

Determinación de los momentos de estrés y de las estrategias de afrontamiento de los estudiantes del grado en enfermería durante el periodo de prácticas académicas externas: Un estudio cuantitativo transversal

Autoras: Stephanie Juliette Moncada Luna y Nadine Moreno Monterroso

Director: Dr. Carlos Martínez Gaitero

Trabajo de Fin de Grado



Centre universitari adscrit a la



Trabajo de Fin de Grado

Curs 2023-2024

4^è Curso del Grado de Enfermería

TecnoCampus, Universitat Pompeu Fabra

Índice

Agradecimientos	3
Listado de siglas y abreviaturas	4
Resumen	5
Resum	6
Abstract	7
Justificación de la propuesta	8
1. Introducción	9
1.1. Antecedentes, estado del arte y estado de la situación	9
1.1.1. Situación de estrés en los estudiantes	9
1.1.2. Las Prácticas Académicas Externas	11
1.1.3. Momentos clave en las PAE	13
1.2. Marco de referencia de la propuesta	15
2. Objetivos	16
3. Metodología y método	17
3.1. Diseño de estudio	17
3.2. Ámbito y contexto de estudio	17
3.3. Descripción de los participantes	17
3.4. Criterios de selección	18
3.5. Selección de la muestra	18
3.6. Variables de estudio	18
3.7. Recogida de datos	19
3.8. Análisis de datos	21
3.9. Aspectos de confidencialidad, éticos y legales	21
4. Resultados	23
5. Discusión	36
6. Conclusiones	38
7. Implicaciones en la Práctica Profesional	40
8. Cronograma	41
9. Referencias bibliográficas	42
10. Anexos	46

Agradecimientos

Finalmente, llega el tan esperado momento. ¿Quién nos diría hace cuatro años que ya estamos a punto de culminar esta etapa? Este camino, que ha estado lleno de diversas emociones, nos ha permitido forjarnos como profesionales, mejorar como personas, madurar y crecer.

Durante una de nuestras primeras clases el Dr. Carlos Martínez nos dijo que las personas y enfermeras que éramos en ese momento no serían la misma al final de la carrera y, tuvo toda la razón, estos años que cada uno de nosotros ha vivido de una forma distinta nos han permitido evolucionar a lo que somos el día de hoy.

Este trabajo es el que más expectativas ha creado desde el primer día que pisamos la universidad, nosotras hemos tenido suerte de tenernos la una a la otra durante este proceso y sobre todo, de tener a nuestro director el Dr. Carlos Martínez Gaitero. Es por eso que el primer agradecimiento va dirigido totalmente a él. Queremos agradecer su confianza en nosotras durante todo el proceso que ha sido desarrollar este trabajo, por ayudarnos a realizarlo de la mejor manera y por guiarnos en todo momento.

Agradecemos a las amistades que hemos construido en estos años, por su apoyo mutuo y por todos los momentos que hemos vivido juntos y que han permitido que este proceso de aprendizaje fuese más que algo académico.

Damos las gracias a todos los profesores que han pasado durante estos cuatro años y que han puesto su granito de arena en nuestra formación profesional, cada palabra y cada enseñanza nos ha permitido evolucionar como personas seguras que están a punto de iniciar su vida profesional.

Finalmente, uno de los agradecimientos más importantes es dirigido a nuestras familias y nuestros seres queridos, que desde el primer momento han sido nuestro pilar emocional y han estado con nosotras apoyándonos y ayudándonos en todo momento, escuchándonos repasar exposiciones y viéndonos estudiar y practicar para los exámenes sin negarse en ningún momento. La confianza que nos han brindado nos permitirá en unos días recibir nuestro diploma con orgullo y satisfacción.

LISTADO DE SIGLAS Y ABREVIATURAS

PAE - Prácticas Académicas Externas.

OMS - Organización Mundial de la Salud.

ECTS - Sistema Europeo de Transferencia y Acumulación de Créditos.

ANECA - Agencia Nacional de Evaluación de Calidad y Acreditación.

EEES - Espacio Europeo de Educación Superior.

CLE - Entornos Clínicos de Aprendizaje.

LTB - Learning Tool Box.

UPF - Universidad Pompeu Fabra.

CE - Comité de Ética.

Resumen

Introducción: Enfermería es una de las titulaciones universitarias donde el contexto de las prácticas académicas externas y las competencias a desarrollar por los estudiantes se vinculan estrechamente con lo que será su realidad profesional. Este contexto provocará que los estudiantes se encuentren en situaciones de incertidumbre y de vulnerabilidad. Aspectos como las acogidas en las instituciones y el estrés percibido serán aspectos que tendrán un gran peso en el desarrollo de estas.

Objetivo: Identificar los momentos de estrés antes y durante las prácticas académicas externas de los estudiantes del Grado en Enfermería del Departamento de Salud del Centro Universitario Tecnocampus.

Metodología: Estudio con diseño cuantitativo transversal realizado a los estudiantes del grado en enfermería matriculados en el Centro Universitario Tecnocampus mediante un cuestionario *ad hoc*, incluyendo algunas preguntas del cuestionario validado de Kezkak realizado en Google Forms®.

Resultados: Los hallazgos muestran que el 88,7% de los estudiantes refieren altos niveles de estrés en la fase de acogida de las PAE. La elevación de los estresores es ante la situación de no sentirse integrados por parte del equipo (96,2%). Los estudiantes presentan poco nivel de estrés en la preparación del material y la documentación (71,1%) aun siendo un momento específico. El nivel elevado de estrés se mantiene durante todas las fases debido a la sobrecarga de trabajo y responsabilidades que se experimentan antes y durante el inicio de las Prácticas Académicas Externas (PAE).

Discusión: El análisis de datos identifica el estrés de los estudiantes de Enfermería del Centro Universitario Tecnocampus, destacando la acogida en las prácticas y la sobrecarga académica como principales fuentes. Las estrategias de afrontamiento más comunes son la búsqueda de apoyo social y el afrontamiento activo emocional.

Conclusión: Los hallazgos resaltan la preocupación de los estudiantes por su preparación antes de las Prácticas Académicas Externas (PAE). La sobrecarga académica persiste durante todas las fases como un factor estresante constante. Destaca la importancia de mejorar la acogida y proporcionar apoyo continuo.

Palabras clave: Prácticas académicas externas; Estrés; Enfermería; Acogida; Estudiantes; Estresores.

Resum

Introducció: Infermeria és una de les titulacions universitàries on el context de les pràctiques acadèmiques externes i les competències a desenvolupar pels estudiants es vinculen estretament amb allò que serà la seva realitat professional. Aquest context farà que els estudiants es trobin en situacions d'incertesa i de vulnerabilitat. Aspectes com les acollides a les institucions i l'estrès percebut seran aspectes que tindran un gran pes en el desenvolupament d'aquestes.

Objectiu: Identificar els moments d'estrès abans i durant les pràctiques acadèmiques externes dels estudiants del Grau d'Infermeria del Departament de Salut del Centre Universitari Tecnocampus.

Metodologia: Estudi amb disseny quantitatiu transversal realitzat als estudiants del grau en infermeria matriculats al Centre Universitari Tecnocampus mitjançant un qüestionari ad hoc, incloent-hi algunes preguntes del qüestionari validat de Kezkak realitzat a Google Forms®.

Resultats: Les troballes mostren que el 88,7% dels estudiants refereixen alts nivells d'estrès a la fase d'acollida de les PAE. L'elevació dels estressors és davant de la situació de no sentir-se integrats per part de l'equip (96,2%). Els estudiants presenten poc nivell d'estrès en la preparació del material i la documentació (71,1%) tot i ser un moment específic. El nivell elevat d'estrès es manté durant totes les fases a causa de la sobrecàrrega de treball i les responsabilitats que s'experimenten abans i durant l'inici de les Pràctiques Acadèmiques Externes (PAE).

Discussió: L'anàlisi de dades identifica l'estrès dels estudiants d'Infermeria del Centre Universitari Tecnocampus, destacant l'acolliment a les pràctiques i la sobrecàrrega acadèmica com a fonts principals. Les estratègies d'afrontament més comunes són la cerca de suport social i l'afrontament actiu emocional.

Conclusió: Les troballes ressalten la preocupació dels estudiants per preparar-les abans de les Pràctiques Acadèmiques Externes (PAE). La sobrecàrrega acadèmica persisteix durant totes les fases com un factor estressant constant. Destaca la importància de millorar l'acolliment i de donar suport continu.

Paraules clau: Pràctiques acadèmiques externes; Estrès; Infermeria; Acollida; Estudiants; Estressors.

Abstract

Introduction: Nursing is one of the university degrees where the context of external academic internships and the competencies to be developed by students are closely linked to their future professional reality. This context will cause students to find themselves in situations of uncertainty and vulnerability. Aspects such as the reception in the institutions and the perceived stress will play a significant role in their development.

Objective: Identify the moments of stress before and during the external academic internships of the Nursing Degree students from the Health Department of the Tecnocampus University Center.

Methodology: A cross-sectional quantitative study was conducted with Nursing degree students enrolled at the Tecnocampus University Center, using a self-designed questionnaire that included some questions from the validated Kezkak questionnaire conducted on Google Forms©.

Results: The findings show that 88.7% of the students report high levels of stress during the reception phase of the external academic internships. The increase in stressors is due to the feeling of not being integrated into the team (96.2%). Students experience low levels of stress in preparing materials and documentation (71.1%) even though it is a specific moment. The high level of stress persists throughout all phases due to the workload and responsibilities experienced before and during the start of the external academic internships (PAE).

Discussion: Data analysis identifies the stress of Nursing students at the Tecnocampus University Center, highlighting the reception in internships and academic overload as the main sources. The most common coping strategies are seeking social support and active emotional coping.

Conclusion: The findings highlight students' concern about their preparation before the external academic internships (PAE). Academic overload remains a constant stress factor throughout all phases. Emphasizing the importance of improving reception and providing continuous support is crucial.

Keywords: External academic internships; Stress; Nursing; Reception; Students; Stressor

Justificación de la propuesta

Las prácticas académicas externas se configuran como un elemento clave y fundamental en la formación de los estudiantes de enfermería, y tienen un gran impacto educativo en su currículum universitario y profesional. Los conocimientos que se adquieren en las prácticas académicas externas permiten a los estudiantes poner en práctica conocimientos y actitudes además de desarrollar sus habilidades propias en la prestación de cuidados a los pacientes. Adicionalmente, permiten que se puedan incorporar como profesionales de la salud en el ámbito sanitario ¹.

El contacto con el entorno clínico-asistencial proporciona una diversidad de estímulos a los estudiantes de enfermería generando estrés. Esto es debido a diferentes circunstancias como; El contacto con el nuevo ambiente, las enfermedades, la muerte, las relaciones con los profesionales o por el simple hecho de desempeñar un nuevo rol para el que aún no están completamente preparados, por la falta de conocimientos y destrezas en las habilidades ¹.

