



15 de septiembre 2017. Talavera de la Reina

XII Premio Nacional de Investigación en Enfermería



Raquel Recuero Díaz

Empoderamiento Enfermero una Acción Necesaria

Universidad de Castilla-La Mancha. Talavera de la Reina. Salón de Actos Vicente Ferrer. Av Real Fábrica de Sedas s/n

TÍTULO:

POTENCIALIDADES DE LA RESILIENCIA PARA LOS PROFESIONALES DE ENFERMERÍA

Autores: Pedro Angel Alonso Caro

Resumen:

Introducción: La resiliencia, entendida como la capacidad para afrontar las adversidades y pérdidas de la vida y transformarlas positivamente, ofrece una visión esperanzadora del trauma y el padecimiento, siendo una herramienta que los profesionales de Enfermería podemos utilizar para la promoción de la salud.

Objetivo: Realizar una revisión narrativa que sintetice la evidencia disponible sobre las potencialidades del concepto de resiliencia para los profesionales de Enfermería.

Material y Método: Se realizó una revisión narrativa en las bases de datos MEDLINE (PubMed), Scielo, BDIE, Dialnet, CUIDEN de artículos publicados en inglés y castellano hasta 2016 que indagaran en las potencialidades de la resiliencia para el trabajo de los profesionales de Enfermería.

Resultados: 11 artículos fueron incluidos en esta revisión narrativa al cumplir los criterios de inclusión. Los estudios analizados muestran la capacidad de la resiliencia para mejorar la calidad de vida y el bienestar de los pacientes. Además, una mayor capacidad de resiliencia se relaciona con menor prevalencia de estrés postraumático, ansiedad, depresión o Síndrome de Burnout. En el caso de los profesionales, una mayor resiliencia mejora los cuidados prestados.

Discusión y conclusiones: La resiliencia es factor protector de la salud y una herramienta útil para los profesionales de Enfermería a la hora de realizar intervenciones encaminadas a la promoción de la salud. Es necesario incorporar la resiliencia dentro de los programas de formación y reciclaje profesional, así como realizar más estudios que nos ayuden a comprender mejor los factores que influyen en el proceso de resiliencia.

Palabras Clave: Resiliencia, revisión narrativa, profesionales de enfermería.

• INTRODUCCIÓN

En la antigüedad la enfermedad se asociaba a la oscuridad, al misterio o a explicaciones basadas en fuerzas sobrenaturales castigadoras, sin encontrar aspectos positivos de la

enfermedad. No es hasta la segunda mitad del siglo XX cuando las investigaciones dejan focalizarse en los efectos negativos y comienzan a centrarse en los aspectos positivos de la enfermedad. Así, ciertos estudios

longitudinales muestran como personas que han sufrido traumas o eventos vitales negativos en la infancia son capaces de adaptarse de manera exitosa a su vida adulta¹. Además, estudios previos muestran que no todas las personas sometidas a situaciones adversas o que padecen alguna enfermedad desarrollan conductas patológicas o negativas, sino que ciertas personas tienen la capacidad de superar la situación y salir fortalecidos²⁻⁴. Estas investigaciones son el germen de una nueva visión de la enfermedad y del ser humano más optimista, que valora las virtudes y las fortalezas de la persona y su capacidad de desarrollar competencias a partir de las dificultades^{2,3}. Estos y posteriores estudios son el origen del concepto de resiliencia, que aparece en los años 70, mostrando la capacidad personal de resistir las adversidades estoica y serenamente¹⁻³.

La resiliencia ha sido definida como la capacidad para afrontar las adversidades y pérdidas de la vida y transformarlas positivamente, avanzando y superando las dificultades³. Este concepto ofrece una visión esperanzadora de las personas que experimentan traumas y padecimientos, mostrando la capacidad personal de afrontar o recuperarse con éxito de situaciones adversas, a través de la utilización de los propios recursos personales, la potenciación de propias fortalezas y puntos fuertes, la superación individual y el desarrollo de competencias^{5,6}. En este sentido se considera que una persona tiene un patrón resiliente cuando posee respuestas de adaptación positiva frente a una tragedia, un trauma o una adversidad y es capaz de progresar significativamente frente a los estresores de la vida⁷.

