

# Benestar durant l'etapa universitària: Estudi sobre la percepció de la qualitat de vida i satisfacció dels estudiants d'infermeria durant el període universitari.

Treball de Final de Grau  
Grau en Infermeria

Cristina Bascompte Jurado  
2021-2022

Director: Dra. Carolina Chabrera



Centre adscrit a:



## Agraïments

Han passat quatre anys volant, no em puc creure que ja s'acabi aquesta gran etapa, on he pogut disfrutar de grans moments, alguns difícils i on semblava que no es podria. Però finalment ha arribat el final tan esperat i la veritat és que he tingut sort de conèixer a gent increïble en aquests quatre anys i que m'han brindat un suport enorme.

Gràcies a la Dra. Carolina Chabrera per guiar-me en moments on estava perduda, per animar-me en els moments on casi perdo l'esperança i per donar-me una empenta quan estava estancada. Ha estat un plaer tenir-te com a tutora.

Alba, Lluís i Dani, sou el millor que m'ha passat aquest últim any de carrera. Moltes gràcies per cuidar-me com un tresor quan estava amb vosaltres a recerca. Gràcies per ensenyar-me el món de la recerca i de la investigació de la forma tan apassionada com ho heu fet vosaltres, i ajudar-me i aconsellar-me en l'inici d'aquest estudi. Gràcies per donar-me l'oportunitat de donar el millor de mi. Gràcies per ser més que unes pràctiques i donar-me ganes i alegria d'aixecar-me cada dia per venir a fer pràctiques amb vosaltres.

Finalment, gràcies a la meva família. Que faria jo sense vosaltres! Marc i Pau gràcies pel suport moral que m'heu proporcionat durant aquest llarg camí que és aquest treball i estar en les bones i en les dolentes. Gràcies als meus pares per mai abandonar l'esperança en mi, i donar-me ànims fins i tot quan no semblava que hi hagués llum al final del túnel. Per confiar i creure en mi quan jo em pensava que no arribaria enlloc. Gràcies per aguantar aquests últims mesos el meu drama i els meus canvis d'humor. Com sempre em dius, papa, en l'esforç hi ha la recompensa.

Finalment, gràcies als estudiants d'infermeria que em van respondre l'enquesta, sense vosaltres aquest treball no hagués sigut possible.

## *índex*

<b>RESUM</b>	<b>3</b>
<b>INTRODUCCIÓ</b>	<b>5</b>
<b>OBJECTIUS</b>	<b>8</b>
<b>METODOLOGIA</b>	<b>9</b>
4.1. Disseny de l'estudi	9
4.2. Població i mostra	9
4.3. Variables	9
4.4. Instruments de mesura	11
4.5. Consideracions ètiques	12
4.6. Procediment	12
4.7. Limitacions	13
4.8. Mètode anàlisis de dades	14
<b>RESULTATS</b>	<b>15</b>
<b>DISCUSSIÓ</b>	<b>26</b>
<b>CONCLUSIONS</b>	<b>32</b>
<b>IMPLICACIÓ A LA PRÀCTICA PROFESSIONAL</b>	<b>33</b>
<b>CRONOGRAMA</b>	<b>35</b>
<b>REFERÈNCIES BIBLIOGRÀFIQUES</b>	<b>36</b>
<b>ANNEXES</b>	<b>40</b>

## 1. RESUM

**Introducció:** La qualitat de vida és clau en els estudiants de ciències de la salut, atès que el temps que assisteixen a la universitat és considerable, en els últims anys els estudiants d'infermeria s'han vist afectats directament per la pandèmia i la crisi sanitària que n'ha derivat. D'altra banda, l'inici en aquesta nova etapa suposa un canvi en els hàbits de l'estudiantat.

**Objectiu:** L'objectiu d'aquest estudi va ser conèixer la qualitat de vida dels estudiants d'infermeria de l'Escola Superior de Ciències de la Salut del TecnoCampus (ESCST).

**Metodologia:** Es tracta d'un estudi observacional descriptiu transversal, realitzat a 204 estudiants dut a terme a l'abril del 2022 a Mataró. Es va administrar el qüestionari Q-LES-Q amb el programari RedCap. Es van analitzar les dades utilitzant els tests  $X^2$  per a les proporcions, Mann-Whitney i Kruskal-Wallis per analitzar les correlacions.

**Resultats:** Els dominis amb la millor mitjana van ser les Relacions Socials (82%) i l'Estat d'ànim (70.2%), i els dominis amb la pitjor mitjana van ser l'Estat de salut física (68.6%) i les Tasques de Classe (65%). La mitjana de qualitat de vida va ser 69.9% amb una  $DS \pm 8.02$ . Es va observar una correlació estadísticament significativa ( $p=0,008$ ) entre la QoL i el Curs en el qual l'estudiant està matriculat.

**Conclusions:** Els estudiants enquestats tenen una salut física no òptima, a causa de la falta de son i descans i una manca de preocupació pel seu estat físic. Tot i això, es detecta en els estudiants un estat d'ànim prou elevat.

**Paraules Clau:** Percepció de la salut; Estudiants d'infermeria; Qualitat de vida.

### **Abstract:**

**Introduction:** Quality of life is crucial for health sciences students, given the considerable amount of time they spend at the university. In recent years, nursing students have been directly affected by the pandemic and the resulting health crisis. On the other hand, the beginning of this new stage involves a change in the habits of the undergraduate students.

**Aim:** The aim of this study was to determine the quality of life of nursing students at the TecnoCampus School of Health Sciences (ESCST).

**Method:** A descriptive cross-sectional study of 204 students carried out in April 2022 in Mataró. The Q-LES-Q questionnaire was administered with RedCap software and the data were analyzed using  $X^2$  tests for proportions, Mann-Whitney and Kruskal-Wallis to analyze the data.

**Results :** The domains with the best average scores were Social Relationships (82%) and Emotional state (70.2%), and the domains with the worst average scores were Physical health (68.6%) and Classroom Tasks (65%). For the overall assessment, the average was 69.9% with a  $SD \pm 8.02$ . A statistical significance was observed when crossing QoL and Courses( $p=0.008$ ).

**Conclusions:** The participants of the study have a not optimal physical health, due to the lack of sleep and rest and a lack of concern about their physical condition. Nevertheless, it was detected a very high emotional state in the students.

**Keywords:** Health perception; Nursing students; Quality of life.

## 2. INTRODUCCIÓ

L'escolarització és una de les etapes més influents de la joventut. Al llarg de la seva vida, i des d'una edat molt primerenca, els infants s'incorporen i participen al sistema educatiu, sempre amb l'objectiu de garantir el seu aprenentatge i la seva formació bàsica i, al llarg dels anys, l'infant passa per les diverses etapes de socialització i educació. Aquest procés s'anomena trajectòria estudiantil (Gómez, Etchegorry, Avaca López i Caón, 2016).

A Espanya, aquest sistema està conformat per l'etapa d'educació infantil, educació primària i educació secundària com educació obligatòria, i formació professional i batxillerat com a educació postobligatòria. La darrera etapa educacional es relaciona amb els estudis superiors o universitaris. La universitat és una de les etapes que més marca la vida estudiantil ja que habitualment té lloc durant la transició de l'adolescència a l'edat adulta i el pas a la maduresa. De fet, és considerada per a molts joves l'època més significativa de la seva vida, des de la formació de llaços socials fins a la incorporació al mercat laboral, passant per molts altres factors (Gómez et al., 2016). És per aquest motiu que es considera vital una bona qualitat de vida (QoL) durant l'etapa universitària.

Definim QoL, com el benestar personal derivat de la satisfacció o insatisfacció amb les àrees que són importants per a l'individu (Ferrans, 1990). Malgrat haver escollit aquesta definició, avui en dia encara no existeix un consens pel que fa al terme, resultant en una divisió entre aquells autors partidaris de la QoL com el resultat d'una operació matemàtica de la puntuació de les dimensions mesurables de la vida (Shaw, 1977; Hornquist, 1982, Haas 1999; Lawton, 2001, a Verdugo, Shalock, Arias, Gómez i Jordán de Urries, 2013) i aquells defensors de la QoL com un conjunt de factors, circumstàncies i valoracions subjectives de l'individu respecte la seva vida (Calman, 1987; Oppong, Iornside i Kennedy, 1987; Ferrans, 1990; Bigelow, McFarland i Olson, 1991; Martin i Stockler, 1998, a Verdugo et al., 2013). Sigui com sigui, ambdós col·lectius coincideixen en el fet que, la QoL no és un concepte simple, sinó un terme complex i multidimensional.

Com hem mencionat anteriorment, la gran influència que té l'etapa universitària per a un jove comporta que sigui extremadament rellevant una bona QoL durant aquest període. De fet, existeix una relació positiva entre aquells estudiants que presenten un grau de satisfacció amb la universitat i amb el benestar psicològic alts i el seguiment i assoliment de metes

acadèmiques proposades (González-Peiteado, Pino-Juste i Penado Abillieira, 2017). És fonamental que els estudiants de l'àrea de la salut, i especialment els d'Infermeria, es formin en un context dinàmic que afavoreixi el seu desenvolupament acadèmic i personal. (Barraza i Ortiz Moreira, 2012). En la població jove, particularment en els universitaris, la QoL és clau, doncs el temps que assisteixen a la universitat és considerable. Addicionalment, s'espera que durant el període de formació, les competències desenvolupades contribueixin també de forma efectiva en l'adopció d'estils de vida saludables, a la promoció de la salut i a una millor QoL (Camargo Lemos, Orozco-Vargas i Niño Cruz, 2014).

Podem observar que en la literatura publicada en els graus de ciències de la salut, aquesta transició de l'educació secundària postobligatòria a la universitat és més complicada, principalment per la gran càrrega de treball que suposa un grau en salut. (Malau-Aduli, B. S et al 2021). En els últims anys els estudiants d'infermeria s'han vist afectats directament per la pandèmia i la crisi sanitària que n'ha derivat. Si bé el fet de cursar pràctiques en el grau d'infermeria ja comporta uns nivells elevats d'estrès en els estudiants en un context sense pandèmia, la situació actual ha fet que en molts alumnes aquest nivell d'estrès fos encara més elevat. (Casafont, Fabrellas et al. 2020). Sens dubte la Covid-19 ha causat un estrès psicològic addicional, cansament i malestar entre els estudiants d'infermeria. De fet, diversos estudis han afirmat que els efectes negatius de la pandèmia han repercutit en els estudiants d'infermeria més que en estudiants d'altres titulacions. (De Los Santos Labrague i Falguera 2022; Labrague et al 2018; Li i Hasson 2020).

En conseqüència, conèixer quina és la QoL en els estudiants d'infermeria és de gran importància per al desenvolupament de la tasca infermera i les seves implicacions en la formació de millors professionals en la disciplina. És necessari conèixer quins factors influeixen en els nivells de salut física i mental dels estudiants per a potenciar els efectes positius de l'escolarització i mitigar els eventuais efectes negatius d'aquesta.

Així, són diversos els estudis que han remarcat la importància de conceptes com la salut física i mental durant l'etapa universitària, conceptes que conformen la ja mencionada Qualitat de vida. De fet, el present estudi no pretén abordar de forma innovadora un concepte desconegut, sinó mantenir i reproduir el precedent marcat per nombrosos estudis anteriors. Per aquest motiu, s'ha tractat d'analitzar la QoL des d'un vessant transversal, és a dir partint de dades quantitatives interpretades de forma qualitativa.

L'estudi dels hàbits i patrons de conducta amb relació a la salut en l'etapa universitària ens permet identificar les carències per a treballar en la millora. Els hàbits adquirits i consolidats en l'etapa educativa es mantenen en l'etapa adulta, per exemple les conductes relacionades amb el descans, la nocturnitat o les relacions socials (Becerra & Silvia, 2016).

Un altre dels elements diferencials de l'estudi és que no només ens mostra quin és el nivell de salut dels estudiants, sinó també quina és l'autopercepció d'aquesta salut, indicador del qual podem analitzar en clau d'estat d'ànim i salut mental. Així doncs, aquest estudi és un reflex de la necessitat de tenir en compte la salut dels estudiants en la vida universitària.



### 3. OBJECTIUS

a. General:

- Conèixer la QoL dels estudiants d'infermeria de l'Escola Superior de Ciències de la Salut TecnoCampus (ESCST) (Centre adscrit a la Universitat Pompeu Fabra).

b. Específics:

- Identificar-ne l'estat físic actual en el qual es troba l'estudiant.
- Conèixer l'estat d'ànim dels estudiants tenint en compte les circumstàncies personals.
- Analitzar la percepció envers les tasques assignades pel grau.
- Examinar les relacions socials que gaudeixen els estudiants durant el curs.