Por ello, en la formación práctica de los estudiantes de enfermería es fundamental conocer las fuentes de estrés relacionadas con los momentos de los días previos al desempeño de las prácticas. Con la finalidad de determinar qué aspectos potenciar y así contribuir a que la estancia en las instituciones y los momentos de la acogida sean lo más llevaderos posible para los futuros profesionales.¹

En consecuencia, la presente propuesta recoge como objetivo principal conocer cuáles son los momentos clave antes y durante las prácticas académicas externas que generan mayor nivel de estrés desde el punto de vista de los estudiantes de enfermería. Midiendo así, los aspectos estresores correspondientes según el momento de la acogida en la que se encuentren. De manera que, se pueda dar respuesta al objetivo planteado ¹.

1. Introducción

Enfermería es una de las titulaciones universitarias donde el contexto de las prácticas externas y las competencias a desarrollar por los estudiantes se vinculan más estrechamente con lo que será su realidad profesional. Durante la realización de las prácticas clínicas, los estudiantes de enfermería deberán de adquirir habilidades y actitudes necesarias para la incorporación como profesional del ámbito sanitario².

Es por este motivo, debido a las situaciones a las que se deberán de enfrentar durante la realización del prácticum, los conocimientos teóricos aprendidos no serán suficientes. Este contexto provocará que los estudiantes se encuentren en varias ocasiones en situaciones de incertidumbre y de mayor vulnerabilidad. Aspectos como las acogidas en las instituciones y el estrés percibido serán aspectos que tendrán un gran peso en el desarrollo de estas³.

1.1. Antecedentes, estado del arte y estado de la situación

1.1.1. Situación de estrés en los estudiantes

El estrés es una característica que hoy en día el ser humano adopta como estilo de vida. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), una de cada cuatro personas padecen de algún trastorno mental incluyendo el estrés⁴.

Hans Selye⁵, uno de los primeros investigadores más destacados en el campo del estrés describe el “Síndrome de adaptación general” como:

“Una reacción que representa un esfuerzo del organismo para adaptarse a la nueva condición a la que es sometida”.

Por otro lado, Ortega Villalobos⁶ identificó tres fases del estrés descritas a continuación:

- **La reacción de alarma:** Íntimamente relacionada con la variedad de cambios que adopta el organismo para protegerse así mismo de un posible daño, llegando a aumentar así la frecuencia cardíaca, la tensión arterial y la respiración ante la liberación de hormonas como la adrenalina y el cortisol⁷.
- **El estado de resistencia:** Se produce cuándo la persona se somete de forma prolongada a diferentes amenazas y, por lo tanto, se requiere de una adaptación a dichos niveles de estrés con la finalidad de fortalecer el organismo. Por lo tanto, se producen varios procesos

fisiológicos, emocionales, cognitivos que ayudan así a que se produzca un equilibrio dinámico y de homeostasis entre el medio interno y el externo ⁸.

- **La fase de agotamiento:** Esta se caracteriza por el gran deterioro y por la importante pérdida de las capacidades fisiológicas de la persona debido a la demora y altos niveles de estrés ⁹.

Según la OMS, el concepto de estrés viene derivado de cambios o circunstancias que se van desarrollando a lo largo de la vida de una persona ⁴. Por consecuencia, en entornos académicos aspectos como el compromiso de cumplir con exigencias personales y del entorno hacen que este sentimiento se intensifique de manera prolongada.

En el caso concreto de los estudiantes de enfermería, estos experimentan mayores niveles de estrés, ansiedad y agotamiento en referencia a otras carreras universitarias. Un estudio realizado a estudiantes en el ámbito de salud, demostró que un 87.8% de los participantes, manifestaron padecer de un nivel de estrés, ansiedad y agotamiento moderado ¹⁰.

Un estudio realizado a 170 estudiantes del grado en enfermería utilizando el cuestionario KezKak (Cuestionario bilingüe validado para medir los estresores de los estudiantes de enfermería en las prácticas clínicas) ¹¹ evidencia que el momento en donde mayor estrés se percibe durante el grado es en consecuencia a las prácticas clínicas ¹².

La obtención del título de enfermería requiere que los estudiantes del programa completen las Prácticas Académicas Externas (PAE) para integrar y fusionar sus conocimientos con habilidades y competencias, preparándolos así para una práctica profesional de excelencia. Las PAE, de carácter obligatorio, constituyen un tercio de los 240 ECTS (Sistema Europeo de Transferencia y Acumulación de Créditos) de la titulación, lo que equivale a 80 ECTS y tiene un impacto significativo en la formación académica del estudiante ¹³.

El desarrollo y organización de las prácticas académicas externas lo decide cada centro educativo con base en su plan de estudios, siempre y cuando se cumplan los requisitos establecidos, necesarios y regulados. La regulación de las prácticas académicas externas se establecen en “Libro Blanco de Enfermería”, realizado por la Agencia Nacional de Evaluación de Calidad y Acreditación (ANECA) y la colaboración de diferentes universidades del territorio español con la finalidad de elaborar una propuesta que asegure los parámetros de calidad determinados por el Espacio Europeo de Educación Superior (EEES) ¹⁴.

Para muchos estudiantes, el inicio de los programas de prácticum en la Universidad significa un primer contacto con el ámbito clínico-asistencial, y se configura como un estresor para el estudiante.

Así mismo, el desarrollo de las PAE por su naturaleza e idiosincrasia implica el afrontamiento del estudiante a situaciones de estrés, debido a las características de los entornos clínicos de aprendizaje (CLE por sus siglas en inglés, *Clinical Learning Environment*) y al contacto constante bajo el rol de profesional de la salud con situaciones nuevas y directamente relacionadas con la calidad asistencial de los pacientes ¹⁵.

1.1.2. Las Prácticas Académicas Externas

Las Prácticas Académicas Externas constituyen una actividad de naturaleza formativa y de aprendizaje realizada por los estudiantes universitarios y supervisada por las Universidades ¹⁶. Las PAE comprenden todas las actividades de enseñanza-aprendizaje orientadas a adquirir todas las competencias, conocimientos y habilidades en los diferentes campos y entornos donde la enfermería desarrolla su práctica ¹⁷.

Las prácticas curriculares se configuran como aquellas actividades académicas del Plan de Estudios de cada titulación. Por este mismo motivo según la ORDEN CIN/2134/2008, de 3 de julio, que estableció los requisitos para la verificación de los títulos universitarios oficiales que habilitan para ejercer la profesión de enfermería, postuló que debía de haber un aproximadamente de 60 a 70 ECTS (Sistema Europeo de Transferencia y Acumulación de Créditos) invertidos en prácticas externas ¹⁸. Los ECTS son el estándar adoptado por todas las universidades del Espacio Europeo de Educación Superior (EEES), iniciativa promovida por la mayoría de países miembros de Europa que tiene la finalidad principal de promocionar la empleabilidad de los ciudadanos en Europa ¹⁹.

Unos 84 ECTS equivaldría a un total aproximado de 2400 horas de prácticas académicas externas por estudiante (correspondiendo un ECTS a un total de 25-30 horas)²⁰. No obstante, las prácticas académicas externas curriculares tienen la duración que establezca el plan de estudios correspondiente en los términos establecidos por el artículo 12.6 del Real Decreto 1393/2007, de 29 de octubre, donde expone las directrices para el diseño de títulos de graduado ^{17,21}. Sin embargo, los horarios de realización de las prácticas se establecen de acuerdo con la disponibilidad de las entidades colaboradoras ¹⁷.

Asimismo, la enseñanza clínica es la formación de los cuidados de enfermería mediante la cual el estudiante de enfermería aprende dentro de un equipo y en contacto directo con un paciente; planificando, prestando y evaluando los cuidados de enfermería requeridos a partir de los conocimientos y aptitudes adquiridas. Para la formación clínico-asistencial de estos estudiantes, las PAE se configuran como un componente significativo, ayudando a fomentar la práctica reflexiva y

organizada, la continuidad e individualización de los cuidados, el uso racional del tiempo y al desarrollo del pensamiento crítico ¹⁸.

Para el seguimiento y el desarrollo de las prácticas académicas externas y en un modelo de mentoría (*preceptorship model*) se destacan tres figuras relevantes encargadas del seguimiento, tutorización y evaluación de los estudiantes en los diferentes períodos del programa de prácticum: (1) la tutora académica, (2) la tutora clínica y (3) la tutora de seguimiento. Estas tres figuras acompañan, velan y evalúan a los estudiantes de manera objetiva con la finalidad y propósito de que adquieran las competencias (generales, básicas y específicas) en cada área asistencial ¹³.

Según el Real decreto 592/2014, 11 de julio, por el que se regulan las prácticas académicas externas de los estudiantes universitarios ¹⁷, la finalidad de la realización de las prácticas externas es:

- Contribuir a la formación integral de los estudiantes complementando su aprendizaje teórico-práctico.
- Facilitar el conocimiento de la metodología de trabajo adecuada a la realidad profesional, favoreciendo el desarrollo de competencias técnicas, metodológicas, personales y participativas.
- Favorecer los valores de la innovación, la creatividad y el emprendimiento, ayudando así a una inserción en el mercado laboral, mejorando la empleabilidad.

Por este mismo motivo, los estudiantes deberán atender el cumplimiento de algunos deberes durante la realización de las PAE:

- Cumplir con la normativa vigente relativa a prácticas externas establecida por la universidad.
- Conocer y cumplir el Proyecto Formativo de las prácticas siguiendo las indicaciones del tutor asignado y mantener contacto con el tutor académico de la universidad durante el desarrollo de la práctica y comunicarle cualquier incidencia que pueda surgir en el mismo.
- Incorporarse a la entidad colaboradora de que se trate en la fecha acordada, cumplir el horario previsto en el proyecto educativo y respetar las normas de funcionamiento, seguridad y prevención de riesgos laborales de la misma.
- Desarrollar el Proyecto Formativo y cumplir con diligencia las actividades acordadas con la entidad colaboradora ¹⁷.

Las Prácticas Académicas Externas (PAE) son de suma importancia para los estudiantes y su desarrollo profesional futuro, ya que les ofrecen la oportunidad de enriquecer la formación teórico-práctica obtenida en las aulas con una experiencia laboral en el ámbito empresarial. Esta

colaboración entre la universidad y el mundo empresarial garantiza una formación integral para el estudiante universitario ²².

1.1.3. Momentos clave en las PAE

Todo aprendizaje se produce mediante un proceso, por lo tanto, dicho aprendizaje está constituido por una serie de fases que tienen como fin conducir a un resultado final, en el caso de los estudiantes de enfermería, a realizar una asistencia sanitaria excelente. Según Kolb ²³, el tipo de aprendizaje que hay en un programa de prácticum se considera una “aprendizaje experiencial”, definido como su naturaleza y perspectiva holística e integradora del aprendizaje que combina la experiencia, la percepción, la cognición y el comportamiento. Este proceso de aprendizaje consta de una secuencia de fases:

1. Anticipación del plan a desarrollar: Fase de preparación de las PAE.
2. Realización de las actividades previstas
3. Construcción del significado de la acción llevada a cabo: Fase en la que se comparten experiencias y, por lo tanto, hay una valoración recíproca.
4. Generalización de la experiencia a través de la identificación de elementos comunes a las experiencias de otras personas: Con esta fase se busca crear una idea global del Prácticum a través de las experiencias de diferentes estudiantes.
5. Reflexión sobre experiencias similares existentes en la literatura: Esta fase tiene como fin crear una relación entre la experiencia y la teoría.

