

## Percepción del autocuidado en estudiantes de la Facultad de Enfermería

García-Martínez María Celia<sup>1,2</sup>, Picazo-Carranza Alma Rosa<sup>1,2</sup>, Graciela-Gonzalez Villegas<sup>1,3</sup>, Alcántar-Zavala Ma. Lilia Alicia<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Facultad de Enfermería. Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo

<sup>2</sup> Hospital de la Mujer. Morelia, Michoacán. México.

<sup>3</sup> Hospital Psiquiátrico "Dr. José Torres". Morelia, Michoacán. México.

Correo de autor principal:

[Celia.martinez@umich.mx](mailto:Celia.martinez@umich.mx)

### Resumen

**Introducción.** Conceptualmente el autocuidado se describe como la capacidad de un individuo para realizar las actividades necesarias para vivir y sobrevivir. Dorothea Orem lo define como: "la práctica de actividades que los individuos inician y realizan para el mantenimiento de su propia vida, salud y bienestar. **Objetivo.** Analizar la percepción del autocuidado que posee el estudiante de la Licenciatura de Enfermería perteneciente al tercer semestre. **Metodología.** Estudio descriptivo y transversal con muestra de 56 estudiantes de la Licenciatura de Enfermería. Se realizó de primera instancia una revisión sistemática en diversos artículos y páginas de internet. Se aplica Escala de Valoración de Agencia de Autocuidado (ASA). Para el análisis de los datos se emplea el programa SPSS v.25 y estadística descriptiva. Se respetó derecho al anonimato y a la retractación. **Resultados.** Se identifica que el estudiante de enfermería percibe el autocuidado como una práctica de vida, de buena salud y bienestar **Conclusiones.** Las prácticas de autocuidado en el estudiante de enfermería imperan para el manejo de la salud individual y colectiva necesarias para el ejercicio profesional para el que se prepara y con ello tener un bien estar.

**Palabras clave:** percepción, autocuidado.

### Introducción

Dentro del plan de estudios de la licenciatura de enfermería se oferta la unidad de aprendizaje de autocuidado y salud donde se pretende fortalecer al estudiante en prácticas de autocuidado. La teoría del autocuidado describe el porqué y el cómo las personas cuidan de sí mismas; esta teoría responde a la necesidad de ayudar a las personas, cuando estas no tienen capacidad suficiente para proporcionarse a sí mismas la cantidad y calidad de cuidados para mantener la vida, identificando los problemas de salud y las necesidades reales y potenciales de la persona, familia y comunidad (Berbiglia, 2018).

La producción del autocuidado inicia a medida que los individuos generan acciones para cuidar de sí, influyendo en los factores internos y externos para equilibrar su funcionamiento y desarrollo intrínseco, estas acciones se desarrollan en el ambiente habitual del individuo y en el contexto de su vida diaria. La idea central del mismo se inicia de manera voluntaria en el individuo; se describe como

fenómeno activo que requiere de la razón personal para comprender su estado de salud y las habilidades en la toma de decisiones para elegir el curso de acción apropiado.

Becerra (2018) establece que el cuidado se encuentra estrechamente relacionado con la historia natural y humana, lo que implica que surgió desde que existe el ser humano, imperando su quehacer en el rol femenino, este era el responsable de otorgar los cuidados como un compromiso moral o tarea impuesta.

Para el estudiante de enfermería cuidar implica “hacer algo por el otro” por ende se requiere partir de la concepción y aprehensión del cuidado como propio. En la toma de conciencia personal para que el autocuidado transite por varias etapas de autodesarrollo, donde se incluyan los pensamientos, acciones, ideas, sentimientos e interacciones con otras personas. Este tiene su desarrollo a través de fuentes sensoriales y memoria, autoexploración y experiencias sociales. Se involucra además con aspectos como la autopercepción, autoobservación, memoria autobiográfica y autoestima. (Mancilla, 2020)

### **Objetivo general**

Analizar la percepción del autocuidado en estudiantes del tercer semestre de la Licenciatura de enfermería.