## 4. METODOLOGIA

### 4.1. Disseny de l'estudi:

Es tracta d'un estudi observacional descriptiu transversal, realitzat a estudiants d'infermeria l'ESCST del TecnoCampus. La recollida de dades es va dur a terme a finals d'abril del 2022.

### 4.2. Població i mostra:

La població seleccionada per a l'estudi és l'alumnat matriculat durant el curs acadèmic 2021-2022 al grau d'infermeria. El mostreig es va dur a terme per conveniència, ja que aquesta és una tècnica de mostreig no probabilística i no aleatòria utilitzada per crear mostres d'acord amb la facilitat d'accés, la disponibilitat dels participants, en un interval concret. (Casal i Mateu, 2003).

#### Criteris d'inclusió

- Estar matriculat en el curs acadèmic 2021-2022 a infermeria a l'ESCST, TecnoCampus.
- Voler participar en l'estudi.

#### Criteris d'exclusió

- No signar el consentiment informat digital o en paper.
- No omplir adequadament el qüestionari.
- No entendre ni el Català ni el Castellà.

### 4.3. Variables:

#### Variables Sociodemogràfiques:

Les variables sociodemogràfiques estudiades van ser l'edat, el gènere, el curs actual, l'estat laboral, els convivents al domicili i finalment la càrrega familiar. **L'edat** es mesurarà en anys, el **sexe** es mesurarà amb tres possibles opcions: Home, Dona o No binari. El **curs actual** el qual està cursant el participant que respongui l'enquesta: 1r Curs, 2n Curs, 3r Curs i 4t curs. També es va preguntar a quin percentatge de **crèdits** estaven **matriculats** (100%, 50% o Altres). **L'estat laboral** es mesurarà amb una resposta dicotòmica: Sí o NO i es demanava que especificuessin quin **tipus de jornada** realitzaven en el cas que treballassin. Per conèixer amb qui **conviu** es donarà 5 opcions de resposta: Si viuen en una família multiparental,

uniparental, sol, amb parella o altres. Finalment, la càrrega familiar es van proporcionar múltiples opcions: Un o més fills, un o més familiars, altres i no tinc cap càrrega familiar.

#### Variables mesurades:

→ *Qualitat de vida.*

La QoL relacionada amb la salut se centra en els aspectes de la vida dominats o influenciats significativament per la salut personal i en les activitats acomplertes per a mantenir o millorar aquesta salut (Ruiz & Pardo, 2005).

→ *Estat de salut física.*

La salut física consisteix en el benestar del cos i l'òptim funcionament de l'organisme dels individus, és a dir, és una condició general de les persones que es troben en bon estat físic, mental, emocional i que no pateixen cap mena de malaltia (Significado de Salud física, 2022).

→ *Estat d'ànim.*

L'estat d'ànim és el tipus d'emoció predominant d'una persona en un moment donat. És un estat, una manera d'estar o romandre. Es caracteritza per ser agradable o desagradable, expansiu o introspectiu i aquest acompanya a una idea o situació per un temps determinat (Kaur, Aleixandre i Martínez, 2022).

→ *Relacions Socials.*

S'entén per relacions socials al conjunt de les interaccions entre dues o més persones, d'acord amb una sèrie de protocols o lineaments mútuament acceptats, és a dir, amb concordança a unes normes específiques (Equipo Editorial 2022).

→ *Tasques de classe:*

S'entén com el conjunt d'activitats que implica la realització d'activitats, síncrones o asíncrones, en la que els estudiants han d'assistir a la universitat i participar activament en la realització de les classes o realitzar activitats de reforç de continguts o preparació per a futures classes.

#### 4.4. Instruments de mesura:

Per a la recollida de dades es varen utilitzar dos qüestionaris recollits en un mateix quadern de recollida de dades (QRD) . Aquest s'ha administrat en forma de formulari en línia emprant el programari REDCAP (*Annex 1*).

#### ***El Qüestionari Qualitat de Vida i Satisfacció Q-ELS-Q (Endicott 1993; Harrison y Blumenthal, 1993; WHOQOL Group, 1995):***

El Q-LES-Q va ser desenvolupat amb la intenció d'obtenir un qüestionari que mesurés de manera sensible la satisfacció i el plaer. Es tracta d'un instrument genèric de QoL, és a dir, aplicable a tota la població. Consta de 93 ítems, 91 dels quals exploren la satisfacció i el plaer experimentat en les següents 8 subescales (Barraza i Ortiz Moreira 2012):

- Estat de salut física amb 13 ítems.
- Estat d'ànim amb 14 ítems
- Treball amb 13 ítems (únicament a contestar per les persones que estan treballant amb remuneració o sense (econòmica).
- Activitats de la llar amb 10 ítems (únicament a contestar per les persones que són responsables de la realització d'algunes tasques de la casa).
- Tasques de curs/classe amb 10 ítems (únicament per a les persones que en la setmana passada han participat en algun tipus de curs o assistit a classe en un centre, Escola, Col·legi o Universitat).
- Activitats de temps lliure amb 6 ítems.
- Relacions socials amb 11 ítems
- Activitats generals amb 14 ítems.

Per a contestar a cada ítem l'individu disposa d'una escala tipus Likert de freqüència de 5 valors que oscil·la entre mai, molt sovint o sempre. El marc de referència temporal en la qual es basa és la setmana passada (Endicott 1993; Harrison y Blumenthal, 1993; WHOQOL Group, 1995). El qüestionari ha estat validat en castellà per Hauser i García (2020).

En un estudi de Barraza, C. G., & Ortiz Moreira, L. (2012) s'ha trobat que la fiabilitat per a l'escala general de QoL tenia un coeficient Alfa de Cronbach de: 0,954; i per a cada dimensió va ser: Salut física: 0,77, estat d'ànim: 0,88, treball: 0,92, activitats de casa: 0,74, tasques de curs/classe: 0,91, activitats de temps lliure: 0,85 i relacions socials: 0,89.

A causa de l'extensió del qüestionari, i per facilitar la seva complementació s'ha decidit seleccionar únicament quatre de les set subescales que proporciona Q-LES-Q. Aquestes han sigut: Estat de salut física, estat d'ànim, tasques de classe i relacions socials.

#### *Qüestionari de dades sociodemogràfiques.*

Inclou l'edat, el gènere, curs actual, estat laboral, estat civil, crèdits matriculats, convivents i la càrrega familiar.

#### **4.5. Consideracions ètiques:**

L'investigador principal va ser el responsable de garantir els drets dels participants. L'estudi s'ha dut a terme tenint en compte els articles pertinents a la Declaració d'Hèlsinki sobre els principis ètics per a la investigació mèdica en éssers humans i aprovada en la 18<sup>o</sup> Assemblea Mèdica Mundial del 1964. La declaració d'Hèlsinki és un document que autoregula la comunitat mèdica respecte a la recerca i investigació. Aquest, apunta que l'investigador ha de protegir la vida, la salut, la privacitat i la intimitat, i ha de respectar els drets dels individus, la seva autodeterminació (Article 3, 4 i 9) i el dret de prendre decisions un cop aquest ha sigut informat sobre els avantatges i desavantatges, riscos i beneficis de la seva participació en l'estudi (Articles 16 i 17) (Mundial, A. M. 2019). Tal com comenta la declaració en l'article 23 aquest estudi va estar valorat per la comissió de TFG de l'ESCST tal com es va indicar.

Els participants de primer, segon i tercer curs van rebre la informació sobre l'estudi de forma verbal i en accedir a l'enquesta en línia, l'aplicatiu RedCap permetia que el full informatiu (on se'ls explicava els objectius i en què consistia l'estudi (Annex 2)) i el consentiment Informat (que havien de firmar digitalment un cop havien decidit que volen participar en l'estudi (Annex 3)), poguessin consultar-lo abans d'iniciar les preguntes del QRD.

#### **4.6. Procediment:**

La recollida de dades es va realitzar durant l'última setmana l'abril. Per a la màxima captació dels participants, la planificació va ser essencial. Es va demanar a la coordinació del grau d'infermeria i als respectius professors permís per a poder assistir presencialment en una hora lectiva de 1r, 2n i 3r per a poder explicar verbalment la finalitat de l'estudi i obtenir el màxim de voluntaris de cada grau. Finalment, a primer i segon curs es va poder realitzar

presencialment durant una classe lectiva, per al tercer curs es va realitzar en format en línia durant els seminaris amb grups reduïts de 10-15 alumnes, ja que en aquell moment els estudiants es trobaven realitzant les pràctiques en institucions i no havien d'anar a la universitat de forma presencial. Aquest format ens va donar l'oportunitat d'explicar l'objectiu de l'estudi i sol·licitar voluntaris de forma directa. Vam facilitar l'enquesta des d'un enllaç mitjançant els delegats per a primer i per a segon curs, per al tercer curs es va facilitar des de l'enllaç del Zoom, programari utilitzat per fer els seminaris en línia. Es va donar molt èmfasi en el fet que l'enquesta era anònima i que cap dada es podria relacionar amb l'alumne. També es va informar que a l'inici de l'enquesta hi havia un Full Informatiu (Annex 2) per més informació i que s'havia de signar el Consentiment Informat (Annex 3). Ens vam quedar fins que tots els alumnes que havien volgut participar, haguessin finalitzat de respondre l'enquesta per si tenien dubtes i d'aquesta manera poder resoldre'ls. En el cas de quart curs va ser diferent, ja que no coincidia cap seminari durant aquella setmana, però pel grup de whatsapp es va passar l'enllaç amb un missatge text on es demanava la participació d'alumnes voluntaris, i que havien de fer per a poder participar. L'objectiu principal de la fase inicial de l'estudi va ser arribar al màxim nombre d'alumnes, perquè la mostra final fos la més representativa possible. El Programari RedCap, va ser de gran utilitat, ja que a mesura que els participants responien l'enquesta, es podia anar visualitzant les dades i vam poder solucionar un parell de problemes d'accés amb facilitat a mesura que els participants ens els comentaven que ens anàvem comentant els alumnes.

Posteriorment, es va realitzar el buidatge de les dades en format "Raw data" i es van exportar al programari Jamovi on posteriorment van ser depurades i analitzades. L'anàlisi de les dades està detallat al 4.8.

Finalment, en l'última fase de l'estudi es va dur a terme el redactat dels resultats, la discussió d'aquests, les conclusions i finalment la implicació en la pràctica professional.

#### **4.7. Limitacions:**

La principal limitació prevista per al desenvolupament d'aquest estudi ha estat la dificultat per aconseguir la col·laboració dels estudiants, ja que la recollida de dades es va portar a cap al final del segon i l'inici del tercer trimestre, coincidint amb els exàmens finals. Una altra limitació que es preveia fa referència al format digital de l'enquesta, perquè si la responien pel telèfon podria dificultar la lectura de l'enquesta, per evitar que això passés ens vàrem

assegurar que el format de l'aplicatiu RedCap es visualitzés correctament des de qualsevol dispositiu mòbil. Per altra banda, el temps que es tarda a respondre l'enquesta també podia ser una limitació, ja que es requeria buit a deu minuts per a respondre l'enquesta, i això podia desembocar en pèrdues.

