansiedad, estrategias de estudio reflexivo”²⁷, repetición, búsqueda de “ayuda académica y regulación del tiempo y esfuerzo.”²⁸

En la investigación “Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos de conducta interpersonal” realizada por Castaño E, León B en el año 2010, cuyo objetivo principal “fue describir las relaciones entre el estilo de conducta interpersonal auto informado y las estrategias de afrontamiento, de estudiantes universitarios ante situaciones de estrés general y estrés interpersonal; Abordaron una muestra de 162 estudiantes universitarios de diferentes titulaciones, en concreto, terapia ocupacional (n= 35), educación social (n= 40) y diferentes especialidades de

²⁵ SANJUÁN QUILES, ÁNGELA, FERRER HERNÁNDEZ, M^a ELENA. Perfil emocional de los estudiantes en prácticas clínicas. Acción tutorial en enfermería para apoyo, formación, desarrollo y control de las emociones. Investigación y Educación en Enfermería. 2008, XXVI (2), p. 226-235.

²⁶ FURLAN, Luis Alberto, et al. Estrategias de aprendizaje y ansiedad ante los exámenes en estudiantes universitarios. *Pensamiento psicológico*, 2009, vol. 5, no 12.p.117

²⁷ Ibid.,p.117

²⁸ Ibid., p.117

maestros (n= 87), de ellos 125 (77%) son mujeres y 37 (23%) hombres; la media de edad fue de 20,25 (dt= 2,27).”²⁹ los instrumentos utilizados fueron escalas de adjetivos interpersonales y el inventario de estrategias de afrontamiento, “los resultados obtenidos han mostrado diferencias en las estrategias de afrontamiento utilizadas por los participantes en cada una de las condiciones de evaluación (situación de estrés general e interpersonal) propuestas, que han resultado significativas en las escalas primarias, pero no para las escalas generales o terciarias,”³⁰

Ticona, et al, realizaron la investigación sobre “Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la Facultad de Enfermería – UNSA. Arequipa 2006”.

Como objetivo determinar la relación entre el nivel de estrés y las estrategias de afrontamiento, para tal efecto se realizó un estudio de tipo transeccional con diseño correlacional, la muestra en estudio fue de 234 estudiantes de primero a cuarto año, seleccionada mediante un muestreo probabilístico estratificado. Para la recolección de información se utilizó como método, la encuesta; técnica el cuestionario y como instrumentos: la Escala de Estrés de Holmes y Rahe y el Cuestionario de estimación de Afrontamiento de COPE, que considera estrategias enfocadas al problema, emoción y percepción. Como conclusiones se obtuvo que: 1) la mayor parte de la población estudiada fue de sexo femenino, con rango de edad de 19 a 20 años, el año de estudio que apuntó mayor número de estudiantes y mayor nivel de estrés fue el primer año, seguido de segundo, tercero y cuarto año; además, la gran mayoría de estudiantes registra matrícula regular, 2) El nivel de estrés se encontró severo (29.91%). 3) Las estrategias más utilizadas orientadas al problema fueron: “planificación” y “afrontamiento activo”; orientadas a la emoción: “reinterpretación positiva y crecimiento” y “negación” y orientadas a la percepción: “desentendimiento mental” y enfocar y liberar emociones”³¹

Scafarelli y García realizan un estudio sobre “Estrategias de afrontamiento al estrés en una muestra de jóvenes universitarios uruguayos” durante el año 2010 donde el

²⁹CASTAÑO, ELENA FELIPE; León del Barco, Benito Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos de conducta interpersonal International Journal of Psychology and Psychological Therapy, Universidad de Almería Almería, España vol. 10, núm. 2, junio, vol. 10 ,2010, pp. 247

³⁰ Ibid.,p254

³¹ TICONA BENAVENTE, S. B.; PAUCAR QUISPE, G.; LLERENA CALLATA, G. Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la facultad de enfermería: UNSA Arequipa. 2006. *Enfermería global*, 2010, no 19, p. 0-0.

objetivo fue “determinar si el perfil de afrontamiento de los estudiantes universitarios de cinco carreras diferentes varía de acuerdo a la carrera que cursan y según el sexo” el estudio fue de tipo exploratorio, descriptiva y comparativa, los instrumentos utilizados fueron “la administración de la escala acs a 139 estudiantes de derecho, educación inicial, ingeniería, odontología y psicología de primer año de universidad y como resultado se hallaron diferencias significativas según carrera y sexo.”³²

Cabanach, Ramón G en la investigación de “Posibles diferencias significativas entre sexos en el afrontamiento de situaciones académicas estresantes”.

“Se plantea un diseño ex post facto prospectivo simple de corte transversal La muestra estaba compuesta por 2102 estudiantes universitarios de diversos ámbitos de conocimiento (Educación, Ciencias de la Salud, Ciencias Jurídico-Sociales y Ciencias Técnicas), 647 hombres y 1455 mujeres, con edades comprendidas entre los 18 y los 51 años (M = 21,11; DT = 3,31). Las estrategias de afrontamiento fueron evaluadas a través de la Escala de Afrontamiento del Estrés (A-CEA). Los resultados de este trabajo ponen de manifiesto que los hombres recurren en mayor medida a las estrategias de reevaluación positiva y planificación como medidas de afrontamiento de situaciones académicas problemáticas, mientras que las mujeres optan fundamentalmente por la búsqueda de apoyo.”³³

Quiñones, Montaña et al., realizaron “un estudio descriptivo de análisis de documentos de corte empírico, desde un enfoque interpretativo. El rango de búsqueda de los artículos se estableció entre los años 2001 – 2013 donde se revisó la relación de la variable estilos y estrategias de afrontamiento en contextos de educación superior.”³⁴ Los resultados obtenidos se muestran de acuerdo a el establecimiento de categorías y unidades específicas. “El análisis de investigaciones que tenían por objeto relacionar las variables estilos y estrategias de afrontamiento y rendimiento académico, permitió identificar las conductas que favorecen el rendimiento académico como: la solución de problemas, esforzarse y tener éxito.”³⁵

³² SCAFARELLI TARABAL, Laura Mariana y GARCIA PEREZ, Reina Coral. ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN UNA MUESTRA DE JÓVENES UNIVERSITARIOS URUGUAYOS. *Cienc. Psicol* 2010, vol.4, n.2, pp.165-175

³³ CABANACH, Ramón G., et al. Diferencias en el afrontamiento del estrés en estudiantes universitarios hombres y mujeres. *European Journal of Education and Psychology*, 2013, vol. 6, no 1, p,19

³⁴ QUIÑONES, Álix Sofía Ávila, et al. Estilos y estrategias de afrontamiento y rendimiento académico: una revisión empírica. *Enfoques*, 2014, vol. 1, no 1, p. 18.

³⁵ *Ibid.*, p. 37.

“Los estudiantes más ansiosos se caracterizaron por los estilos de autculpa y rumiación auto focalizada y los menos ansiosos por aproximación y acomodación,”³⁶ “la dimensión preocupación conlleva un mayor uso de estrategias tendientes a aprovechar el tiempo, administrar el esfuerzo, fijar conocimientos y resolver dudas,”³⁷ las investigaciones examinadas coinciden con la necesidad para mejorar los procesos vocacional y de orientación profesional, así como rutinas y métodos de estudio, responsabilidad, esfuerzo y la exigencia por parte de los estudiantes.

Herrera, Moral, et al, desarrollaron un estudio preexperimental sobre un “plan de acciones dirigido a las estrategias de auto aprendizaje”, “donde se trabajó con toda la población, compuesta por 33 estudiantes del primer semestre de la carrera de Enfermería, de la Universidad Nacional de Chimborazo, Ecuador, durante el período académico octubre 2015-febrero 2016. El método Delphi se utilizó para validar el cuestionario aplicado y el diseño del plan de acciones. La aplicación de la técnica de ladov sirvió para determinar los índices de satisfacción grupal e individual de los estudiantes en relación con el plan de acciones ejecutado, el 93,94 % respondió que sí le gusta estudiar, pero la mayoría consideró no estar preparado para asumir su propio aprendizaje. Solo el 30,30 % de los individuos investigados ingresó a la carrera de Enfermería guiado por la vocación. Así mismo el 93,94 % respondió que, si le gusta estudiar, pero la mayoría coincidió en que no fueron adecuadamente preparados para asumir su propio aprendizaje. Se identificaron deficiencias relativas a hábitos y técnicas de auto aprendizaje relacionadas con la lectura, la planificación, los procedimientos, la profundidad de análisis de los tópicos y el trabajo grupal .”³⁸

“El plan de acciones mejora las estrategias de aprendizaje autónomo y fue diseñado para ejecutarse a corto plazo, concebido en dos ciclos: uno dirigido hacia la motivación y la organización del proceso de aprendizaje autónomo y el otro a las técnicas hábitos de estudio independiente.”³⁹

Pulido Martos, et al., realizaron una investigación en el año 2016 la cual busca realizar un analisis de la influencia que tiene la Inteligencia Emocional Percibida (IEP) sobre los estresores ocupacionales y el bienestar psicológico, este estudio se llevo a cabo con estudiantes de Enfermería durante las prácticas clínicas, el tipo de estudio fue descriptivo, transversal basado en auto informes. La muestra fue de 127 estudiantes, mediante 3 instrumentos; “Trait Meta-Mood Scale TMMS, evalúa la

³⁶ QUIÑONES, Álix Sofía Ávila, et al. Estilos y estrategias de afrontamiento y rendimiento académico: una revisión empírica. *Enfoques*, 2014, vol. 1, no 1, p. 32.

³⁷ *Ibid.*, p.35

³⁸ HERRERA, Yosbanys Roque, et al. Plan de acciones dirigido a las estrategias de autoaprendizaje en estudiantes de primer semestre de Enfermería. *Educación Médica Superior*, 2018, vol. 31, p.1

³⁹ *Ibid.*, p.4

IEP, Ryff's Psychological Well-being Scale en su adaptación española y el Cuestionario KEZKAK, los cuales arrojaron que, la atención a las emociones es el principal predictor del estrés ocupacional durante el periodo de prácticas. Por otra parte, son la claridad emocional y la regulación las dimensiones que predicen el bienestar psicológico⁴⁰.

Siles González, et al., desarrollaron un estudio en el año 2017 sobre la inteligencia emocional durante las prácticas clínicas de alumnos de enfermería. Un enfoque desde la antropología educativa aplicada a las prácticas clínicas, como objetivo de este estudio se planteó “contribuir a la concienciación de las emociones y sentimientos que convergen en el proceso de construcción del conocimiento durante las prácticas clínicas” este estudio de tipo selección intencionada se realizó por conveniencia en 40 estudiantes. Se utilizó como instrumento, la escala TMMS-24 para valorar la inteligencia emocional y una entrevista abierta, los resultados mostraron efectos positivos respecto a la “percepción, regulación y comprensión emocional, la percepción emocional es la dimensión en la que los datos obtenidos reflejan un mayor déficit, dado que el 37% de los que han realizado la escala necesitan mejorar su atención sobre sus propios sentimientos”⁴¹.

En la investigación realizada por Pardo, Cabanach, Ramón, en el año 2019, cuyo objetivo principal fue “medir la eficacia de un programa de la meditación sobre las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios”⁴² se realizó un estudio de tipo experimental, aleatorio con un grupo control de 61 estudiantes universitarios de la facultad de Fisioterapia de la Coruña. Se utiliza para la recolección de la información la encuesta de tipo cuestionario y como instrumentos la escala de estrategias de afrontamiento (Cabanach, Valle, Rodríguez, Piñeiro, y Freire, 2010), los resultados indican que “los participantes mejoraron de forma estadísticamente significativa sus estrategias de afrontamiento, concretamente en las dimensiones reevaluación positiva y planificación. La MM puede ser un método eficaz para afrontar el estrés en estudiantes universitarios de Fisioterapia”⁴³

⁴⁰ PULIDO-MARTOS, MANUEL; AUGUSTO-LANDA, JOSÉ M. Y LOPEZ-ZAFRA, Estudiantes de Enfermería en prácticas clínicas: El rol de la inteligencia emocional en los estresores ocupacionales y bienestar psicológico. *Index Enferm* 2016, vol.25, n.3, p.215-219.

⁴¹ SILES-GONZALEZ, J.; NORENA-PENA, A.L. y SOLANO-RUIZ, C.. La inteligencia emocional durante las prácticas clínicas de alumnos de enfermería: un enfoque desde la antropología educativa aplicada a las prácticas clínicas. 2017, vol.11

⁴² PARDO CARBALLIDO, Carmen; GONZÁLEZ CABANACH, Ramón. El impacto de un programa de meditación Mindfulness sobre las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios. *European Journal of Health Research*, v. 5, n. 1, 2019. p. 51

⁴³ *Ibid.*,p.51

4.2 MARCO TEÓRICO

“El modelo propuesto por Callista Roy, denominado modelo de adaptación es uno de los modelos que describe al ser humano como un ser con capacidades para lograr adaptarse a la situación que se le presente, de acuerdo a esto, se puede aplicar en el proceso de atención de enfermería a los estudiantes de VI a X semestre del programa de enfermería durante su proceso de afrontamiento y adaptación al estrés que presentan en las prácticas clínicas”⁴⁴.

El grupo de estudio para el desarrollo del modelo de adaptación, facultad de enfermería de la Sabana, menciona que a “lo largo de los años el modelo ha tenido un gran desarrollo, gracias a la profundización que ha hecho la autora en el campo humanístico y de las ciencias sociales, es así como en la actualidad se tiene una visión de reciprocidad (interactiva-integrativa)”⁴⁵.

En el sistema adaptativo humano se menciona que Roy, describe a las personas como seres holísticos, con partes que funcionan con algún propósito, no en una relación causa-efecto. Además, definen “a las personas como individuos, grupos familiares, comunidades, organizaciones y a la sociedad como un todo. Los seres humanos se adaptan a través de procesos de aprendizaje adquiridos mucho tiempo atrás y por esto la percepción que tiene cada persona frente a las situaciones a las cuales se enfrentan son individuales y diferentes para cada uno”⁴⁶.

En efecto se menciona que al realizar la valoración se debe evaluar a la persona como un todo. Valorar el modo fisiológico y psicosocial, lo cual permite conocer no solo su estado de salud, sino también la percepción que tiene de la situación que está viviendo en ese momento, cómo la está afrontando, y de este modo establecer estrategias efectivas que logren en forma conjunta la meta de enfermería, que de acuerdo con planteamientos del modelo es promover la adaptación que se entiende como un estado de bienestar del ser humano.

El ambiente se define como las condiciones, circunstancias e influencias que rodean y afectan el desarrollo y el comportamiento de los seres humanos como sistema adaptativo, y este a su vez se relaciona con los estímulos, los cuales desencadenan respuestas adaptativas que promueven las metas de adaptación e integridad y

⁴⁴ LOZANO, margarita, SALAZAR, bertha cecilia, GOMEZ, marco inicio, Validación del instrumento: afrontamiento y proceso de adaptación de Roy en pacientes con diabetes mellitus tipo 2.

⁴⁵FACULTAD DE ENFERMERÍA, Grupo de estudio. Análisis de los conceptos del modelo de adaptación de Callista Roy. Aquichan, [S.l.], v. 2, n. 1, may 2009.