### **Objetivos específicos**

1. Describir las características sociodemográficas del estudiante de Licenciatura en enfermería.
2. Identificar la percepción del autocuidado en el estudiante de la licenciatura de enfermería.
3. Reconocer la conceptualización del autocuidado a través de una red semántica.

### **Metodología**

Se trata de un estudio cuantitativo, no experimental, transversal, descriptivo con un muestreo de 56 estudiantes de la licenciatura de enfermería del tercer semestre. Criterios de inclusión estudiantes que desearon realizar el llenado de la encuesta. Criterios de exclusión estudiantes que no desearon realizar el llenado de la encuesta, mientras que se excluyeron los cuestionarios incompletos en más del 30% de contestación.

Para la variable **autocuidado** se utilizó el instrumento: Escala de Valoración de Agencia de Autocuidado (ASA). El cual fue desarrollada para medir el concepto central de la Teoría de Enfermería de Déficit de Autocuidado de Orem, la agencia de autocuidado. Este concepto se entiende como la capacidad o el poder de la persona para realizar operaciones de autocuidado, se compone de 24 ítems con un formato de respuesta tipo Liker, (Manrique, Fernández, Velandia, 2009).

En 2008 la Escala ASA fue traducida al español y validada por Esther Gallegos se compone de 24 ítems agrupados en cinco categorías o dimensiones. La escala de tipo Likert evalúa las respuestas forma que “nunca” corresponde a 1, “rara vez” 2, “a menudo” 3 y “casi siempre” 4; los sujetos de estudio pueden

obtener una puntuación de 24 a 96 donde a mayor puntuación, mayor capacidad de autocuidado. (Barcenilla 2016)

- Alto nivel de autocuidado: 79-96
- Medio nivel de autocuidado: 43-78
- Bajo nivel de autocuidado: 24-72

La fiabilidad del instrumento fue de .916.

Conceptualmente la Real Academia Española define la percepción como “una sensación interior, que resulta de una impresión material producida en los sentidos corporales”; a través de una pregunta abierta se obtiene una red semántica de conceptos del autocuidado, con el objeto de identificar de primera intención como conceptualiza el estudiante el autocuidado.

El análisis estadístico se realizó a través del programa SPSS versión 25 en donde se utilizó estadística descriptiva con frecuencias y porcentajes para las variables cualitativas nominales y ordinales.

Dentro de las consideraciones éticas y legales en este proyecto se respetó lo señalado por la Declaración de Helsinki y el Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud, con respeto a la retractación, privacidad y anonimato de los participantes.

## Resultados

En este apartado se muestran los resultados obtenidos partiendo de las variables sociodemográficas, para dar continuidad a los resultados obtenidos en las diferentes dimensiones de la escala ASA: Interacción social, Bienestar personal: prevención de riesgos para la vida humana y funcionamiento del cuerpo, hábitos alimenticios; Equilibrio entre ejercicio/reposo, Promoción del funcionamiento y desarrollo personal dentro de grupos sociales de acuerdo al potencial humano.

Para dar respuesta al objetivo uno se muestran las características sociodemográficas de la población. En donde se observa que la edad predominante de los encuestados oscila entre 18 y 20 años (75%), mientras que 44 estudiantes corresponden al sexo femenino (44%); en el estado civil 54 permanecen solteros (94%) y 45 estudiantes provienen de zona urbana (80.4%). (Tabla 1)

**Tabla 1**

*Población de estudio de acuerdo con las variables sociodemográficas. (n=56)*

Variable		f	%
Edad	18-20	42	75.0
	21-23	8	14.3
	24-26	6	10.7
Sexo	Femenino	44	78.6
	Masculino	12	21.4
Estado civil	soltero	54	94
	Casado	2	3.6
Zona de origen	Urbana	45	80.4
	Rural	11	19.6

**Nota:** Datos obtenidos de la encuesta ASA realizada a estudiantes de la Licenciatura de Enfermería.

Dentro de la dimensión interacción social se observa que el 51.8% de los participantes refieren potenciar sus habilidades sociales al tener amigos en los que pueden confiar, mientras que 33 de los participantes (58.9%) tienen la capacidad social para buscar ayuda, ya sea de problemas de salud o de otro tipo. (Tabla 2).