#### **4.8. Mètode anàlisis de dades:**

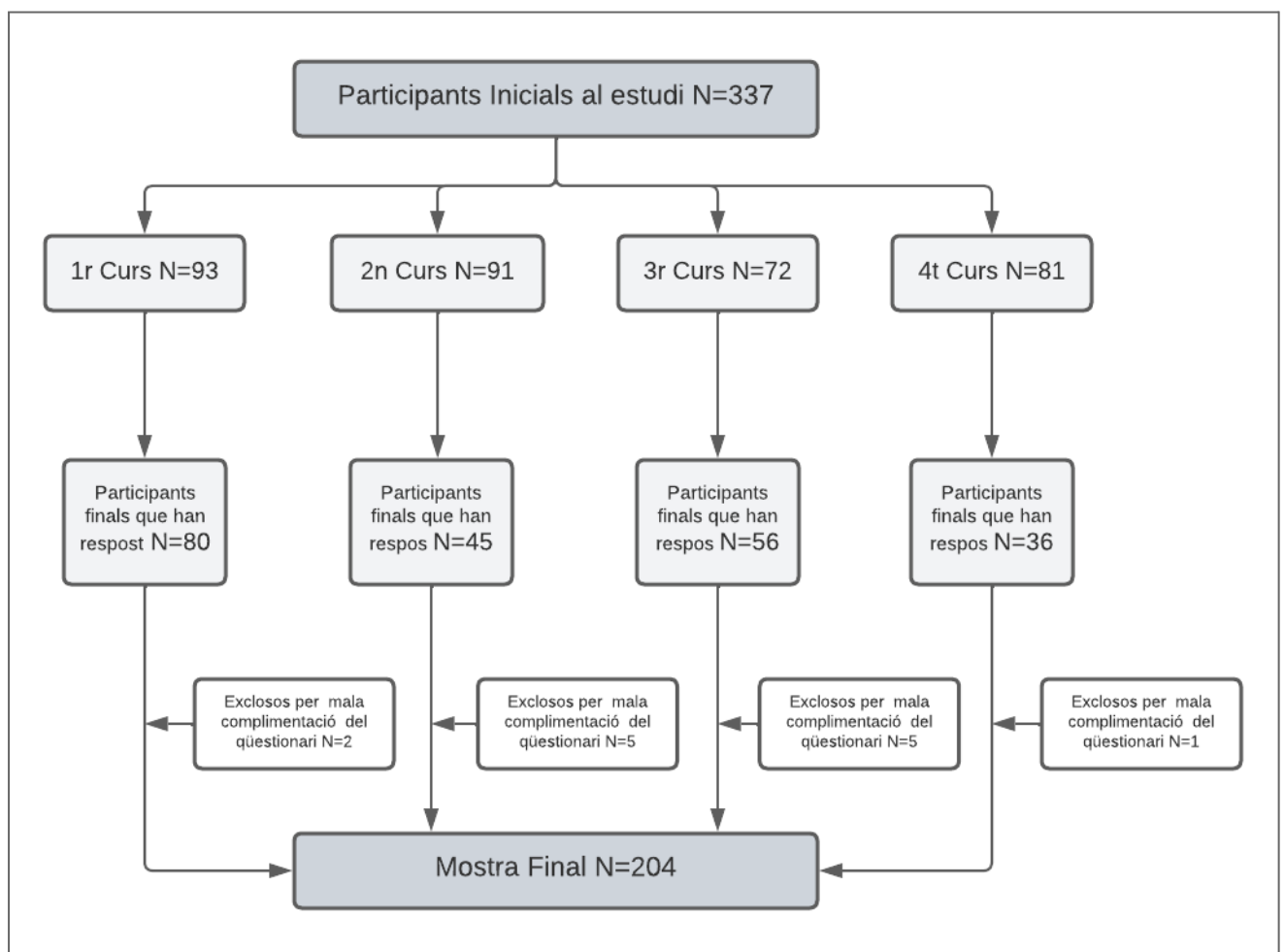
Les dades d'estudi es van recopilar i gestionar mitjançant les eines de captura de dades electròniques de REDCap proporcionat pel ESCST. REDCap (Research Electronic Data Capture) és una plataforma de programari segura, basada en web dissenyada per donar suport a la recollida de dades per a estudis de recerca, proporcionant 1) una interfície intuïtiva per a la captura de dades validades; 2) pistes d'auditoria per al seguiment de la manipulació de dades i els procediments d'exportació de dades; 3) procediments d'exportació automàtica per a descàrregues de dades sense problemes als paquets estadístics comuns; i 4) procediments per a la integració de dades i la interoperabilitat amb fonts externes. (Harris, Taylor, Minor, Elliott Fernandez i O'Neal, 2019; Harris, Taylor, Thielke, Payne, Gonzalez i Conde, 2009)

Les dades es van analitzar utilitzant el programari informàtic: Jamovi, seguint la guia de correcció del qüestionari els resultats es mostraran amb proporcions i percentatges. S'utilitzaran mitjanes  $\pm DS$  per a descriure variables contínues. Es van comparar les dades contínues amb el test no paramètric One-Way ANOVA (Kruskal-Wallis). Es van emprar taules de contingència amb el test  $X^2$  per a fer comparacions de grups i obtenir el grau estadístic de P. Es van fer anàlisis bivariades per determinar possibles relacions entre els cursos i la QoL. Es van fer servir taules, gràfics i figures per a expressar els resultats.

## 5. RESULTATS

La participació total va ser del 64,3% del grau, obtenint una mostra de 217 participants. En realitzar la depuració de dades, es va descartar un 6% (N=13) per incorrecta complementació del qüestionari Q-LES-Q (*Figura 1*), resultant amb una mostra total de 204 respostes.

La màxima participació que es va obtenir del total de la mostra (N=204), va ser dels estudiants de primer curs, resultant en un 38,2% (N=78) del total, tot seguit dels de segon curs amb un 25% (N=51), els de tercer curs amb un 19,6% (N=40), i finalment de quart curs amb un 17,2% (N=35) del total.



**Fig. 1.** Diagrama de flux de la mostra. Elaboració pròpia.

### **Resultats de les dades sociodemogràfiques.**

Les característiques sociodemogràfiques dels participants es recullen en la *Taula 1*.



Referent a la variable convivents es va trobar que un 55,4% (N=113) viu amb els pares, un 14,7% (N=32) es troba en una família monoparental, un 13,7% (N=28) conviu amb parella (Figura 2).

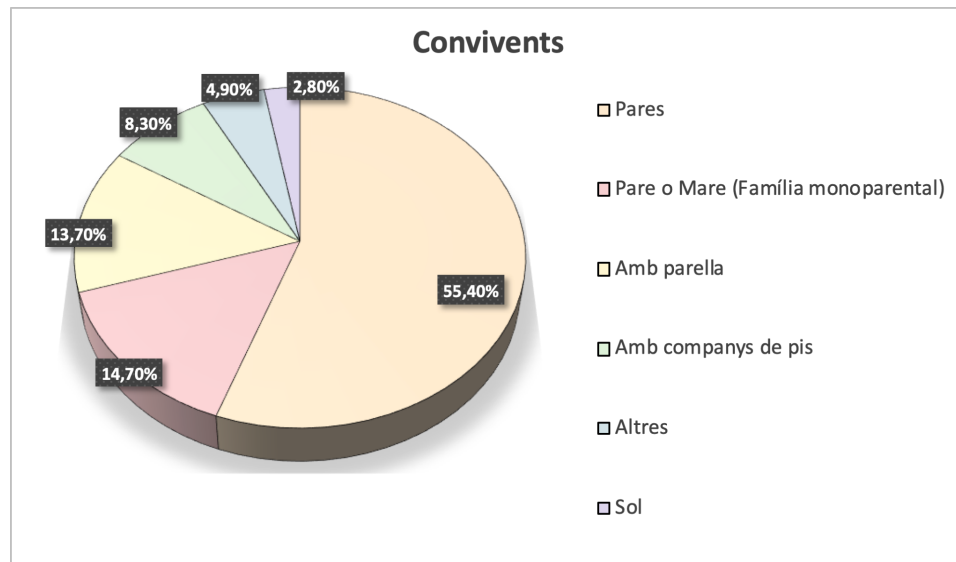


Fig. 2. Gràfics convivents. Elaboració pròpia.

En general, la majoria de participants van ser dones (77,5%, N=158), treballen (64,7%, N=139) mentre estudien i estan matriculades al 100% dels crèdits (96,6%), i no tenen cap mena de càrrega familiar (86,1%, N=174). La mitjana d'edat dels participants va ser de 22,9 anys, amb una desviació estàndard de 5,97 (Taula 2).

Així mateix, també es va analitzar la correlació entre les variables treball/curs i edat/curs, mitjançant el test  $\chi^2$  obtenint en ambdues un resultat estadísticament significatiu ( $p < 0,001$ ). Podem observar que a mesura que augmenta el curs més participants treballen, resulta destacable que a primer curs hi ha 33 participants que treballen vs 45 que no treballen, en canvi, a segon curs trobem 30 participants que treballen vs 10 que no treballen, per al cas de tercer curs es pot percebre una disminució significativa, ja que els que treballen (N=40) és superior que els que no treballen actualment (n=11). Finalment a quart curs, l'últim curs de grau es pot observar que hi ha molts més participants que treballen (N=29) vs els participants que no treballen (N=6).

Per altra banda, no van ser estadísticament significatius el gènere ( $p = 0,784$ ), com així tampoc la càrrega familiar ( $p = 0,062$ ), els convivents ( $p = 0,248$ ), ni el tipus del de jornada ( $p = 0,205$ ).

		N	% del Total
<b>Edat</b>	18-25	170	83,3 %
	26-35	25	12,2 %
	36-45	5	2,4%
	46-55	4	1,9 %
<b>Gènere</b>	Dona	158	77,5%
	Home	45	22,1%
	No binari	1	0,5%
<b>Curs</b>	1r	78	38,2%
	2n	40	19,6%
	3r	51	25,0%
	4t	35	17,2%
<b>Treball</b>	Si	132	64,7%
	No	72	35,3%
<b>Jornada</b>	Temps parcial (menys de 8h)	40	30,3%
	Temps complet (8h)	33	25,0%
	Caps de setmana i festius	44	33,3%
	Treballs esporàdics	15	11,4%
<b>Crèdits matriculats</b>	100% (60 crèdits)	208	96,6%
	50% (30 crèdits)	7	2,5%
	< a 30 crèdits	2	1%
<b>Càrrega Familiar</b>	Un o més fills	13	6,4 %
	Un o més familiars	4	2 %
	Un altre tipus de situació	11	5,4 %
	No tinc cap càrrega familiar	174	86,1 %

**Taula 1:** Característiques de la mostra.

		N	Mean Age	Median	SD	Minimum	Maximum
<b>Curs</b>	<b>1r</b>	78	20,6	20	3,7	18	41
	<b>2n</b>	40	22,1	20	6,41	18	52
	<b>3r</b>	51	25,3	23	6,74	20	49
	<b>4t</b>	35	25,2	24	6,74	21	48
	<b>Total</b>	<b>204</b>	<b>22,9</b>	<b>21</b>	<b>5,97</b>	<b>18</b>	<b>52</b>

**Taula 2:** Característiques de l'edat per cursos.

### Resultats de les dades del qüestionari Q-LES-Q.

#### → Qualitat de vida i satisfacció

La qualitat de vida i satisfacció es va mesurar realitzant la mitjana del total de cada subescala, i s'expressa amb percentatge. Hi ha una pèrdua de 16 participants, a causa de la subescala Tasques de classe.

Curs	N	Mean	Median	SD	Minimum	Maximum	p
1r	74	69,9%	72,1	7,30	52,5	82,5	
2n	40	71,5%	73,5	8,29	51,7	85,4	
3r	42	71,5%	71,3	7,35	58,8	89,2	
4t	32	65,5%	68,5	8,81	42,5	77,5	
<b>Total</b>	<b>188</b>	<b>69,9%</b>	<b>71,7</b>	<b>8,02</b>	<b>42,5</b>	<b>89,2</b>	<b>0.008</b>

Taula 3. Qualitat de vida i satisfacció segons curs.

En la taula anterior es pot veure com el resultat estadístic de p va ser estadísticament significatiu ( $p=0.008$ ), entre els cursos i la qualitat de vida i satisfacció. Analitzant aquesta correlació, quart curs obté la mitjana més baixa (65,5%) amb relació als altres cursos, seguit de primer curs amb una mitjana de 69,9%, seguida de segon i tercer curs amb una mitjana idèntica de 71,1%. Quart curs assoleix la puntuació mínima absoluta dins del total de respostes amb un 42,5%, així mateix de les puntuacions màximes obté la més baixa comparada amb la resta de curs, amb un 77,5%.

A continuació es presenten les subvariables d'estudi de forma detallada:

#### → Estat de salut física.

La subescala "Estat salut física", consta de 13 ítems, amb una puntuació màxima de 60. Podem observar en la taula 4 que les puntuacions màximes obtingudes dels participants en aquesta àrea va ser de 60 sobre 60 i la mínima obtinguda va ser 24 sobre 60. La mitjana de les puntuacions de l'estat de salut física dels participants segons el curs es recull a la taula 4.

Curs	N	Mean	Median	SD	Minimum	Maximum	p
1r	78	41,6	41,0	5,96	26,0	52,0	
2n	40	42,6	43,5	6,81	29,0	58,0	
3r	51	41,7	41,0	6,65	28,0	60,0	
4t	35	38,2	39,0	6,20	24,0	46,0	
<b>Total</b>	<b>204</b>	<b>41,2</b>	<b>41,5</b>	<b>6,46</b>	<b>24,0</b>	<b>60,0</b>	<b>0.050</b>

Taula 4. Estat de salut física segons curs.