⁴⁶ Ibid.,p.21

respuestas inefectivas, que no promueven la integridad, ni contribuyen a la meta de adaptación de las personas con el mundo. Estos estímulos pueden ser: focales, contextuales o residuales, para lo cual se identifica un nivel de adaptación que según Roy es la condición del proceso vital y se describe en tres niveles: integrado, compensatorio y comprometido; así que se presentan varios mecanismos de enfrentamiento que comprende unos subsistemas como son: subsistema regulador y subsistema cognitivo.

El modelo de adaptación de Callista Roy (Roy Adaptation Model RAM), surge de su experiencia personal y profesional como enfermera pediátrica, al observar la facilidad con que los niños se adaptaban a los cambios ocasionados por la enfermedad; también de sus creencias con relación al ser humano, y de la motivación de Dorothy Johnson para que plasmara sus ideas en un modelo conceptual. El modelo menciona que las respuestas adaptativas son respuestas que favorecen la integridad de la persona en términos de metas de supervivencia, crecimiento, reproducción y dominio. La teoría se basa en que las enfermeras promuevan el ajuste del paciente a los retos relativos a la salud y la enfermedad. A este ajuste le llama adaptación y a los retos, estímulos.

Roy postula las siguientes creencias filosóficas y valores acerca de la enfermería:

Los seres humanos son holísticos y trascendentes. La persona busca, en la autorrealización, una razón de ser para su existencia. Por su autodeterminación, las personas toman decisiones y, por lo tanto, son autónomas y responsables de los procesos de interacción y creatividad. Las personas y el mundo tienen patrones comunes y relaciones integrales, que los identifican como seres únicos. La transformación de las personas y del ambiente está creada en la conciencia humana, o sea, en la capacidad que tiene cada uno de interpretar el medio ambiente interno y externo."

La adaptación es "el proceso y resultado por medio del cual las personas con pensamientos y sentimientos, en forma individual o grupal, utilizan la conciencia consciente y eligen para crear una integración humana y ambiental"⁴⁷

⁴⁷ DÍAZ DE FLORES, Leticia, et al. Análisis de los conceptos del modelo de adaptación de Callista Roy. *Aquichan*, 2002, vol. 2, no 1, p. 19-23.

4.3 MARCO CONCEPTUAL

Para el estudio se describirá que el estudiante de la Universidad de Cundinamarca “es la persona que ha sido admitida y posee matrícula vigente conforme lo dispone este Reglamento para un programa académico de pregrado”.⁴⁸

Así mismo, el estudiante de enfermería que cursa VI a X semestre de la Universidad de Cundinamarca, se hallan en las edades de 18 a 42 años, de ambos géneros, en el cual predomina el género femenino, en algunos de estos estudiantes se encuentran características como: repitencia semestral, retorno a la actividad académica tras su aplazamiento, conocimientos previos técnicos de enfermería o el desempeño de más roles como familiar (madres o padre) y laborales.

Aparte de ello, es necesario aclarar la definición de estrés, según la organización mundial de la salud (OMS) lo define “como las reacciones fisiológicas que en su conjunto preparan al organismo para la acción. Considerado desde este punto de vista, el estrés sería una alarma, un estímulo que conduce a la acción, una respuesta necesaria para la supervivencia, respuesta que puede ser coherente con las demandas del entorno, o bien, insuficientes o exageradas”.⁴⁹ Por esta razón se desencadenan una serie de estresores, los cuales son definidos como “Cualquier suceso, situación, persona u objeto, es decir eventos vitales o hechos de la vida diaria, que se percibe como estímulo o situación a las que se enfrenta la persona y que provoca un impacto o impresión en el organismo humano, generando o desencadenando una respuesta de estrés en la persona afectada. Están presentes dentro de la vida diaria y siguen una secuencia específica”⁵⁰

Luego de presentados los estresores en un estudiante de enfermería, este debe afrontarlos. Pero, ¿Qué es el afrontamiento? Según Lazarus y Folkman definieron el afrontamiento como “aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas, externas y/o internas, que son evaluadas como excedentes o

⁴⁸ UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA, SEDE FUSAGASUGA, REGLAMENTO ESTUDIANTIL ACUERDO No. 010 JULIO 12 DE 2006 Disponible en <https://www.ucundinamarca.edu.co/documents/admisiones/reglamento-estudiantil.pdf>

⁴⁹ Organización Mundial de la Salud. Definición estrés. Disponible en <https://abcdelestres.wordpress.com/2015/05/13/el-estres-segun-la-organizacion-mundial-de-la-salud/>

⁵⁰ SEGOVIA Giovanna, ROJAS Ramiro. El Estrés en el proceso de formación de los estudiantes del Internado Rotativo en sus prácticas clínicas de la Carrera de Enfermería de la Universidad Central del Ecuador durante el Periodo Abril - Julio 2016.(en línea)(3 abril 2017) Disponible en <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/8629/1/T-UCE-0006-007-2016.pdf>

desbordantes de los recursos del individuo.”⁵¹ En consecuencia con lo anterior, existen unos estilos de afrontamiento, que según Fernández Abascal “se refieren a predisposiciones personales para hacer frente a las situaciones y son los responsables de las preferencias individuales en el uso de unos u otros tipos de estrategias de afrontamiento, así como de su estabilidad temporal y situacional. A su vez, las estrategias de afrontamiento serían los procesos concretos que se utilizan en cada contexto y pueden ser altamente cambiantes dependiendo de las situaciones desencadenantes”⁵².

4.4 MARCO ÉTICO

La Resolución 8430 de 1993 en Colombia es una de las importantes pautas éticas que reglamenta la investigación en salud. En vista de que, esta no ha sido actualizada desde su publicación, es necesario valorar su vigencia para abordar los potenciales dilemas éticos que se plantean actualmente en la investigación en salud en el país.

Artículo 5. En toda investigación en la que el ser humano sea sujeto de estudio, deberá prevalecer el criterio del respeto a su dignidad y la protección de sus derechos y su bienestar. Artículo 6. La investigación que se realice en seres humanos se deberá desarrollar conforme a los siguientes criterios: a. Se ajustará a los principios científicos y éticos que la justifiquen. b. Se fundamentará en la experimentación previa realizada en animales, en laboratorios o en otros hechos científicos. c. Se realizará solo cuando el conocimiento que se pretende producir no pueda obtenerse por otro medio idóneo. d. Deberá prevalecer la seguridad de los beneficiarios y expresar claramente los riesgos (mínimos), los cuales no deben, en ningún momento, contradecir el artículo 11 de esta resolución. e. Contará con el Consentimiento Informado y por escrito del sujeto de investigación o su representante legal con las excepciones dispuestas en la presente resolución. f. Deberá ser realizada por profesionales con conocimiento y experiencia para cuidar la integridad del ser humano bajo la responsabilidad de una entidad de salud, supervisada por las autoridades de salud, siempre y cuando cuenten con los recursos humanos y materiales necesarios que garanticen el bienestar del sujeto de investigación.

⁵¹ CASTAÑO, Elena Felipe; LEÓN DEL BARCO, Benito. Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos de conducta interpersonal. *International Journal of psychology and psychological therapy*, 2010, vol. 10, no 2.

⁵² *Ibíd.*, p.2.

g. Se llevará a cabo cuando se obtenga la autorización: del representante legal de la institución investigadora y de la institución donde se realice la investigación; el Consentimiento Informado de los participantes; y la aprobación del proyecto por parte del Comité de Ética en Investigación de la institución. Artículo 14. Se entiende por Consentimiento Informado el acuerdo por escrito, mediante el cual el sujeto de investigación o en su caso, su representante legal, autoriza su participación en la investigación, con pleno conocimiento de la naturaleza de los procedimientos, beneficios y riesgos a que se someterá, con la capacidad de libre elección y sin coacción alguna⁵³

Ley 266 de 1996 Esta ley reglamenta el ejercicio profesional de enfermería, los principios y valores fundamentales que la Constitución Nacional consagra y las obligaciones y derechos que se derivan de su aplicación. Son principios específicos de la práctica de enfermería los siguientes: 1. Integralidad. 2. Individualidad. 3. Dialogicidad. 4. Calidad. 5. Continuidad⁵⁴.

Ley 911 de 2004 Se establecen disposiciones en la responsabilidad deontológica para el ejercicio de la profesión de Enfermería en Colombia Artículo 6 El profesional de enfermería deberá informar y solicitar el consentimiento a la persona, la familia o a los grupos comunitarios previa realización de las intervenciones de cuidado de enfermería, con el objeto de que conozcan su conveniencia y posibles efectos no deseados, a fin de que puedan manifestar su aceptación o su oposición a ellas. De igual manera, deberá proceder cuando ellos sean sujetos de prácticas de docencia o de investigación de enfermería⁵⁵. Artículo 29 En los procesos de investigación en el que el profesional de enfermería participe o adelante, deberá salvaguardar la dignidad, la integridad y los derechos los seres humanos, como principio ético fundamental. Con este fin, conocerá y aplicará las disposiciones éticas y legales vigentes sobre la materia y las declaraciones internacionales que la ley colombiana adopte, así como las declaraciones de las organizaciones de enfermería nacionales e internacionales⁵⁶

⁵³ Resolución 8430 de 1993 MINISTERIO DE SALUD

⁵⁴ LEY 266 DE 1996 DEL MINISTERIO DE SALUD

⁵⁵ MINISTERIO DE LA PROTECCIÓN SOCIAL Ley 911 .2004

⁵⁶ MINISTERIO DE LA PROTECCIÓN SOCIAL Ley 911 .2004

4.5 MARCO LEGAL

4.5.1 Constitución Política de Colombia 1991.

Título I. De los principios fundamentales

Artículo 1. Colombia es un Estado social de derecho, organizado en forma de República unitaria, descentralizada, con autonomía de sus entidades territoriales, democrática, participativa y pluralista, fundada en el respeto de la dignidad humana, en el trabajo y la solidaridad de las personas que la integran y en la prevalencia del interés general.

Título II. De los derechos, las garantías y los deberes

Capítulo 1. De los derechos fundamentales.

Artículo 11. El derecho a la vida es inviolable. No habrá pena de muerte.

Artículo 13. Todas las personas nacen libres e iguales ante la ley, recibirán la misma protección y trato de las autoridades y gozarán de los mismos derechos, libertades y oportunidades sin ninguna discriminación por razones de sexo, raza, origen nacional o familiar, lengua, religión, opinión política o filosófica. El Estado promoverá las condiciones para que la igualdad sea real y efectiva y adoptará medidas en favor de grupos discriminados o marginados. El Estado protegerá especialmente a aquellas personas que por su condición económica, física o mental, se encuentren en circunstancia de debilidad manifiesta y sancionará los abusos o maltratos que contra ellas se cometan.

Artículo 16. Todas las personas tienen derecho al libre desarrollo de su personalidad sin más limitaciones que las que imponen los derechos de los demás y el orden jurídico.

Artículo 18. Se garantiza la libertad de conciencia. Nadie será molestado por razón de sus convicciones o creencias ni compelido a revelarlas ni obligado a actuar contra su conciencia.

Artículo 20. Se garantiza a toda persona la libertad de expresar y difundir su pensamiento y opiniones, la de informar y recibir información veraz e imparcial, y la de fundar medios masivos de comunicación.

Artículo 26. Toda persona es libre de escoger profesión u oficio. La ley podrá exigir títulos de idoneidad. Las autoridades competentes inspeccionarán y vigilarán el ejercicio de las profesiones. Las ocupaciones, artes y oficios que no exijan formación académica son de libre ejercicio, salvo aquellas que impliquen un riesgo social.

Artículo 27. El Estado garantiza las libertades de enseñanza, aprendizaje, investigación y cátedra.⁵⁷

4.5.2 Ley de Salud Mental 1616 de 2013.

Artículo 1°. Objeto. El objeto de la presente leyes garantizar el ejercicio pleno del Derecho a la Salud Mental a la población colombiana, priorizando a los niños, las niñas y adolescentes, mediante la promoción de la salud y la prevención del trastorno mental, la Atención Integral e Integrada en Salud Mental en el ámbito del Sistema General de Seguridad Social en Salud, de conformidad con lo preceptuado en el artículo 49 de la Constitución y con fundamento en el enfoque promocional de Calidad de vida y la estrategia y principios de la Atención Primaria en Salud.

Artículo 3°. Salud Mental. La salud mental se define como un estado dinámico que se expresa en la vida cotidiana a través del comportamiento y la interacción de manera tal que permite a los sujetos individuales y colectivos desplegar sus recursos emocionales, cognitivos y mentales para transitar por la vida cotidiana, para trabajar, para establecer relaciones significativas y para contribuir a la comunidad.

Artículo 5°. Definiciones.

1. Promoción de la salud mental. La promoción de la salud mental es una estrategia intersectorial y un conjunto de procesos orientados hacia la

⁵⁷ CONSTITUCIÓN POLITICA DE COLOMBIA 1991 Disponible en <http://www.corteconstitucional.gov.co/inicio/Constitucion%20politica%20de%20Colombia.pdf>

transformación de los determinantes de la Salud Mental que afectan la calidad de vida, en procura de la satisfacción de las necesidades y los medios para mantener la salud, mejorarla y ejercer control de la misma en los niveles individual y colectivo teniendo en cuenta el marco cultural colombiano.⁵⁸

4.5.3 Plan Decenal de Salud Pública PDSP, 2012-2021.

Dimensión convivencia social y salud mental

Definición de la dimensión Espacio de construcción, participación y acción transectorial y comunitaria que, mediante la promoción de la salud mental y la convivencia, la transformación de problemas y trastornos prevalentes en salud mental y la intervención sobre las diferentes formas de la violencia, contribuya al bienestar y al desarrollo humano y social en todas las etapas del ciclo de vida, con equidad y enfoque diferencial, en los territorios cotidianos.

Objetivos de la dimensión

- a) Generar espacios que contribuyan al desarrollo de oportunidades y capacidades de la población que permitan el disfrute de la vida y el despliegue de las 194 potencialidades individuales y colectivas para el fortalecimiento de la salud mental, la convivencia y el desarrollo humano y social.
- b) Contribuir a la gestión integral de los riesgos asociados a la salud mental y la convivencia social, mediante la intervención de los factores de riesgo y el mejoramiento de la capacidad de respuesta institucional y comunitaria en esta temática.
- c) Disminuir el impacto de la carga de enfermedad generada por los eventos, problemas y trastornos mentales y las distintas formas de violencia, a través del fortalecimiento y la ampliación de la oferta de servicios institucionales y comunitarios en salud mental, que aumenten

⁵⁸ MINISTERIO DE SALUD. Ley de Salud Mental 1616 de 2013 Disponible en <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/ley-1616-del-21-de-enero-2013.pdf>

el acceso a quienes los requieren y permitan prevenir la cronificación y el deterioro y mitigar daños evitables.⁵⁹

4.5.4 Promoción de la salud mental y la convivencia.

Definición del componente La salud mental es un estado dinámico que se expresa en la vida cotidiana a través del comportamiento y la interacción, de manera tal que permite a los sujetos individuales y colectivos desplegar sus recursos emocionales, cognitivos y mentales para transitar por la vida cotidiana, trabajar, establecer relaciones significativas y contribuir a la comunidad (Ley 1616 de 2013).