La resiliencia es considerada además un factor de protección de la salud². En este sentido, conocer los factores

que influyen en que las personas superen sus infortunios y se enfrenten a la enfermedad de forma eficaz, y fomentar estas potencialidades en todos los pacientes, incorporando estas herramientas a los programas sanitarios, ayudará a aumentar la salud de la población. Por lo tanto la resiliencia es una herramienta eficaz para la promoción de la salud en Enfermería⁵.

Por otra parte, sabemos que el profesional de Enfermería está sometido durante su actividad profesional grandes tensiones al cuidar a personas que viven momentos difíciles (diagnósticos de enfermedades crónicas, aceptación de la muerte...). Y estas situaciones pueden repercutir en su salud física y emocional⁸. Por lo tanto, también sería conveniente potenciar la resiliencia del personal de Enfermería durante las intervenciones con pacientes que experimentan sufrimiento.

Por otra parte, frente a la tradicional distancia entre profesional y paciente durante la relación terapéutica promovida por la Biomedicina, la corriente de la Medicina Basada en Narrativas (MBN) propone recuperar la cercanía con el paciente y comprender su experiencia de sufrimiento⁹. En este sentido la resiliencia nos permite, como señala Carver³, "entender cómo y por qué algunas personas resisten y se benefician de experiencias extremadamente adversas". Además, si como profesionales somos capaces de enseñar esta habilidad a la población se obtendrán grandes beneficios para el Sistema Sanitario³.

Como proveedores de cuidados, la resiliencia aporta frescura y positivismo a nuestras interacciones con los pacientes, animándonos a promover en los pacientes factores como la confianza, la seguridad, el positivismo, la fe en sí mismo, la

convicción o las ganas de vivir y de vencer la batalla a una enfermedad o un hecho traumático relacionado con la salud, con el objetivo de que la persona se enriquezca y sea capaz de aumentar sus potencialidades movilizando todos los recursos disponibles (entorno, servicios y redes sociales)^{5,10}. De este modo, la resiliencia permite ampliar la mirada del profesional más allá de los síntomas del paciente y descubrir también los recursos que las personas tienen en su entorno para la prevención y la promoción de estilos de vida saludables¹⁰. Además, desde 2008 los profesionales de Enfermería disponemos de tres Diagnósticos Enfermeros relacionados con la resiliencia que nos capacitan a diagnosticar y realizar planes de cuidados que incluyan este concepto: Deterioro de la resiliencia, Disposición para mejorar la resiliencia y Riesgo de Deterioro de la resiliencia¹¹.

• OBJETIVO

El objetivo de este estudio es realizar una revisión narrativa que sintetice la evidencia disponible sobre las potencialidades del concepto de resiliencia para los profesionales de Enfermería.

• MATERIAL Y MÉTODO

Se realizó una revisión narrativa en las bases de datos MEDLINE (PubMed), Scielo, BDIE, Dialnet, CUIDEN de artículos publicados en inglés y castellano hasta 2016 que indagaran en las potencialidades de la resiliencia para el trabajo de los profesionales de Enfermería utilizando las siguientes palabras clave que fueron combinadas de diferente modo según la bases de datos analizada: resiliencia, enfermería, profesionales de Enfermería, cuidados de enfermería.

Además se realizó una búsqueda de literatura gris en la bases de datos de Tesis Doctorales y Trabajos Fin de Grado y una búsqueda secundaria a

través de la revisión de los listados de referencias de los artículos encontrados.

Como criterios de inclusión se incluyeron: 1) artículos publicados en inglés o castellano en las bases de datos seleccionadas y 2) artículos que indagaran en las potencialidades del concepto de resiliencia para la Enfermería. El criterio de exclusión utilizado fue 1) artículos en los que la enfermedad no se viera como un sistema de aprendizaje.

• RESULTADOS

Tras la búsqueda en las bases de datos seleccionadas y aplicar los criterios de inclusión y exclusión, se encontraron 1221, de los cuales 11 artículos se incluyeron en esta revisión narrativa al cumplir los criterios de inclusión^{1-5, 8, 10, 12-15}.

En primer lugar es destacable el hecho de que gran parte de los estudios sobre la resiliencia han sido desarrollados en equipos interdisciplinares, en los que participaron no solo profesionales de Enfermería, sino también de disciplinas como Trabajo Social, Pedagogía, Sociología, Medicina o Psicología entre otras, destacando la Psicología y dentro de esta la Psicooncología^{2,8,12}. Lo que demuestra la importancia del abordaje interdisciplinar de las intervenciones encaminadas a la promoción de la resiliencia.