Es va trobar una relació estadísticament significativa entre els cursos i la salut física ( $p=0,05$ )

Pel que fa al Ítem 1 “se sintió sin dolores ni molestias”; es va trobar correlació estadísticament significativa amb la l’energia ( $p=0.024$ ), amb l’estat de salut física excel·lent ( $p=0.001$ ) amb ser prou actiu ( $p=0.005$ ), amb sentir-se bé físicament ( $p=0.003$ ), amb l’energia i la vitalitat ( $p=0,0045$ ) i finalment amb els problemes visuals ( $p<0.001$ ).

En la Taula 5 es desglossa els resultats segons ítem:

		Nunca	Casi Nunca	A veces	A menudo	Siempre
1. ... se sintió sin dolores ni molestias?	<b>N /% Total</b>	19/9.3%	31/15.2%	103/50.2%	38/18.6%	13/6.4%
2. ... se sintió descansado/a?	<b>N /% Total</b>	11/5.4%	65/31.9%	88/43.1%	35/17.2%	5/2.5%
3. ... se sintió con energía?	<b>N /% Total</b>	3/1.5%	31/15.2%	97/47.5%	66/32.4%	7/3.4%
4. ... se sintió en un excelente estado de salud física?	<b>N /% Total</b>	11/5.4%	43/21.1%	80/39.2%	55/27%	15/7.4%
5. ... sintió, por lo menos, un estado de salud física muy bueno?	<b>N /% Total</b>	9/4.4%	35/17.2%	77/37.7%	66/32.4%	17/8.3%
6. ...no se preocupó de su estado de salud física?	<b>N /% Total</b>	26/12.7%	49/24.0%	65/31.9%	47/23.0%	17/8.3%
7. .... sintió que durmió lo suficiente?	<b>N /% Total</b>	23/11.3%	71/34.8%	78/38.2%	27/13.2%	5/2.5%
8. ... se sintió suficientemente activo/a?	<b>N /% Total</b>	4/2.0%	43/21.1%	90/44.1%	61/29.9%	6/2.9%
9. ... sintió que tenía una buena coordinación en sus movimientos?	<b>N /% Total</b>	0	4/2.0%	27/13.2%	81/39.7%	92/45.1%
10. ... sintió que su memoria funcionaba bien?	<b>N /% Total</b>	2/1.0%	12/5.9%	48/23.5%	89/43.6%	53/26.0%
11. ... se sintió bien físicamente?	<b>N /% Total</b>	2/1.0%	30/14.7%	81/39.7%	71/34.8%	20/9.8%
12. ... se sintió lleno/a de energía y vitalidad?	<b>N /% Total</b>	5/2.5%	41/20.1%	93/45.6%	53/26.0%	12/5.9%
13. ...no experimentó problemas visuales?	<b>N /% Total</b>	60/29.4%	41/20.1%	50/24.5%	22/10.8%	31/15.2%

**Taula 5:** Puntuacions subescala Estat de salut Física.

→ **Estat d'ànim.**

La subescala “Estat d'ànim”, consta de 14 ítems amb una puntuació màxima de 70. Podem observar en la taula 6 que les puntuacions màximes obtingudes dels participants en aquesta àrea va ser de 64 sobre 70 i la mínima obtinguda va ser 27 sobre 70. La mitjana de les puntuacions de l'estat d'ànims dels participants segons el curs es recull a la taula 6.

Curs	N	Mean	Median	SD	Minimum	Maximum	p
1r	78	48.3	48.5	5.62	34.0	64.0	
2n	40	50.1	51.5	6.99	34.0	62.0	
3r	51	50.7	50.0	5.91	35.0	64.0	
4t	35	48.1	50.0	7.73	27.0	60.0	
<b>Total</b>	<b>204</b>	49.2	50.0	6.42	27.0	64.0	0.098

*Taula 6. Estat d'ànim segons curs.*

Es va trobar una correlació estadísticament significativa ( $<0.001$ ) entre el descans i la son. També es va observar que era estadísticament significatiu  $p<0.001$  la correlació entre la memòria i l'energia i vitalitat que percebien els estudiants.

En la Taula 7 es desglossa els resultats segons ítem.

		Nunca	Casi Nunca	A veces	A menudo	Siempre
14. ...con la mente despejada?	N/% Total	14/6.9%	58/28.4%	79/38.7%	48/23.5%	5/2.5%
15. ...satisfecho/a con su vida?	N/% Total	1/0.5%	23/11.3%	63/30.9%	100/49.0%	17/8.3%
16. ...a gusto con su aspecto físico?	N/% Total	17/8.3 %	33/16.2 %	73/35.8 %	53/26.0 %	28/13.7 %
17. ...alegre o animado/a?	N/% Total	0	16/7.8 %	67/32.8 %	105/51.5 %	16/7.8 %
18. ...independiente?	N/% Total	2/1.0 %	4/2.0%	43/21.1 %	92/45.1 %	63/30.9 %
19. ...contento/a?	N/% Total	0	7/3.4 %	67/32.8 %	105/51.5 %	25/12.3 %
20. ...capaz de comunicarse con otras personas?	N/% Total	1/0.5 %	6/2.9 %	27/13.2 %	89/43.6 %	81/39.7%
21. ...interesado/a en cuidar su aspecto físico (cabello, ropa) y su higiene personal (bañarse, vestirse)?	N/% Total	0	6/2.9%	25/12.3%	70/34.3%	103/50.5%
22. ...capaz de tomar decisiones?	N/% Total	0	2/1.0%	31/15.2%	93/45.6%	78/38.2%
23. ...relajado/a?	N/% Total	7/3.4%	55/27.0%	88/43.1%	46/22.5%	8/3.9%
24. ...a gusto con su vida?	N/% Total	3/1.5%	10/4.9%	66/32.4%	103/50.5%	22/10.8%
25. ...capaz de desplazarse, si fuera necesario, para realizar sus actividades (caminar, utilizar su propio automóvil, el autobús, el tren o cualquier otro medio de transporte disponible), según fuese necesario?	N/% Total	2/1%	3/1.5%	12/5.9%	64/31.4%	123/60.3%
26. ...capaz de cuidar de sí mismo?	N/% Total	1/0.5 %	1/0.5 %	19/9.3 %	67/32.8 %	116/56.9 %

**Taula 7:** Puntuacions subescala Estat d'ànim.

→ **Tasques de classe**

La subescala “*Tasques de classe*”, consta de 10 ítems, amb una puntuació màxima de 50. Podem veure en la taula 8 que les puntuacions màximes assolides dels participants en aquesta àrea va ser de 46 sobre 50 i la mínima assolida va ser 11 sobre 50. La mitjana de les puntuacions de les tasques de classe dels participants segons el curs es recull a la taula 8.

Es va trobar una relació estadísticament significativa entre els cursos i les tasques de classe ( $p=0.003$ ).

Curs	N	Mean	Median	SD	Minimum	Maximum	p
1r	74	32.4	33.0	6.48	11.0	46.0	
2n	40	33.0	35.0	5.92	17.0	41.0	
3r	42	34.5	35.0	5.05	20.0	44.0	
4t	32	29.3	29.5	6.34	17.0	41.0	
<b>Total</b>	<b>188</b>	<b>32.5</b>	<b>33.0</b>	<b>6.23</b>	<b>11.0</b>	<b>46.0</b>	<b>0.003</b>

*Taula 8. Tasques de classe segons curs.*

En aquesta subescala únicament s’havia de respondre si el participant havia assistit o participat en l’última setmana en algun tipus de classe o curs a la universitat, aleshores hi ha una pèrdua de mostra de 16 participants que no van respondre l’enquesta. Així doncs, es pot observar que 179 participants van assistir a la universitat i 16 participants van respondre que no havien assistit a la universitat. Quan es va demanar per quin motiu no havien assistit a la universitat un 10,5% referia trobar-se “massa malalt físicament”, un 5,3% estava massa alterat emocionalment, un 10,5% no va assistir “perquè ningú espera que faci això” i un 73,7% no assisteix per altres motius.

En la taula 9 es desglossa els resultats segons ítem.

		Nunca	Casi Nunca	A veces	A menudo	Siempre
27. ...disfrutó con las tareas del curso/clase?	N/% Total	7/3,7%	43/22,8%	105/55,6%	30/15,9%	4/2,1%
28. ...deseó empezar las tareas del curso o de la clase?	N/% Total	28/14,8%	59/31,2%	69/36,5%	29/15,3%	4/2,1%
29. ...desarrolló las tareas del curso/de la clase sin demasiada tensión?	N/% Total	11/5,9%	34/18,0%	76/40,2%	64/33,9%	4/2,1%
30. ...pensó con claridad sobre las tareas del curso/clase?	N/% Total	8/4,2%	23/12,2%	72/38,1%	77/40,7%	9/4,8%
31. ...se mostró decidido/a con las tareas del curso/clase, cuando fue necesario?	N/% Total	8/4,2%	21/11,1%	63/33,3%	75/39,7%	22/11,6%
32. ...se sintió satisfecho/a con los logros conseguidos en el trabajo del curso/de la clase?	N/% Total	2/1,1%	18/9,5%	64/33,9%	88/46,6%	17/9,0%
33. ...se interesó en las tareas del curso/clase?	N/% Total	6/3,2 %	21/11,1 %	74/39,2 %	64/33,9 %	24/12,7 %
34. ...se concentró en las tareas del curso/clase?	N/% Total	3/1,6%	32/16,9 %	76/40,2 %	62/32,8 %	16/8,5 %
35. ...se sintió bien mientras hacía las tareas del curso/clase?	N/% Total	6/3,2 %	38/20,1 %	71/37,6 %	69/36,5 %	5/2,6 %
36. ...se comunicó e intercambió opiniones con facilidad con los compañeros/as del curso/clase?	N/% Total	3/1,6 %	16/8,5 %	44/23,4 %	83/44,1 %	42/22,3 %

**Taula 9:** Puntuacions subescala Tasques de Classe.



→ **Relacions socials**

La subescala “*Relacions Socials*”, consta d'11 ítems, amb una puntuació màxima de 55. Podem veure en la taula 10 que les puntuacions màximes obtingudes dels participants en aquesta àrea va ser de 55 sobre 55 i la mínima obtinguda va ser 25 sobre 55. La mitjana de les puntuacions de les relacions socials dels participants segons el curs es recull a la taula 19.

Curs	N	Mean	Median	SD	Minimum	Maximum	p
1r	78	45,4	46,0	5,06	32,0	54,0	
2n	40	45,9	48,0	6,17	25,0	54,0	
3r	51	45,9	45,0	5,55	33,0	55,0	
4t	35	42,7	44,0	7,03	27,0	55,0	
<b>Total</b>	<b>204</b>	45,2	45,0	5,85	25,0	55,0	0.120

**Taula 10.** *Relacions Socials segons Curs.*

En la Taula 11 es desglossen els resultats segons ítem.

Es va trobar una correlació estadísticament significativa entre les relacions socials i la variable convivents ( $p=0.011$ ).

		Nunca	Casi Nunca	A veces	A menudo	Siempre
37. ...se divirtió conversando o estando con amigos o familiares??	N/% Total	1/0,5%	10/4,9%	28/13,7%	75/36.8%	90/44.1%
38. ...deseó reunirse con amigos o familiares	N/% Total	1/0,5%	5/25%	22/10,8%	70/34.3%	106/52.0%
39. ...hizo planes con amigos o familiares para futuras actividades?	N/% Total	6/2,9%	14/6,9%	39/19,1%	72/35.3%	73/35.9%
40. ...disfrutó conversando con compañeros/as de trabajo o vecinos? ?	N/% Total	4/2,0%	13/6,4%	41/20,1%	81/39.7%	65/31.9%
41. ...se mostró paciente cuando otras personas le irritaron con sus acciones o con sus palabras??	N/% Total	5/2,5%	23/11,3%	68/33,14,2%3%	87/42.6%	21/10.3%
42. ...se interesó por los problemas de otras personas??	N/% Total	0	7/3,4%	29/14.2%	89/43.6%	79/38.7%
43. ...sintió cariño por una o más personas??	N/% Total	0	3/1,5%	19/9.3%	77/37.7%	105/51.5%
44. ...se llevó bien con otras personas?	N/% Total	0	1/0,5%	11/5.4%	88/43.1%	104/51.0%
45. ...bromeó o se rió con otras personas?	N/% Total	2/1%	2/1%	14/6.9%	81/39.7%	105/51.5%
46. ...sintió que ayudó a amigos o familiares??	N/% Total	0	5/2,5%	32/15,7%	88/43,1%	79/38,7%
47. ...sintió que no había problemas ni conflictos importantes en su relación con amigos o familiares?	N/% Total	5/2,5 %	15/7,4 %	61/29.9 %	78/38.2 %	45/22.1 %

**Taula 11:** Puntuacions subescala Relacions Socials.

## 6. DISCUSSIÓ

D'acord amb els resultats obtinguts i els objectius plantejats a l'inici de l'estudi, podem realitzar una descripció de l'autopercepció dels estudiants d'infermeria al TecnoCampus, per a conèixer la QoL.