La convivencia es entendida como el desarrollo y sostenimiento de relaciones interpersonales basadas en el respeto, la equidad, la solidaridad, el sentido de pertenencia, el reconocimiento de la diferencia, la participación para la construcción de acuerdos y el ejercicio de los derechos humanos para el logro del bien común, el desarrollo humano y social.⁶⁰

4.6 MARCO INSTITUCIONAL

4.6.1 Misión. La Universidad de Cundinamarca es una institución pública local del Siglo XXI, caracterizada por ser una organización social de conocimiento, democrática, autónoma, formadora, agente de la transmodernidad que incorpora los consensos mundiales de la humanidad y las buenas prácticas de gobernanza universitaria, cuya calidad se genera desde los procesos de enseñanza - aprendizaje, investigación e innovación, e interacción universitaria.

4.6.2 Visión. La Universidad de Cundinamarca será reconocida por la sociedad, en el ámbito local, regional, nacional e internacional, como generadora de conocimiento

⁵⁹ Plan Decenal de Salud Pública PDSP, 2012-2021

⁶⁰ Ibid., P.

relevante y pertinente, centrada en el cuidado de la vida, la naturaleza, el ambiente, la humanidad y la convivencia.⁶¹

4.6.3 Programas de la UDEC. La Universidad de Cundinamarca cuenta con 7 facultades de pregrado las cuales son Facultad de ciencias administrativas, económicas y contables, Facultad de ciencias agropecuarias, Facultad de ciencias del deporte y educación física, Facultad de educación, Facultad de ingeniería, Facultad de ciencias de la salud, Facultades de ciencias sociales, humanidades y ciencias políticas y 15 programas administración de empresas, contaduría pública, tecnología en gestión turística y hotelería, ingeniería agronómica, ingeniería ambiental, zootecnia, tecnología en cartografía, licenciatura en ciencias sociales, ingeniería electrónica, ingeniería industrial, ingeniería de sistemas, tecnología en desarrollo de software, Enfermería, música y psicología.

4.6.4 Programa de Enfermería.

Misión

El Programa de Enfermería de la Universidad de Cundinamarca, es responsable de liderar en el Departamento de Cundinamarca la formación de Profesionales de Enfermería, con potencial laboral, científico y tecnológico, con altas cualidades humanas, científicas, investigativas y sociales para contribuir en la solución de los problemas y necesidades de salud y de enfermería. En este proceso tomará la calidad, expresada en el liderazgo, pertenencia, pertinencia e impacto de sus egresados que le permitan competir en el ámbito profesional y social, cada vez más globalizado, sustentados en sus competencias profesionales, básicas, investigativas y humanísticas, con una amplia cultura profesional, y un compromiso con las necesidades del contexto.⁶²

⁶¹UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA Proyecto Educativo Institucional -PEI-Adoptado mediante Acuerdo 008 de 2016 del consejo superior. Disponible en <https://www.ucundinamarca.edu.co/index.php/proyecto-educativo-universitario>

⁶² UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA ENFERMERÍA Programa académico de pregrado Disponible en <https://www.ucundinamarca.edu.co/index.php/programas/pregrado/facultad-de-ciencias-de-la-salud/enfermeria>

Visión

El Programa de Enfermería, adscrito a la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Cundinamarca, asume el proceso de formación de profesionales como un espacio de construcción de significados y sentidos, pero fundamentalmente como un proceso de desarrollo humano; sustentado en el reconocimiento del carácter consiente (por tanto holístico, dialéctico) y contextualizado de la formación del enfermero comprometidos social y profesionalmente, flexibles en el manejo de la cultura y trascendentes en su contexto, destacando el desarrollo de actitudes y valores, especialmente éticos.⁶³

Figura 1. Grados de enfermería en la seccional Girardot.



Fuente: Siatoba, Marlén. Grados. [Fotografía]. Periódico abriendo camino, una década amigable. Edición 28. Página 10. [Consultado el 30 de agosto de 2020]. Disponible en: <https://www.ucundinamarca.edu.co/documents/comunicaciones/periodicoacamino/P-ABRIENDO-CAMINO-28-AJUSTADO.pdf>

⁶³ UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA ENFERMERÍA Programa académico de pregrado Disponible en <https://www.ucundinamarca.edu.co/index.php/programas/pregrado/facultad-de-ciencias-de-la-salud/enfermeria>.

Figura 2. Grados



Fuente: Sandra Carmona. Grados. [Fotografía]. Periódico abriendo camino. Edición 28. Página 13. [Consultado el 30 de agosto de 2020]. Disponible en: <https://www.ucundinamarca.edu.co/documents/comunicaciones/periodicoacamino/P-ABRIENDO-CAMINO-28-AJUSTADO.pdf>

Figura 3. Misión y Visión de la Universidad de Cundinamarca.



Fuente: WEBMASTER. [Fotografía]. Misión y Visión de la Universidad de Cundinamarca. Universidad de Cundinamarca. 2016. [Consultado el 30 de agosto de 2020]. Disponible en: <https://www.ucundinamarca.edu.co/index.php/component/k2/item/42-mision-y-vision-de-la-universidad-de-cundinamarca>

Figura 4. Campus sostenible, seccional Girardot.



Fuente: Universidad de Cundinamarca, seccional Girardot. [Fotografía]. Girardot, una apuesta por el campus sostenible. 2019. [Consultado el 30 de agosto de 2020]. Disponible en: <https://www.unicundi.edu.co/index.php/noticias-ucundinamarca/86-noticias-seccional-girardot/1182-girardot-una-apuesta-por-el-campus-sostenible>.

5. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Tabla 1. Operacionalización de variables⁶⁴

Racionalización de variables						
Variable	Definición Conceptual	Dimensión	Indicador	Tipo de variable	Escala	Valor
Capacidad de afrontamiento y adaptación.	los patrones innatos y adquiridos de las formas de manejar y responder al ambiente cambiante en las situaciones de la vida diaria y en los periodos críticos mediante comportamientos directamente enfocados a alcanzar el	Factor 1: Recursivo Y Centrado	2. Propongo una solución nueva para una situación nueva.	Cualitativa	Ordinal	1=Nunca 2= Pocas veces 3=Casi siempre 4= siempre.
			4. Obtengo la mayor información posible para aumentar mis opciones.			
			7. Trato de que todo funcione a mi favor.			
			10. Identifiqué como quiero que resulte la situación y luego miré como lo puedo lograr			
			16. Traté de redirigir mis sentimientos para enfocarlos constructivamente			
			19. Estoy atento a cualquier cosa relacionada con la situación			
			26. Trato de ser recursivo para enfrentar la situación.			
			29. Con tal de salir de la crisis estoy dispuesto a modificar mi vida radicalmente.			

⁶⁴ LÓPEZ, Carolina Gutiérrez, et al. Validez y confiabilidad de la versión en español del instrumento "Escala de medición del proceso de afrontamiento y adaptación" de Callista Roy. *Aquichan*, 2007, vol. 7, no 1, p. 54-63.

Racionalización de variables						
Variable	Definición Conceptual	Dimensión	Indicador	Tipo de variable	Escal a	Valor
	dominio, la supervivencia, el crecimiento y la trascendencia. CALLISTA ROY 2007		34. Trató de ser creativo y proponer nuevas soluciones			
			42. Trato de hacer frente a la crisis desde el principio			
			46. Desarrolló un plan con una serie de acciones para enfrentar situaciones			
		Factor 2 : reacciones físicas y enfocadas	5. Cuando estoy tengo preocupado dificultad para completar tareas actividades o proyectos	Cualitativa	Ordinal	1=Nunca 2= Pocas veces 3=Casi siempre 4= siempre.
			8. Sólo puedo pensar que me preocupa			
			13. Encuentro la situación demasiado compleja con más elementos de los que puedo manejar			
			15. Parece que actuó con lentitud sin razón aparente			
			20. Tiendo a reaccionar con exageración al comienzo			
			23. Tiendo a paralizarme confundirme al menos por un tiempo			
			24. Encuentro difícil explicar cuál es el verdadero problema			
33. Tiendo a culparme por cualquier dificultad que tenga.						
35. Por alguna razón no parezco beneficiarme mis experiencias pasadas.						

Racionalización de variables						
Variable	Definición Conceptual	Dimensión	Indicador	Tipo de variable	Escala	Valor
			39. Experimentó cambios en la actividad física			
			43. me doy cuenta que estoy enfermado			
			45. Me rindo fácilmente			
			47. al parecer me hago muchas ilusiones acerca de cómo resultaran las cosas			
		Factor 3: proceso de alerta	1. Puedo seguir una gran cantidad de instrucciones a la vez en una crisis o en un problema	Cualitativa	Ordinal	1=Nunca 2= Pocas veces 3=Casi siempre 4= siempre.
			11. Soy menos eficaz bajo estrés			
			17. Me siento alerta y activo durante el día.			
			18. Pongo mis sentimientos a un lado y soy muy objetiva acerca de lo que sucede.			
			25. Obtengo buenos resultados al manejar problemas complejos o complicados			
			27. Puedo desenvolverme mejor que la mayoría de las personas cuando tengo que ir a lugares desconocidos.			
			31. Soy más feliz bajo estrés.			
			40. Manejo la situación analizando rápidamente los detalles tal como ellos sucedieron.			

Racionalización de variables						
Variable	Definición Conceptual	Dimensión	Indicador	Tipo de variable	Escala	Valor
			44. adoptó rápidamente nuevas capacidades cuando éstas pueden resolver mi problema.			
		Factor 4 : procesamiento o sistemático.	3. Llamo al problema por su nombre y trato de verlo en su totalidad.	Cualitativa	Ordinal	1=Nunca 2= Pocas veces 3=Casi siempre 4= siempre.
			12. Me tomé el tiempo necesario y no actué hasta que no tenga una buena comprensión de la situación			
			14. Pienso en el problema sistemáticamente paso a paso.			
			22. Analizó la situación como realmente es.			
			30. Traté de mantener el equilibrio entre mis actividades y el descanso			
			41. Traté de aclarar cualquier tipo de duda antes de actuar			
		Factor 5 : conocer y relacionar	6. Traté de recordar las estrategias o soluciones que me han servido en el pasado	Cualitativa	Ordinal	1=Nunca 2= Pocas veces 3=Casi siempre 4= siempre.
			9. Me siento bien al saber que estoy manejando el problema lo mejor que puedo.			
			21. Recuerdo cosas que me ayudaron en otras situaciones			
			28. Utilizo el sentido del humor para manejar la situación			

Racionalización de variables						
Variable	Definición Conceptual	Dimensión	Indicador	Tipo de variable	Escala	Valor
			32. Puedo relacionar lo que sucede con las experiencias pasadas o con los planes futuros			
			36. aprendo con las soluciones que han funcionado para otros			
			37. Miró la situación positivamente como una oportunidad o como un desafío			
			38. Me planteo muchas ideas como soluciones posibles a la situación, aunque parezcan difíciles de alcanzar			

Fuente. Elaboración propia. Relación entre la dimensión, descripción y las preguntas del instrumento relacionadas al factor.

6. DISEÑO METODOLÓGICO

6.1 ENFOQUE

Investigación no experimental, con enfoque Cuantitativo, dado que las variables no son manipuladas; lo que se busca es observar los fenómenos tal y como se dan en el contexto natural⁶⁵ para el caso de los estudiantes de la enfermería de la Universidad de Cundinamarca seccional Girardot, la recolección de los datos se hace con base en la medición numérica y el análisis estadístico, para medir patrones de comportamiento y probar teorías⁶⁶

6.2 TIPO O ALCANCE

Investigación de tipo descriptiva, transversal, donde se identifica la capacidad de afrontamiento y adaptación de los estudiantes de enfermería de la Universidad de Cundinamarca de acuerdo a los estresores percibidos durante en desarrollo de la práctica clínica. “los diseños transversales recolectan datos en un solo momento, en tiempo único, se describen las variables y se analizan en un momento dado”⁶⁷

6.3 UNIVERSO, POBLACIÓN Y MUESTRA

6.3.1 Universo. 392 estudiantes del programa de enfermería de la Universidad de Cundinamarca matriculados de I a X semestre en el periodo B 2020.

6.3.2 Población y muestra. 177 estudiantes del programa de enfermería de la Universidad de Cundinamarca matriculados de VI a X semestre en el periodo B 2020, matriculados en las asignaturas de tipo disciplinar según el plan de estudios vigente y que están realizando prácticas clínicas.

Nota. Se aplicaron 59 encuestas correspondiente al 33,33% de la muestra inicial, debido a que fueron los que voluntariamente participaron de la investigación.

6.3.3 Muestreo. No probabilístico intencional, se realizaron estimaciones para las variables en la población, “las variables se miden y se analizan con pruebas

⁶⁵ SAMPIERI, Roberto Hernandez; COLLADO, Carlos Fernandez; LUCIO, Pilar Baptista. Metodología de la investigación . McGraw-Hill, 2016.

⁶⁶ Ibid. Pag 5

⁶⁷ Ibid. Pag 154

estadísticas en una muestra de la que se presume que esta es dado a que los individuos participantes no son seleccionados aleatoriamente (al azar) sino de acuerdo al cumplimiento de criterios de inclusión, “la elección de los elementos no depende de la probabilidad, sino de las causas relacionadas con las características de la investigación o los propósitos del investigador”⁶⁸

Estudiantes del programa de enfermería de la Universidad de Cundinamarca de VI a X semestre en total hay 177 estudiantes.

- ❖ En sexto semestre hay 34 estudiantes (Mujeres 26 - Hombres 8)
- ❖ En séptimo semestre hay 25 estudiantes (Mujeres 19 - Hombres 6)
- ❖ En octavo semestre hay 47 estudiantes (Mujeres 34 - Hombres 14)
- ❖ En noveno semestre hay 32 estudiantes (Mujeres 25 - Hombres 7)
- ❖ En décimo semestre hay 39 estudiantes (Mujeres 32- Hombres 7)

6.3.3 Criterios de inclusión.

- ❖ Estudiantes del programa de enfermería matriculados y activos de VI a X semestre.
- ❖ Estar matriculado en las asignaturas disciplinares con prácticas hospitalarias.
- ❖ Que acepten participar voluntariamente firmando el Consentimiento informado.

6.3.4 Criterios de exclusión

Estudiantes que en el momento de la aplicación de la encuesta no deseen ser parte del estudio.

⁶⁸ SAMPIERI, Roberto Hernandez; COLLADO, Carlos Fernandez; LUCIO, Pilar Baptista. Metodología de la investigación . McGraw-Hill, 2016.
Ibid. Pag 154

7. METODOS TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN.

Técnica: Instrumento.

Instrumento: Cuestionario “Escala de medición del proceso de afrontamiento y adaptación” (ECAPS - versión en español) creado originalmente por Callixta Roy (2004). Esta Escala en su versión en español fue validada por la Facultad de Enfermería de la Universidad de La Sabana en Chía, Colombia (2010).

Para la recolección de la información se aplicó la Escala de Proceso de afrontamiento y adaptación (ECAPS) esta conformada por 47 ítems clasificados en 5 factores, utiliza una escala de Likert con rangos de respuesta de 1 (nunca) a 4 (siempre), cada ítem describe de forma corta una declaración de la forma que el individuo responde ante una crisis o evento difícil. El puntaje de la escala va desde 47 a 188, que permite identificar como el individuo utiliza las estrategias de afrontamiento identificadas. El instrumento utilizado para la recolección de la información permitió determinar la capacidad de afrontamiento, y la adaptación de los estudiantes de Enfermería de la Universidad de Cundinamarca a los estresores percibidos en la práctica clínica.

