

La persona a través del profesional: un enfoque reflexivo para la promoción de la salud mental en estudiantes de práctica profesional de enfermería

Yerty Otarola

CARRERA DE ENFERMERÍA, UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHILE, CHILE
YERTY.OTAROLA@UAUTONOMA.CL

Rocío Silva

CARRERA DE ENFERMERÍA, UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHILE, CHILE
ROCIO.SILVA@UAUTONOMA.CL

Resumen

La actual crisis de salud mental en la población universitaria, intensificada por la pandemia de COVID-19, representa un desafío significativo para la formación de profesionales de la salud. Este estudio describe e implementa una intervención de buenas prácticas docentes en la carrera de Enfermería de la Universidad Autónoma, Sede Temuco, dirigida a estudiantes que cursan su último año de práctica profesional. La intervención, denominada “La Persona a Través del Profesional”, consistió en el desarrollo de dos jornadas reflexivas (inicio y término de práctica profesional) diseñadas para abordar las dimensiones psicoemocionales que los estudiantes enfrentan en entornos clínicos, con un énfasis en la importancia de la gestión emocional y el autocuidado. Los resultados preliminares sugieren que este tipo de intervenciones son

cruciales para complementar la formación técnica con el desarrollo de habilidades socioemocionales, preparando a los futuros enfermeros no solo para los rigores clínicos, sino también para mantener su propia salud mental en una profesión demandante.

Palabras clave: bienestar psicológico (*psychological well-being*), práctica profesional (*professional practice*), formación integral (*comprehensive training*).

1. Introducción

En los últimos años, el Ministerio de Salud define que Chile ha experimentado un aumento alarmante en los problemas de salud mental a nivel nacional [1], una situación exacerbada en población universitaria de manera basal por sobre el resto de la población, según Auerbach RP, et al [2].

Durante la pandemia de COVID-19, la situación de salud mental empeoró en la población general, con gran presencia en estudiantes del área de la salud. Paz DC et. al, exponen que existe a nivel mundial un impacto negativo en estudiantes de medicina con aumento de ansiedad, estrés y depresión [3]. Incluso, después de dos años posterior a la pandemia, las consecuencias de trastornos se siguen observando con un 33% mayores niveles de estrés, siendo ansiedad y trastornos del sueño más prevalentes [4], así como depresión y miedo en estudiantes universitarios de enfermería [5].

En estudios realizados en América Latina y también en Chile, muestran que existe una pérdida importante de bienestar psicológico en estudiantes universitarios. En Colombia, se evaluaron estudiantes del área de la salud y se obtuvo que un 50 % presentaban ansiedad y 80 % depresión según escalas aplicadas, predominantemente en carreras de medicina y enfermería, en mujer y teniendo origen en zonas rurales [6]. Chile expresa cifras aún más alarmantes según Lillo I. et. al, donde mencionan una población universitaria que muestra un cribado positivo de 69,6% para depresión, 46,9% para ansiedad generalizada y 52,5% para consumo problemático de sustancias [7].

Este escenario global, latinoamericano y nacional de estudiantes universitarios evidentemente más vulnerables a presentar problemas de salud mental, no está exenta la carrera de Enfermería en la

Universidad Autónoma, Sede Temuco, donde el año 2024, la carrera registró un 7,8% de deserción por motivos de salud mental en la asignatura de práctica profesional. Este antecedente se vio agravado al inicio del año 2025, cuando un 17% de los estudiantes de dicha cohorte ya presentaba un diagnóstico clínico relacionado con problemas de salud mental antes del inicio de sus prácticas profesionales. Ante esta situación crítica, se decide ejecutar un abordaje de esta temática por parte del equipo de coordinación de prácticas clínicas, buscando brindar apoyo a los estudiantes en su transición hacia la vida profesional. La intervención, diseñada como una de medida de modelaje considerando a Albert Bandura [8], apoyo y vinculación, buscó fortalecer el autocuidado en salud mental, dando énfasis a la persona que hay detrás del profesional, creando un ambiente de apoyo y vínculo esencial para su bienestar psicológico.

2. Objetivos

Objetivo General

Implementar una intervención piloto que promueva el autocuidado y la gestión emocional en estudiantes de último año de la carrera de Enfermería, para mejorar su bienestar psicológico durante el ciclo de práctica profesional.