L'element central del nostre estudi és la QoL dels estudiants d'infermeria de l'ESCST. Com veiem, aquesta varia segons el Curs, és l'única variable sociodemogràfica que és estadísticament significativa. Aquestes dades es podrien explicar sabent que quart curs està conformat únicament amb pràctiques i el treball de final de grau (TFG), sumat que hi ha un gran nombre d'estudiants de quart que a més treballa essent un 82,8%. Les puntuacions més altes les obté tercer curs amb una puntuació màxima de 89,2% i seguit de segon amb un 85,4%. Pel que fa a la menor puntuació de la QoL del primer curs, estudis com Rull, Villalobos, García, & Martínez (2011), associen el canvi de metodologia acadèmica (el pas del sistema pautat de l'educació secundària postobligatòria a l'estudi autònom propi de la universitat) i d'estils de vida amb aquesta reducció de QoL associada. En canvi, quan l'individu estabilitza les seves relacions socials i acadèmiques (segon i tercer curs) la QoL augmenta.

Aquesta QoL, depèn de diversos factors, en aquest estudi s'han valorat els següents: Estat de salut física (Taula 5), estat d'ànim (Taula 7), tasques de classe (Taula 9) i relacions socials (Taula 11). Es procedeix a analitzar aquells ítems més rellevants de cada subescala seguint l'ordre marcat en els objectius.

Amb relació a la percepció de l'estat de salut física del conjunt dels estudiants, s'observa com un 73,6% dels enquestats, almenys un cop en l'última setmana afirmen haver-se sentit en un estat físic excel·lent, aquests resultats són lleugerament inferiors a un estudi realitzat a Lima, Perú, on un 81% dels enquestats reporten tenir un estat de salut física positiva o favorable (Cassaretto Bardales, Martínez Uribe, & Tavera Palomino, 2020). Aquesta lleugera diferència es podria associar a l'àmbit d'estudi, i amb l'especialitat de ciències de la salut. En dos estudis realitzats per Latas et al. (2014) i Pekmezovic et al. (2011) s'ha observat que els estudiants de ciències de la salut solen reportar sistemàticament menors nivells de salut.

Una altra explicació, podria ser el grau de preocupació en la salut. Tot i que hi ha un elevat nombre de percepcions excel·lents de la salut, no es reflecteix en un nivell equivalent pel que fa a la preocupació per l'estat de salut, ja que un 63,2% afirma no haver-s'hi preocupat en la darrera setmana.

Pel que fa al descans i el son, s'observa una alta percepció de falta de descans en els estudiants d'infermeria essent aquest valor un 80,4% i únicament un 15,7% afirma dormir suficient. La falta de descans es podria relacionar amb el fet que una gran majoria de l'estudiantat almenys de forma parcial (88,6%), treballa de forma aliena a les tasques acadèmiques de la universitat. Aquest problema de falta de son i descans podria ser reflex de l'estrès en el qual es veuen sotmesos els estudiants, ja que diversos estudis, com per exemple, Chau & Vilela (2017) van vincular l'estrès amb una pobra qualitat del son, símptomes d'ansietat, depressió, inactivitat física, obesitat i certes conductes addictives.

En referència a aquestes conductes, Ayala, Pérez i Obando (2010) van inferir que els trastorns del son en adolescents i joves s'associaven a la somnolència excessiva diürna i a la tendència vespertina. Aquest concepte s'ha associat al canvi de les rutines d'estudi cap a la nocturnitat, per suplir la falta d'hores diürnes. Aquesta modificació d'hàbits resulta en un dèficit diari d'energia. En la subescala estat de salut física, es pot apreciar la percepció de falta d'energia dels estudiants, donat que un 64,2% no se senten amb energia diàriament. S'evidencia quan els estudiants es queden fins tard executant les tasques i responsabilitats que comporten assistir a la universitat, aquesta conducta és deguda a la càrrega acadèmica i la prioritització d'altres activitats com podrien ser: les responsabilitats de la vida quotidiana (anar a comprar, la neteja de la llar...), l'activitat laboral, la realització d'exercici físic, i l'oci i relacions socials. En el cas del grau d'infermeria es realitzen pràctiques en torn nocturn i això pot ser, entre altres, el resultat d'aquesta percepció negativa que han mostrat l'estudiantat envers el descans i el son. (Ayala, Pérez i Obando, 2010; Romero, Silva, Torres, & Vargas, 2017).

En l'estudi dut a terme per Álvarez-Aguirre l'any 2021, sobre *"La son i el descans en dones estudiants en l'àrea de salut"* es va concloure que les estudiants tenien el patró del son alterat i determinat per despertar-se durant la nit, retard en la conciliació del son i dormir menys de 8 hores. Es va establir que per falta d'hores de son les enquestades sentien que experimentaven canvis d'humor sobtats, ansietat, falta de concentració en les activitats i reaccions agressives sense motiu. Aquestes conseqüències podrien ser extrapolables al

nostre estudi, ja que es repliquen les condicions d'energia, descans, concentració i gènere en la mostra.

Un altre dels elements que també es veu afectat per la falta de descans és la memòria (Hernández, & Gaete, 2017), ja que un 30,4% dels participants van percebre una disminució i afectació en la memòria, que podria estar relacionada amb la falta de descans.

Pel que fa a l'ítem 1 *"se sintió sin dolores ni molestias"* un 74,7% dels estudiants afirmen haver sentit un dolor o molèstia en l'última setmana. En un estudi realitzat per Cassaretto Bardales et al. l'any 2020, es va trobar que un 94% dels estudiants havia reportat haver tingut almenys una molèstia física en l'últim any.

Pel que fa al següent factor (conèixer l'estat d'ànim dels estudiants), es va observar que comparat amb un estudi que es va realitzar al Regne Unit per Clare L.Hawker (2011) en els estudiants d'infermeria, la mitjana de la satisfacció amb la vida era de 22,9 sobre 35 el qual significa un 65,42% i la mitjana trobada amb l'ítem 15 de la subescala *Estat d'ànim* va ser de 3,53 sobre 5 el qual significa el 70,6% del total. Per tant, en el cas del present estudi veiem com la satisfacció amb la vida és una mica més elevada que l'estudi dut a terme per Clare L.Hawer.

Es va poder observar que l'estudiantat que afirmava viure sol tenia un estat d'ànim inferior amb una puntuació de 46,2 sobre 70 en comparació amb l'altre grup de l'estudiantat que viuen acompanyats, ja sigui pels pares, per la parella o per companys de pis. Ran et al. (2016) van informar que els estudiants que vivien sols es trobaven en major risc de presentar depressió que els que vivien amb els pares. Això és congruent amb l'estudi dut a terme per Chau, & Vilela (2017) en estudiants universitaris de Lima Perú. Si analitzem el curs i l'estat d'ànim, primer i quart curs té una mitjana inferior a tercer i segon curs.

Segons els resultats, podem veure com hi ha una relativa felicitat i alegria en els alumnes d'infermeria en la darrera setmana, ja que la mitjana en els ítems 17 i 19 de l'enquesta és de 71,8% i 74,6% respectivament. L'anàlisi d'aquestes dades s'ha de prendre amb cautela atès que són molt dependents de factors externs com el clima, o la càrrega de tasques. En aquest cas l'enquesta es va realitzar just una setmana on els alumnes havien tingut un període no lectiu.

Aquesta situació de relativa felicitat en els estudiants està íntimament relacionada amb la seva capacitat de prendre decisions (ítem 22) en l'àmbit personal i acadèmic, tal com ens mostra la significació de  $p < 0.001$  en correlacionar els tres ítems entre ells. La mitjana en aquest ítem 22 és de 84,2%. D'acord amb la revisió de la literatura realitzada, no s'ha trobat estudis que vinculin capacitat de decisió i felicitat.

Un altre de les relacions que podem apreciar en el si de l'estudi és la significació estadística que hi ha entre estar a gust amb la vida (ítem 24) i sentir-se a gust amb l'aspecte físic d'un mateix (ítem 16) essent aquesta  $p > 0.001$ .

La variable relaxació (ítem 23) ens permet connectar l'estat d'ànim amb la salut física, a causa del fet que les dades ens mostren com hi ha una relació positiva entre el descans nocturn (ítem 2 i 7) i la relaxació. Amb una significació estadística de 0.005 i 0.001 respectivament.

Pel que fa a tasques de classe, veiem com les dades obtingudes són congruents pel que fa a la satisfacció dels estudiants d'infermeria. Mostra d'això és el fet que un 83,6% del conjunt dels estudiants van pensar amb claredat al executar les tasques de classe i un 81,1% dels estudiants van ser capaços de concentrar-se durant la realització d'aquestes. Això es pot relacionar amb l'elevat nombre d'estudiants que van executar les tasques sense tensió ni pressió (76,2%). Tots aquests elements expliquen la satisfacció dels estudiants en la realització de les tasques, la qual conforma un 76,7% en l'ítem 35 "*se sintió bien mientras hacia las tareas curso/clase*". Un cop més s'ha de tenir en compte que les dades van ser obtingudes en un context de post període vacacional i poques setmanes en l'inici del trimestre.

Un dels factors que podrien explicar aquests valors és el retorn de classes en línia a causa de la pandèmia COVID-19, a classes presencials postpandèmia. L'estudi realitzat al Regne Unit per Dost et al. (2020) tenia com a objectiu estudiar la percepció dels estudiants de medicina respecte a les tasques en línia durant la pandèmia del COVID-19. Es va observar que l'estudiantat preferia dur a terme les classes en format presencial que en format en línia a causa del fet que encara que el format en línia tenia més flexibilitat, alhora hi havia factors que no contribuïen a una bona adquisició dels coneixements en línia, sigui per mala connexió a internet o distraccions familiars.

Un altre factor explicatiu d'aquesta alta qualificació és el que apunten diversos estudis, on es recull que els estudiants d'infermeria tendeixen a valorar més positivament que negativament l'entorn acadèmic (Gosak, Fijačko, Chabrera, Cabrera, & Štiglic, 2021; Badiie Aval, Morovatdar, 2018; Farooq, Rehman, Hussain, Dias, 2018; Hamid, Faroukh, Mohammadhosein, 2013). Aquesta relació també es pot veure en les puntuacions de quart curs del present estudi, ja que la mitjana d'aquestes són lleugerament inferiors a la resta de cursos, fet el qual es podria atribuir a que els seminaris es realitzen en línia i no presencials.

Finalment, la dimensió "Relacions Socials" és la darrera subescala en els objectius plantejats a l'inici de l'estudi, els resultats són satisfactòriament elevats, amb un 82% de mitjana en l'estudiantat d'infermeria. Aquesta dada és superior a un estudi realitzat en estudiants d'infermeria no graduats que assistien en la universitat Federal de Piauí, Brasil. On les relacions socials van obtenir la màxima puntuació en comparació amb les altres dimensions estudiades (física, psicosocial, relacions socials i entorn), amb una puntuació de 74,3% (Moura, Nobre, Cortez, Campelo, Macêdo, & Silva, 2016)

Els elements que més destaquen d'aquesta dimensió, són l'estima i l'ajuda a tercers. Pel que fa a l'estima un 89,2% de l'estudiantat afirma haver sentit aquest sentiment envers algú en la darrera setmana i essent un 51,5% un sentiment diari. Això ens mostra que aquesta capacitat intrínseca i instintiva de l'ésser humà es veu reflectida en la intel·ligència emocional dels estudiants. La intel·ligència emocional és útil per a la vida laboral de l'estudiant donat que permet que aquest reconegui i controli les reaccions en situacions d'estrès o de pressió (Montes-Berges, & Augusto, 2007; Quiliano Navarro & Quiliano Navarro, 2020).

En relació amb l'ajuda, l'interès pels problemes aliens, és molt elevat essent un 82,3% de les estudiants que afirmen haver-se preocupat pels problemes de tercers en algun moment en la darrera setmana. Però la dada realment sorprenent és la percepció d'ajuda, arribant a un 97,5% en els estudiants. Una raó explicativa d'aquesta tendència és la naturalesa intrínseca dels estudiants grau d'infermeria, ja que aquesta professió es veu altament relacionada amb l'empatia i el tenir cura.