**Tabla 2**

*Dimensión: interacción social*

Variable			f	%
¿Tengo amigos a quienes puedo recurrir cuando necesito ayuda?	Rara vez	8	14.3	
	A menudo	19	33.9	
	Siempre	29	51.8	
¿Busco ayuda si me encuentro con problemas de salud o de otro tipo?	Rara vez	14	25.0	
	A menudo	9	16.1	
	Siempre	33	58.9	

**Nota:** Datos obtenidos de la encuesta ASA realizada a estudiantes de la Licenciatura de Enfermería

Para la dimensión Bienestar personal, prevención de riesgos para la vida humana y funcionamiento del cuerpo se destaca que el nivel de autocuidado oscila en el nivel medio ya que el 66% refiere revisar su cuerpo y/o realizar autoexploración para detectar algún cambio, además de referir en un 48.2 % de los estudiantes dedicar un tiempo para su persona. (Tabla 3)

**Tabla 3**

*Dimensión Bienestar personal: prevención de riesgos para la vida humana y funcionamiento del cuerpo*

Variable			f	%
¿Verifico si mis acciones y actitudes me protegen y mantienen mi salud?	Rara vez	15	26.8	
	A menudo	26	46.4	
	Siempre	15	26.8	

¿Busco mejores formas de cuidar mi salud?	Rara vez	16	28.6
	A menudo	21	37.5
	Siempre	19	33.9
¿Reviso mi cuerpo para saber si hay algún cambio?	Rara vez	10.	17.9
	A menudo	9	16.1
	Siempre	37	66.1
¿He sido capaz de cambiar hábitos no beneficiosos con tal de mejorar mi salud?	Rara vez	13	23.2
	A menudo	32	57.1
	Siempre	11	19.6
¿Dedico tiempo para mi mismo?	Rara vez	8	14.3
	A menudo	27	48.2
	Siempre	21	37.5
Si es necesario, ¿Doy prioridad a las acciones que mantienen y protegen mi salud?	Nunca	5	8.9
	Rara vez	10	17.9
	A menudo	20	35.7
	Siempre	21	37.5
¿Evaluó si es efectivo lo que hago para mantenerme con salud?	Rara vez	10	17.9
	A menudo	31	55.4
	Siempre	15	26.8

**Nota:** Datos obtenidos de la encuesta ASA realizada a estudiantes de la Licenciatura de Enfermería

En la dimensión equilibrio, ejercicio y reposo el 32.1% de los encuestados manifestaron realizar ajustes en su rutina para asistir a clase y/o práctica clínica en caso de llegar a sentir cansancio o enfermedad; al igual que manifestaron tener energía para ejercer un cuidado de su persona. Así como el 41.1 % refieren tomarse un tiempo para ejercer su autocuidado. (Tabla 4)

**Tabla 4**

*Dimensión: Equilibrio entre ejercicio/reposo*

Variable			f	%
¿Hago cambios o ajustes de mi rutina si tengo problemas para ir a clase/prácticas porque me siento cansado o enfermo?	Nunca	5	8.9	
	Rara vez	18	32.1	
	A menudo	18	32.1	
	Siempre	15	21.8	
¿Tengo la capacidad de manejar las situaciones para no perder el control y mantenerme en equilibrio?	Rara vez	14	25	
	A menudo	36	64.3	
	Siempre	6	10.7	
¿Puedo dormir lo suficiente para sentirme descansado?	Rara vez	20	35.7	
	A menudo	20	35.7	
	Siempre	16	28.6	
En mis actividades diarias ¿Me tomo un tiempo para cuidarme?	Rara vez	16	28.6	
	A menudo	23	41.1	
	Siempre	17	30.4	