Las PAE en el grado en enfermería se realizan para consolidar conocimientos y habilidades, por lo tanto, para una buena realización de estas debe haber un proceso secuencial por parte del estudiante. Zabalza ²⁴ agrupa los diferentes momentos de las PAE en tres fases, una fase de preparación, una de desarrollo, y por último una fase de revisión, así mismo estas fases están divididas en diferentes momentos. Si se describen subfases, la planificación de estas constará de aspectos propios de la organización de las PAE de cada centro educativo, por ejemplo, habrá más fases si el estudiante debe rotar por diferentes servicios.

Es importante desde el inicio de un programa de prácticum asegurar y aclarar las diferentes fases que se esperan durante el periodo de las PAE, de manera que se muestre una buena planificación y permita al estudiante tener un mayor nivel de autonomía sobre sus PAE. En este sentido, Zabalza ²⁵ describe cinco momentos fundamentales para conseguir un periodo de prácticas de calidad:

- **Fase de preparaci3n:** Implica no solamente informar a los estudiantes sobre temas como la asignaci3n de la instituci3n o tutores referentes, si no est1 enfocado en reforzar conocimientos previos de los estudiantes y preparar los diferentes recursos que puedan poner en pr1ctica. Esta fase se suele realizar en el centro universitario o en el centro de pr1cticas.
- **Fase de acogida:** Esta fase describe el primer contacto del estudiante con el centro de pr1cticas y sirve como un indicador para el propio estudiante sobre sus perspectivas durante las PAE. Un buen recibimiento por parte de la instituci3n incluye hacer sentir c3modo al estudiante, y brindarle las herramientas necesarias para una buena realizaci3n de su periodo de pr1cticas. Una acogida con 3xito equivale a una id3nea adaptaci3n del estudiante y, por lo tanto, a un buen desarrollo del primer d1a de las PAE. A destacar que, los estudiantes explican que la acogida es un momento que se recibe con mucho estr3s personal y el recibir una mala acogida significa desorientaci3n sobre lo que deben hacer o sobre lo que se espera de ellos.
- **Fase de revisi3n y retroalimentaci3n (*feedback*):** Esta fase hace alusi3n a la importancia de acompa1ar y ayudar al estudiante durante todo su periodo de pr1cticas. Un periodo de pr1cticas desasistido implica poca calidad formativa. En este sentido, es necesario durante un periodo de pr1cticas que el estudiante cuente con momentos en los que se les permita reflexionar sobre c3mo est1n viviendo sus pr1cticas cl1nicas y que pueden hacer para mejorar esta experiencia.
- **Fase de evaluaci3n:** Las PAE al ser un componente obligatorio de la formaci3n universitaria deben evaluarse. Es importante desde un primer momento aclarar la forma en que se evaluar1 al estudiante, los aspectos m1s relevantes de la evaluaci3n, el valor que la evaluaci3n tiene sobre el periodo de pr1cticas y saber cu1ndo se realizar1 y qui3n la realizar1.
- **Fase de reflexi3n o puesta en com3n:** Esta fase junto a la fase de preparaci3n tienen un gran valor para el buen desarrollo de las PAE. La fase de reflexi3n permite ver de forma retrospectiva la experiencia general vivida durante las PAE y analizar las actividades y emociones que ha habido durante este periodo. Para el buen desarrollo de esta fase se puede realizar de forma grupal para as1 compartir vivencias y enriquecerse mutuamente, o se puede realizar de forma guiada para conseguir una buena reflexi3n. Esta fase, a pesar de ser de gran importancia ya que implica el cierre del Pr1cticum, pocas veces se utiliza.

1.2. Marco de referencia de la propuesta

La presente propuesta está enmarcada dentro del proyecto europeo *“4D in the Digitalization of Learning in Practice Placement”*²⁵, financiado por la Comisión Europea en el marco del programa Erasmus+ KA2 *“Cooperation partnerships in higher education”*. Concretamente, se vincula a los resultados del paquete de trabajo 3 bajo el nombre *‘Co-creación y co-diseño para determinar los componentes clave de la aplicación (LTB) en el aprendizaje basado en la práctica’*²⁷ donde entre los resultados obtenidos se ha identificado la relevancia de la acogida durante el proceso de incorporación en un período de prácticas clínicas. La acogida se materializa en la creación de una trayectoria diseñada para ofrecer material y documentación de incorporación, así como oportunidades de comunicación entre los diferentes actores involucrados (estudiantes, tutores clínicos, tutores académicos y tutores de enlace).

2. Objetivos

El objetivo de la propuesta es contribuir con los resultados al avance del proyecto 4D mediante la realización de un estudio en donde se determinan aquellos momentos de las PAE que pueden generar una respuesta de estrés a los estudiantes del Grado en Enfermería del Centro Universitario TecnoCampus.

De la presente propuesta se espera aportar mayor conocimiento sobre los estresores de los estudiantes y los momentos claves de las PAE, contribuyendo de esa manera en la mejora de las oportunidades de aprendizaje de los estudiantes, su motivación y la eficacia de la formación respecto a la práctica clínica.

A partir del objeto de la presente propuesta se genera y define la pregunta de estudio, el objetivo general y los objetivos específicos:

Pregunta de estudio

¿Cuáles son los momentos clave antes y durante las prácticas académicas externas que generan mayor nivel de estrés a los estudiantes del grado en enfermería?

Objetivo general

Identificar los momentos de estrés antes y durante las prácticas académicas externas de los estudiantes del Grado en Enfermería del Departamento de Salud del Centro Universitario Tecnocampus.

Objetivos específicos

1. Determinar los momentos clave antes y durante las prácticas académicas externas de los estudiantes del Grado en Enfermería.
2. Detectar el estrés antes y durante las prácticas académicas externas de los estudiantes del Grado en Enfermería.
3. Describir las estrategias de afrontamiento del estrés antes y durante las prácticas académicas externas de los estudiantes del Grado en Enfermería.

3. Metodología y método

3.1. Diseño de estudio

Estudio con diseño cuantitativo transversal realizado a los estudiantes del Grado en Enfermería matriculados en el Centro Universitario TecnoCampus durante un periodo de cuatro meses (de enero 2024 a mayo 2024).

Un estudio cuantitativo tiene como propósito cuantificar un problema y se fundamenta en los aspectos numéricos para así poder investigar, analizar y comprobar diversa información. La investigación cuantitativa es una forma de obtener y analizar datos de diversas fuentes usando herramientas informáticas y estadísticas para obtener resultados.

Dentro del estudio cuantitativo se busca obtener una recogida de información estructurada y sistemática para así lograr una medición objetiva, una demostración de la causalidad y/o una generalización de los resultados ²⁸.

3.2. Ámbito y contexto de estudio

El ámbito de estudio es el Centro Universitario TecnoCampus, ubicada en el municipio de Mataró (Barcelona, España). El Centro Universitario TecnoCampus es un centro adscrito a la Universidad Pompeu Fabra (UPF). El centro se encuentra ubicado en el parque tecnológico y universitario TecnoCampus en Mataró ¹³.

3.3. Descripción de los participantes

Población accesible: La población de estudio está compuesta por los estudiantes del Grado en Enfermería matriculados durante el curso académico 2023-2024 en el Centro Universitario TecnoCampus.

El censo de estudiantes del Grado en Enfermería durante este curso académico es de un total de 325 distribuidos de la siguiente manera: 90 estudiantes de primer curso, 85 estudiantes de segundo curso, 75 estudiantes de tercer curso y 75 estudiantes de cuarto curso.

Población elegible: Estudiantes de segundo a cuarto curso del Grado en Enfermería del Centro Universitario TecnoCampus matriculados durante el curso académico 2023-2024.

3.4. Criterios de selección

Para valorar la inclusión de los participantes en este estudio se tuvieron en cuenta criterios relacionados con la realización previa de Prácticas Académicas Externas y formación en el Grado en Enfermería. No se han valorado como criterios de exclusión el género o la edad, dando la oportunidad a participar a todos los estudiantes del Grado en Enfermería que hayan realizado PAE.

Criterios de inclusión:

1. Estar matriculado en el Grado en Enfermería en el Centro Universitario TecnoCampus durante el curso 2023-2024.
2. Haber realizado al menos un periodo de Prácticas Académicas Externas.

Criterios de exclusión:

1. No estar presente en el momento de realización de los cuestionarios.
2. Ser estudiante de primer año del Grado en Enfermería.
3. Ser estudiante de movilidad internacional.

3.5. Selección de la muestra

La población del estudio está constituida por los estudiantes del Grado en Enfermería del Centro Universitario TecnoCampus (N=325). Tras valorar los criterios de inclusión y exclusión del estudio, la muestra elegida es de 235 estudiantes (n=235).

Se ha determinado seleccionar la muestra a partir de un muestreo de conveniencia debido a que este tipo de muestreo permite seleccionar a todas aquellas personas que cumplen los criterios de inclusión y aceptaron ser incluidos. Esto permite que todas las personas de la población elegible tengan la probabilidad de formar parte del estudio, aportando rigurosidad y objetividad en los datos y en los resultados esperados ²⁹.

Tamaño muestral: Aceptando un riesgo alfa de 0.05 para una precisión de +/- 0.05 unidades en un contraste bilateral para una proporción estimada de 0.5, se precisa una muestra aleatoria poblacional de **158 personas**, asumiendo que la población es de 235 personas. Se ha estimado una tasa de reposición del 20% (ver anexo 1).

3.6. Variables de estudio

Para la realización del estudio se han tenido en cuenta dos tipos de variables: Las variables dependientes y las variables independientes.

Variable dependiente

1. Estrés percibido por los estudiantes [*Est*]: Esta variable determina el estrés percibido y presente en las personas, este nivel puede aumentar o disminuir dependiendo de diversos factores.

Variabes independientes

1. *Edad [Ed]*: Esta variable se calculará a través de la pregunta del cuestionario que indica año de nacimiento. Se tratará como una variable cuantitativa expresada en años.
2. *Género [Gen]*: La variable de género se obtendrá a través de la pregunta del cuestionario de género del participante. Será una variable cualitativa nominal: (0= Mujer, 1= Hombre, 2=No binario, 3= Género fluido, 4= Otros).
3. *Año que se está cursando en 2023-2024 [CurEnf]*: El curso al cual pertenece el estudiante. La variable será calculada en el cuestionario mediante la pregunta de curso académico actual: (0= Segundo curso, 1= Tercer curso, 3= Cuarto curso).
4. *Haber realizado prácticas académicas externas [ReaPAE]*: A través de esta variable podremos tener un criterio de inclusión al estudio.
5. *Momentos de estrés [MomEst]*: A través de esta variable se determinan los momentos de estrés clave antes y durante las prácticas académicas externas, como pueden ser: Preparación para las prácticas, Interacción con el entorno clínico, Realización de tareas específicas durante las prácticas, Situaciones estresantes durante las prácticas, Estrategias de afrontamiento del estrés (Apoyo, estrategias de afrontamiento y orientación).