La teórica Calixta Roy (2004), citada por González Yolanda⁶⁹ , describe que la escala se realiza con el objetivo de medir el proceso de afrontamiento y adaptación en situaciones de crisis y enfermedades en fases agudas y crónicas. El instrumento tiene la estructura teórica de Roy, donde establece conceptos concretos de cinco factores los cuales se interpretan a través de la teoría de mediano rango del proceso de afrontamiento y adaptación. Con relación a los cinco factores que tiene la escala, los tres primeros miden comportamientos, reacciones y recursos utilizados por el individuo para afrontar la situación, los dos últimos factores, miden estrategias empleadas para sobrellevar la situación. A continuación, se describe cada ítem de la escala y la clasificación de los factores que propone la Dra. Yolanda González W⁷⁰, que fue la propuesta que se utilizó para el desarrollo de la investigación:

⁶⁹ González Yolanda, op. Cit., p. 118-119.

⁷⁰ Dra. Yolanda González W. Doctora en Enfermería. Universidad Nacional de Colombia. Profesora Titular. Departamento de Salud de Adultos, Facultad de Enfermería. Universidad de Panamá. E-mail: yolamari22@yahoo.com

Tabla 2. Factores.

Factor 1 Recursivo y centrado	Este factor refleja comportamientos de la utilización del yo y de los recursos que se concentran en la expansión del nivel de la entrada del sistema cognitivo, de la información, considerando actitudes respecto a la solución de problemas, como es el de ser inventivo, buscar resultados, siendo recursivo el estilo y centrado en la estrategia. Los ítems que componen este factor son 11 (2,4,7,10,16,19,26,29,34,42, 47).
Factor 2 Físico y enfocado	Este factor resalta las reacciones físicas y las fases de la entrada para situaciones manejables. Siendo físico el estilo y enfocado la estrategia. Los ítems que componen este factor son trece (5,8,12,15,20,23,24,33,35,39,43,45,47)
Factor 3 Proceso de alerta	Refleja comportamientos del yo personal y físico, se enfoca en las tres etapas o niveles del sistema, entrada, procesamiento central y salidas. Los ítems que lo componen este factor son nueve (1,11,17,18,25,27,31,40,44)
Factor 4 Procesamiento sistemático	Describe las estrategias personales físicas del yo, realizadas en situaciones manejadas metódicamente. Es una estrategia que está conformada por seis ítems (3,12,14,22,30,41)
Factor 5 Conociendo y relacionando	Refleja las estrategias que utilizan al yo y a los otros, utilizando la memoria y la imaginación, este factor contiene ocho ítems (6,9,21,28,32,36,37,38)

Para la interpretación de los resultados; se describe lo expuesto según González Yolanda (2007):

Personas con puntaje cerca de 188 en el ECAPS: Alta capacidad de afrontamiento y adaptación, demuestra mayor consistencia en la utilización de las estrategias de afrontamiento.

Personas con puntaje cerca de 47 en el ECAPS: Baja capacidad de afrontamiento y adaptación, demuestra poca consistencia en la utilización de las estrategias de afrontamiento identificadas.

Para este estudio en particular se escogió el instrumento ECAPS, porque permitió explicar de manera tangible la teoría de mediano rango, y para el profesional de Enfermería le permite describir las estrategias de afrontamiento y adaptación dentro del subsistema cognitivo del ser humano. Con el fin de establecer información más precisa y objetiva, y así proponer cuidados de enfermería. Para medir la escala de

afrontamiento y adaptación se utilizó la categorización de alta capacidad y baja capacidad propuesta por la Dra. Yolanda González W.

La escala de Likert se conformó de la siguiente forma: Nunca = 1, Pocas veces = 2, Casi siempre = 3, Siempre = 4. La medición se realizó a través del ECAP'S al obtener la media del puntaje (50%) correspondiente a 118 -188 puntos.

Tabla 3. Categorización de la capacidad de Afrontamiento y Adaptación según CAPS.

Estrategias de Afrontamiento	Puntuación	Categorías	
		Baja capacidad de afrontamiento y adaptación	Alta capacidad de afrontamiento y adaptación
Factor 1 Recursivo y centrado	11-44	11-27	28-44
Factor 2 Físico y enfocado	13-52	13-32	33-52
Factor 3 Proceso de alerta	9-36	9-22	23-36
Factor 4 Procesamiento sistemático	6-24	6-18	19-24
Factor 5 Conociendo y relacionando	8-32	8-24	25-32
Escala Total	47-188	4- 117	118-188

Fuente. González Yolanda. Tesis doctoral. Evaluación de la eficacia del cuidado como intervención terapéutica en un programa educativo con enfoque cognitivo con un grupo de apoyo con soporte emocional para mantener la capacidad de proceso de afrontamiento cognitivo y adaptación en personas que padecen cardiopatía isquémica en el hospital. Bogotá 2007. Página 121.

7.1 RECOLECCION DE LA INFORMACION

El instrumento utilizado para la recolección de la información fue la Escala de Proceso de afrontamiento y adaptación (ECAPS), conformada por 47 ítems clasificados en 5 factores, utiliza una escala de Likert con rangos de respuesta de 1 (nunca) a 4 (siempre), que permitió determinar la capacidad de afrontamiento, y la adaptación de los estudiantes de Enfermería de la Universidad de Cundinamarca a los estresores percibidos en la práctica clínica. creada originalmente por Callixta Roy (2004). Esta Escala en su versión en español fue validada por la Facultad de Enfermería de la Universidad de La Sabana en Chía, Colombia (2010) , previa a la recolección de la información se solicitó consentimiento a la Dra. Yolanda González para la utilización, la cual fue aceptada.(VER ANEXO).

La recolección de la informaciones se realizó en el segundo periodo académico del año 2020 , el Cuestionario “Escala de medición del proceso de afrontamiento y adaptación” (ECAPS - versión en español) se envió por medio virtual debido a las

condiciones de la pandemia por causa del Covid-19. Se solicitaron los correos institucionales a la coordinación del Programa de Enfermería de los estudiantes de 6 a 10 semestre, se anexaron los links correspondientes al consentimiento informado y escala (ECAPS).

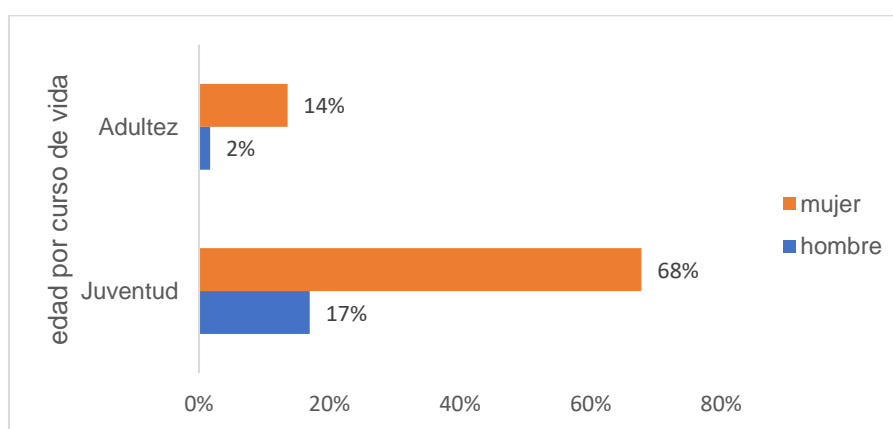
7.2 PLAN DE TABULACION Y ANALISIS

Las información recolectada se ingreso en una base de datos construida en el programa Excel versión 2010, para el análisis estadístico correspondiente. La información se organizó según variables sociodemográficas y los cinco factores del instrumento. Se utilizó la información para la construcción de tablas y gráficos de distribución de frecuencias usando el programa Excel, para posteriormente analizar la información plasmada y describir los hallazgos. Los análisis obtenidos del procesamiento de la información serán interpretados según la distribución de edad del enfoque de curso de vida.

8. RESULTADOS

8.1 CARACTERIZACIÓN SOCIODEMOGRÁFICA

Gráfica 1. Edad y sexo por curso de vida.



Fuente. Propia. Datos de la encuesta sociodemográfica de los estudiantes de Enfermería de VI a X semestre Universidad de Cundinamarca, año 2021.

Tabla 4. Características sociodemográficas de los estudiantes de la muestra.

Edad	N°	%
Juventud	50	85,0
Adulthood	9	15,0
Total	59	100,0
Sexo	N°	%
Mujer	48	81,0
Hombre	11	19,0
Total	59	100,0
Semestre	N°	%
6	2	3,0
7	7	12,0
8	4	7,0
9	3	5,0
10	22	37,0
12	21	36,0
Total	59	100,0
Estado civil	N°	%
Unión Libre	4	7,0

Edad	N°	%
Casado (a)	2	3,0
Soltero (a)	53	90,0
Total	59	100,0
Ocupación	N°	%
Estudia	40	68,0
estudia y trabaja	19	32,0
Total	59	100,0
Tiene Pareja	N°	%
NO	26	44%
SI	33	56%
Total	59	100,0
Vive con la pareja	N°	%
NO	52	88,0
SI	7	12,0
Total	59	100,0
Tiene hijos	N°	%
NO	50	85,0
SI	9	15,0
Total	59	100,0

Fuente. Propia. Encuesta sociodemográfica de los estudiantes de Enfermería de VI a X semestre Universidad de Cundinamarca, año 2021.

Lo relacionado anteriormente muestra un resumen de los datos sociodemográficos de los estudiantes objeto de la presente investigación, en donde se evidencia predominio en la etapa juventud con 85% respecto de la adultez que presenta un porcentaje del 15%. En cuanto al sexo el 81% son mujeres y el 19% hombres, respecto de la ubicación semestral se evidencia mayor participación de estudiantes que cursan semestres finales. En cuanto al estado civil de los participantes se mostro que el 90% de la población son solteros. Respecto de la ocupación se resalta un mayor numero de estudiantes que se dedican exclusivamente a sus actividades académicas con un porcentaje de 68%; en comparación a un 32% que cumplen el rol de estudiantes y trabajadores; Se reportó un 56% de personas que presentan algún tipo de relación afectiva, es decir, que tienen pareja, sin embargo, se identificó que el 88% de la población estudiada no conviven con su pareja y finalmente el 85% de los estudiantes no tienen hijos.

Tabla 5. Procedencia de los estudiantes de la muestra.

Ciudad o Municipio de procedencia	N°	%
Agua de Dios	1	2%
Bogotá	1	2%
Calarcá	1	2%
Cáqueza	1	2%
Cúcuta	1	2%
Doncello	2	3%
Espinal	5	8%
Flandes	3	5%
Florenia	1	2%
Fusagasugá	7	12%
Girardot	15	25%
Granada	1	2%
Guaduas	1	2%
Guamo	1	2%
Huila	1	2%
Ibagué	4	7%
Isnos	1	2%
La Plata	1	2%
Madrid	2	3%
Pacho	1	2%
Puerto Rico	1	2%
Saldaña	2	3%
San Bernardo	1	2%
Silvania	2	3%
Soacha	1	2%
Tocaima	1	2%
Total	59	100,0

Fuente. Propia. Encuesta sociodemográfica de los estudiantes de Enfermería de 6 a 10 semestre Universidad de Cundinamarca, año 2021.

La tabla muestra el lugar de procedencia de los estudiantes que participaron en la presente investigación, demostrando que el 25% de la muestra son originarios de Girardot, seguida de Fusagasugá con un 12%, Espinal con un 8%, Ibagué con un 7% y finalmente Flandes con un 5%, mientras el porcentaje restante correspondiente al 43% son procedentes de distintas zonas del país distantes de la ubicación universitaria.

Análisis General Factores de medición del proceso de afrontamiento y adaptación.

En la siguiente tabla podemos observar los puntajes de cada factor del Cuestionario “Escala de medición del proceso de afrontamiento y adaptación” (ECAPS - versión en español), para realizar los análisis estadísticos de

Tabla 6. Tabla de Dimensiones.

Dimensión	Puntajes De Calificación	Clasificación
Factor 1: Recursivo y centrado.	11-27	Baja Capacidad
	28-44	Alta Capacidad
Factor 2: Físico y enfocado.	13-32	Baja Capacidad
	33-52	Alta Capacidad
Factor 3: Proceso de alerta.	9-22	Baja Capacidad
	23-36	Alta Capacidad
Factor 4: Procesamiento sistemático.	6-18	Baja Capacidad
	19-24	Alta Capacidad
Factor 5: Conociendo y relacionando.	8-24	Baja Capacidad
	25-32	Alta Capacidad
Escala Total	44-117	Baja Capacidad
	118-188	Alta Capacidad

Fuente. Instrumento de Callista Roy adaptación Dra. Yolanda González, puntaje de los factores para la medición del afrontamiento.

Tabla 7. Factor 1: Recursivo y centrado.

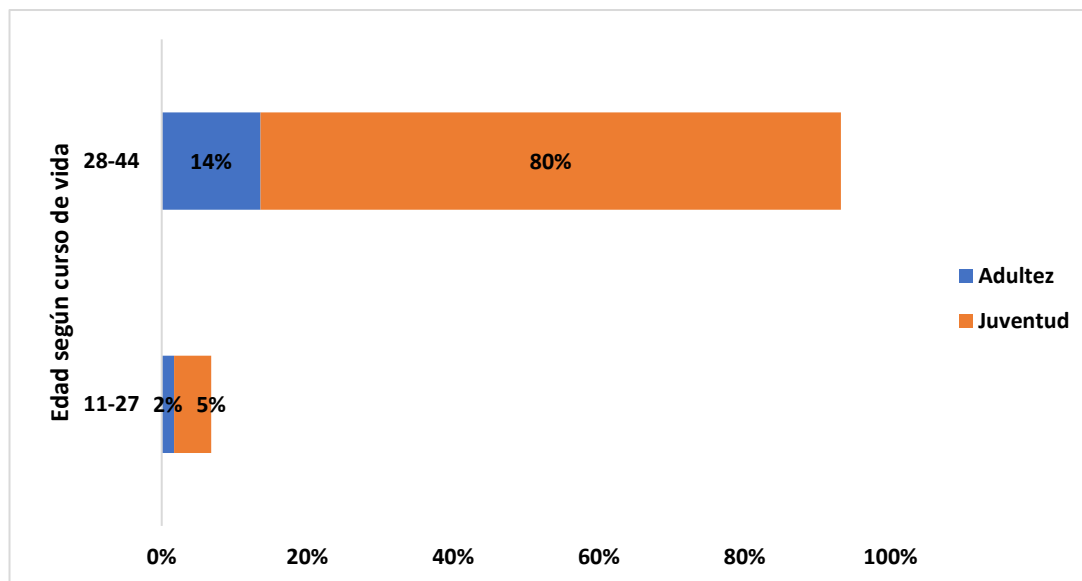
	Factor 1: recursivo y centrado.
11-27	7%
28-44	93%
Total general	100%

Fuente. Elaboración Propia. Matriz factor 1 encuesta ECAPS.

En el factor 1 recursivo y centrado el 93% de los Estudiantes presentan alta capacidad de adaptación y afrontamiento, respecto a un 7% que presentan baja capacidad, lo cual indica que la mayoría de los estudiantes cuando se enfrentan a un estresor o una situación difícil tienden a buscar soluciones, mediante procesos

cognitivos, desarrollando aptitudes que les permiten solucionar problemas, siendo recursivos y centrados en la estrategia.