Objetivos Específicos

- Fortalecer la capacidad de los estudiantes para reconocer y gestionar sus emociones en entornos clínicos.
- Proporcionar herramientas de bienestar y autocuidado que puedan ser aplicadas en su vida personal y profesional.
- Fortalecer los lazos de confianza y comunicación entre los estudiantes y el equipo supervisor docente.
- Evaluar el impacto de la intervención en la deserción y el rendimiento académico de los estudiantes.

3. Descripción de la experiencia

Las dos prácticas profesionales de estudiantes de enfermería de la Universidad Autónoma de Chile, son de 13 semanas de duración cada una (área intrahospitalaria y extrahospitalaria), donde el estudiante se enfrenta por primera vez a equipo de trabajo de salud sin la guía permanente de un docente de la carrera, estando ahí bajo tutela de profesional del centro de salud asignado. El manejo para el seguimiento de los estudiantes por parte de la carrera de Enfermería de la Universidad Autónoma de Chile sede Temuco (UA), es la ejecución de visitas de supervisión de estudiante en su práctica profesional (mínimo de tres visitas por cada uno), accediendo de forma presencial a cada centro de salud donde ellos se desempeñan en este periodo de tiempo, Considerando la alta dispersión geográfica en el emplazamiento de estos campos clínicos en la región de la Araucanía, se dispone igualmente mensajería de correo electrónico, plataforma TEAMS de la UA y llamado telefónico directo con equipo docente supervisor en caso de ser necesario.

La intervención consistió en dos jornadas reflexivas estratégicamente ubicadas durante el ciclo de prácticas profesionales, las que se describen a continuación:

Primera Jornada: Llevada a cabo por el psicólogo de la casa de estudios al inicio del ciclo de prácticas, esta jornada se centró en la preparación integral de los estudiantes para las exigencias del periodo. Se trabajó sobre el autocuidado, el reconocimiento de la identidad personal fuera del rol profesional, la gestión emocional y diversas estrategias de bienestar. La sesión empleó una metodología expositiva-participativa: se introdujo el tema de la salud mental, se promovió una reflexión grupal sobre su importancia y se ofrecieron herramientas prácticas. Finalmente, se recalcó la disponibilidad y el apoyo del equipo docente para solicitar ayuda en caso de requerirlo.

Segunda Jornada: Se llevó a cabo al término de ambos ciclos. Esta jornada se centró en liderazgo y comunicación asertiva en equipos de trabajo. El objetivo fue abordar las inquietudes de los estudiantes respecto a la inminente transición hacia el mundo laboral, proporcionándoles herramientas para enfrentar de forma efectiva las dinámicas laborales reales.

4. Resultados

Los resultados preliminares de esta intervención son altamente positivos.

Resultados Cualitativos: Se realiza aplicación de encuesta de satisfacción de ambas jornadas, evaluando los ítems de contenido y relevancia, apoyo y vinculación por parte de supervisores docentes, logística y formato e impacto general, utilizando para cada aseveración la escala de Likert (opciones de Totalmente desacuerdo, Desacuerdo, Ni acuerdo ni desacuerdo, De acuerdo y Totalmente de acuerdo). Se obtuvo respuesta del 75% de los estudiantes.

En el ítem de “contenido y relevancia” se evaluó: sensibilización de importancia del bienestar, utilidad de herramientas entregadas en jornadas para su rutina diaria y la relevancia de las temáticas para enfrentar su práctica profesional, obteniendo un promedio de 85% en De Acuerdo y Totalmente de Acuerdo. En el ítem de “apoyo y vinculación”, se evaluó: percepción del estudiante en relación a la posibilidad de buscar apoyo en sus supervisores docentes si lo requieren, obteniendo que el 90,8% de ellos lo clasifican en De acuerdo y Totalmente de Acuerdo.

Resultados Cuantitativos: Se observó una disminución significativa en la deserción de práctica profesional por motivos de salud mental. En 2024, seis estudiantes abandonaron la práctica profesional por esta causa (8% de estudiantes), mientras que, después de la intervención en 2025, este número se redujo a solo dos (2.1% de estudiantes que desertan). Este dato preliminar indica un impacto favorable en el porcentaje de permanencia y aprobación de las prácticas profesionales.