3.7. Recogida de datos

Para medir y conocer los momentos de las PAE a los estudiantes del Grado en Enfermería, se creará y diseñará un cuestionario *ad hoc*, incluyendo algunas preguntas del cuestionario validado de Kezkak ¹¹ con una estructura de cuestionario de un total 15 preguntas, evaluadas mediante una escala de tipo Likert con un máximo de cuatro opciones de respuesta (1= Nulo, 2= Poco, 3= Moderado, 4= Mucho) y, otro apartado con un total de 8 preguntas de respuesta abierta. Para evitar las posibles “no respuestas”, las variables de este cuestionario se configurarán como campo obligatorio, de esta forma se solucionará la posible dificultad de obtener datos perdidos.

El cuestionario consta de 5 bloques distribuidos en base a los objetivos planteados en el estudio.

- Bloque 1: Corresponde a las variables sociodemográficas.
- Bloque 2: Corresponde al objetivo específico 1 (Determinar los momentos clave antes y durante las prácticas académicas externas de los estudiantes del Grado en Enfermería) conformado por 4 preguntas de respuesta abierta.
- Bloque 3: Hace referencia al objetivo específico 2 (Detectar el estrés antes y durante las prácticas académicas externas de los estudiantes del Grado en Enfermería) compuesto por 7 preguntas que hacen referencia a los diferentes momentos del Prácticum (Fase de preparación de las PAE, Fase de acogida de las PAE, Fase de revisión de las PAE, Fase de evaluación de las PAE, Fase de reflexión de las PAE, Fase de despedida de las PAE y, haber realizado rotatorio durante las PAE).
- Bloque 4: Va destinado al objetivo específico 3 (Describir las estrategias de afrontamiento del estrés antes y durante las prácticas académicas externas de los estudiantes del Grado en Enfermería), está compuesto por dos preguntas de modalidad abierta.
- Bloque 5: Va destinado a opiniones y sugerencias que pueden aportar los encuestados al estudio ayudando a mejorar el proyecto.

Para la recolección de los datos se utilizará un cuestionario electrónico diseñado mediante Google Forms[®]. Para la difusión de este cuestionario entre los participantes se utilizarán medios telemáticos y presenciales. A los estudiantes de segundo y tercer curso se les explicará de forma presencial el estudio, los objetivos y se les pedirá la participación voluntaria durante el horario lectivo en el periodo de abril a mayo del 2024. Por otro lado, a los estudiantes de cuarto curso se les enviará de forma telemática la información del estudio junto al consentimiento informado y el propio cuestionario para su resolución. (Ver anexo 2)

Todos los datos recolectados serán inmediatamente enviados tras finalizar el cuestionario. Los datos serán revisados de manera rigurosa y sistemática mediante la comprobación de los datos de todos los cuestionarios. El cuestionario será de carácter anónimo y confidencial.

El cuestionario al ser creado propiamente para este estudio es un cuestionario no validado, es por esta razón que antes de realizar el cuestionario a la muestra de estudio, se realizará una prueba piloto a cinco estudiantes del Grado en Enfermería del Centro Universitario TecnoCampus, de esta manera se podrán identificar y corregir posibles errores de redacción, evaluar la comprensión de las preguntas y ajustar la duración del cuestionario, consiguiendo mejorar la calidad y la eficacia del cuestionario final, siendo así más confiable y fácil de administrar.

3.8. Análisis de datos

Para este estudio el análisis de datos se plantea en dos fases: *Fase I: Depuración y corrección de datos* y *Fase II: Análisis univariado con propósito descriptivo*

Fase I: Depuración y corrección de datos

Durante ésta fase, se buscará identificar y corregir los errores en los datos obtenidos para garantizar su nitidez y coherencia. Mediante la utilización de la herramienta Excel, se realizará un análisis más exhaustivo de los datos faltantes.

Haciendo uso de estadísticas descriptivas como: mediana, moda y desviación estándar, se podrá entender la distribución de los datos de tal manera que se identifiquen los valores faltantes o valores duplicados. Posteriormente, se realizarán pruebas adicionales para que las investigadoras se aseguren de que la depuración de datos ha sido realizada correctamente y se puedan utilizar para el estudio y posterior análisis.

Fase II: Análisis univariado con propósito descriptivo

Durante esta fase se realizará un análisis descriptivo univariante de cada una de las variables del estudio. El objetivo de este análisis es conocer qué significan por separado cada uno de los indicadores del estudio. Las variables cuantitativas se representarán con valores estadísticos determinados como: la media, la mediana, valores máximos y mínimos.

Los dos tipos de variables se representarán gráficamente mediante gráficos de barras, diagramas circulares y nubes de palabras para poder obtener una buena visualización de los datos depurados anteriormente.

3.9. Aspectos de confidencialidad, éticos y legales

Durante todas las fases del estudio, los datos y la identidad de los participantes será anonimizada y se tratará confidencialmente. Cada uno de los participantes del estudio antes de realizar el cuestionario aceptará su participación y se obtendrá su consentimiento informado, en caso contrario, el participante no será incluido en el estudio.

La presente propuesta está sujeta a la evaluación por el Comité de Ética (CE) de TecnoCampus dentro del proyecto 4D. Al mismo tiempo se garantizará la confidencialidad y protección de datos de

acuerdo con lo dispuesto en la Ley orgánica 3/2018 y se garantizarán los aspectos éticos regulados por la Declaración de Helsinki.

4. Resultados

Identificar los momentos de estrés antes y durante las prácticas académicas externas de los estudiantes del Grado en Enfermería del Departamento de Salud del Centro Universitario TecnoCampus

A continuación se detallan los resultados obtenidos del cuestionario realizado con sus respectivas variables de contexto en las que puede apreciarse el contenido de la muestra, así como las variables del estudio llevado a cabo.

La muestra final estuvo constituida por 159 estudiantes con una media de edad de 22,8 años. La figura 1 detalla la distribución de género, donde 134 (84%) eran mujeres y 25 (16%) eran hombres. La figura 2 detalla la distribución de los participantes según el curso académico, donde 43 estudiantes (27,04%) son de segundo curso, 54 estudiantes (33,95%) son de tercer curso y 62 estudiantes (38,99%) son de cuarto curso.

Figura 1. Distribución de los participantes en función del género

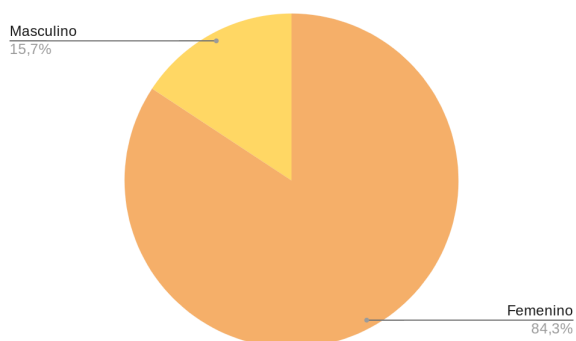
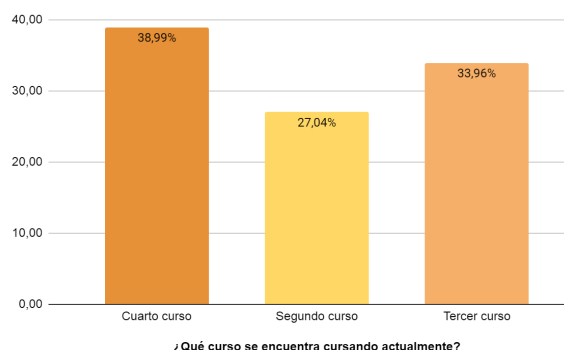


Figura 2. Distribución de los participantes en función al curso académico



A continuación se detallan los resultados para cada uno de los objetivos específicos:

Detectar el estrés antes y durante las prácticas académicas externas de los estudiantes del Grado en Enfermería

Con el objetivo de identificar y comprender el nivel de estrés experimentado por los estudiantes durante las Prácticas Académicas Externas (PAE), se ha establecido la necesidad de detectar momentos críticos en los cuales se presentan situaciones específicas que pueden generar un impacto significativo en el bienestar emocional y el desempeño académico de los estudiantes.

Por lo que corresponde al **Momento 1: Fase de preparación de las PAE**, las figuras 6.1, 6.2, 6.3 y 6.4 determinan aspectos como; No conocer el centro de prácticas externas; Preparación del material y la documentación de las prácticas externas; No saber cómo afrontar las expectativas de los pacientes; Sobrecarga de trabajo relacionada con las otras responsabilidades de la Universidad.

La figura 6.1 detalla que el 88% de los participantes presentan un nivel alto de estrés en el aspecto de “no conocer el centro de prácticas”. La figura 6.2 detalla que más de la mitad de los estudiantes encuestados, concretamente un 71,1% presentan poco nivel de estrés en la “preparación del material y la documentación de las prácticas académicas externas”, aún y siendo uno de los aspectos que tienen más en consideración ante el inicio de estas.

La figura 6.3 detalla que el 78,6% de la muestra presenta un nivel elevado de estrés ante “no saber cómo afrontar las expectativas de los pacientes” siendo tan solo el 2,5% de estudiantes que presentan un nivel de estrés nulo.

La figura 6.4 detalla que el 91,2% de los estudiantes presentan un nivel entre moderado y alto de estrés, lo cual implica que la sobrecarga académica es uno de los mayores estresores entre los estudiantes.

Según los datos descritos, se evidencia que la muestra de estudiantes presenta mayor nivel de estrés debido a la sobrecarga de trabajo y a las responsabilidades que se experimentan antes y durante el inicio de las PAE (figura 6.4) mientras que la preparación del material y la documentación (figura 6.2) muestra que es el momento en el cual los estudiantes presentan el menor nivel de estrés.

Figura 6. Momento 1: Fase de preparación de las PAE

Figura 6.1. No conocer el centro de prácticas externas

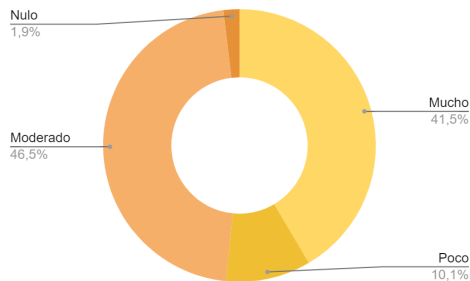


Figura 6.2. Preparación del material y la documentación de las prácticas externas

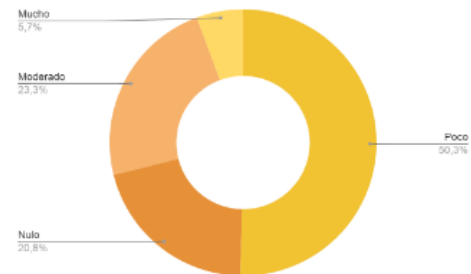


Figura 6.3. No saber cómo afrontar las expectativas de los pacientes

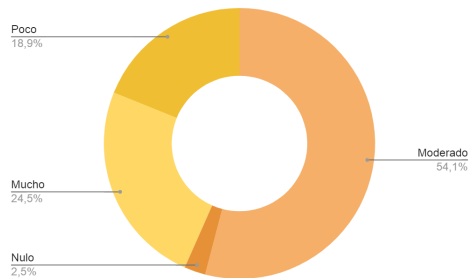
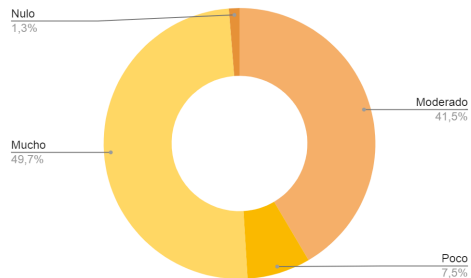


Figura 6.4. Sobrecarga de trabajo relacionada con las otras responsabilidades de la universidad



El **Momento 2: Fase de acogida de las PAE** hace referencia a la fase de introducción de los estudiantes en los contextos de prácticas. El detalle de este momento se puede encontrar en las figuras 7.1, 7.2, 7.3 y 7.4.