També es va observar en un estudi de Tay & Diener (2011), que els alumnes amb parella tenen una percepció d'afecte superior als estudiants que no tenen parella, el que mostra la importància de l'afectivitat i el suport emocional en la vida privada de l'estudiant, el que inclou la seva vida acadèmica. En aquest estudi es va trobar una correlació estadísticament

significativa entre la dimensió i la convivència/no convivència de l'estudiant amb una altra persona.

### **Limitacions**

La principal limitació d'aquest estudi va ser el moment en el qual es va distribuir l'enquesta, ja que no sabem si els resultats podrien haver variat en distribuir l'enquesta en un moment diferent, com per exemple en època d'exàmens. També implica un problema de fiabilitat de les dades el fet que les dades fossin autoadministrades amb un qüestionari en línia, del que no es pot garantir la veracitat de la informació obtinguda, ja que els participants podrien aportar informació falsa, de forma deliberada o involuntària. En l'àmbit metodològic, podem apreciar com el qüestionari valora de forma genèrica elements complexos de la QoL, com per exemple l'estat d'ànim o la salut física, a causa del caràcter transversal de l'estudi.

En conseqüència, en base aquestes observacions podem identificar noves línies d'investigació. En primer lloc, es podria fer un estudi comparatiu a l'estudiantat, en dos moments rellevants del trimestre (en l'inici d'aquest i durant l'època d'exàmens), per a poder observar si la percepció de QoL està influïda pel context més immediat de l'estudiantat o si realment és una percepció sostinguda durant el curs. En segon lloc, es podria estudiar amb més profunditat els hàbits nocturns de l'estudiantat d'infermeria al Tecnocampus, per a poder conèixer més sobre el descans i la son d'aquests. Finalment, una tercera línia d'investigació podria ser l'impacte de l'estat ànim en la capacitat de presa de decisions. Per tant, caldria aprofundir més específicament en les dimensions internes que conformen la QoL per a complementar i aprofundir més en els motius que expliquen els resultats que hem obtingut, tant els positius com els negatius.

A escala general s'aprecia una falta de literatura similar en l'àmbit espanyol, ja que la majoria d'estudis són d'Amèrica i sobretot Amèrica llatina. Per tant, es podria mirar de replicar aquest estudi en altres escoles d'infermeria en àmbit espanyol.



## 7. CONCLUSIONS

Seguint els objectius plantejats s'ha arribat a la conclusió que:

- I. Els estudiants enquestats tenen una salut física no òptima, a causa de la falta de son i descans i una manca de preocupació pel seu estat físic. Una de les possibles raons que han dut a aquesta conclusió és la inversió de les activitats nocturnes i diürnes, sovint relacionades amb el període de pràctiques.
- II. Es detecta en els estudiants un estat d'ànim prou elevat. Es veu reflectit en la percepció de felicitat, en la capacitat de prendre decisions, en la relaxació dels estudiants. Els resultats no mostren que els estudiants tinguin alts nivells de depressió en el moment de l'estudi.
- III. S'ha observat que hi ha una congruència entre la capacitat de comprensió de les tasques i la correcta realització de les mateixes sense estrès, per tant, podríem veure com la percepció dels estudiants respecte a la planificació i una càrrega de feina és positiva. Aquesta percepció es veu lleugerament alterada en primer i quart curs.
- IV. Els alumnes tenen un molt bon nivell de relacions socials, i mostren un gran nivell d'empatia i tenir cura pels altres.
- V. Pel que fa al perfil dels estudiants d'infermeria enquestats, s'ha apreciat que la majoria mostren una personalitat altruista i una predisposició a ajudar en els diversos àmbits de la seva vida, i malgrat trobar-se habitualment en baix estat energètic, no es reflecteix en el seu estat d'ànim, que ha estat generalment bo.
- VI. La QoL de l'estudiantat d'infermeria depèn directament del curs en què es troben, essent primer i quart els cursos amb nivells més baixos comparats amb els de tercer i quart degut principalment als factors adaptatius.

## 8. IMPLICACIÓ A LA PRÀCTICA PROFESSIONAL

Durant la realització de l'estudi hem apreciat com hi ha una relació directa entre el curs i la QoL, per tant, s'han d'establir mecanismes que des de l'àmbit universitari actuïn de forma preventiva i no només reactiva davant dels possibles problemes que l'estudiantat pugui patir.

La professió infermera vetlla pel benestar de les persones al llarg de tota la seva vida, d'ençà que naixem fins que morim. L'etapa universitària és crucial per a acabar d'adquirir i consolidar els hàbits que més tard constituïran la persona. No és d'estranyar que ens preocupem per a què els futurs professionals d'infermeria hagin adquirit uns hàbits durant la carrera universitària que puguin mantenir i en conseqüència millorar la seva QoL en un futur i durant tota la seva trajectòria laboral.

És una realitat que durant els anys posteriors a la finalització dels estudis universitaris i la inserció a la borsa laboral, els professionals d'infermeria es veuen immersos en horaris i situacions extraordinàries. Un exemple seria treballar en el torn de nit, aquest desajusta el nostre cicle circadiari i molt sovint els estudiants no tenen els mecanismes d'afrontament per a gestionar la nostra vida entorn aquestes noves realitats.

L'estat de salut física dels estudiants ha estat un dels dominis que ha tingut menys puntuació, i per aquest motiu avaluant les respostes de la subescala es proposa instaurar pauses actives dins de les hores lectives. Aquestes consistiran en dedicar de tres a cinc minuts, cada cinquanta minuts de classe, en realitzar una sèrie de dinàmiques físiques com; ballar, saltar, relaxar-se... aquestes tenen uns beneficis per als estudiants com la disminució de l'estrès, la tonificació muscular i la millora de la postura, la millora la capacitat de concentració, la disminució de la fatiga i major benestar personal. Les pauses actives milloren la salut física, la motivació i la productivitat.

Un altre fet que podria ajudar als estudiants i sobretot a l'estudiant de quart curs, és la remuneració de les pràctiques clíniques curriculars. Si les pràctiques es remuneressin, els estudiants podrien reduir la seva jornada laboral i, per tant, la càrrega de treball, i tindrien més temps per al descans i per a gestionar els afers de la seva vida privada. Si aquesta remuneració fos significativa seria una petita ajuda per als alumnes, i d'aquesta manera es podria reduir els nivells d'estrès. En la regulació d'aquesta remuneració s'hauria de vetllar per a què la seva formació no vegi afectada, en conseqüència, mantenir el mateix sistema

actual i que les institucions no consideressin els estudiants com a treballadors. Aquesta remuneració alhora suavitzaria un canvi de la vida acadèmica a la laboral, que com em vist es un dels factors que més influeixen en la QoL.

Com ja sabem l'inici a l'etapa universitària, comporta grans canvis per als estudiants de primer curs, i sovint no tenen els mecanismes adequats per a gestionar tota la nova informació que reben de sobte. Per aquest motiu es podria proposar un espai denominat "Àrea Salut" on les universitats instaurarien un servei a l'estudiantat de tots els cursos i carreres. Aquest nou servei consistiria en posar a disposició un equip multidisciplinari, aquest equip estaria format per Infermeres, Nutricionistes, Psicòlegs, logopedes i Fisioterapeutes. Els professionals dins d'aquesta àrea de salut, ajudarien a l'alumnat amb diverses xarades i tallers, com per exemple com millorar tècniques d'estudi, gestió de l'estrès, com assumir les pràctiques de nit, com organitzar-se la vida acadèmica amb la vida personal.

El rol infermer en la universitat és un rol poc apreciat, i, tot i que sí que existeix el rol d'infermeria escolar, aquesta acaba en l'adolescència, quan en realitat en la vida universitària també seria necessària. Animar als estudiants universitaris a preocupar-se per la seva salut i a realitzar campanyes de promoció d'hàbits saludables i prevenció de la salut són polítiques sanitàries que ajudarien a millorar la salut dels joves. També podria ser un punt de referència en resoldre i derivar els dubtes que els estudiants tenen de la seva salut, per exemple es podria reflexar en la realització d'analítiques de control, la promoció millor qualitat i hàbits de son, el tractament de dolors i molèsties.

## 8. CRONOGRAMA

	2021										2022																							
	Oct				Nov				Des		Gen		Feb			Mar			Abr			Maig			Juny									
	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	1	2	3	4	5	6	7	8	10	11	12	13	13	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
Elecció tema i assignació tutor																																		
Revisió Bibliogràfica sobre el tema																																		
Tutores de seguiment																																		
Introducció, objectius i metodologia																																		
Revisió treball Comissió ètica del Tecnocampus																																		
Preparació del QRD																																		
Recollida de Dades																																		
Anàlisi de dades.																																		
Anàlisi de resultats, discussió i conclusió.																																		
Entrega Memòria seguiment.																																		
Entrega, presentació i defensa final.																																		

## 9. REFERÈNCIES BIBLIOGRÀFIQUES

Álvarez-Aguirre, A., Blancarte-Fuentes, E., & Tolentino-Ferrel, M. D. R. (2021). Sueño y descanso en mujeres estudiantes del área de la salud. *Sanus*, 6.

Arias-de la Torre, J., Fernández-Villa, T., Molina, A. J., Amezcua-Prieto, C., Mateos, R., Cancela, J. M., Delgado-Rodríguez, M., Ortíz-Moncada, R., Alguacil, J., Redondo, S., Gómez-Acebo, I., Morales-Suárez-Varela, M., Blázquez Abellán, G., Jiménez Mejías, E., Valero, L. F., Ayán, C., Vilorio-Marqués, L., Olmedo-Requena, R., & Martín, V. (2019). Psychological Distress, Family Support and Employment Status in First-Year University Students in Spain. *International journal of environmental research and public health*, 16 (7), 1209. <https://doi.org/10.3390/ijerph16071209>

Ayala, R., Pérez, M. & Obando, I. (2010).Trastornos menores de salud como factores asociados al desempeño académico de estudiantes de enfermería. *Revista Enfermería Global*.(18), 1-13.

Blázquez Resino, J. J., Chamizo González, J., Cano Montero, E. I., & Gutiérrez Broncano, S. (2013). Calidad de vida universitaria: Identificación de los principales indicadores de satisfacción estudiantil. *Revista de Educación*.

Barraza, C. G., & Ortiz Moreira, L. (2012). Factores relacionados a la calidad de vida y satisfacción en estudiantes de enfermería. *Ciencia y enfermería*, 18(3), 111-119.

Bigelow, D. A., McFarland, B. H., & Olson, M. M. (1991). Quality of life of community mental health program clients: Validating a measure. *Community Mental Health Journal*, 27, 43-55.

Badiee Aval, S.; Morovatdar, N. Perceptions of Students toward the Educational Environment Based on the DREEM Tool in a New Nursing Scholl in Iran. *J. Patient Saf. Qual. Improv.* 2018, 6, 1–6.

Becerra, Silvia. (2016). Descripción de las conductas de salud en un grupo de estudiantes universitarios de Lima. *Revista de Psicología (PUCP)*, 34(2), 239-260. <https://dx.doi.org/10.18800/psico.201602.001>

Casafont, C., Fabrellas, N., Rivera, P., Olivé-Ferrer, M. C., Querol, E., Venturas, M., Prats, J., Cuzco, C., Frías, C. E., Pérez-Ortega, S., & Zabalegui, A. (2021). Experiences of nursing students as healthcare aid during the COVID-19 pandemic in Spain: A phemonenological research study. *Nurse education today*, 97, 104711. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2020.104711>

Casal, J., & Mateu, E. (2003). Tipos de muestreo. *Rev. Epidem. Med. Prev*, 1(1), 3-7.

Cassaretto Bardales, M., Martínez Uribe, P., & Tavera Palomino, M. (2020). Aproximación a la salud y bienestar en estudiantes universitarios: importancia de las variables sociodemográficas, académicas y conductuales. *Revista de Psicología (PUCP)*, 38(2), 499-528.