Gráfica 2. Factor 1: Recursivo y centrado – Edad por curso de vida.



Las puntuaciones obtenidas en el factor 1 indicaron que los estudiantes del Programa de Enfermería de 6 a 10 semestre presentaron una alta capacidad de adaptación y afrontamiento en edades entre 19- 26 años (juventud), las expresiones a través de las cuales los estudiantes respondieron ante situaciones de estrés fueron “Propongo una solución nueva para una situación nueva” y “Trato de redirigir mis sentimientos para enfocarlos constructivamente” entre “Casi siempre” y “Siempre”. Otras expresiones como “Identifico como quiero que resulte la situación y luego miro como lo puedo lograr” y “Trato de hacer frente a la crisis desde el principio” se ubicaron en “Siempre”. Este factor refleja los comportamientos que utilizan los estudiantes del programa de Enfermería y los recursos como actitudes respecto a la solución de problemas, como es el de ser inventivo, buscar resultados, siendo recursivo el estilo y centrado en la estrategia.

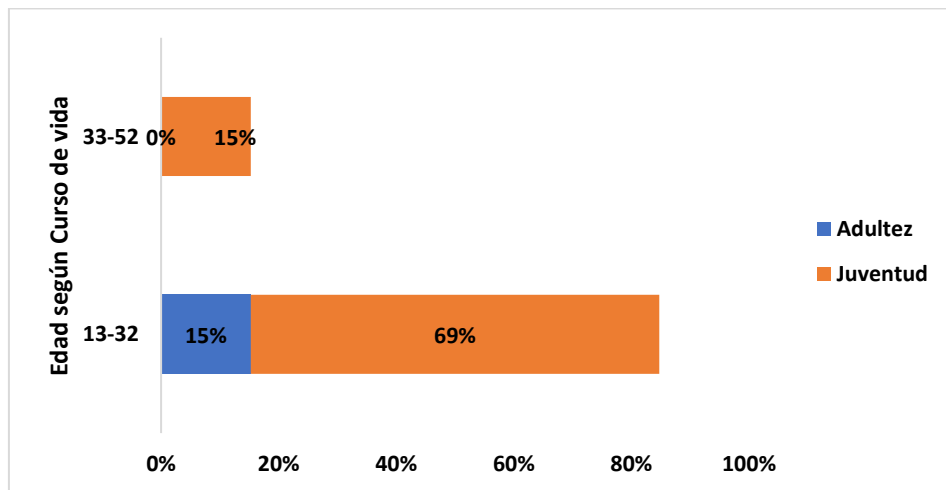
Tabla 8. Factor 2: Físico y enfocado.

	Factor 2: Físico y enfocado.
13-32	85%
33-52	15%
Total general	100%

Fuente. Elaboración propia. Matriz Factor 2 encuesta ECAPS.

El 85% de los estudiantes presenta baja capacidad de afrontamiento y adaptación, el 15% con alta capacidad de afrontamiento y adaptación ante estresores, lo que representa que la mayoría de los estudiantes al pasar por situaciones estresantes no tiene una reacción de estar alertas, atentos activos físicamente para buscar formas de afrontar la situación.

Gráfica 3. Factor 2: Reacciones físicas y enfocadas – Edad por curso de vida.



En el factor 2 obtuvieron puntuaciones en alta capacidad de adaptación y afrontamiento en edades entre 19- 26 años (juventud), las expresiones a través de las cuales los estudiantes No generaron estrategias ante situaciones de estrés fueron “Encuentro la situación demasiado compleja, con más elementos de los que puedo manejar”, “Encuentro difícil explicar cuál es el verdadero problema” y “Parece que actuó con lentitud sin razón aparente” (Pocas veces)

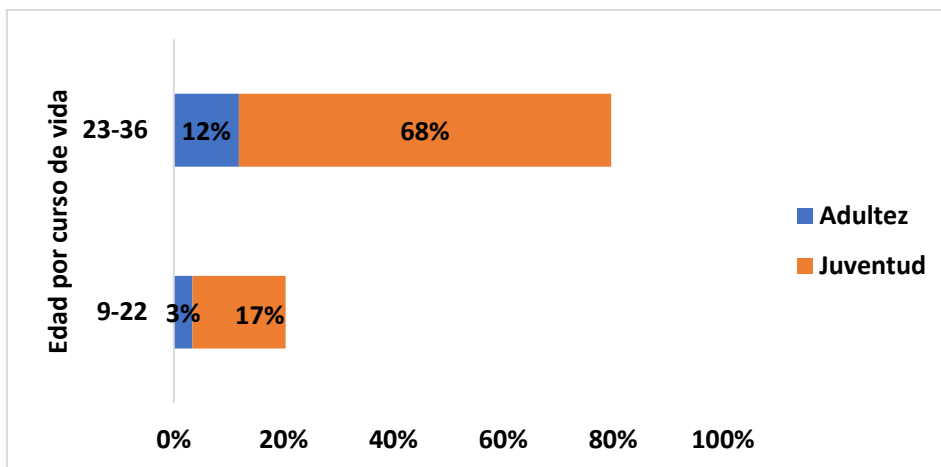
Tabla 9. Factor 3: Proceso de alerta.

	Factor 3: proceso de alerta.
9-22	20%
23-36	80%
Total general	100%

Fuente. Elaboración propia. Matriz de factor 3 de encuesta ECAPS.

De acuerdo con los resultados obtenidos para este factor, se puede evidenciar que los procesos de alerta en estudiantes aumentan bajo situaciones de estrés con un porcentaje del 80% con rangos entre (23 a 36 puntos), correspondiente a alta capacidad de afrontamiento y adaptación, en comparación con el 20% de baja capacidad de afrontamiento y adaptación. Es decir, la mayoría de los estudiantes presentan comportamientos enfocados a buscar recursos de afrontamiento que se relacionan con reacciones físicas corpóreas involucrando procesos cognitivos que desencadenan respuestas adaptativas.

Gráfica 4. Factor 3: Proceso de alerta – Edad por curso de vida.



En el factor 3 se puede analizar los comportamientos de los estudiantes de Enfermería el “yo personal y físico”, se enfoca en las tres etapas o niveles del sistema, entrada, procesamiento central y salidas. Obtuvieron puntuaciones en alta capacidad de adaptación y afrontamiento en edades entre 19- 26 años (juventud). Las expresiones que mayor porcentaje presentaron fueron “Me siento alerta y activo durante el día”, “Adoptó rápidamente nuevas capacidades cuando estas pueden resolver mi problema” y “Manejo la situación analizando rápidamente los detalles tal como ellos sucedieron” (Casi siempre)

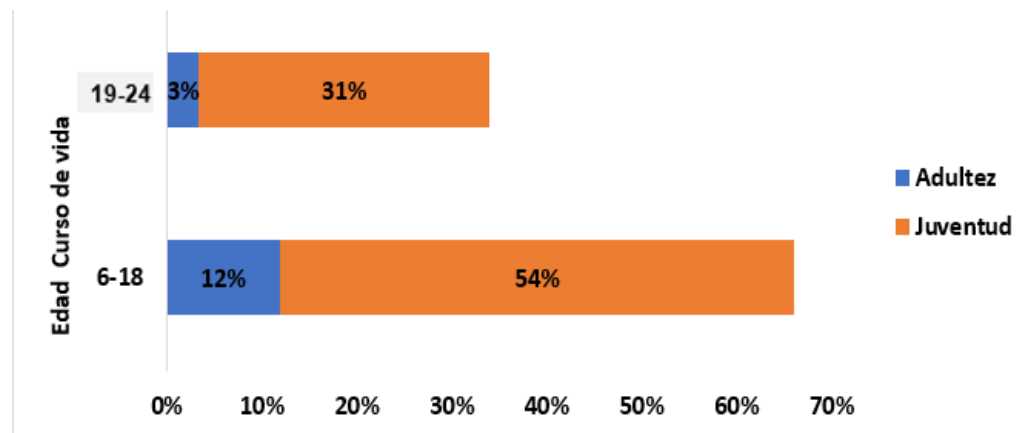
Tabla 10. Factor 4. Procesamiento sistémico.

Puntuación	Factor 4: procesamiento sistémico.
6-18	66%
19-24	34%
Total general	100%

Fuente. Elaboración propia. Matriz de factor 4 de encuesta ECAPS.

El 66% de la muestra, presenta baja capacidad de afrontamiento y adaptación (6 - 18 puntos), el 34% de los estudiantes presentan alta capacidad de afrontamiento y adaptación. Se evidencia que la mayoría de los estudiantes emplean estrategias personales y físicas para sobrellevar situaciones estresantes y manejarlas metódicamente.

Gráfica 5. Factor 4. Procesamiento sistémico- Edad por curso de vida.



El factor 4 permitió describir las estrategias personales físicas de los estudiantes de 6 a 10 semestre realizadas en situaciones manejadas de forma metódica. Obtuvieron puntuaciones en alta capacidad de adaptación y afrontamiento en edades entre 19- 26 años (juventud). Las expresiones que mayor porcentaje presentaron fueron “Trato de aclarar cualquier tipo de duda antes de actuar”, “Trato de hacer frente a la crisis desde el principio” y “Me planteo muchas ideas como soluciones posibles a la situación, aunque parezcan difíciles de alcanzar” (Casi siempre).

Tabla 11. Factor 5. Conocer y Relacionar.

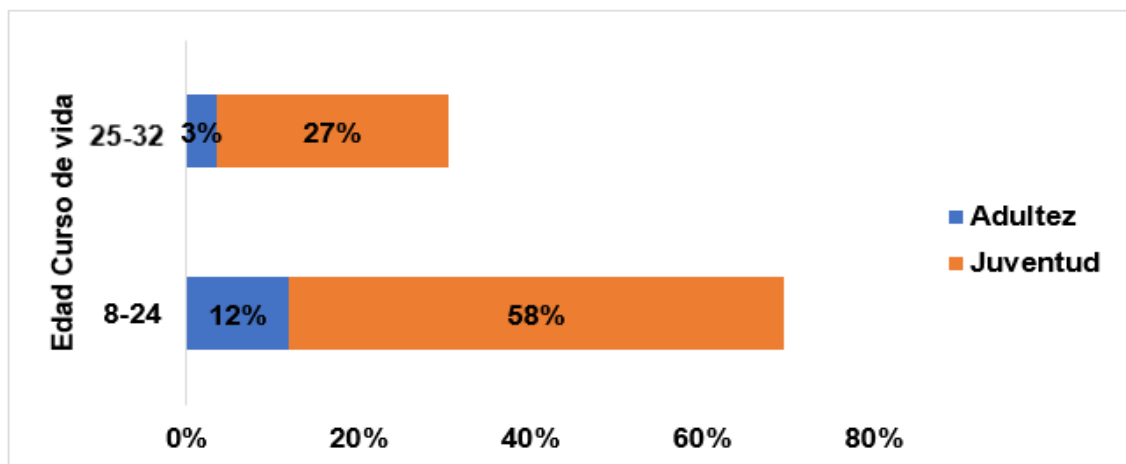
Puntuación	Factor 5: conociendo y relacionando.
8-24	69%
25-32	31%
Total general	100%

Fuente. Propia. Matriz de factor 5 de encuesta ECAPS.

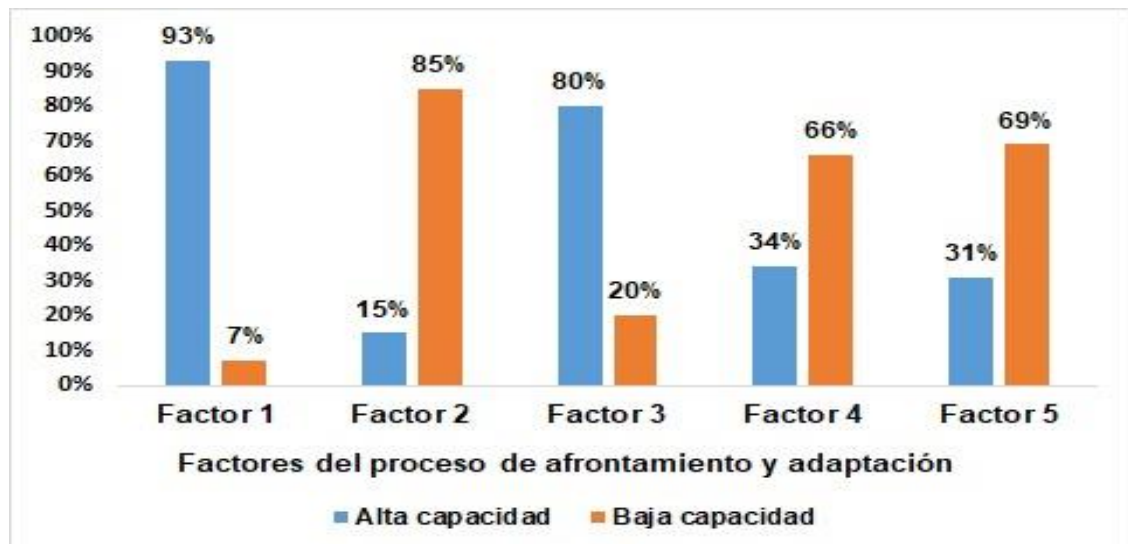
Se evidencia que el 69% de la muestra en este factor presenta baja capacidad de afrontamiento y adaptación ante situaciones estresantes lo que refleja que los

estudiantes de 6 a 10 semestre utilizan sus experiencias y la de otros para afrontar el estresor, utilizando mas memoria e imaginación. Un 31% presenta alta capacidad de afrontamiento y adaptación.

Gráfica 6. Factor 5. Conocer y relacionar- Edad por curso de vida.



Gráfica 7. Relacion de factores escala Ecaps.



9. DISCUSIÓN

El presente estudio determinó la capacidad de afrontamiento y adaptación de los estudiantes del programa de enfermería de la universidad de Cundinamarca que han realizado prácticas clínicas y basado en la teoría de Callista Roy, los resultados mostraron que predomina el sexo femenino (81%) y en menor cantidad por hombres lo cual se relaciona con los resultados mencionados en el estudio de Fantin, Forentino y Correché (2005) “encontraron que las mujeres tienden más a la búsqueda de apoyo social, solución de problemas, preocupación, y los varones recurren a ignorar el problema y a la distracción física, lo que hace pensar en evidentes diferencias significativas basadas en la condición de género”⁷¹. así mismo se encontró que el (85%) se encuentran en curso de vida juventud lo cual es importante para el estudio ya que permite dar un enfoque al comportamiento mediado por sus experiencias y la trayectoria, al igual que lo encontrado en el estudio realizado por McCubbin y McCubbin (1993) quien referencia que “ al revisar variables que presumiblemente están influyendo sobre el proceso de afrontamiento, se encontró en el caso de la edad que no parece existir una condición determinante, y se observó que los adolescentes y adultos muestran variabilidad en la orientación de su afrontamiento hacia la emoción o hacia el problema”⁷². Para Lazarus y Folkman (1984), “el afrontamiento centrado en el problema tiene como función la resolución de problemas, lo cual implica el manejo de las demandas internas o ambientales que suponen una amenaza y descompensan la relación entre la persona y su entorno, ya sea mediante la modificación de las circunstancias problemáticas, o mediante la aportación de nuevos recursos que contrarresten el efecto aversivo de las condiciones ambientales”⁷³.