Tabla 1. Comparativa 2024-2025 de porcentajes de completitud de práctica profesional

2024	2025
Total estudiantes: 76	Total estudiantes: 93
Completan práctica profesional: 91%	Completan práctica profesional: 97%
No completan internados por salud mental: 8%	No completan internados por salud mental: 2%
No completan por otros motivos: 1%	No completan por otros motivos: 1%

5. Conclusiones

Las jornadas implementadas en este proyecto piloto han demostrado ser una estrategia efectiva para fortalecer la adquisición de herramientas de gestión emocional durante desarrollo de práctica profesional de enfermería, fortalecer los vínculos con el equipo supervisor y al mismo tiempo reducir la deserción por causa de salud mental.

Se concluye que estas jornadas permitieron a los estudiantes percibir un mayor interés y cercanía por parte del equipo docente, lo que fortaleció su sensación de acompañamiento y seguridad psicológica.

El éxito de esta iniciativa sugiere que la incorporación de programas de apoyo a la salud mental en el currículo de formación profesional es fundamental y debe ser considerada una prioridad para las instituciones de educación superior, además de ser un aporte al fomentar una cultura de bienestar, esencial para su futura carrera.

6. Referencias

- [1] Biblioteca del Congreso Nacional. Plan Nacional de Salud Mental 2017-2025.. [Internet]. Chile: Ministerio de Salud: c2004 [cited 2025 sept 2]; Available from: https://obtienearchivo.bcn.cl/obtienearchivo?id=repositorio/10221/35814/1/BCN_programas_nacionales_salud_mental_FINAL.pdf
- [2] Auerbach RP, Mortier P, Bruffaerts R, Alonso J, Benjet C, Cuijpers P, et al. Mental disorder comorbidity and suicidal thoughts and behaviors in the World Health Organization World Mental Health Surveys International College Student initiative. *Int J Methods Psychiatr Res.* . [Internet]. 2019 Jun [cited 2025 sept 2]; 28(2): 1-16 Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30450753/>
- [3] Paz DC, Bains MS, Zueger ML, Bandi VR, Kuo VY, Cook K, Ryznar R. COVID-19 and mental health: A systematic review of international medical student surveys. *Front Psychol.* [Internet]. 2022 Nov [cited 2025 sept 2]; 13:1028559. doi: 10.3389/fpsyg.2022.1028559
- [4] Talarowska M, Rucka K, Kowalczyk M, Chodkiewicz J, Kowalczyk E, Karbownik MS, Sienkiewicz M. Mental Health of Students at Polish Universities after Two Years of the Outbreak of COVID-19. *Int. J. Environ. Res. Public Health.* [Internet]. 2023 Jan [cited 2025 sept 2]; 20(3): 1921. <https://doi.org/10.3390/ijerph20031921>

- [5] Hussein MT, Mushaluk C. The Impact of the COVID-19 Pandemic on the Mental Health of Nursing Students and New Graduate Nurses: A Scoping Review. *Res Theory Nurse Pract.* [Internet]. 2023 Nov [cited 2025 sept 2]; 39(3): 1-7. Available from: <https://07139ienv-y-https-pubmed-ncbi-nlm-nih-gov.itmsp.museknowledge.com/37989516/> doi: 10.1891/RTNP-2023-0039.
- [6] Monterrosa-Castro Á, Ordosgoitia-Parra E, Beltrán-Barrios T. Ansiedad y depresión identificadas con la Escala de Golberg en estudiantes universitarios del área de la salud. *MedUNAB* [Internet]. 2020 Dec 1 [cited 2025 sept 3];23(3):372-88. Available from: <https://0710uijhz-y-https-research-ebSCO-com.itmsp.museknowledge.com/linkprocessor/plink?id=3091b06e-62e7-37aa-a1aa-07f5f5621e69>
- [7] Lillo I, Crockett MA, Errazuriz A, Martínez V. Co-ocurrencia de problemas de salud mental en estudiantes universitarios y su relación con variables sociodemográficas. *Rev Med Chile.* [Internet]. 2025 jul [cited 2025 sept 2]; 153(7): 216-11. Available from: <https://www.revistamedicadechile.cl/index.php/rmedica/article/view/11174>
- [8] Locke EA. *Social Foundations of Thought and Action: A Social-Cognitive View* Social Foundations of Thought and Action: A Social-Cognitive View, by Bandura Albert. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1986, 617 pp., cloth. The Academy of Management review. 1987;12(1):169-71.