La figura 7.1 detalla que el 96,2% de los estudiantes presentan altos niveles de estrés ante la situación de no sentirse integrados por el equipo, siendo nulo el porcentaje de inexistencia de estrés. La figura 7.2 detalla que la acogida en las PAE es uno de los momentos más significativos para los estudiantes, siendo un 88,7% de los estudiantes los cuales refieren altos niveles de estrés.

La figura 7.3 detalla que el 70,5% de los estudiantes presentan un nivel alto-moderado de estrés ante el cumplimiento de sus propias expectativas en referencia a las PAE. Nuevamente, la sobrecarga académica es la situación que los estudiantes asocian con mayores niveles de estrés, la figura 7.4 detalla que un 93,1% de los estudiantes presentan niveles altos de estrés, solo el 5% han descrito esta situación con un nivel de poco estrés.

Los datos obtenidos evidencian que la muestra presenta altas proporciones de estrés en esta fase de acogida en las PAE. La preocupación y el nerviosismo por parte del estudiantado de no encajar en un nuevo entorno hacen que el momento 2 sea el más estresante del Practicum.

Figura 7. Momento 2: Fase de acogida de las PAE

Figura 7.1. No sentirse integrado por parte del equipo

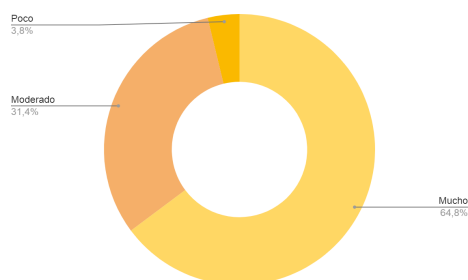


Figura 7.2. Tener una acogida por parte del hospital insuficiente

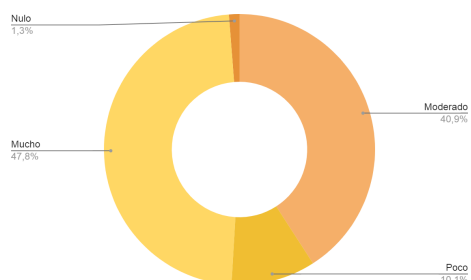


Figura 7.3. Cumplir con expectativas propias

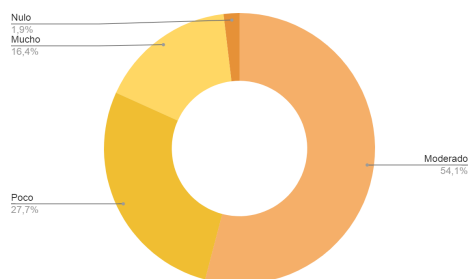
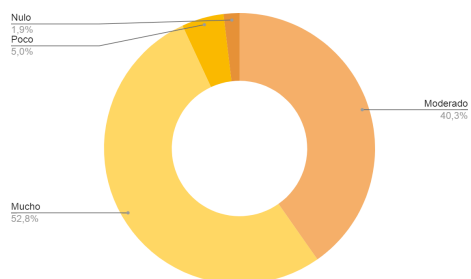


Figura 7.4. Sobrecarga de trabajo relacionada con las otras responsabilidades de la universidad



El **Momento 3: Fase de revisión de las PAE**, viene detallado por las figuras 8.1, 8.4, 8.5 y 8.6, fase que determina la revisión de las PAE.

La figura 8.1 y 8.3 hacen referencia al nivel de estrés que hay con las discrepancias entre lo que se enseña en la universidad y lo que se enseña en el hospital y, al nivel de estrés que generan los seminarios durante las PAE. En ambos gráficos se muestra la gran variación de opiniones respecto al estrés que presentan cada uno de los estudiantes, quedando igualados los niveles de estrés percibidos (poco-moderado).

La figura 8.2 muestra que los estudiantes obtienen un 61,6% de estrés elevado por no tener suficiente comunicación con la tutora de seguimiento mientras que nuevamente como bien se muestra en la figura 8.4, la sobrecarga de trabajo relacionada con las otras responsabilidades de la universidad abarca la mayor parte de estrés con un 91,9%.

Con los datos obtenidos y analizados se evidencia que durante esta fase de las PAE la mayor proporción de estrés percibida por los estudiantes es ante la sobrecarga de trabajo que experimentan.

Figura 8. Momento 3. Fase de revisión de las PAE

Figura 8.1. Discrepancias entre lo que me han enseñado en la universidad (teoría) y lo que me enseña la tutora clínica (práctica)

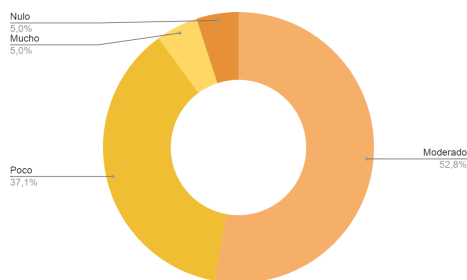


Figura 8.2. No tener suficiente comunicación con mi tutora de seguimiento

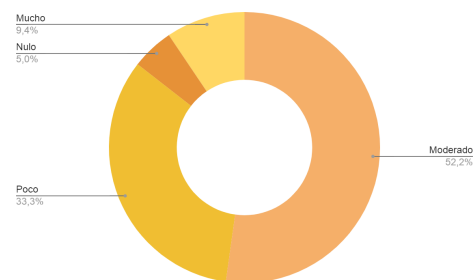


Figura 8.3. Seminarios de prácticas

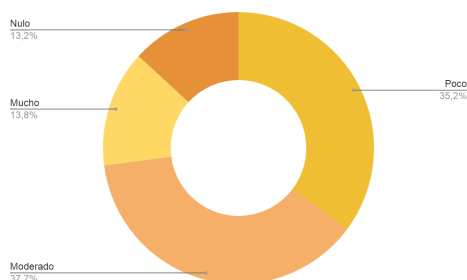
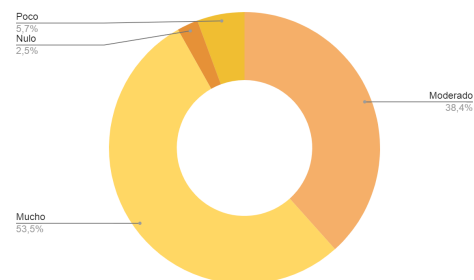


Figura 8.4. Sobrecarga de trabajo relacionada con las otras responsabilidades de la universidad



El Momento 4: Fase de evaluación de las PAE hace referencia a la fase de evaluación de las prácticas, el detalle se puede encontrar en las figuras 9.1, 9.2, 9.3 y 9.4.

La figura 9.1 detalla que el 74,2% de los estudiantes presentan altos niveles de estrés ante no haber cumplido las expectativas del practicum. La figura 9.2 detalla que no saber quién realizará la evaluación es una de las situaciones que mayor nivel de estrés genera a los estudiantes, siendo un 79,2% de los estudiantes quienes refieren presentar niveles altos-moderados de estrés.

La figura 9.3 que hace referencia a tener poco contacto con la tutora de seguimiento, detalla que ante esta situación más de la mitad de los estudiantes presentan altos niveles de estrés. La sobrecarga académica nuevamente es la situación que los estudiantes asocian con mayores niveles de estrés, la figura 9.4 detalla que un 89,3% de los estudiantes presentan niveles altos de estrés.

Ante los datos obtenidos se evidencia que la muestra durante esta fase de las PAE presenta mayores proporciones de estrés ante la incertidumbre de quien realiza la evaluación y la sobrecarga académica que se va repitiendo durante las diferentes fases de las prácticas.

Figura 9. Momento 4: Fase de evaluación de las PAE

Figura 9.1. No haber cumplido las expectativas del practicum

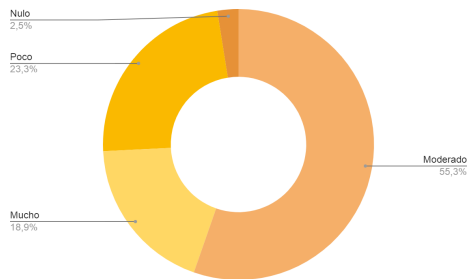


Figura 9.2. No tener claro qué tutora realizará la evaluación

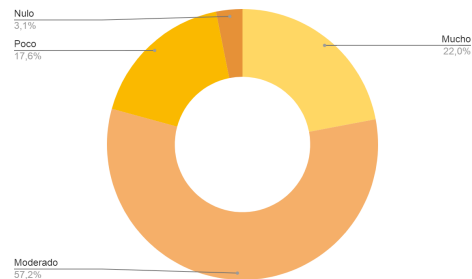


Figura 9.3. No tener suficiente contacto con la tutora de seguimiento

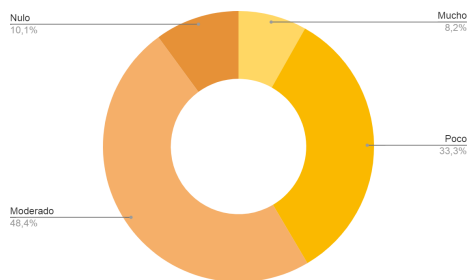
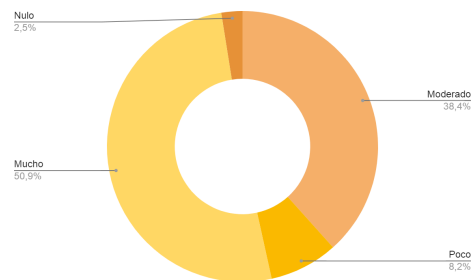


Figura 9.4. Sobrecarga de trabajo relacionada con las otras responsabilidades de la universidad



El **Momento 5: Fase de reflexión de las PAE** hace referencia a la fase de reflexión de las prácticas y el detalle se puede encontrar en las figuras 10.1, 10.2, 10.3 y 10.4.

La figura 10.1 evidencia que el 76,1% de los estudiantes refieren niveles altos-moderados de estrés ante no haber cumplido las expectativas propias del practicum. La figura 10.2 detalla que no identificar si se han adquirido nuevas aptitudes genera niveles altos-moderados de estrés, siendo un 68,3% de los estudiantes quienes refieren presentar niveles altos de estrés.