- Campo-Arias, A., Oviedo, H. C., & Herazo, E. (2014). Escala de Estrés Percibido-10: Desempeño psicométrico en estudiantes de medicina de Bucaramanga, Colombia. *Revista de la Facultad de Medicina*, 62(3), 1-24.
- Camargo Lemos, D. M., Orozco-Vargas, L. C., & Niño Cruz, G. I. (2014). Calidad De Vida en estudiantes universitarios. Evaluación de factores asociados. *Revista Costarricense de Salud Pública*, 23(2), 117-12
- Chau, C., & Vilela, P. (2017). Variables asociadas a la salud física y mental percibida en estudiantes universitarios de Lima. *Liberabit*, 23(1), 82-102.3.
- De Los Santos, J., Labrague, L. J., & Falguera, C. C. (2022). Fear of COVID-19, poor quality of sleep, irritability, and intention to quit school among nursing students: A cross-sectional study. *Perspectives in psychiatric care*, 58(1), 71–78. <https://doi.org/10.1111/ppc.12781>
- Devís, J., Peiró, C. (2010). Actividad física, deporte y salud. Barcelona: Inde Publicaciones. Erikssen, G., Liestøl, K., Bjørnholt, J., Thaulow, E., Sandvik, L., Erikssen, J. (1998). Changes in physical fitness and changes in mortality. *The Lancet*, 352(9130), 759-762. doi: 10.1016/S0140-6736(98)02268-5
- Endicott, J., Nee, J., Harrison, W., & Blumenthal, R. (1993). Quality of Life Enjoyment and Satisfaction Questionnaire: a new measure. *Psychopharmacology bulletin*.
- Farooq, S.; Rehman, R.; Hussain, M.; Dias, J.M. Comparison of undergraduate educational environment in medical and nursing program using the DREEM tool. *Nurse Educ. Today* 2018, 69, 74–80.
- González-Peiteado, M., Pino-Juste, M., & Penado Abilleira, M. (2017). Estudio de la satisfacción percibida por los estudiantes de la UNED con su vida universitaria. *RIED: Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 20(1), 243-260.
- Gómez, S., Etchegorry, M., Avaca López, F., & Caón, C. (2016). Trayectos escolares previos y vida universitaria.
- Granados, S. H. B., & Cuéllar, Á. M. U. (2018). Influencia del deporte y la actividad física en el estado de salud físico y mental: una revisión bibliográfica. *Katharsis: Revista de Ciencias Sociales*, (25), 141-160.
- Gosak, L., Fijačko, N., Chabrera, C., Cabrera, E., & Štiglic, G. (2021). Perception of the Online Learning Environment of Nursing Students in Slovenia: Validation of the DREEM Questionnaire. In *Healthcare* (Vol. 9, No. 8, p. 998). Multidisciplinary Digital Publishing Institute.
- Hauser, M. P., García, H. D., & Leporatti, J. (2020). Análisis de confiabilidad y validez del Cuestionario de Calidad de Vida, Satisfacción y placer (Q-LES-Q) en trabajadores de Salud Pública. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, 54(3), e1154-e1154.
- Hawker, C. L. (2012). Physical activity and mental well-being in student nurses. *Nurse education today*, 32(3), 325-331.

- Harris, P. A., Taylor, R., Thielke, R., Payne, J., Gonzalez, N., & Conde, J. G. (2009). Research electronic data capture (REDCap)—a metadata-driven methodology and workflow process for providing translational research informatics support. *Journal of biomedical informatics*, 42(2), 377-381.
- Hernández, P. U., & Gaete, M. B. (2017). Relación entre descanso y sueño y el desempeño ocupacional de estudiantes universitarios. *Revista de estudiantes de terapia ocupacional*, 4(1), 73-90.
- Hamid, B.; Faroukh, A.; Mohammadhosein, B. Nursing students' perceptions of their educational environment based on DREEM model in an Iranian university. *Malays. J. Med. Sci. MJMS* 2013, 20, 56.
- Kaur, T., Aleixandre, T. and Martínez, A., (2022). Diccionario de Psicología Positiva. [online] *Antoni Martínez Psicólogo*. Disponible a:  
<https://www.antonimartinezpsicologo.com/diccionario-de-psicologia-positiva>
- Labrague, L. J., McEnroe-Petitte, D. M., De Los Santos, J., & Edet, O. B. (2018). Examining stress perceptions and coping strategies among Saudi nursing students: A systematic review. *Nurse education today*, 65, 192–200. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2018.03.012>
- Latas, M., Stojkovic, T., Ralic, T., Jovanovic, S., Spiric, Z., & Milovanovic, S. (2014). Medical student's health related quality of life-A comparative study. *Vojnosanitetski Pregled*, 71(8), 751-756. doi: [10.2298/VSP1408751L](https://doi.org/10.2298/VSP1408751L)
- Li, Z. S., & Hasson, F. (2020). Resilience, stress, and psychological well-being in nursing students: A systematic review. *Nurse education today*, 90, 104440. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2020.104440>
- Malau-Aduli, B. S., Adu, M. D., Alele, F., Jones, K., Drovandi, A., Mylrea, M., Sfera, K., Ross, S., & Jennings, E. (2021). Adjusting to university: Perceptions of first-year health professions students. *PloS one*, 16(5), e0251634. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0251634>
- Mundial, A. M. (2019). Declaración de Helsinki de la AMM-Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos.
- Moura, I. H. D., Nobre, R. D. S., Cortez, R. M. A., Campelo, V., Macêdo, S. F. D., & Silva, A. R. V. D. (2016). Quality of life of undergraduate nursing students. *Revista gaucha de enfermagem*, 37.
- MONTES-BERGES, Bernard, and J-M. Augusto. "Exploring the relationship between perceived emotional intelligence, coping, social support and mental health in nursing students." *Journal of psychiatric and mental health nursing* 14.2 (2007): 163-171.
- Pekmezovic, T., Popovic, A., Tepavcevic, D., Gazibara, T., & Paunic, M. (2011). Factors associated with health-related quality of life among Belgrade University student. *Quality of Life Research*, 20(3), 391-397. doi [10.1007/s11136-010-9754](https://doi.org/10.1007/s11136-010-9754)

Quiliano Navarro, M., & Quiliano Navarro, M. (2020). Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de enfermería. *Ciencia y enfermería*, 26.

Remor E. Psychometric properties of a European Spanish version of the Perceived Stress Scale (PSS). *Span J Psychol*. 2006;9:86- 93. <http://doi.org/wj3>.

Romero, M., Silva, P., Torres, S., & Vargas, E. (2017). Estilo de vida de los estudiantes de enfermería. *Salud, arte y cuidado*, 10(2), 71-80.

Ruiz, M.A., Pardo, A. Calidad de vida relacionada con la salud: definición y utilización en la práctica médica. *Pharmacocon. Span. Res. Artic.* 2, 31–43 (2005). <https://doi.org/10.1007/BF03320897>

"Relaciones sociales". Autor: Equipo editorial, Etecé. De: Argentina. Para: Concepto.de. Disponible en: <https://concepto.de/relaciones-sociales/>. Última edición: 16 de julio de 2021.

Rull, M. A. P., Villalobos, M. C., García, F. V., & Martínez, T. B. (2011). Salud física hábitos alimentarios y ejercicio en estudiantes de licenciatura de la Universidad Intercontinental. *Revista Intercontinental de psicología y educación*, 13(1), 65-82.

Ran, M., Mendez, A. J., Leng, L., Bansil, B., Reyes, N., Cordero, G.... & Tang, M. (2016). Predictors of mental health among college students in guam: implications for counseling. *Journal of Counseling & Development*, 94(3), 344-355. doi: [10.1002/jcad.12091](https://doi.org/10.1002/jcad.12091)

Significados. 2022. *Significado de Salud física*. [online] Disponible a:  
<<https://www.significados.com/salud-fisica/>> [Consultat el 25 de Febrer del 2022].

Verdugo, M. A., Schalock, R. L., Arias, B., Gómez, L., & Jordán de Urríes, B. (2013). Calidad de vida. MA Verdugo & RL Schalock (Coords.), *Discapacidad e inclusión manual para la docencia*, 443-461.



## 10. ANNEXES

### ***Annex 1: QRD format RedCap:***

# **Benestar durant l'etapa universitària: Estudi sobre la qualitat de vida dels estudiants d'infermeria durant el període universitari.**

Benvolgut alumne del grau d'infermeria, Siusplau, a continuació serà necessari llegir el full informatiu i signar el consentiment informat per respondre el qüestionari!  
Gràcies.

## **Full informatiu.**

**Soc Cristina Bascompte Jurado, investigadora principal del estudi i estudiant de 4t d'infermeria a l'Escola superior de Ciències de la Salut a la Universitat Tecnocampus Mataró-Maresme i actualment estic realitzant el meu treball de fi de grau, el qual esta enfocat en investigar la qualitat de vida dels estudiants d'infermeria.**

**Ens agradaria convidar-lo a participar en un estudi inicialment anomenat: "Benestar durant l'etapa universitària: Estudi sobre la qualitat de vida dels estudiants d'infermeria durant el període universitari."**

**La participació en aquest estudi es totalment voluntària. Les dades obtingudes seran utilitzades y analitzades amb el objectiu de conèixer la qualitat de vida dels estudiants d'infermeria. L'estudi consisteix en auto-administrar un qüestionari referent a la Qualitat de Vida.**

**Abans de prendre una decisió és important que entengui perquè es du a terme aquest estudi i que pot aportar-li. Prenguis el temps que necessiti per llegir i assimilar el contingut d'aquest document i comentar-ho amb nosaltres si li ha quedat algun dubte.**

## **Descripció General.**

**Aquest estudi pretén conèixer la qualitat de vida dels estudiants d'infermeria matriculats a infermeria el curs 2021-2022. En aquest estudi s'inclouran estudiants d'infermeria matriculats al curs 2021-2022. Als participants se'ls realitzarà, un breu qüestionari de dades soci-demogràfics i es determinarà la seva qualitat de vida mitjançant la versió espanyola del Qüestionari Qualitat de Vida i Satisfacció. Els qüestionaris seran auto-administrat i la duració serà aproximadament d'uns 5-10 minuts.**

## **Beneficis i riscos derivats de la seva participació en l'estudi.**

**La seva participació en aquest estudi contribuirà a conèixer millor qualitat de vida dels estudiants d'infermeria. No existeixen riscos ni efectes adversos derivats de la seva participació en aquest estudi.**

## **Confidencialitat.**

**Les seves dades personals seran manipulades de forma estrictament confidencial, segons la llei de protecció de dades de caràcter personal 15/1999 del 13 de desembre, de tal manera**

**que no es podrà coneixer, fora del àmbit acadèmic, aquí corresponen els resultats.**

**Aquest estudi, s'aplica sota la nova legislació de la EU sobre dades personals, en concret el reglament (EU) 2016/679 del Parlament Europeu i el Consell del 27 d'abril de 2016 sobre la protecció de dades (RGPD). A més dels drets d'accés, modificació, oposició i cancel·lació de les dades actualment, també pot limitar el tractament de les dades incorrectes, sol·licitar una còpia o que siguin traslladades a un tercer (que faciliti vostè). Per a exercir els seus drets, necessita dirigir-se al investigador principal del estudi i/o el delegat de protecció de dades del centre. Li recordem que les dades no es poden eliminar, encara que retiri la seva participació, per a poder garantir la validesa de la investigació i complir amb els drets legals. De la mateixa manera, també té dret a dirigir-se a l'agència de protecció de dades, en el cas de no estar satisfet.**

**Tant el centre com el investigador, son responsables, respectivament, del tractament de les seves dades i es comprometen a complir la normativa de protecció de dades en vigor. Al ser una enquesta anònima no hi haurà cap dada que es pugui relacionar amb vostè.**

### **Participació Voluntària**

**Ha de saber que la seva participació en aquest estudi és voluntària i que pot decidir no participar o canviar la seva decisió i retirar el consentiment en qualsevol moment, sense donar cap mena d'explicació i sense que això tingui cap conseqüència. Si vostè decideix retirar el seu consentiment per a participar en aquest estudi, cap dada nova serà afegida a la base de dades, si bé els responsables de l'estudi podran continuar utilitzant la informació recollida sobre vostè fins a aquest moment, tret que vostè s'oposi expressament. En signar la fulla de consentiment adjunta, es compromet a complir amb els procediments de l'estudi que se li han exposat.**

**Per més informació pot contactar amb la persona responsable en el següent correu:**

**[cbascompte@edu.tecnocampus.cat](mailto:cbascompte@edu.tecnocampus.cat)**

**Moltes gràcies per la seva col·laboració.**

**Atte: Cristina Bascompte Jurado**

#### 1) Consentiment informat

Declaro que, he llegit la fulla informativa que se m'ha proporcionat i que:

- He pogut fer preguntes sobre l'estudi.
- He rebut suficient informació sobre l'estudi.
- Comprenc que la meva decisió es voluntària.
- Comprenc que puc retirar-me del estudi: Quan vulgui, sense tenir que donar explicacions, sense que tingui cap repercussió personal ni acadèmica.

Consenteixo que les meves dades siguin emmagatzemades per a la gestió i l'anàlisi de les dades amb el propòsit científic i/o d'investigació.

Les meves dades seran tractades en conformitat amb el que estableix el Reglament (EU) 2016/679 del Parlament Europeu i del Consell del 27 d'abril del 2016 de protecció de dades.