**Nota:** Datos obtenidos de la encuesta ASA realizada a estudiantes de la Licenciatura de Enfermería

### Red semántica

Por medio de la pregunta ¿Qué es para ti el autocuidado?; se identifica como percibe el estudiante el autocuidado y se construye una red semántica partiendo por conceptos y frases como: equilibrio, toma de acciones, cuidarse a sí mismo, responsabilidad acciones bajo conciencia, buena salud, bienestar, mantenimiento saludable, estilo de vida, amor propio, actitud, práctica de vida.

En este sentido el estudiante de enfermería reconoce la importancia que conlleva el realizar un autocuidado efectivo para poder así realizar prácticas de autocuidado que mejor convengan a su persona.

## Discusión y conclusiones

En el presente estudio se observó que los estudiantes de enfermería identifican y realizan prácticas de autocuidado para el mantenimiento óptimo de la salud esto coincide con otras investigaciones (Becerra et al 2018).

Es necesario mencionar que el estudiante universitario dentro del plan de estudios carece con asignaturas que permeen el autocuidado como práctica de vida para fortalecer el bienestar individual y colectivo de la salud. En ello coinciden (Gorrit et al 2016). Donde menciona que “Las universidades desempeñan un papel protagónico en la sociedad donde están insertas. Orientadas al desarrollo del conocimiento, son escenario en la formación profesional de futuros ciudadanos y personas responsables y, a través de la educación, la investigación y la responsabilidad social.”

El profesional de enfermería está diseñado bajo una línea humanista, por lo que se hace necesaria una formación integral y no solo centrada en el dominio de los conocimientos científicos y tecnológicos, por ende (Escobar 2018) coincide en la búsqueda del sentido humanístico, el desarrollo de la sensibilidad y el autocuidado.

## Referencias

- Becerra, A. Guarnizo, M. (2018). Significado del cuidado antes de iniciar la formación profesional en Enfermería. *Educación Médica Superior* vol.32 no.3 Ciudad de la Habana jul.-set. 2018.  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-21412018000300011](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21412018000300011)
- Berbiglia, V. A y Banfield, B, (2018). *Modelos y teorías en enfermería* (9ª ed.). Editorial Elseiver. 540-576.
- González-Escobar DS. (2015) Significado del cuidado para estudiantes y profesores del programa de enfermería de la Universidad Francisco de Paula Santander. Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo. *Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo*, vol. 17, núm. 1, enero-junio, 2015, pp. 77-95 Pontificia Universidad Javeriana Bogotá, Colombia [Redalyc. Significado del cuidado para estudiantes y profesores de Programa de Enfermería de la Universidad Francisco de Paula Santander](#)
- Gorriti, S. Rodríguez, N. Evangelista, C (2016) *Experiencias de estudiantes de enfermería en el cuidado de si durante el proceso de formación en una universidad privada en Chimbote, Perú*. Esc Anna Nery 2016; 20(1):17-24  
<https://www.scielo.br/j/ean/a/t8JtmwDwTmvt8m8mCPKXnVx/?lang=es&format=pdf>
- Ferro, R. Rodriguez, J. Cardenas J (2018) *Significados sobre el arte del cuidado desde la perspectiva de los estudiantes de Licenciatura en Enfermería*. Enfermería universitaria vol.15 no.4 Ciudad de México oct./dic. 2018. Disponible en:

[https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1665-70632018000400402](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632018000400402)

Naranjo, H. Concepción, P. Rodríguez L. (2017). *La teoría Déficit de autocuidado: Dorothea Elizabeth Orem. Gaceta médica espirituana. Gac Méd Espirit* vol.19 no.3 Sancti Spíritus set.-dic. 2017. Disponible en:  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1608-89212017000300009](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1608-89212017000300009)