La teórica Callista Roy en su modelo adaptación ha desarrollado y trabajado el concepto de adaptación; ha especificado problemas, niveles y modos de adaptación a estímulos determinados a través de procesos de afrontamiento innato o adquirido en los seres humanos a los cuales considera como sistemas holísticos”. Es importante mencionar que la mayoría de la muestra que participó fueron los de los

⁷¹ QUIÑONES, ÁLIX S.; MOGOLLÓN, G. J.; ARENAS, D.; DÍAZ, J. P. Estilos y estrategias de afrontamiento y rendimiento académico: una revisión empírica. *Enfoques*, v. 1, n. 1, 2014 p. 26. Disponible en <https://doi.org/10.24267/23898798.79> .

⁷² Macías, María Amarís; Madariaga Orozco, Camilo; Valle Amarís, Marcela; Zambrano, Javier Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico *Psicología desde el Caribe*, vol. 30, núm. 1, enero-abril, 2013, pp. 9.

⁷³ DI-COLLOREDO, CARLOS, APARICIO CRUZ, DIANA PAOLA, MORENO, JAIME DESCRIPCIÓN DE LOS ESTILOS DE AFRONTAMIENTO EN HOMBRES Y MUJERES ANTE LA SITUACIÓN DE DESPLAZAMIENTO. *Psicología. Avances de la disciplina* [en línea]. 2007, 1 (2), 125-156 [fecha de Consulta 23 de Febrero de 2021]. ISSN: 1900-2386. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=297224996002>

semestres 9 y 10 (73%) donde se evidencia que se interesan más por aportar al proceso investigativo. Respecto al estado civil la mayoría son solteros (90%) lo cual es un factor que aporte al proceso de adaptación y afrontamiento puesto que se correlaciona con el dominio del rol el cual es mencionado en la teoría de Callista Roy, donde lo define como la realización de las obligaciones basándose en las situaciones sociales. En la ocupación la mayoría de los estudiantes se dedican exclusivamente a actividades académicas (68%) lo que significa que tienen más tiempo disponible para cumplir con sus compromisos académicos, la mayoría tienen pareja (56%) pero no conviven con ella (88%) y no tienen hijos (85%), lo cual es importante saberlo en nuestro estudio debido a que relacionado con la función del rol, este sería un factor que podría interferir en el proceso de afrontamiento y adaptación a los estresores; también se encontró el mayor porcentaje de estudiantes son procedentes de Girardot y zonas aledañas (57%) respecto a el restante (43%) que son procedentes de distintas zonas del país, por lo cual es importante conocerlo y relacionarlo con la cultura la cual Callista Roy menciona como un estímulo común. Cassaretto⁷⁴ realizó un estudio donde se observó “la relación entre estrés, dificultades más frecuentes y estilos de afrontamiento en 123 estudiantes universitarios de la especialidad de psicología de una universidad particular en Lima, teniendo en cuenta las variables: edad, sexo, trabajo, respuesta de estrés, problemas y estilos de afrontamiento, donde identifiqué que a mayor edad mayor niveles de estrés y que estos eran más elevados al evaluarse los problemas relacionados con el futuro y el sí mismo.

Al hacer el cruce de resultados arrojados por el instrumento escala (CAPS), se halló mayor ubicación de porcentaje de estudiantes en rangos de puntajes de bajo afrontamiento y adaptación a estresores: factor 2 físico y enfocado (81%), factor 4 procesamiento sistémico (63%) y factores 5 conociendo y relacionando (100%), comparado con rangos de alto afrontamiento y adaptación a estresores: factor 1 recursivo y centrado (92%), factor 3 proceso de alerta (83%), lo anterior muestra que la mayoría de los estudiantes tiene baja capacidad de afrontamiento en los factores 4 y 5, que miden las estrategias empleadas para sobrellevar las situaciones lo cual significa que no emplean el subsistema cognitivo para enfrentar los estímulos y en el factor 2 que identifica baja adaptación lo que corresponde a medir los comportamientos, reacciones y recursos de afrontamiento utilizadas por las personas que correspondería al subsistema regulador aunque involucra procesos cognitivos, un estudio realizado en la Universidad de la Sabana en Colombia, en sus resultados muestra que los participantes con baja capacidad de afrontamiento utilizaron las reacciones de afrontamiento físico y enfocado, factor 2, que se caracterizó por identificar su dificultad para expresar el verdadero problema cuando

⁷⁴ CASSARETTO, Mónica. Estrés y afrontamiento en estudiantes de psicología. *Revista de psicología*, 2003, vol. 21, no 2, p. 363-392

lo enfrentan , dificultad para completar tareas , actividades o proyectos ; en ocasiones reaccionan con exageración , tienden a paralizarse y a confundirse por un rato y no utilizan experiencias pasadas para enfrentar la situación.⁷⁵

El estudio confirma la presencia de baja adaptación a los estresores percibidos en práctica clínica en los estudiantes de enfermería de la universidad de Cundinamarca predominando los factores relacionados con subsistemas cognitivos de acuerdo a la teorista Callista Roy, mediante su modelo de adaptación.

⁷⁵ JIMENEZ-OCAMPO, Vivian Fernanda; GUTIÉRREZ, Lina Shirley Zapata. Capacidad de afrontamiento y adaptación de los familiares del paciente adulto hospitalizado en una unidad de cuidado intensivo. *Aquichan*, 2013, vol. 13, no 2, p. 159-172.

10. CONCLUSIONES

El estudio realizado permitió concluir que entre los factores que intervienen en la capacidad de afrontamiento de los estudiantes de Enfermería en situaciones de estrés en el desarrollo de las prácticas clínicas están las características sociodemográficas donde se destacan: La edad del estudiante, el mayor grupo se encuentra en el curso de vida de juventud, en un rango de edad de 19- 26 años, el sexo predominante son las mujeres, la gran mayoría registra ubicación en 10 semestre, la condición de soltero es la que se sobresale aunque existe una pequeña población de unidos o casados y por último con respecto a la ocupación el mayor porcentaje se dedica solo a estudiar.

De acuerdo con lo reportado por autores en el programa de enfermería es de mayor predominancia el sexo femenino esto obedeciendo a que culturalmente se ha identificado que las mujeres escogen carreras orientadas hacia el cuidado de otros, otro aspecto encontrado es que entre las mujeres se presenta tendencia de apoyo social, mayor capacidad de resolución de problemas y mejor adaptabilidad a situaciones de estrés, por el contrario, los varones presentan tendencia a ignorar el problema y presentar conductas evasivas, distracción física y comportamientos no asertivos ante situaciones de estrés, que lo permite concluir que las diferencias de género son representativas para este estudio.

La edad del estudiante correspondiente al curso de vida estuvo ubicada en juventud lo cual según la teoría de Callista Roy en su modelo de adaptación considera que el individuo es un ser adaptativo que está en continua interacción con el medio ambiente utilizando mecanismos como el adquirido el cual se desarrolla a través de estrategias como el aprendizaje, en el cual las experiencias a lo largo de la vida contribuyen a responder particularmente a los estímulos del entorno, lo cual nos lleva a concluir que este aspecto es importante en nuestra investigación debido a que la edad se relacionaría con la experiencia de vida.

Otro aspecto es capacidad de afrontamiento y adaptación que tienen los estudiantes de enfermería de VI a X semestre frente al estrés percibido en la práctica clínica, la muestra indicó que el número total de estudiantes que obtuvieron el mayor puntaje en bajo afrontamiento y adaptación se ubicaron en el factor 5; conociendo y relacionando correspondiendo al 100% de la muestra que manifiestan no emplear estrategias relacionadas con la memoria y la imaginación donde el estilo es conociendo y la estrategia es relacionando. En alta capacidad de afrontamiento y adaptación el mayor puntaje estuvo en factor 1; donde el estilo es recursivo y centrado es la estrategia, con características de recursividad, inventivo y búsqueda de soluciones a los problemas que se presentan en las prácticas clínicas,

concentrándose en expansión del nivel de entrada del sistema cognitivo de la información y manifestado en conductas como ser creativo y buscar resultados.

Finalmente, en el anexo A, y en las recomendaciones relacionadas a continuación se presentan las propuestas de acciones educativas que corresponden al último objetivo planteado en el presente estudio, las cuales son útiles para contribuir al proceso de adaptación universitaria y el fomento de nuevos recursos que se proponen para minimizar el nivel de estrés y mejorar el estado de bienestar de los estudiantes, como lo son, en síntesis:

- ❖ Desarrollar un curso teórico práctico en la etapa pregrado para recibir una formación básica de afrontamiento al estrés.
- ❖ Realizar talleres extracurriculares para disminuir la carga de estrés con técnicas de relajación, meditación y/o ejercicio.
- ❖ Incluir programas de entrenamiento en conductas de inteligencia emocional y racionalización de situaciones.
- ❖ Implementar grupos de apoyo con personal especializado.

11. RECOMENDACIONES

- ❖ Se debe sensibilizar desde primer semestre a los estudiantes que ingresen al programa de enfermería, para así dar a conocer que tendrán una carga de trabajo excesiva directamente relacionada con la carga académica. Los niveles de estrés académico tienden a incrementar con la presión de cada cambio y la aceptación de nuevas responsabilidades.
- ❖ Promover actividades de refuerzo en el procesamiento de afrontamiento cognitivo y manejo de las emociones, para así reducir los niveles de estrés y generar nuevos resultados en las respuestas ante las situaciones complejas.
- ❖ Se sugiere que bienestar universitario se pueda articular dentro de los programas ya existentes, el plan educativo propuesto anteriormente y se implemente desde primer semestre ya que puede preparar al estudiante para enfrentarse a las prácticas clínicas, adquiriendo estrategias de afrontamiento que le permita adaptarse a los estresores presentes en el ámbito hospitalario.
- ❖ se sugiere un estudio longitudinal que evalúe las consecuencias a futuro de los estudiantes que se someten a altos niveles de tensión ocasionada por las prácticas clínicas y presión académica manifestadas a nivel físico y cognitivo.

BIBLIOGRAFÍA

BARRAZA MACÍAS Arturo., Características del estrés académico en los alumnos de Educación Media Superior. Investigación educativa, 2005, p. 16.

BELITO D., FERNÁNDEZ V., SÁNCHEZ S., Farro G., Estrategias de afrontamiento utilizadas por los pacientes con tuberculosis de un centro de salud. [Tesis de licenciatura]. Lima: Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2014

BERRIO GARCIA, Nathaly e MAZO ZEA, Rodrigo. Estrés Académico. rev. psicol. univ. antioquia [online]. 2011, vol.3, n.2 [citado 2020-08-23], pp. 65-82 . Disponible en: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-48922011000200006&lng=pt&nrm=iso>. ISSN 2145-4892.

CABANACH, Ramón G., et al. Diferencias en el afrontamiento del estrés en estudiantes universitarios hombres y mujeres. *European Journal of Education and Psychology*, 2013, vol. 6, no 1.

CASSARETTO, Mónica. Estrés y afrontamiento en estudiantes de psicología. *Revista de psicología*, 2003, vol. 21, no 2, p. 363-392

CASTAÑO, Elena Felipe; LEÓN DEL BARCO, Benito. Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos de conducta interpersonal. *International Journal of psychology and psychological therapy*, 2010, vol. 10, no 2. Disponible en:<<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=56017095004>> ISSN 1577-7057, <http://www.redalyc.org/html/560/56017095004/>.

CONSTITUCIÓN POLITICA DE COLOMBIA 1991 Disponible en <http://www.corteconstitucional.gov.co/inicio/Constitucion%20politica%20de%20Colombia.pdf>

DE VERA ESTÉVEZ maría del mar. La teoría del afrontamiento del estrés revisión sistemática revista Lazarus y los moldes cognitivos. 2004-05. vol. 2, no. 1, p. 01-02 Disponible en <http://www.moldesmentales.com/otros/mar.htm>

DESCRIPTORES EN CIENCIAS DE LA SALUD. Disponible en http://decs.bvs.br/cgi-bin/wxis1660.exe/decserver/?IscScript=../cgibin/decserver/decserver.xis&interface_language=e&previous_page=homepage&previous_task=NULL&task=start

DÍAZ DE FLORES, Leticia, et al. Análisis de los conceptos del modelo de adaptación de Callista Roy. *Aquichan*, 2002, vol. 2, no 1, p. 19-23.

FACULTAD DE ENFERMERÍA, Grupo de estudio. Análisis de los conceptos del modelo de adaptación de Callista Roy. *Aquichan*, [S.l.], v. 2, n. 1, may 2009. ISSN 2027-5374. Disponible en: <<https://aquichan.unisabana.edu.co/index.php/aquichan/article/view/18/36>

FURLAN, Luis Alberto, et al. Estrategias de aprendizaje y ansiedad ante los exámenes en estudiantes universitarios. *Pensamiento psicológico*, 2009, vol. 5, no 12.

GAETA GONZÁLEZ Martha Leticia., MARTIN HERNÁNDEZ Pilar. Estrés y adolescencia: Estrategias de afrontamiento y autorregulación en el contexto escolar. *Revista de Humanidades*, 2009, vol. 15, no. 1, p. 02 Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3074506>

HERRERA, Yosbanys Roque, et al. Plan de acciones dirigido a las estrategias de autoaprendizaje en estudiantes de primer semestre de Enfermería. *Educación Médica Superior*, 2018, vol. 31, no 4.

Lazcano M, Salazar B, Gómez M, Validación del instrumento: afrontamiento y proceso de adaptación de Roy en pacientes con diabetes mellitus tipo 2. Disponible en https://www.researchgate.net/publication/28222346_Validacion_del_instrumento_a_frontamiento_y_proceso_de_adaptacion_de_Roy_en_pacientes_con_diabetes_mellitus_tipo_2.

MERINO, C., Et al., "Indicador De Estrategias De Afrontamiento Al Estrés: Análisis Normativo y De Su Estructura Factorial." *Ansiedad y Estrés*, Vol. 13, N° 1, 2007, p. 25-40.

MINISTERIO DE LA PROTECCIÓN SOCIAL Ley 911 .2004

MINISTERIO DE SALUD. Ley de Salud Mental 1616 de 2013 Disponible en <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/ley-1616-del-21-de-enero-2013.pdf>

Organización Mundial de la Salud. Definición estrés. Disponible en <https://abcdelestres.wordpress.com/2015/05/13/el-estres-segun-la-organizacion-mundial-de-la-salud/>.

PALACIOS CORRALES, Milagros Verónica, et al. Estrategias de afrontamiento frente al estrés académico que utilizan los estudiantes de una academia preuniversitaria de Lima Metropolitana, enero 2016. 2016.

Plan Decenal de Salud Pública PDSP, 2012-2021

PARDO CARBALLIDO, Carmen; GONZÁLEZ CABANACH, Ramón. El impacto de un programa de meditación Mindfulness sobre las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios. *European Journal of Health Research*, v. 5, n. 1, 2019. p. 51-61

PULIDO-MARTOS, MANUEL; AUGUSTO-LANDA, JOSÉ M. Y LOPEZ-ZAFRA, Estudiantes de Enfermería en prácticas clínicas: El rol de la inteligencia emocional en los estresores ocupacionales y bienestar psicológico. *Index Enferm* 2016, vol.25, n.3, p.215-219.