Comprenc que tinc el dret d'accés, de rectificació, de cancel·lació i oposició de les meves dades, i que, per a exercir aquests drets em puc dirigir a l'investigador principal.

Dono lliurement la meva conformitat per a participar en aquest estudi.

---

2) Quants anys té ?

---

3) Amb quin gènere s'identifica?

- Dona
- Home
- No Binari
- Altres

---

4) Quin curs està cursant actualment?

- 1r d'Infermeria
- 2n d'Infermeria
- 3r d'Infermeria
- 4t d'Infermeria

---

5) A quin percentatge de la carrera està matriculat?

- 100% (60 crèdits)
- 50% (30 crèdits)
- Altres

---

6) Actualment, compagina la feina i els estudis?

- Si
- No

---

7) Si ha seleccionat SI, especifiqui quin tipus de jornada:

- Temps parcial (menys de 8h)
- Temps complet (8h)
- Caps de setmana i festius
- Treballs puntuals

---

8) Té actualment algun tipus de càrrega familiar (cuidador principal)?

- Un o més fills
- Un o més familiars
- Altres
- No tinc cap càrrega familiar

---

9) Amb qui viu actualment?

- Pares (Familia Multiparental)
- Pare o Mare (Família monoparental)
- Sol
- Amb companys de pis
- Amb parella
- Altres

---

**Qüestionari sobre Qualitat de Vida: Satisfacció i Plaer**  
**(Quality of Life Enjoyment and Satisfaction Questionnaire, Q-LES-Q)**

**S'ha creat aquest qüestionari per a ajudar a avaluar el grau de plaer i satisfacció experimentats durant la setmana passada. (Endicott 1993; Harrison y Blumenthal, 1993; WHOQOL Group, 1995)**

**ESTADO DE SALUD FÍSICA**

**Con respecto a su estado de salud física durante la semana pasada, ¿con qué frecuencia...**

10) ...se sintió sin dolores ni molestias?

- Nunca
- Casi nunca
- A veces
- Amenudo
- Siempre

- 
- 11) ...se sintió descansado/a?  Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre
- 
- 12) ...se sintió con energía?  Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre
- 
- 13) ...se sintió en un excelente estado de salud física?  Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre
- 
- 14) ...sintió, por lo menos, un estado de salud física muy bueno?  Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre
- 
- 15) ...no se preocupó de su estado de salud física?  Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre
- 
- 16) ..sintió que durmió lo suficiente?  Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre
- 
- 17) ...se sintió suficientemente activo/a?  Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre
- 
- 18) ..sintió que tenía una buena coordinación en sus movimientos?  Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre
- 
- 19) ...sintió que su memoria funcionaba bien?  Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre
- 
- 20) ..se sintió bien físicamente?  Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre

---

21) ...se sintió lleno/a de energía y vitalidad?

Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre

---

22) ...no experimentó problemas visuales?

Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre

---

### ESTADO DE ÁNIMO

**Durante la semana pasada, ¿con qué frecuencia se sintió...**

---

23) ...con la mente despejada?

Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre

---

24) ...satisfecho/a con su vida?

Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre

---

25) ...a gusto con su aspecto físico?

Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre

---

26) ...alegre o animado/a?

Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre

---

27) ..independiente?

Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre

---

28) ...contento/a?

Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre

---

29) ...capaz de comunicarse con otras personas?

Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre

---

- 30) interesado/a en cuidar su aspecto físico (cabello, ropa) y su higiene personal (bañarse, vestirse)?
- Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre
- 
- 31) ...capaz de tomar decisiones?
- Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre
- 
- 32) ..relajado/a?
- Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre
- 
- 33) ...a gusto con su vida?
- Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre
- 
- 34) ...capaz de desplazarse, si fuera necesario, para realizar sus actividades (caminar, utilizar su propio automóvil, el autobús, el tren o cualquier otro medio de transporte disponible), según fuese necesario?
- Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre
- 
- 35) ...capaz de cuidar de sí mismo?
- Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre

### TAREAS DE CURSO/DE CLASE

- 36) Durante la semana pasada, ¿siguió algún curso, fue a clase, o participó en algún tipo de curso o clase en algún centro, escuela, colegio o Universidad?
- Si  
 No
- 
- 37) Si no, ¿por qué no?
- Demasiado enfermo/a físicamente  
 Demasiado alterado/a emocionalmente  
 Nadie espera que haga esto  
 Otra razón

### Si responde que sí, complete esta sección.

#### Durante la semana pasada, ¿con qué frecuencia...

- 38) ...disfrutó con las tareas del curso/clase?
- Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre

- 
- 39) ...deseó empezar las tareas del curso o de la clase?
- Nunca
  - Casi nunca
  - A veces
  - Amenudo
  - Siempre
- 
- 40) ...desarrolló las tareas del curso/de la clase sin demasiada tensión?
- Nunca
  - Casi nunca
  - A veces
  - Amenudo
  - Siempre
- 
- 41) ...pensó con claridad sobre las tareas del curso/clase?
- Nunca
  - Casi nunca
  - A veces
  - Amenudo
  - Siempre
- 
- 42) ...se mostró decidido/a con las tareas del curso/clase, cuando fue necesario?
- Nunca
  - Casi nunca
  - A veces
  - Amenudo
  - Siempre
- 
- 43) ...se sintió satisfecho/a con los logros conseguidos en el trabajo del curso/de la clase?
- Nunca
  - Casi nunca
  - A veces
  - Amenudo
  - Siempre
- 
- 44) ...se interesó en las tareas del curso/clase?
- Nunca
  - Casi nunca
  - A veces
  - Amenudo
  - Siempre
- 
- 45) ...se concentró en las tareas del curso/clase?
- Nunca
  - Casi nunca
  - A veces
  - Amenudo
  - Siempre
- 
- 46) ...se sintió bien mientras hacía las tareas del curso/clase?
- Nunca
  - Casi nunca
  - A veces
  - Amenudo
  - Siempre
- 
- 47) ...se comunicó e intercambió opiniones con facilidad con los compañeros/as del curso/clase?
- Nunca
  - Casi nunca
  - A veces
  - Amenudo
  - Siempre



**RELACIONES SOCIALES****Durante la semana pasada, ¿con qué frecuencia...**

- 48) ...se divirtió conversando o estando con amigos o familiares?  Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre
- 
- 49) ...deseó reunirse con amigos o familiares?  Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre
- 
- 50) ...hizo planes con amigos o familiares para futuras actividades?  Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre
- 
- 51) ...disfrutó conversando con compañeros/as de trabajo o vecinos?  Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre
- 
- 52) ...se mostró paciente cuando otras personas le irritaron con sus acciones o con sus palabras?  Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre
- 
- 53) ...se interesó por los problemas de otras personas?  Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre
- 
- 54) ...sintió cariño por una o más personas?  Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre
- 
- 55) ...se llevó bien con otras personas?  Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre
- 
- 56) ...bromeó o se rió con otras personas?  Nunca  
 Casi nunca  
 A veces  
 Amenudo  
 Siempre

---

57) ...sintió que ayudó a amigos o familiares?

- Nunca
- Casi nunca
- A veces
- Amenudo
- Siempre

---

58) ...sintió que no había problemas ni conflictos importantes en su relación con amigos o familiares?

- Nunca
- Casi nunca
- A veces
- Amenudo
- Siempre

## **FULLA INFORMATIVA PER ALS PARTICIPANTS. (Annex 2)**

Soc Cristina Bascompte Jurado, investigadora principal del estudi i estudiant de 4t d'infermeria a l'Escola superior de Ciències de la Salut a la Universitat Tecnocampus Mataró-Maresme,

Ens agradaria convidar-lo a participar en un estudi inicialment anomenat: *“Benestar durant l’etapa universitària: Estudi sobre la qualitat de vida dels estudiants d’infermeria durant el període universitari.”*

La participació en aquest estudi es totalment voluntària. Les dades obtingudes seran utilitzades y analitzades amb el objectiu de conèixer la qualitat de vida dels estudiants d'infermeria. L'estudi consisteix en auto-administrar un qüestionari referent a la Qualitat de Vida.

Abans de prendre una decisió és important que entengui perquè es du a terme aquest estudi i que pot aportar-li. Prenguis el temps que necessiti per llegir i assimilar el contingut d'aquest document i comentar-ho amb nosaltres si li ha quedat algun dubte.

### **Descripció General.**

Aquest estudi pretén conèixer la qualitat de vida dels estudiants d'infermeria matriculats a infermeria el curs 2021-2022.

En aquest estudi s'inclouran estudiants d'infermeria matriculats al curs 2021-2022. Als participants se'ls realitzarà, un breu qüestionari de dades soci-demogràfics i es determinarà la seva qualitat de vida mitjançant la versió espanyola del *Qüestionari Qualitat de Vida i Satisfacció*. Els qüestionaris seran auto-administrats i la duració serà aproximadament d'uns 5-10 minuts.

### **Beneficis i riscos derivats de la seva participació en l'estudi.**

La seva participació en aquest estudi contribuirà a conèixer millor qualitat de vida dels estudiants d'infermeria. No existeixen riscos ni efectes adversos derivats de la seva participació en aquest estudi.

### **Confidencialitat.**

Les seves dades personals seran manipulades de forma estrictament confidencial, segons la llei de protecció de dades de caràcter personal 15/1999 del 13 de desembre, de tal manera que no es podrà coneixer, fora del àmbit acadèmic, aquí corresponen els resultats.

Aquest estudi, s'aplica sota la nova legislació de la EU sobre dades personals, en concret el reglament (EU) 2016/679 del Parlament Europeu i el Consell del 27 d'abril de 2016 sobre la protecció de dades (RGPD). A més dels drets d'accés, modificació, oposició i cancel·lació de les dades actualment, també pot limitar el tractament de les dades incorrectes, sol·licitar una còpia o que siguin traslladades a un tercer (que faciliti vostè). Per a exercir els seus drets, necessita dirigir-se al investigador principal del estudi i/o el delegat de protecció de dades del centre. Li recordem que les dades no es poden eliminar, encara que retiri la seva participació, per a poder garantir la validesa de la investigació i complir amb els drets legals. De la mateixa manera, també té dret a dirigir-se a l'agència de protecció de dades, en el cas de no estar satisfet.

Tant el centre com el investigador, son responsables, respectivament, del tractament de les seves dades i es comprometen a complir la normativa de protecció de dades en vigor. Al ser una enquesta anònima no hi haurà cap dada que pugui relacionar l'enquesta amb tu.

### **Compensació Econòmica**

La seva participació en l'estudi no li suposarà cap despesa

### **Participació Voluntària**

Ha de saber que la seva participació en aquest estudi és voluntària i que pot decidir no participar o canviar la seva decisió i retirar el consentiment en qualsevol moment, sense donar cap mena d'explicació i sense que això tingui cap conseqüència. Si vostè decideix retirar el seu consentiment per a participar en aquest estudi, cap dada nova serà afegida a la base de dades, si bé els responsables de l'estudi podran continuar utilitzant la informació recollida sobre vostè fins a aquest moment, tret que vostè s'oposi expressament. En signar la fulla de consentiment adjunta, es compromet a complir amb els procediments de l'estudi que se li han exposat.

### CONSENTIMENT INFORMATIVA PER ALS PARTICIPANTS (Annex 3)

*“Benestar durant l’etapa universitària: Estudi sobre la qualitat de vida dels estudiants d’infermeria durant el període universitari.”*

Jo, \_\_\_\_\_ (Nom i Cognoms)

Declaro que he llegit la fulla informativa que se m'ha proporcionat i que:

- He pogut fer preguntes sobre l'estudi.
- He rebut suficient informació sobre l'estudi.
- He sigut informat per \_\_\_\_\_.
- Comprenc que la meva decisió es voluntària.
- Comprenc que puc retirar-me del estudi:
  - ◆ Quan vulgui.
  - ◆ Sense tenir que donar explicacions.
  - ◆ Sense que tingui cap repercussió personal ni acadèmica.

Consenteixo que les meves dades siguin emmagatzemades per a la gestió i l'anàlisi de les dades amb el propòsit científic i/o d'investigació.

Les meves dades seran tractades en conformitat amb el que estableix el Reglament (EU) 2016/679 del Parlament Europeu i del Consell del 27 d'abril del 2016 de protecció de dades.

Comprendc que tinc el dret d'accés, de rectificació, de cancel·lació i oposició de les meves dades, i que, per a exercir aquests drets em puc dirigir a l'investigador principal.

Dono lliurement la meva conformitat per a participar en aquest estudi.

Acepto / signatura participant

Firma de l'investigador principal:

Cristina Bascompte Jurado