Figura 10. Momento 5: Fase de reflexión de las PAE

Figura 10.1. No haber cumplido mis expectativas

Figura 10.2. No identificar si se han adquirido nuevos conocimientos y aptitudes con el Practicum

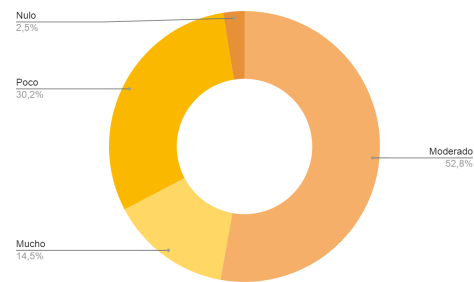
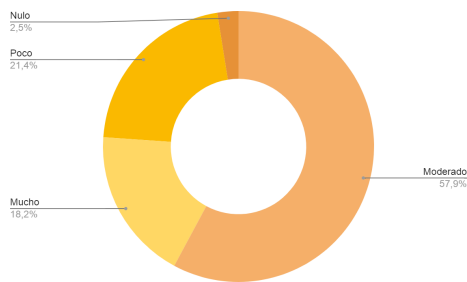
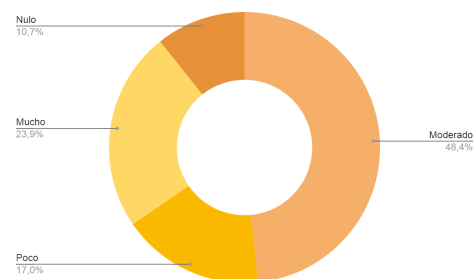
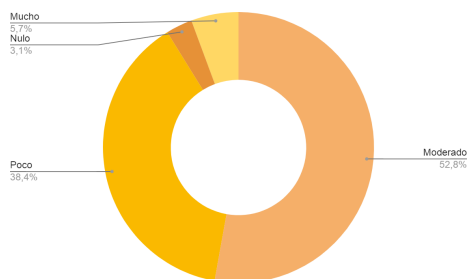


Figura 10.3. Discrepancias entre lo enseñado en la universidad (teoría) y lo enseñado por la tutora clínica (práctica)

Figura 10.4. Expectativas del siguiente periodo de prácticas o trabajo



La figura 10.3 que hace referencia a la discrepancia entre la teoría y la práctica, detalla que ante esta situación más de la mitad de los estudiantes presentan altos niveles de estrés. Las expectativas del siguiente periodo de prácticas es asociada con altos niveles de estrés, la figura 10.4 detalla que un 72,3% de los estudiantes presentan niveles altos-moderados de estrés.

Con los datos obtenidos y analizados se evidencia que durante esta fase de las PAE la mayor proporción de estrés percibida por los estudiantes es ante no cumplir sus propias expectativas.

El **Momento 6: Fase de despedida de las PAE**, el cual hace referencia a la fase de despedida de las PAE está determinado por las figuras 11.1, 11.2, 11.3 y 11.4.

La figura 11.1 evidencia que 67,9% de los estudiantes refieren menor nivel de estrés por dejar el entorno clínico y el equipo de trabajo.

La figura 11.2, hace evidente que para los estudiantes, su futuro profesional después de finalizar las prácticas clínicas es la fase donde desarrollan mayor grado de estrés con un 91,1%.

Figura 11. Momento 6: Fase de despedida de las PAE

Figura 11.1. Dejar el entorno clínico y el equipo de trabajo

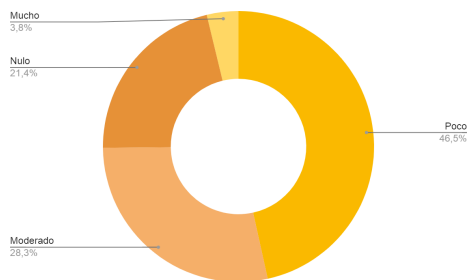


Figura 11.2. Tu futuro profesional después de finalizar tus prácticas clínicas

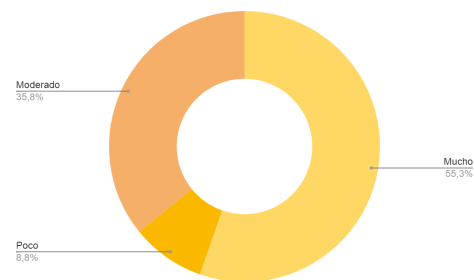


Figura 11.3. La transición de nuevo a la universidad o al entorno laboral

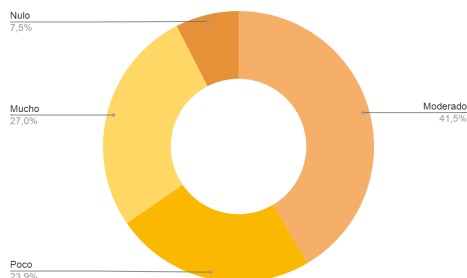
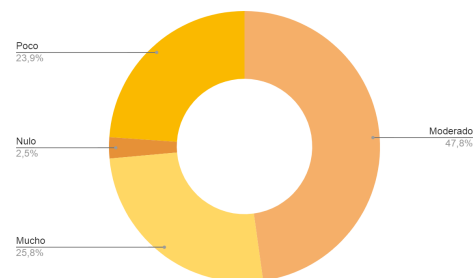


Figura 11.4. Expectativas sobre las responsabilidades y desafíos en el próximo periodo de prácticas



La figura 11.3, muestra que para los encuestados la transición de nuevo a la universidad o al entorno laboral les produce un elevado nivel de estrés con un 68,5%, mientras que las expectativas sobre las responsabilidades y desafíos para el próximo período de prácticas el nivel de estrés incrementa con un 73,6% según muestra la figura 11.4.

El **Momento 7: Fase de experiencia en rotación por los diferentes servicios**, hace referencia a la fase de rotación por diferentes servicios durante las PAE y se puede terminar en las figuras 12.1, 12.2, 12.3 y 12.4.

La figura 12.1 detalla que el 84,6% de los encuestados presentan un nivel alto de estrés ante encontrarse solos para conocer el nuevo equipo de prácticas. La figura 12.2 detalla que más de la mitad de los estudiantes encuestados (83,9%) presentan niveles altos-moderados de estrés al no conocer el nuevo servicio o unidad de las PAE.

Figura 12. Momento 7: Fase de experiencia en rotación por los diferentes servicios

Figura 12.1. Estar solo, sin la tutora de seguimiento para que te presente al equipo y el centro

Figura 12.2. No conocer el nuevo servicio o unidad de las PAE

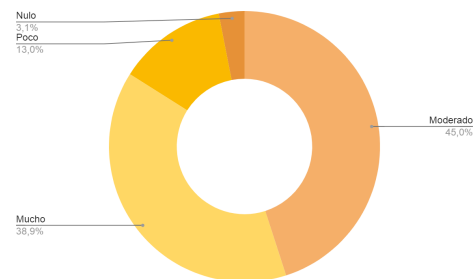
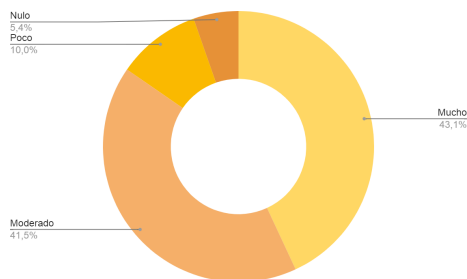
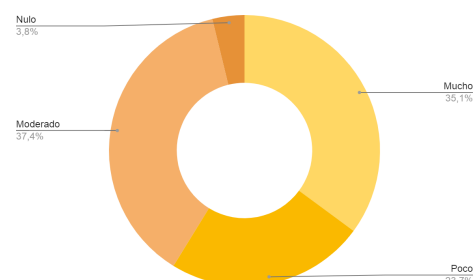
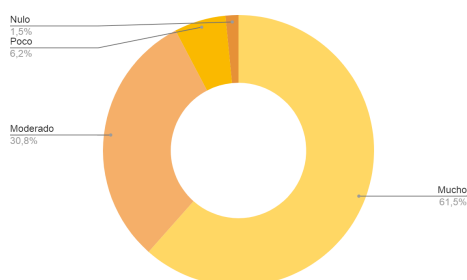


Figura 12.3. No sentirte integrado por parte del nuevo equipo

Figura 12.4. Volver a empezar una nueva rutina i/o dinámica del nuevo servicio/unidad



La figura 12.3 detalla que la situación mayor asociada a altos niveles de estrés es no sentirse integrado por parte del nuevo equipo, siendo un 92,3% de los estudiantes los cuales refieren niveles altos-moderados de estrés.

La figura 12.4 detalla que el 72,5% de los estudiantes presentan altos niveles de estrés ante empezar nuevamente una rutina en otra unidad, mientras que solo el 27,5% refiere bajos niveles de estrés.

Con los datos obtenidos se evidencia que, tal como en el momento 2 (Fase de acogida), durante esta fase la muestra presenta altas proporciones de estrés. Nuevamente, la incertidumbre de encajar en el equipo y en el nuevo entorno hace que la situación sea un generador de estrés para los estudiantes.

5. Discusión

El análisis de datos ha permitido identificar los momentos de estrés antes y durante las prácticas académicas externas de los estudiantes del Grado en Enfermería del Departamento de Salud del Centro Universitario TecnoCampus.

La estadística de género muestra cómo más de tres cuartas partes de los entrevistados son mujeres. La edad de la muestra varía según el curso al cual está matriculado el estudiante; siguiendo un patrón, la edad aumenta a medida que avanzan los cursos académicos, sin embargo, la media de edad (22,8 años) es similar a la edad de otros estudios³⁰ previamente realizados.

Como resultado principal se ha hallado que el momento de mayor estrés para los estudiantes es el relacionado con la acogida, esto se puede deber a que las situaciones relacionadas con conocer el centro de prácticas y al equipo generan mayor incertidumbre al estudiante debido a que el primer contacto es aquel que te define los primeros días de prácticas y la adaptación a estas. Este análisis es diferente a otro estudio realizado³¹, en donde se demuestra que situaciones como “estrés por relación profesional” no tiene resultados significativos.

En comparación con la respuesta de estrés que genera la acogida de las prácticas, la preparación para el comienzo de estas (preparación del material y documentos) es descrita como un momento significativo y clave del prácticum, pero no de altos niveles de estrés. Sin embargo, dentro de los momentos que engloban la preparación del periodo de prácticas, el que destaca por ser un generador de estrés es la determinación de las prácticas, es decir, la asignación de plazas de prácticas. Esto se ve reflejado no solo en los porcentajes de estrés con un 88% de encuestados presentando niveles moderados de estrés, sino que también en las opiniones descritas en las preguntas abiertas, en donde se mencionan comentarios como: *“Que el lugar de prácticas quede lejos de mi domicilio”* o *“Ir a un servicio que no me gusta y que queda muy lejos de mi domicilio”*.