Tras analizar los estudios incluidos en esta revisión observamos que concepto de resiliencia ha adoptado diferentes matices según las diferentes escuelas que lo han analizado^{4,5,8}. En primer lugar la Escuela Anglosajona otorga importancia a la interacción persona-ambiente y a las diferentes formas en que los individuos responden a las amenazas del medio. Además la Escuela Anglosajona presta atención a la dinámica que favorece la

adaptación positiva a la adversidad, destacando los mecanismos protectores y/o factores de protección implicados en la resiliencia^{4,5,8}. En segundo lugar, la Escuela Europea se centra en los aspectos psicológicos, apuntando que para que la persona adquiera respuestas resilientes, es preciso modificar su ambiente enriqueciéndolo con factores protectores, entre los que se incluyen los aspectos psicológicos y culturales que determinan la manera de ver el mundo y el afrontamiento de las experiencias traumáticas. Además, esta escuela aporta el concepto de “tutor de resiliencia” para referirse a los profesionales que facilitan a sus pacientes tener una visión optimista de su situación^{4,5,8}. Finalmente la Escuela Latinoamericana se centra en la resiliencia comunitaria, afirmando que proceso salud-enfermedad es una situación causada por la estructura de la sociedad y producto del proceso social en el que se encuentra el país. De este modo, se modifica el objeto de estudio y la postura del observador, considerando que las comunidades resilientes cuentan con un muro protector, surgido de sus propias condiciones y valores, que permite transformar los eventos negativos y construir sobre ellos^{4,5,8}.

Por otra parte, observamos que los estudios analizados incluyen diferentes definiciones de resiliencia que se recogen en la tabla 1^{1-5, 8, 10, 12-15}. A pesar de las diferencias en las definiciones, casi todas tienen en común la noción de adversidad, entendida como una situación de riesgo, amenaza, trauma o enfermedad, en definitiva una situación difícil que requiere una adaptación positiva o superación^{1-5, 8, 10, 12-15}.

En los estudios analizados observamos que en la dinámica de cambio de la resiliencia desempeñan un papel relevante factores como los mecanismos emocionales, cognitivos y

socioculturales (familia, autoestima...) que influyen en el desarrollo causado por un hecho traumático o de alto riesgo^{1-5, 8, 10, 12-15}.

En relación a la utilidad de la resiliencia para la práctica profesional en Enfermería, los estudios analizados muestran que una mayor capacidad de resiliencia se relaciona con cifras de prevalencia menores de estrés postraumático, ansiedad, depresión y Síndrome de Burnout⁸. Además, la mejora de la resiliencia permite mejorar la calidad de vida en pacientes crónicos¹³.

En relación a los ámbitos donde se ha estudiado la resiliencia, observamos que los estudios Latinoamericanos se han focalizado en analizar la situación concreta de los países o en colectivos vulnerables como la mujer o la infancia¹², planteando acciones dirigidas a potenciar la autoestima, resolución de problemas. Además también hay estudios enfocados a mejorar la competencia social de los profesionales de Enfermería^{5,10}. En nuestro país, la producción científica sobre resiliencia en Enfermería es aún escasa, destacando los estudios que analizan la resiliencia en los propios profesionales de Enfermería^{8,11}, jóvenes o en áreas concretas de especialización como unidades de agudos, salud mental, emergencias, urgencias, pediatría y oncología^{3,4}.

En relación a la puesta en marcha de intervenciones que potencien la resiliencia, ciertos estudios proponen seguir el Modelo Teórico del Sistema Conductual de Dorothy Johnson que se centra en cómo el paciente se adapta a la enfermedad y cómo el estrés presente o potencial puede afectar a su capacidad de adaptación¹⁰. Para Johnson el objetivo de enfermería es reducir el estrés de tal forma que el paciente pueda avanzar con mayor facilidad a través del proceso de recuperación. Así, el objetivo de este modelo es mantener

y recuperar el equilibrio del paciente, ayudándole a conseguir un nivel óptimo de funcionamiento. Dentro de este modelo las intervenciones de Enfermería ayudan al paciente a enfrentarse de manera positiva a sus amenazas, promoviendo su resiliencia. Por este motivo, este modelo se relaciona con el concepto de resiliencia, entendido como la capacidad que va adquiriendo la persona para poder enfrentar, satisfactoriamente, los distintos factores de riesgo, y a la vez ser fortalecido como resultado de esa situación¹⁰.