QUIÑONES, Álix Sofía Ávila, et al. Estilos y estrategias de afrontamiento y rendimiento académico: una revisión empírica. *Enfoques*, 2014, vol. 1, no 1, p. 15-44.

RECONOCER, PREVENIR Y AFRONTAR EL ESTRÉS ACADÉMICO. UNIVERSIDAD DE CHILE. Disponible en <http://www.uchile.cl/portal/presentacion/centro-de-aprendizaje-campus-sur/114600/reconocer-prevenir-y-afrontar-el-estres-academico>

Resolución 8430 de 1993 MINISTERIO DE SALUD

SAMPIERI, Roberto Hernández; COLLADO, Carlos Fernández; LUCIO, Pilar Baptista. Metodología de la investigación. McGraw-Hill, 2016. Ibid, Pag 5. Ibid, Pag 154.

SANDÍN B Y CHOROT P. CUESTIONARIO DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS (CAE) DESARROLLO Y VALIDACIÓN PRELIMINAR. Universidad Nacional de Educación a Distancia. Disponible en http://www.consejeria.net/uploads/3/4/1/6/34163570/cuestionario_afrontamiento_e_strs.pdf.

SANDÍN B Y CHOROT P. CUESTIONARIO DE APRONTAMIENTO DEL ESTRÉS (CAE) DESARROLLO Y VALIDACIÓN PRELIMINAR. Revista de Psicopatología y Psicología Clínica 2003, Volumen 8, Número 1

SANJUÁN QUILES, ÁNGELA, FERRER HERNÁNDEZ, M^a ELENA. Perfil emocional de los estudiantes en prácticas clínicas. Acción tutorial en enfermería para apoyo, formación, desarrollo y control de las emociones. Investigación y Educación en Enfermería. 2008, XXVI (2), p. 226-235.

SCAFARELLI TARABAL, Laura Mariana y GARCIA PEREZ, Reina Coral. Estrategias de afrontamiento al estrés en una muestra de jóvenes universitarios uruguayos. Cienc. Psicol. [online]. 2010, vol.4, n.2, pp.165-175. ISSN 1688-4221. http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?pid=S168842212010000200004&script=sci_arttext

SEGOVIA Giovanna, ROJAS Ramiro. El Estrés en el proceso de formación de los estudiantes del Internado Rotativo en sus prácticas clínicas de la Carrera de Enfermería de la Universidad Central del Ecuador durante el Periodo Abril - Julio 2016.(en línea)(3 abril 2017) Disponible en <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/8629/1/T-UCE-0006-007-2016.pdf>

SILES-GONZALEZ, J.; NORENA-PENA, A.L. y SOLANO-RUIZ, C.. La inteligencia emocional durante las prácticas clínicas de alumnos de enfermería: un enfoque desde la antropología educativa aplicada a las prácticas clínicas. 2017, vol.11, n.2 Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1988348X2017000200008&lng=es&nrm=iso. ISSN 1988-348X

SILVA-SÁNCHEZ, Diana Carolina. Estrés en estudiantes de enfermería: una revisión sistemática. *Revista Ciencia y Cuidado*, 2015, vol. 12, no 1, p. 119-133.

TICONA BENAVENTE, S. B.; PAUCAR QUISPE, G.; LLERENA CALLATA, G. Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la facultad de enfermería: UNSA Arequipa. 2006. *Enfermería global*, 2010, no 19, p. 0-0.

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA ENFERMERÍA Programa académico de pregrado Disponible en <https://www.ucundinamarca.edu.co/index.php/programas/pregrado/facultad-de-ciencias-de-la-salud/enfermeria>

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA Proyecto Educativo Institucional -PEI- Adoptado mediante Acuerdo 008 de 2016 del consejo superior. Disponible en <https://www.ucundinamarca.edu.co/index.php/proyecto-educativo-universitario>.

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA, SEDE FUSAGASUGA, REGLAMENTO ESTUDIANTIL ACUERDO No. 010 JULIO 12 DE 2006 Disponible en <https://www.ucundinamarca.edu.co/index.php/reglamento-estudiantil>.

VALVERDE, C. Vázquez; LÓPEZ, M. Crespo; RING, J. M. Estrategias de afrontamiento. Recuperado de <http://www.psicosocial.net/grupo-accion-comunitaria/centro-de-documentaciongac/psiquiatria-psicologia-clinica-y-psicoterapia/trauma-duelo-y-culpa/94-estrategias-de-afrontamiento/file>, 2003. Cap 31 pagina 426-428.

ANEXO A. PROPUESTAS DE ACCIONES EDUCATIVAS

El programa de enfermería debe velar por la formación integral y la calidad de vida de los estudiantes, la cual permita la implementación de proyectos para aumentar las acciones seguras de afrontamiento, creando y realizando un seguimiento específico donde se mida el cumplimiento de estas intervenciones, con el fin de evaluar el resultado en la población afectada.

Desarrollar un curso teórico práctico con un contenido curricular importante durante la formación de pre-grado de manera que los estudiantes reciban una formación básica de afrontamiento al estrés principalmente en los primeros años, donde también se contemple la formación continua, el desarrollo de talleres de técnicas para el manejo de situaciones, técnicas de solución de problemas (toma de decisiones), técnicas para facilitar el cambio de conducta.

Realizar talleres para disminuir el estrés, en el que se incluyan la relajación, meditación, el ejercicio y la musicoterapia, y de esta manera contrarrestar los factores estresantes del entorno que generan tensión y reducir el efecto real o potencial que podrían afectar el crecimiento académico y desenvolvimiento adecuado del estudiante.

Incluir programas de entrenamiento en inteligencia emocional con el propósito de ayudar a preparar a los futuros enfermeros ante los estresores ocupacionales, brindando las herramientas necesarias para que los puedan afrontar adecuadamente.

Implementar grupos de apoyo enfocados al fortalecimiento emocional, que permitan orientar a los estudiantes sobre las estrategias de afrontamiento y la manera de utilizarlas realizando las siguientes preguntas: ¿En un momento de estrés cómo lo afronta? ¿Cuándo una persona afronta un problema innova algo a la razón, qué hace usted? ¿Para usted, usualmente qué es lo que realmente funciona?, estas preguntas ayudan a que el estudiante aterrice las estrategias de afrontamiento a una situación actual de estrés en la práctica clínica. Por consiguiente, la persona orientadora le guíara en las acciones tomadas, así mismo el grupo de apoyo debe estar conformado por expertos en el tema de salud mental con el fin de que no se presente sesgos en estas acciones educativas.

PROGRAMACIÓN UNIDAD DIDÁCTICA	
TÍTULO: MANEJA TU TIEMPO LIBRE Y EVITA CAER EN EL ESTRÉS DE TUS PRACTICAS CLINICAS	
NIVEL: Estudiantes de sexto a décimo semestre	TEMPORALIZACIÓN: 20 minutos cada sesión
DOCENTES:	
GRUPO: SEXTO A DECIMO	DURACIÓN: 60 minutos
INTRODUCCIÓN	
<p>La vida en la universidad es una etapa importante para las personas, esta demanda esfuerzo, dedicación y disciplina, para así lograr las diferentes competencias exigidas en la academia y alcanzar las metas propuestas. Los estudiantes de enfermería en prácticas clínicas desempeñan diversas actividades académicas que exigen un esfuerzo mental como también físico, sumado a esto deben cumplir con responsabilidades en el hogar y en algunos casos lidiar con diferentes situaciones emocionales, esto puede generar en los estudiantes algunos niveles de estrés que pueden afectar su desempeño académico. Al respecto Pulido et al. (2011) plantearon que todos los organismos afrontan el estrés en algún momento de la vida, sin embargo, cuando el estrés es persistente puede ocasionar problemas físicos, psicológicos o emocionales</p>	
JUSTIFICACIÓN	
<p>El propósito de esta unidad didáctica es brindar a los estudiantes de enfermería que se encuentran en el desarrollo de la práctica clínica, herramientas necesarias que les permitan adquirir habilidad para afrontar el estrés y adaptarse a los diferentes estresores del su entorno, mediante diferentes técnicas que ayudarán a controlarlo o reducirlo de manera paulatina.</p>	
OBJETIVOS	
<p>✓ General. promover en el estudiante de enfermería su autoconocimiento y la valoración de sí mismos, así pueden identificar sus emociones y aprender su manejo de manera productiva y beneficiosa, reconociendo los diferentes estresores a los</p>	

que se enfrenta o se encuentra sometidos a diario en su entorno educativo y contribuir así al mejoramiento y mantenimiento del estado de salud adecuado.

✓ **Específicos.**

- Promover la actividad física en los estudiantes de enfermería
- Ofrecer estrategias para la prevención, manejo y afrontamiento al estrés en los estudiantes.
- Brindar herramientas al estudiante para mejorar el afrontamiento ante situaciones de estrés.

MARCO TEÓRICO.

El estrés académico se define como una reacción de activación fisiológica, emocional, cognitiva y conductual ante estímulos y eventos académicos. Ha sido investigado en relación con variables como género, edad, profesión, estrategias de afrontamiento.

El estrés es muy conocido y se ha desarrollado con frecuencia en los estudiantes de Enfermería, ya que en la práctica clínica se enfrentan a situaciones muy difíciles y propensas a producirlo. Para ellos todo es demasiado novedoso, poco familiar y, además cuentan con la ansiedad constante de tener que recordar todas las pautas y reglas aprendidas en la teoría.

Los estudiantes se enfrentan cada vez más a exigencias, desafíos y retos que les demandan una gran cantidad de recursos físicos y psicológicos. Tal situación les puede hacer experimentar agotamiento, poco interés frente al estudio, y autocrítica negativa sobre su desempeño en la academia.

Las diferentes estrategias que parecen mejorar el manejo de situaciones y prevención del estrés en sus prácticas clínicas serían:

El autocontrol emocional:

Con él se pretende evitar reacciones negativas ante situaciones que puedan molestarnos, es decir, pensar las consecuencias que un acto pueda tener antes de reaccionar, para así poder evitarlas el objetivo del autocontrol no consiste en eliminar las reacciones emocionales negativas, sino reconocerlas y metabolizarlas antes de que se traduzcan en una conducta incorrecta.

Aplicación de diferentes técnicas de relajación y respiración:

La respiración profunda es una de las mejores maneras de reducir el estrés en el cuerpo. esto se debe a que cuando respira profundamente, el cuerpo envía un mensaje a su cerebro para calmarse y relajarse. Ya que el objetivo de esta técnica es facilitar el control voluntario de la respiración y automatizarlo para que pueda ser aplicado en situaciones de tensión.

Inteligencia emocional para el afrontamiento del estrés:

La inteligencia emocional se puede organizar en cinco capacidades: conocer las emociones y sentimientos propios, manejarlos, reconocerlos, crear la propia motivación y gestionar las relaciones interpersonales de forma eficaz.

Las características son: la capacidad de motivarse a uno mismo, de perseverar en el empeño a pesar de las posibles frustraciones, de controlar los impulsos, de diferir las gratificaciones, de regular los propios estados de ánimo, de evitar que la angustia interfiera con las facultades racionales y la capacidad de empatizar y confiar en los demás.

Estilos de vida:

Involucrar la actividad física, ya que esta nos permite desconectar y evadirnos de las situaciones que puedan crearnos estrés y liberar la tensión acumulada en los músculos protegiéndonos de la sobrecarga. El ejercicio físico puede ser una forma de reparar nuestras fuerzas y reanimarnos, y en lo psicológico incrementa el bienestar general, mejora y mantiene una autoestima positiva, favorece la sensación de autocontrol y potencia el desarrollo y la conservación del funcionamiento cognitivo e intelectual, factores muy importantes en estudiantes en constante actividad cerebral

ACTIVIDADES INICIALES O MOTIVADORAS:

Duración: 20 minutos

Metodología: La relajación consiste en relajar los músculos mediante cualquier técnica, descansando a la vez el espíritu y el cuerpo. Esto permite en gran medida disminuir la tensión y encontrar un equilibrio, un bienestar. indicar al estudiante que cierre los ojos y se acueste lo más cómodamente posible para que su cuerpo pueda relajarse.

- “Primera fase se denomina de tensión-relajación. Se trata de tensionar y luego de relajar diferentes grupos de músculos en todo su cuerpo, con el fin de que aprenda a reconocer la diferencia que existe entre un estado de tensión muscular y otro de relajación muscular. Esto permite el logro de un estado de relajación muscular que progresivamente se generaliza a todo su cuerpo. Se debe tensionar varios segundos entre cinco y diez minutos y relajar lentamente”⁷⁶.
- “La segunda fase consiste en revisar mentalmente los grupos de músculos, comprobando que se han relajado al máximo.

⁷⁶ Universidad de Almería GabPrensa control exámenes. capitulo08.pag2

- Tercera la tercera fase se denomina relajación mental. En la cual se debe pensar en una escena agradable y positiva posible o en mantener la mente en blanco, se trata de relajar la mente a la vez que continúa relajando todo su cuerpo”.⁷⁷

ACTIVIDADES DE DESARROLLO:

Duración: 30 minutos

DESCRIPCIÓN DE LAS TÉCNICAS A UTILIZAR.

- Resolución de problemas. Es una técnica con la que se aprende a valorar un problema, se generan alternativas y nos ayuda a evaluar dichas alternativas para llegar a una solución conveniente.
- Administración del tiempo. Esta técnica nos ayuda a organizar nuestro tiempo de manera que no aplacemos nuestros deberes, sino que realicemos nuestras actividades con tiempo de anticipación y aprovechar el tiempo de la mejor manera posible.
- Terapia racional emotiva. Es una forma de psicoterapia que nos ayuda a cambiar nuestra percepción sobre los hechos modificando pensamientos irracionales por otros que nos ayuden a afrontar de mejor manera los acontecimientos que nos causen conflicto.
- ACTIVIDADES DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

Es una habilidad fundamental para poder relacionarse de forma adaptativa con los demás, además de repercutir muy positivamente en diferentes ámbitos de la vida, como pueden ser el familiar y el laboral.

Arte-terapia

Esta dinámica tiene por objetivo representar, plásticamente, las emociones. Es decir, expresar de forma visual qué siente o entiende cada uno con una determinada emoción la ira, la tristeza, la soledad, el miedo, la alegría y cualquier otra emoción que se les ocurra.

Se realiza de forma individual, aunque la puesta en común sea colectiva. Se necesitarán materiales artísticos, como papeles, pinturas, lápices, témperas.

Acentuar lo positivo

⁷⁷ Ibid.pag2

Con esta dinámica de autoestima queremos lograr que los participantes puedan derribar las barreras impuestas por ellos mismos debido a que no les permiten tener un buen concepto de sí mismo. Mejorar la imagen propia mediante el intercambio de comentarios y cualidades personales

Materiales y recursos: Necesitamos folios, bolígrafos o lápices, y una clase amplia que nos permita estar cómodos y sentados para comentar, en este caso por parejas.

1. Dos atributos físicos que me agradan de mí mismo.
Dos cualidades de personalidad que me agradan de mí mismo.
Una capacidad o pericia que me agradan de mí mismo.