Al igual que otras investigaciones enfocadas en el estado de ánimo de los estudiantes³², otro de los hallazgos más destacables es la sobrecarga académica. Este aspecto ha sido el más relacionado con niveles altos de estrés durante todas las fases de las PAE con más de un 89% de respuestas manifestadas con nivel alto de estrés en cada una de las preguntas relacionadas con la sobrecarga académica. Esto puede deberse a que los estudiantes cuando están en periodo de prácticas presentan otras responsabilidades académicas como son; trabajos, seminarios o periodos de exámenes próximos a la realización de las PAE.

Por otro lado, según varios estudios ^{33,34}, el perfil de la tutora clínica y la tutora de seguimiento són unas figuras esenciales en la formación de los estudiantes de enfermería, ya que son el modelo y las guías en los procesos de aproximación a la realidad profesional. Por este mismo motivo, el no tener suficiente comunicación con sus tutoras de prácticas (tutora clínica y tutora de seguimiento) produce un nivel de estrés elevado (61,6%). Según varios estudiantes afirman en las preguntas abiertas del cuestionario realizado, el *“miedo a que la tutora de seguimiento no haga una presentación correcta el primer día”* o a que *“la enfermera referente no quiera alumnos”* hace que el estrés se vea más reflejado y notorio. La capacidad de generar climas de aprendizaje adecuados generando una relación estudiante-docente empática es una característica muy valorada e importante por los estudiantes, ya que decidirá cómo evolucionarán las PAE y el proceso de aprendizaje del estudiantado.

Un hallazgo destacable es la diferencia de nivel de estrés dentro de una misma fase de las PAE. Durante el momento de despedida de las PAE se ha podido observar que los niveles de estrés varían considerablemente, por un lado, el pensamiento del futuro profesional presenta un 91,1% de respuestas que afirman que genera un nivel de estrés elevado, mientras que situaciones como dejar el entorno clínico y el equipo de trabajo el 67,9% de los encuestados refieren tener poco nivel de estrés.

Hay estrategias de afrontamiento más estables o consistentes que otras de acuerdo con la situación estresante planteada. En este sentido, la más utilizada por los estudiantes se relaciona con la búsqueda de apoyo social ya sea por la tutora clínica o por los compañeros. En segundo lugar, y coincidiendo con un estudio realizado ¹⁵, los estudiantes muestran una mayor tendencia hacia el afrontamiento activo emocional, refiriéndose a cambiar las situaciones de manera proactiva (reparar conceptos, realizar técnicas que cuestan o simplemente descansar para ser más efectivo durante la realización de las PAE). Técnicas como el afrontamiento emocional por evitación son las menos utilizadas por los estudiantes, cómo también se muestra en el estudio mencionado anteriormente, un pequeño porcentaje utiliza este método de estrategia como modo de auto distracción o negación.

6. Conclusiones

A partir de los resultados analizados y de la discusión planteada, se han podido extraer las siguientes conclusiones:

1. Antes del inicio de las PAE los momentos específicos para los estudiantes están enfocados en la **preparación de los documentos y material necesarios** para el inicio de las prácticas. Esto refleja alta preocupación por parte de los estudiantes para estar adecuadamente preparados y organizados para enfrentar las prácticas.
2. Durante el transcurso de las PAE, los momentos clave y que pueden generar **sentimiento de anticipación o nerviosísimo** a los estudiantes son: El primer día de prácticas, la acogida por parte del equipo hospitalario, y los procesos de evaluación. Estos resultados resaltan la importancia de proporcionar un apoyo adecuado en estos momentos para reducir el estrés y mejorar la experiencia de los estudiantes durante las PAE.
3. La **sobrecarga académica** es descrita como uno de los mayores estresores para los estudiantes durante todas las fases de las PAE. Estos hallazgos implican la necesidad de abordar la gestión de la carga académica, implementando estrategias que ayuden a equilibrar las responsabilidades académicas con la práctica clínica para así disminuir los niveles de estrés.
4. A nivel de fases de las PAE coinciden tanto la **acogida como el cambio de rotatorio** como uno de los momentos de mayor estrés para los estudiantes; esto se debe a la combinación de incertidumbre a no sentirse integrado, la presión propia de las expectativas impuestas, la adaptación a nuevas rutinas y la carga académica. Esto sugiere la necesidad de mejorar los momentos de acogida, brindando mejores herramientas para la integración del estudiante al entorno clínico y disminuyendo los niveles de estrés para así mismo conseguir un buen desarrollo de las PAE.
5. El **futuro profesional** tiene un nivel significativo de estrés entre los estudiantes, esto deriva de la combinación de las expectativas tanto personales como profesionales, la transición de la vida universitaria a la profesional y la incertidumbre del desarrollo profesional. Estos resultados no solo se han visto reflejados en los estudiantes de cuarto curso, los estudiantes de segundo y tercero también muestran altos niveles de estrés ante la transición de la parte clínica a la universitaria, y ante el pensamiento de empezar un futuro profesional.

6. Los estudiantes destacan la importancia de tener una **retroalimentación clara** durante las PAE, esto resalta la importancia de una comunicación efectiva y asertiva entre los estudiantes y sus tutoras tanto clínicas como de seguimiento, para así mitigar el estrés que supone el momento de la evaluación.

7. Los estudiantes del grado de enfermería para mejorar los niveles de estrés utilizan diversas **estrategias y técnicas de afrontamiento y relajación**. La más referida y utilizada es hablar con los compañeros y repasar conceptos clave. Estas técnicas señalan la importancia de un enfoque colaborativo y que brinde apoyo, en donde la comunicación recae como la herramienta más importante.

7. Implicaciones en la Práctica Profesional

La práctica enfermera actualmente se divide en diferentes funciones, el trabajo de investigación realizado permite tener diversas implicaciones en estas prácticas profesionales.

La propuesta de investigación tiene un impacto directo en la práctica asistencial, tanto para las enfermeras como para los estudiantes. Este trabajo proporciona información crucial sobre aquellos momentos específicos y qué mayor estrés generan a los estudiantes durante sus PAE. Esto es significativo para las enfermeras clínicas, ya que son las figuras con implicación más directa con los estudiantes durante las prácticas. El tener conocimiento de los presentes resultados puede ayudar a mejorar la experiencia del estudiante, adaptando el entorno y las actividades para así conseguir un buen desarrollo de las prácticas. Esto a su vez, fomenta un ambiente de aprendizaje más positivo, lo que contribuye a una mejor calidad asistencial por parte de los estudiantes.

La implicación que tiene en las enfermeras clínicas está muy relacionada con las enfermeras de docencia. Los resultados de esta propuesta pueden ayudar a la creación y diseño de programas de formación y desarrollo de estrategias de enseñanza-aprendizaje. Conocer los factores estresantes para los estudiantes en el entorno clínico y asistencial puede ayudar a evaluar diferentes estrategias de enseñanza centradas en las necesidades de los estudiantes. Esto contribuye a mejorar la calidad de la enseñanza en enfermería y permite preparar a los estudiantes para enfrentarse a los desafíos de la práctica clínica con éxito y menores niveles de estrés.

Por otro lado, el trabajo descrito también tiene diversas implicaciones en la práctica profesional de las enfermeras del área de gestión. Los resultados pueden permitir comprender los factores clave en entornos clínicos e identificar las áreas de mejora, implementando intervenciones específicas para los retos y desafíos de las tutoras clínicas, ayudando en la formación clínica de los estudiantes. La enfermera gestora mediante ajustes en la programación del personal y la supervisión clínica, asegura que el ambiente educativo sea el adecuado, preparando a los estudiantes en abordar la asistencia sanitaria de manera efectiva.

Finalmente, los resultados de la presente propuesta pueden ayudar a identificar nuevas áreas de investigación relacionadas con las PAE, un área que actualmente requiere mayor investigación. Esto permitirá contribuir al avance del desarrollo de unas prácticas basadas en la evidencia para mejorar la experiencia de los estudiantes y, por lo tanto, cumplir el objetivo implícito de nuestro trabajo, que es conseguir mejoras en las PAE para así formar profesionales excelentes.

8. Cronograma

		MESES																															
		NOVIEMBRE				DICIEMBRE				ENERO				FEBRERO				MARZO				ABRIL				MAYO				JUNIO			
FASES	ACTIVIDADES	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4
FASE 1: Planificación y memoria de seguimiento	Elección tema TFG																																
	Tutoría preliminar del TFG y firma del contrato de aprendizaje																																
	Elaboración objetivos																																
	Elaboración del cronograma																																
	Búsqueda bibliográfica																																
	Redacción de la introducción																																
	Elaboración de la metodología																																
	Tutorías Director TFG																																
FASE 2: Desarrollo e Implementación	Analizar resultados																																
	Depuración y corrección																																
	Análisis univariante																																
	Redacción de la discusión																																
FASE 3: Evaluación e Implementación	Describir conclusiones																																
	Entrega memoria seguimiento																																
	Entrega memoria final																																
	Defensa tribunal																																

9. Referencias bibliográficas

1. Moya Nicolás M, Larrosa Sánchez S, López Marín C, López Rodríguez I, Morales Ruiz L, Simón Gómez A. Percepción del estrés en los estudiantes de enfermería ante sus prácticas c 2013 Jul [citado el 10 de febrero de 2024] ; 12 (31): 232-253. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412013000300014&lng=es.
2. Canet Vélez O, González Gálvez P. La guía de seguimiento del Prácticum en enfermería, una estrategia de calidad [Internet]. 31.ª ed. Venezuela: Redalyc ; 2015 [citado el 10 de febrero de 2024]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/310/31045567018.pdf>
3. Sánchez Martín A. Factores estresores en estudiantes de enfermería durante la realización de las prácticas clínicas [Internet]. 99.ª ed. NURE investigación: Revista Científica de enfermería,; 2019 [citado el 10 de febrero de 2024]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7125328>
4. Estrés [Internet]. Who.int; 2023 [citado el 10 de febrero de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>
5. Bértola D. Hans Selye y sus ratas estresadas. Medicina Universitaria (Arg) 2010; 12 (14): 142-143. [citado el 10 de febrero de 2024]. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-medicina-universitari...>
6. Ortega Villalobos J. Estrés y trabajo. Joserra. [Internet]. 2001; [citado el 9 de Febrero del 2024]. Disponible en: <http://www.medynet.com/usuarios/jraguilar/estres%20y%20trabajo.htm>
7. Reacción de alarma [Internet]. NIH Instituto Nacional del Cáncer . [citado el 10 de febrero de 2024]. Disponible en: <https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionarios/diccionario-cancer/def/reaccion-de-alarma>
8. Valera S. El modelo de Selye . [Internet]. UB [citado el 10 de febrero de 2024]. Disponible en: http://www.ub.edu/psicologia_ambiental/unidad-4-tema-8-2-1#:~:text=Fase%20de%20resistencia.,menos%20lesiva%20para%20la%20persona.
9. Segundo MJ, Capdevila N. Estrés. Causas, tipos y estrategias nutricionales. Elsevier. [Internet]. 2005 Sept; [citado el 14 de Febrero del 2024] Vol. 24 (8): 96-104. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-estres-13078580>
10. Silva Ramos MF, López Cocotle JJ, Sánchez de la Cruz O, González Angulo P. Estrés académico en estudiantes de Licenciatura en Enfermería. RECIEN. [Internet]. 2019; [citado el 14 de