El concepto de resiliencia ha sido ampliamente estudiado en las ciencias sociales, sin embargo para las ciencias de la salud, y en especial para la Enfermería, es un concepto relativamente nuevo y con interesantes potencialidades por descubrir¹⁴. En esta línea, los estudios analizados sugieren la necesidad de desarrollar programas de intervención en resiliencia en los que se potencien los factores protectores con el objetivo de ayudar a las personas a ser más resilientes⁸.

• DISCUSIÓN

Esta revisión narrativa confirma la importancia de la resiliencia como factor de protección de la salud y su utilidad para los profesionales de Enfermería a la hora de realizar intervenciones encaminadas a la promoción de la salud. En este sentido la resiliencia ayuda a los profesionales a mirar más allá de la sintomatología del paciente y a descubrir y utilizar todos los recursos disponibles para el paciente (entorno, servicios y redes sociales).

Los estudios analizados muestran la capacidad de la resiliencia para mejorar la calidad de vida y el bienestar de diferentes grupos poblacionales, en especial en pacientes crónicos¹³. Además, una mayor capacidad de resiliencia se

relaciona directamente con menor prevalencia de estrés postraumático, ansiedad, depresión o Síndrome de Burnout⁸.

Por otra parte, sabemos que los profesionales de Enfermería trabajan directamente con personas que sufren y atraviesan momentos difíciles, siendo importante desarrollar las capacidades resilientes también en los propios profesionales. Además, una mayor resiliencia de los profesionales repercutirá directamente en la mejora de la atención. En este sentido, los estudios analizados apuntan que la promoción de la resiliencia en el propio personal sanitario reporta resultados positivos para la atención, especialmente en el caso de profesionales que trabajan en condiciones laborales duras y extresantes⁸.

Sabemos que contribuir a la mejora del bienestar integral de las personas es la base de todo sistema de salud, en este sentido la resiliencia es una herramienta de utilidad que no solo debe implicar al personal sanitario, sino también a los pacientes, a sus familias y a las instituciones sanitarias⁸.

Como apuntan los estudios incluidos, para el profesional de Enfermería, trabajar con el concepto de resiliencia es una estrategia y una oportunidad para mejorar las intervenciones de Enfermería¹⁰, convirtiéndose en un facilitador del proceso de salud de la población^{5,8,12}.

Por todo lo anterior se puede considerar que la resiliencia es de gran interés para la Enfermería, permitiéndonos diseñar intervención en salud que contribuyan a reforzar los factores protectores de los pacientes y transformarlos en factores de superación en situaciones difíciles.

Por otra parte, desde la incorporación de los Diagnósticos Enfermeros relacionados con la resiliencia, los

profesionales de Enfermería estamos capacitados para realizar intervenciones de enfermería encaminadas a detectar la vulnerabilidad del paciente relacionada con su habilidad para mantener un patrón de respuesta positiva ante una situación adversa o crisis (Diagnostico Enfermero: Riesgo de deterioro de la resiliencia), ayudar al paciente en los casos en los que manifieste un deseo de mejorar su resiliencia (Diagnóstico Enfermero: Disposición para mejorar la resiliencia) y detectar la reducción de la capacidad para mantener un patrón de respuestas positivas ante una situación adversa o de crisis (Diagnostico Enfermero: Deterioro de la resiliencia)¹¹.

A pesar de que en los últimos años se han incrementado notoriamente los estudios sobre resiliencia, son necesarios más estudios que ayuden a clarificar la naturaleza de los procesos de resiliencia. En este sentido indagar los modos en los que cualquier persona puede desarrollar atributos flexibles para hacer frente a la adversidad es un reto para la sociedad y para la Enfermería^{12,15}.

Debido a todos los beneficios reportados por la resiliencia, sería recomendable aumentar los conocimientos de los profesionales de Enfermería relacionados con este concepto, no solo durante la formación universitaria⁸, sino también incorporando la formación en resiliencia a los programas de formación continuada.