2. Explicar que cada comentario debe ser positivo. No se permiten comentarios negativos.

ACTIVIDAD FINAL:

Duración: 10 minutos

En esta actividad se le pide al estudiante que se visualice debe desarrollar sus propias imágenes para su autocepto, debe acoplar todas las partes físicas, mentales y emocionales entre sí para poder identificar posibles estresores a los cuales se encuentra sometido a diario y así contrarestarlo. Se evalúa con preguntas tales como:

Conocerse a sí mismo ¿Se conoce Ud.?, ¿Sabe cuáles son sus defectos y virtudes? ¿Sabe la medida de sus reacciones?, ¿Conoce el alcance de sus posibilidades?. Si las respuestas son positivas tiene mayor oportunidad de autocontrolarse y de conducirse adecuadamente. Si son negativas, esas posibilidades disminuyen o quedan anuladas.

Es importante establecer un diálogo con los estudiantes para conocer la percepción que han tenido del taller, esta actividad final está encaminada a conocer la experiencia que tuvo acerca del taller por esta razón se hará grupo de tres estudiantes donde van a mencionar los aspectos que más les gustó y las estrategias que empezaron a usar, luego de esto lo compartirán con el grupo.

BIBLIOGRAFIA

García Anguiano P, González Hervías R, Monte Alonso A, Pérez Santana García G, Rodríguez Lluch C, Yáñez Lallana L. Estrés en estudiantes de Enfermería. Estrategias para el manejo y prevención. Rev. Educare 21 2013; 11.1 de abril de 2013. pag 4

Universidad de Almería GabPrensa control exámenes. capítulo08. pag2

ANEXO B. ECAPS



CAPACIDAD DE AFRONTAMIENTO Y ADAPTACIÓN DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA EN EL MANEJO DE ESTRESORES PERCIBIDOS EN LA PRÁCTICA CLÍNICA, UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA, 2020.

Objetivo: Determinar la capacidad de afrontamiento y adaptación de los estudiantes de Enfermería en el manejo de estresores percibidos en la práctica clínica.

Investigadoras: Alba Rocio Mendoza Moreno
Carol Elizabeth Urian Mendivelso

Asesor: Enfermera. Esp. Claudia del Rocio Contreras Rodriguez.

Su participación en el estudio es importante ya que permitirá obtener información para mejorar el cuidado de la salud en los estudiantes del Programa de Enfermería en el manejo de estresores percibidos en la práctica clínica. La decisión de participar en el estudio es voluntaria. Si en cualquier momento por cualquier razón decide no participar del estudio, su registro será excluido inmediatamente y si usted lo desea la información le será devuelta. Contara siempre con la presencia de las investigadoras para responder las dudas e inquietudes que surgen del diligenciamiento del instrumento Alba Rocio Mendoza Moreno, Carol Elizabeth Urian Mendivelso, y la Asesora Enfermera Claudia Del Rocio Contreras R.

No existe ningún riesgo para los estudiantes que decidan participar voluntariamente de la investigación.

Al participar del estudio usted deberá:

Diligenciar el instrumento digital que consta de 47 preguntas que serán contestadas en un tiempo determinado, será enviado a su correo institucional previamente solicitud de aprobación de manejo de los datos y confidencialidad de la información. La información será anónima y no se revelará la identificación personal como participante.

Nombre y apellidos: _____

Firma: _____

Fecha: _____

CAPACIDAD DE AFRONTAMIENTO Y ADAPTACIÓN DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA EN EL MANEJO DE ESTRESORES PERCIBIDOS EN LA PRÁCTICA CLÍNICA, UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA, 2020.

Datos de identificación

1. Nombres y apellidos: _____
2. Fecha: A ___/M ___/D ___
3. Edad cumplida: _____ 3. Peso: ___Kg. 4. Talla: ___Mt.

Marque con una **X** la respuesta a las siguientes preguntas:

5. Estado civil: Soltero (a): Casado (a): Divorciado (a): Unión Libre: Viudo (a):
6. Semestre: _____
7. Lugar de residencia: Ciudad _____ Municipio: _____
8. Lugar de Procedencia: _____
9. Actualmente tiene pareja: SI NO
10. Vive con su pareja: SI NO
11. Vive solo (a): SI NO
12. Ocupación: Estudia Trabaja Ambas Otros _____
13. Tiene hijos: SI NO Cuantos? _____
14. Pertenece a algún grupo de apoyo? : SI NO Cual? _____

CAPACIDAD DE AFRONTAMIENTO Y ADAPTACIÓN DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA EN EL MANEJO DE ESTRESORES PERCIBIDOS EN LA PRÁCTICA CLÍNICA, UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA, 2020.

ESCALA DE MEDICIÓN DEL PROCESO DE AFRONTAMIENTO Y ADAPTACIÓN SEGÚN EL MODELO DE ADAPTACIÓN DE CALIXTA ROY

INSTRUCCIONES

En algunas oportunidades las personas viven situaciones o crisis muy difíciles. Debajo encuentra una lista de expresiones a través de las cuales las personas responden ante estas situaciones. Por favor encierre en un círculo el número que este más cercano a la forma como usted se comportaría.

1: Nunca, 2: Pocas Veces, 3: Casi siempre, 4: Siempre.

“Cuando vivo una crisis, o un evento extremadamente difícil, yo...”

	Nunca 1	Pocas Veces 2	Casi Siempre 3	Siempre 4
1. Puedo seguir una gran cantidad de instrucciones a la vez, incluso en una crisis o con un problema.	1	2	3	4
2. Propongo una solución nueva para una situación nueva.	1	2	3	4
3. Llamo al problema por su nombre y trato de verlo en su totalidad.	1	2	3	4
4. Obtengo la mayor información posible para aumentar mis opciones.	1	2	3	4
5. Cuando estoy preocupado tengo dificultades para completar tareas, actividades o proyectos.	1	2	3	4
6. Trato de recordar las estrategias o situaciones que me han servido en el pasado.	1	2	3	4
7. Trato de que todo funcione a mi favor.	1	2	3	4
8. Solo puedo pensar en lo que me preocupa.	1	2	3	4
9. Me siento bien al saber que estoy manejando el problema lo mejor que puedo.	1	2	3	4
10. Identifico como quiero que resulte la situación y luego miro como lo puedo lograr.	1	2	3	4
11. Soy menos eficaz bajo estrés.	1	2	3	4
12. Me tomo el tiempo necesario y no actúo Hasta que no tengo una buena comprensión de la situación.	1	2	3	4

CAPACIDAD DE AFRONTAMIENTO Y ADAPTACIÓN DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA EN EL MANEJO DE ESTRESORES PERCIBIDOS EN LA PRÁCTICA CLÍNICA, UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA, 2020.

13. Encuentro la situación demasiado compleja, con más elementos de los que puedo manejar.	1	2	3	4
14. Pienso en el problema sistemáticamente paso a paso.	1	2	3	4
15. Parece que actuó con lentitud sin razón aparente.	1	2	3	4
16. Trato de redirigir mis sentimientos para enfocarlos constructivamente.	1	2	3	4
17. Me siento alerta y activo durante el día.	1	2	3	4
18. Pongo mis sentimientos a un lado y soy muy objetivo acerca de lo que sucede.	1	2	3	4
19. Estoy atento a cualquier cosa relacionada con la situación.	1	2	3	4
20. Tiendo a reaccionar con exageración al comienzo.	1	2	3	4
21. Recuerdo cosas que me ayudaron en otras situaciones.	1	2	3	4
22. Analizo la situación como realmente es.	1	2	3	4
23. Tiendo a paralizarme y confundirme al menos por un tiempo.	1	2	3	4
24. Encuentro difícil explicar cuál es el verdadero problema.	1	2	3	4
25. Obtengo buenos resultados al manejar problemas complejos o complicados.	1	2	3	4
26. Trato de ser recursivo para enfrentar la situación.	1	2	3	4
27. Puedo desenvolverme mejor que la mayoría de las personas, cuando tengo que ir a lugares desconocidos.	1	2	3	4
28. Utilizo el sentido del humor para manejar la situación.	1	2	3	4
29. Con tal de salir de la crisis estoy dispuesto a modificar mi vida radicalmente.	1	2	3	4
30. Trato de mantener el equilibrio entre mis actividades y el descanso.	1	2	3	4
31. Soy más eficaz bajo estrés.	1	2	3	4
32. Puedo relacionar lo que sucede con las experiencias pasadas o con los planes futuros.	1	2	3	4
33. Tiendo a culparme por cualquier dificultad que tenga.	1	2	3	4

CAPACIDAD DE AFRONTAMIENTO Y ADAPTACIÓN DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA EN EL MANEJO DE ESTRESORES PERCIBIDOS EN LA PRÁCTICA CLÍNICA, UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA, 2020.

34. Trato de ser creativo y proponer nuevas soluciones.	1	2	3	4
---	---	---	---	---

"Cuando vivo una crisis, o un evento extremadamente difícil, yo..."

"Cuando vivo una crisis, o un evento extremadamente difícil, yo..."

35. Por alguna razón no parezco beneficiarme de mis experiencias pasadas.	1	2	3	4
36. Aprendo de las soluciones que han funcionado para otros.	1	2	3	4
37. Miro la situación positivamente como una oportunidad o como un desafío.	1	2	3	4
38. Me planteo muchas ideas como soluciones posibles a la situación, aunque parezcan difíciles de alcanzar.	1	2	3	4
39. Experimento cambios en la actividad física.	1	2	3	4
40. Manejo la situación analizando rápidamente los detalles tal como ellos sucedieron.	1	2	3	4
41. Trato de aclarar cualquier tipo de duda antes de actuar.	1	2	3	4
42. Trato de hacer frente a la crisis desde el principio.	1	2	3	4
43. Me doy cuenta que me estoy enfermando.	1	2	3	4
44. Adoptó rápidamente nuevas capacidades cuando estas pueden resolver mi problema.	1	2	3	4
45. Me rindo fácilmente.	1	2	3	4
46. Desarrollo un plan con una serie de acciones para enfrentar las situaciones.	1	2	3	4
47. Al parecer me hago muchas ilusiones acerca de cómo resultaran las cosas.	1	2	3	4

Se respetan los derechos de autor de la escala, denominada Coping Adaptation Processing Scale (CAPS), fue diseñada por Callista Roy en el año 2004, con el fin de identificar las estrategias de afrontamiento y adaptación que la persona utiliza para hacer frente a situaciones difíciles o críticas. Esta versión tiene la autorización para la utilización de la categorización de medida propuesta por la Dra., Yolanda González (2007).

Observaciones:

RV: Solicitud permiso instrumento categorización de la capacidad de proceso de afrontamiento y adaptación basada en la teoría de Rango Medio Proceso de Afrontamiento y Adaptación de callista Roy



yolanda gonzalez <yolamari22@yahoo.com>



Mié 07/10/2020 22:34

Para: CLAUDIA DEL ROCIO CONTRERAS RODRIGUEZ

Buenas noches profesora Claudia del Rocio Contreras, la categorización puede ser aplicada, espero sea de utilidad, y le deso éxitos en su investigación.

Saludos cordiales
Dra. Yolanda M. González W.
Decana
Faculta Panamá de Enfermería
Universi de Panamá

ANEXO C. CONSENTIMIENTO INFORMADO



UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA PROGRAMA DE ENFERMERIA

Titulo de la Investigación

“Capacidad de afrontamiento y adaptación de los estudiantes de enfermería en el manejo de estresores percibidos en la práctica clínica, universidad de Cundinamarca, 2020”.

Investigador: Estudiante de enfermería: Roció Mendoza, Carol Uriam.

Asesor: Docente: Claudia Contreras y Amanda Doncel

Objetivo Académico:

- Evaluar la idoneidad del cuestionario.
- Calcular la extensión de la encuesta o el tiempo necesario para completarla.
- Validar la acogida y comprensión que tenga la escala (ECAPS) ante el encuestado.

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Día/mes/año: ____/____/____

Código del Sujeto: _____

Este documento explica en qué consiste este estudio de investigación. Es importante que usted lea cuidadosamente esta información y que luego decida si desea participar o no como voluntario. Este consentimiento se da de forma virtual a los estudiantes de enfermería de VI a X semestre de la universidad de Cundinamarca en práctica clínica, año 2020, para realizar la recolección de información.

PROPÓSITO:

El propósito de este estudio es identificar la capacidad de afrontamiento y adaptación de los estudiantes de enfermería de VI a X semestre en el manejo de estresores percibidos en la práctica clínica, Para establecer un panorama de la situación de la población descrita, lo que ayudará a implementar medidas que contribuirán a mejorar y/o mantener la salud.

DURACIÓN:

El tiempo que cada sujeto de estudio otorgará para esta investigación será de 20 – 30 minutos. Los resultados del estudio se reportarán en primer semestre del año 2021.

PROCEDIMIENTOS:

Los procedimientos que le conciernen a usted como sujeto en este estudio incluyen:

- Participación activa respondiendo libre y voluntariamente a los instrumentos.
- Verificación de los criterios de inclusión.

POSIBLES RIESGOS O INCOMODIDADES:

El cuestionario que se le aplicara NO presenta ningún riesgo, este NO implica daño alguno para ellos, debido a que los estudiantes de Enfermería estarán contextualizados previamente del contenido de la escala y se darán instrucciones para su desarrollo mediante herramientas virtuales, también contarán con asesoría virtual por parte de las estudiantes investigadoras, si el encuestando lo llegase a requerir.



En ningún momento se presentará señalamientos por las respuestas positivas o negativas sobre el tema, además esta información personal será reserva por parte de los investigadores, el informe de esta se dará a conocer en forma general.

BENEFICIOS:

Los beneficios que trae esta investigación, para los participantes se reflejara en los siguientes aspectos: proponer intervenciones de enfermería y/o estrategias para el manejo de los estresores que permitan mejorar su calidad de vida.

CONFIDENCIALIDAD:

Se realizará todo esfuerzo para asegurar que los hallazgos de este estudio sean confidenciales. Copias de los documentos de este estudio serán conservados en el archivo del investigador y docente asesor por un período mínimo de dos años. Los hallazgos de este estudio podrán ser publicados o presentados en reuniones sin revelar su nombre o identidad. Se protegerán sus derechos y privacidad; no obstante, los investigadores asociados con esta investigación tendrán acceso a los documentos e información relacionados con este estudio.

PARTICIPACION VOLUNTARIA:

Su participación en este estudio de investigación es absolutamente voluntaria, por lo tanto, no habrá ningún tipo de remuneración económica o compensación por su participación. Usted puede rehusarse a participar o puede retirarse del estudio en cualquier momento que lo desee después de haber ingresado. La entrevista la realizará un profesional idóneo adecuadamente asesorado quien le brindará a usted libertad y confianza para expresar inquietudes.

No hay Conflicto de intereses.

Su aceptación confirma que ha leído y comprendido este documento. En caso de participar, recibirá una copia firmada de este consentimiento informado. A usted se le ha dado y se le continuará dando la oportunidad de hacer preguntas y discutir con los investigadores su participación.

- Usted ha elegido participar en este proyecto de investigación libre y voluntariamente y en constancia firma el presente documento:

_____ Día/mes/año: ____/____/_____
FIRMA DEL SUJETO VOLUNTARIO

_____ Día/mes/año: ____/____/_____
FIRMA DE TESTIGO

_____ Día/mes/año: ____/____/_____
FIRMA DEL INVESTIGADOR

- Usted ha decidido **NO** participar en este proyecto de investigación y en constancia firma:

_____ Día/mes/año: ____/____/_____
FIRMA DEL SUJETO VOLUNTARIO