6. CONCLUSIONES

La resiliencia es una herramienta de utilidad para los profesionales de Enfermería para promover la salud de la población que nos ayuda a desplegar un enfoque positivo de la salud y a promover las propias potencialidades de la persona ante adversidades o situaciones difíciles en un proceso de adaptación exitosa y de

transformación personal que permita a la persona salir airoso de la situación a pesar de las características negativas que conlleva.

Es necesario incorporar la resiliencia dentro de los programas de formación y reciclaje profesional, así como realizar más estudios que nos ayuden a comprender mejor los factores que influyen en el proceso de resiliencia.

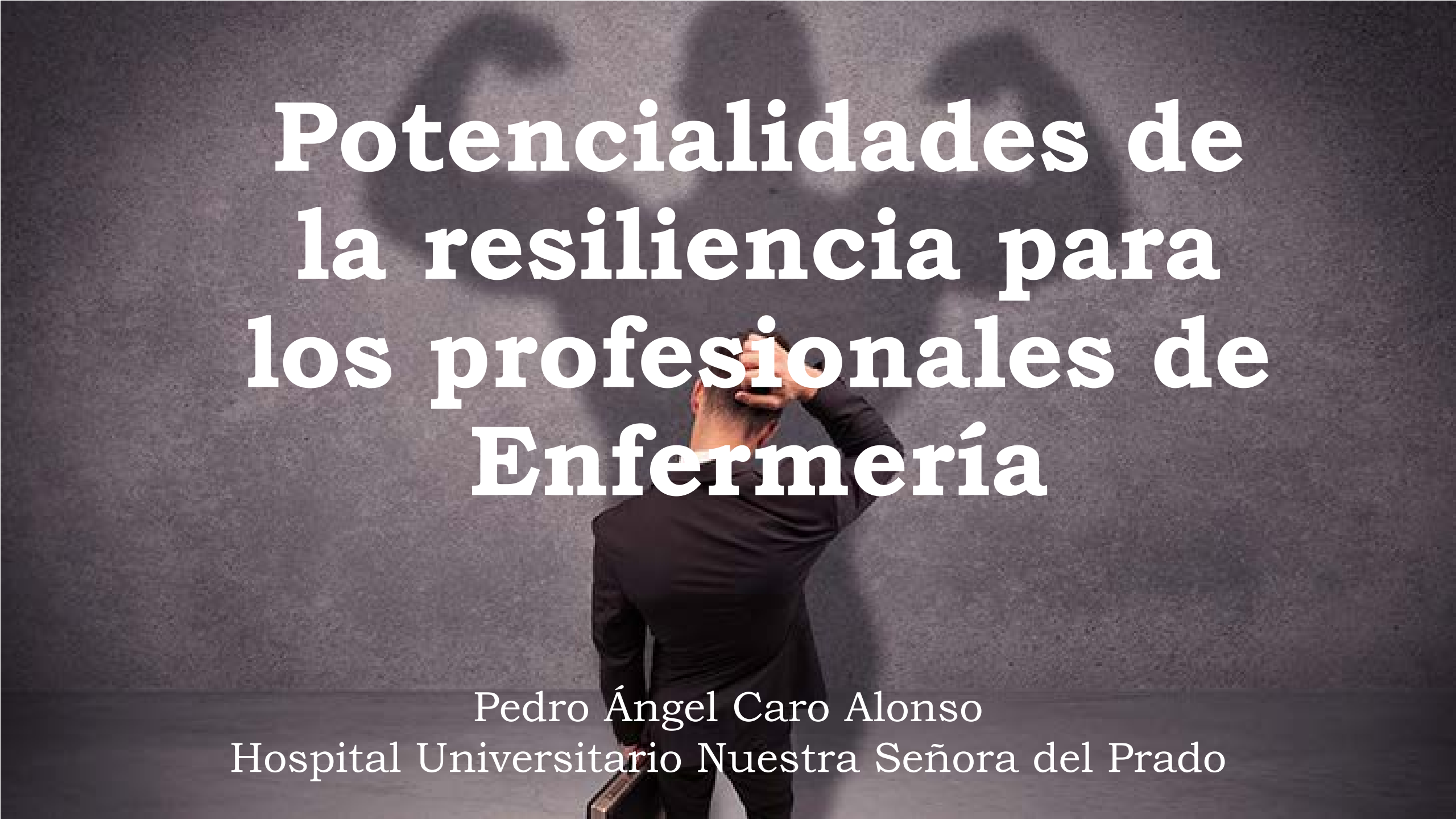
BIBLIOGRAFIA

1. Becoña E. Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto. Rev de Psicopat y Psicología Clínica. 2006; 11 (3): 125-146.
2. Quiceno JM, Vinacia S. Resiliencia: una perspectiva desde la enfermedad crónica en población adulta. Pensamiento Psicológico. 2011; 9 (17): 69-82.
3. Torres Suárez CY, Galvis Bautista I. La resiliencia como alternativa terapéutica en paciente oncológico. [Tesis Doctoral]. Pamplona, Colombia: Universidad de Pamplona; 2007.
4. Muñoz Garrido VV. Pedagogía Hospitalaria y resiliencia. [Tesis Doctoral] Madrid, España: Universidad Complutense de Madrid; 2013.
5. Ribeiro PM, Mendes MA, Oliveira Luvisaro BM, Paschoal Oliveira, CH, Oliveira F, Terra Jonas L. Promover la resiliencia como intervención en la salud de la mujer. Evidentia. [Internet] 2012; 9(37). Disponible en: http://www.index-f.com/evidentia/n37/e_v7695.p hp
6. Masten AS. Resilience in developing systems: promise as the fourth wave rises. Dev Psychopathol. 2007; 19(3):921-930.
7. Newman R. APA's Resilience Initiative. Professional Psychology:

- Research and Practice. 2005; 36(3): 227-29.
8. Termes Boladeras, MC. La resiliencia en profesionales de Enfermería: estudio fenomenológico hermenéutico. Paraninfo Digital. 2013; VII (19). Disponible en <http://www.index-f.com/para/n19/pdf/091d.pdf>
 9. Mariano Juárez L, Rodríguez Martín B, Conde Caballero D. Cuidados basados en narrativas. Redefiniendo la jerarquía de la evidencia. Index de Enfermeria 22(1-2):55-59.
 10. Cortés Recaball JL. La Resiliencia: Una mirada desde la enfermería. Cienc Enferm. 2010; 16 (3): 27-32.
 11. Herdman T H, Kamitsuru S. Diagnósticos Enfermeros. Definiciones y clasificación 2015-2017. Elsevier: Barcelona; 2015.
 12. Ospina DE, Jaramillo DE, Uribe TM. La resiliencia en la promoción de salud de las mujeres. Invest y Educ Enferm. 2005; 23 (1): 78-89.
 13. Garassini ME. Resiliencia y familiares de enfermos oncológicos. Universidad Metropolitana: Venezuela; 2010.
 14. Pacheco LA, Berumen Burciaga LV, López MV, Molina AO. Resiliencia en el profesional de enfermería que cuida a personas en proceso de morir. ENE. Revista de Enfermería. 2013; 7(3). Disponible en http://ene-enfermeria.org/ojs/index.php/ENE/article/viewFile/280/pdf_12
 15. Ruiz Párraga GT. Resiliencia psicológica y dolor crónico. Escritos de Psicología. 2012; 5(2): 1-11.

Tabla 1. Diferentes definiciones de resiliencia encontradas en los estudios analizados^{1-5, 8, 10, 12-15}

Autor(es)/año	Definición
Osborn, 1993	Concepto genérico que se refiere a una amplia gama de factores de riesgo y los resultados de competencia. Puede ser producto de una conjunción entre los factores ambientales, como el temperamento y un tipo de habilidad cognitiva que tienen los niños cuando son muy pequeños.
Grotberg, 1995	Capacidad humana universal para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas o incluso ser transformado por ellas. La resiliencia es parte del proceso evolutivo y debe ser promovido desde la niñez
Suárez Ojeda y Kraukf, 1995	Combinación de factores que permiten a un ser humano, afrontar y superar los problemas y adversidades de la vida, y construir sobre ellos.
Manciaux, 2003	La resiliencia está compuesta por dos facetas inseparables: por un lado, la destrucción, el descalabro; por otro, la reconstrucción, la dinámica existencial, el proyecto de una vida nueva o de una vida mejorada y reanudada.
Cyrlunik, 2005	Capacidad de los seres humanos sometidos a los efectos de una adversidad, de superarla e incluso salir fortalecidos de la situación.
Rutter, 2007	Es un proceso, no una característica o rasgo personal, sino un estado de adaptación de éxito que puede darse en una misma persona no necesariamente frente a todo tipo de riesgos, ni en todas las áreas del desarrollo.



Potencialidades de la resiliencia para los profesionales de Enfermería

Pedro Ángel Caro Alonso
Hospital Universitario Nuestra Señora del Prado



Introducción

Resiliencia

Capacidad para afrontar las adversidades y pérdidas de la vida y transformarlas positivamente avanzando y superando las dificultades.





Fuerzas sobrenaturales

Aspectos Positivos



A close-up photograph of a female doctor in a white lab coat, smiling warmly at an elderly woman. The doctor is holding the woman's arm for support. The elderly woman is holding a black cane and looking back at the doctor with a slight smile. The background is softly blurred, suggesting a clinical or hospital setting.

Confianza

Seguridad

Positivismo

Fe en si mismo

Convicción

Ganas de vivir

Vencer la batalla

- **Disposición para mejorar la resiliencia**
- **Riesgo de deterioro de la resiliencia**
- **Deterioro de la resiliencia**

NANDA International



DIAGNÓSTICOS ENFERMEROS

Definiciones y clasificación

2015-2017



Objetivo

Realizar una revisión narrativa que sintetice la evidencia disponible sobre las potencialidades del concepto de resiliencia para los profesionales de Enfermería





Metodología

Revisión narrativa



- Resiliencia
- Enfermería
- Profesionales de Enfermería
- Cuidados de Enfermería

PubMed

SciELO

Dialnet

CUIDEN

BDIE

CRITERIOS DE INCLUSIÓN:

- Inglés o castellano.
- Potencialidades del concepto de resiliencia para la Enfermería.

CRITERIOS DE EXCLUSIÓN

- La enfermedad no fuera un sistema de aprendizaje

Resultados



1221
Artículos
potenciales



**Criterios de inclusión
y exclusión**

11
Artículos
incluidos





Calidad de vida

Bienestar

Autoestima

Adaptación
positiva

Superación

Resolución de
problemas

Estrés
postraumatico

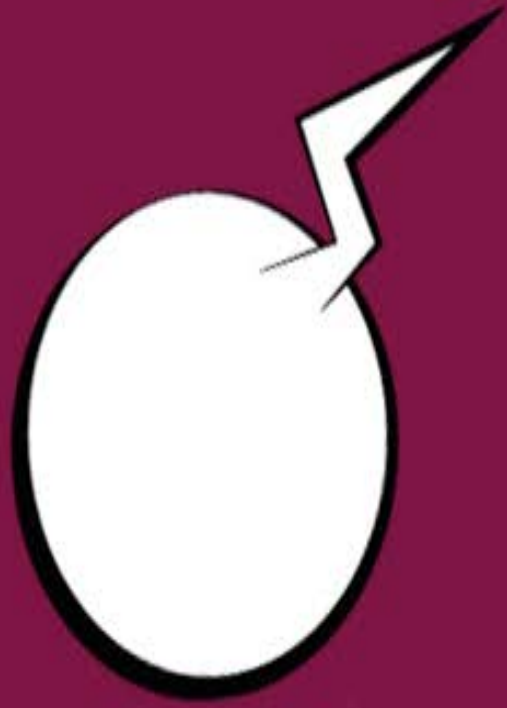
Ansiedad

Estrés

Depresión

Síndrome de
Burnout

DISCUSIÓN



Resiliencia

- Es un factor de protección de la salud de utilidad para la Promoción de la Salud.
- Permite mirar más allá de la sintomatología del paciente y descubrir y utilizar todos los recursos disponibles.
- Proporciona resultados positivos para el paciente y para los profesionales de Enfermería.
- Estrategia y oportunidad para mejorar la Intervenciones de Enfermería derivadas de los Diagnósticos de Enfermería.



CONCULCULUMS

Resiliencia

- Es una herramienta útil para para promover la salud de la población, que ayuda a desplegar un enfoque positivo de la salud y fomentar las potencialidades personales ante adversidades o situaciones difíciles.
- Es recomendable aumentar los conocimientos de los profesionales de Enfermería relacionados con la resiliencia durante la formación universitaria y en los programas de formación continuada.

Calidad de los cuidados

Resiliencia

七転び八起き

Cae siete veces, levántate ocho.