- Febrero del 2024] Vol. 1 (8): 25-39. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7188378>
11. Zupiria Gorostidi X, Uranga Iturriotz MJ, Alberdi Erize MJ, Barandiaran Lasa M. KEZKAK: cuestionario bilingüe de estresores de los estudiantes de enfermería en las prácticas clínicas. [Internet]. 2002. [citado el 10 de febrero de 2024]. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/gv/v17n1/orig5.pdf>
 12. García Rodríguez J.J, Labajos Manzanares M.T, Fernández Luque F. Características personales de los estudiantes de enfermería que les hacen vulnerables al estrés. 2014; (102): 20-26. [citado el 11 de febrero de 2024];1. Disponible en: <https://www.huvv.es/sites/default/files/revistas/ED-102-06.pdf>
 13. PRACTICUM INTRODUCTORI II [Internet]. Tecnocampus.cat. [citado el 20 de febrero de 2024]. Disponible en: <https://www.tecnocampus.cat/es/node/7846>
 14. Peya Gascóns M. La formación enfermera de Educación Superior en el Espacio Europeo. Nursing [Internet]. 2007; 25 (3):58-66. [citado el 10 de febrero de 2024] <https://www.elsevier.es/es-revista-nursing-20-pdf-S0212538207708877>
 15. Valdez López Y.C, Marentes Patrón R.A, Correa Valenzuela S.E, Hernández Pedroza R.I, Enríquez Quintero I.D, Quintana Zavala M.O. Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento utilizadas por estudiantes de la licenciatura en Enfermería. Enferm. glob. [Internet]. 2022 [citado el 11 de febrero de 2024] ; 21(65): 248-270. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412022000100248#B5
 16. Prácticas Externas [Internet]. Centro Universitario de Enfermería San Juan de Dios. 2023 [citado el 14 de febrero de 2024]. Disponible en: <https://cue.sid.es/estudios/grado-en-enfermeria/planificacion-de-la-ensenanza/practicas-externas>
 17. Real Decreto 592/2014, de 11 de julio. Regulación de las prácticas académicas externas de los estudiantes universitarios. BOE, nº 184 de 30 de Julio de 2014) [citado el 14 de febrero de 2024]. Disponible en: <https://www.boe.es/buscar/pdf/2014/BOE-A-2014-8138-consolidado.pdf>
 18. Consejogeneralenfermeria.org. [Internet]. 2024 [citado el 22 de febrero de 2024]. Disponible en: <https://www.consejogeneralenfermeria.org/primer-ciclo/plan-de-estudios>
 19. ¿Qué es el Espacio Europeo de Educación Superior? [Internet]. Educaweb.com. [citado el 22 de febrero de 2024]. Disponible en:

<https://www.educaweb.com/contenidos/educativos/espacio-europeo-educacion-superior-ees/es-espacio-europeo-educacion-superior/>

20. Real Decreto 1125/2003, de 5 de septiembre, Establece el Sistema Europeo de Créditos y el sistema de calificaciones en las titulaciones universitarias de carácter oficial y validez en todo el territorio nacional. BOE, nº 224 de 18 de Septiembre de 2003) [citado el 14 de febrero de 2024]. Disponible en: <https://www.boe.es/eli/es/rd/2003/09/05/1125/dof/spa/pdf>
21. Real Decreto 1393/2007, de 29 de Octubre, Ordenación de las Enseñanzas Universitarias Oficiales . BOE, nº 260 de 30 de Octubre de 2007) [citado el 14 de febrero de 2024]. Disponible en: <https://www.boe.es/eli/es/rd/2007/10/29/1393/dof/spa/pdf>
22. Esteban Salvador L. Las prácticas externas: el modelo de la Escuela de Graduados Sociales de Teruel. 1999. [citado el 12 de febrero de 2024]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es › descarga › articulo>
23. Cliffs E, Hall. NP. Experiential learning: experience as the source of learning and development [Internet]. Fullerton.edu. [citado el 15 de febrero de 2024]. Disponible en: https://www.fullerton.edu/cice/_resources/pdfs/sl_documents/Experiential%20Learning%20-%20Experience%20As%20The%20Source%20Of%20Learning%20and%20Development.pdf
24. Zabalza, M. El Practicum y las prácticas externas en la formación universitaria [Internet]. Uma.es. [citado el 15 de febrero de 2024]. Disponible en: <https://revistas.uma.es/index.php/iop/article/view/8254/7643>
25. Zabalza, M. Condiciones para el desarrollo del practicum. 2004.[Internet]. Ugr.es. [citado el 17 de febrero de 2024]. Disponible en: <https://www.ugr.es/~recfpro/rev82ART1.pdf>
26. Martínez-Gaitero C, Dennerlein SM, Dobrowolska B, Fessler A, Moreno-Martínez D, Herbstreit S, Peffer G, Cabrera E. Connecting actors with the introduction of mobile technology in healthcare practice placements (4D Project): Protocol for a mixed methods study. JMIR Research Protocols. 23/11/2023:53284. [citado el 23 de febrero de 2024]. Disponible en: <https://preprints.jmir.org/preprint/53284>
27. Fessler A, Dennerlein SM, Treasure-Jones T, Elferink R, Garcia C, Martínez-Gaitero C, and the 4D Project Consortium (2023). Successful adoption of mobile technology in practice-based learning. 4D in the Digitalisation of Learning in Practice Placement (4D Project). [citado el 23 de febrero de 2024]. Disponible en: <https://4d.tecnocampus.cat/results/>
28. Alan Deill D, Cortez Suárez L. Proceso y fundamentos de la investigación científica. 2018. [citado el 17 de febrero de 2024]. Disponible en:

<http://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/14232/1/Cap.4-Investigaci%C3%B3n%20cuantitativa%20y%20cualitativa.pdf>

29. Otzen T, Manterola C. Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. Int. J. Morphol. [Internet]. 2017 Mar [citado el 14 de Febrero del 2024] ; 35(1): 227-232. Disponible en: https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95022017000100037&lng=en&nrm=iso&tlng=en
30. Liébana-Presa C, Fernández-Martínez M.E, Vázquez-Casares A.M, López-Alonso A.I, Rodríguez-Borrego M.A. Burnout y engagement en estudiantes universitarios de enfermería. Enferm. glob. [Internet]. 2018 [citado el 15 de Mayo de 2024] ; 17(50): 131-152. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412018000200131
31. De Dios Duarte MJ, Varela Montero I, Braschi Diaferia L, Sánchez Muñoz E. Estrés en estudiantes de Enfermería. Educación Médica Superior. [Internet]. 2017 [citado el 20 de Mayo de 2024]; 31(3): 110-123. Disponible en: http://scielo.sld.cu/pdf/ems/v31n3/a13_ems_1067.pdf
32. Alves Apóstolo JL, Alves Rodrigues M, Pineda Olvera J. Evaluación de los estados emocionales de estudiantes de enfermería. Index de Enfermería. 2007;16(56):26-29. [citado el 15 de Mayo de 2024] Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962007000100006
33. Carrasco P, Dois A. Perfil de competencias del tutor clínico de enfermería desde la perspectiva del personal de enfermería experto. FEM (Ed. impresa) [Internet]. 2020 [citado el 17 de Mayo de 2024] ; 23(2): 81-87. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2014-98322020000200006
34. Solano Ruiz M.C, Siles González J. La figura del tutor en el proceso de prácticas en el Grado de Enfermería. Index Enferm [Internet]. 2013 Dic [citado el 19 de Mayo de 2024] ; 22(4): 248-252. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1132-12962013000300014&script=sci_arttext&tlng=p

10. Anexos

Anexo 1: Estimación poblacional

Proporciones : Estimación poblacional

Nivel de confianza: 0.95 0.90 Otro

Población de referencia (Intro = >999999):

Estimación de la proporción en la población:

Precisión de la estimación para el nivel de confianza seleccionado:

Proporción estimada de reposiciones necesarias:

calcula

18/02/2024 14:47:48 - Estimación poblacional (Proporciones)

Aceptando un riesgo alfa de 0.95 para una precisión de +/- 0.05 unidades en un contraste bilateral para una proporción estimada de 0.5, se precisa una muestra aleatoria poblacional de 158 sujetos, asumiendo que la población es de 235 sujetos. Se ha estimado una tasa de reposición del 20%.

Anexo 2: Cuestionario

El estrés del estudiante del grado en enfermería durante el periodo de prácticas externas

Hoja Informativa y Consentimiento Informado

Por favor lea esta información cuidadosamente antes de decidir su participación en el estudio: “Estudio cuantitativo transversal basado en el estrés del estudiante del grado en enfermería durante el periodo de prácticas externas“. Las investigadoras principales de éste proyecto són Stephanie Moncada Luna y Nadine Moreno Monterroso. Pueden ponerse en contacto con ellas a través del mail (smoncada@edu.tecnocampus.cat y nmorenomo@edu.tecnocampus.cat) para cualquier duda o aclaración que necesiten.

Se trata de un estudio en colaboración con el estudio europeo “4D Digitalization in Learning Practice Placement”, que tiene como objetivo principal contribuir con los resultados al avance del proyecto 4D mediante la realización de un estudio en donde se determinan aquellos momentos del Practicum que pueden generar respuesta de estrés a los estudiantes del grado en enfermería del centro universitario TecnoCampus. Con los resultados se espera aportar mayor conocimiento sobre los estresores de los estudiantes y los momentos clave de las PAE, contribuyendo de esta manera en la mejora de las oportunidades de aprendizaje de los estudiantes, su motivación y la eficacia de la formación respecto a la práctica clínica.

El objetivo general del estudio es identificar los momentos de estrés antes y durante las prácticas académicas externas de los estudiantes del Grado de Enfermería del Departamento de Salud del Centro Universitario Tecnocampus. En este sentido, la finalidad de su participación es obtener los datos necesarios para describir y analizar las variables y la interrelación de estas variables, y explorar las experiencias subjetivas del estudiante en el contexto del proceso de enseñanza y aprendizaje ante el inicio de las prácticas académicas externas (PAE). Los roles que son necesarios son los de los estudiantes del grado de enfermería.

Se ha realizado una selección de conveniencia, en la que se ha tenido en cuenta una serie de criterios de inclusión y de exclusión, en base a los cuales usted participa en el estudio. El principal criterio es ser estudiante de 2n, 3r o 4t curso del grado de enfermería de la Universidad Tecnocampus de Mataró.

El beneficio para nuestro colectivo es comprender e implementar nuevas acciones para llevar a cabo un inicio de prácticas menos estresante y, el beneficio para usted es el autoconocimiento para su rol. No hay ningún riesgo ni puede sufrir daño alguno con su participación en el estudio.

Su participación consistirá en cumplimentar un cuestionario de formulario propio incluyendo algunas preguntas del cuestionario validado de Kezkak. El cuestionario consta de X preguntas con 4 respuestas posibles, puntuadas entre 1 y 4. Según baremos de puntuación se obtendrá el nivel de estrés en cada fase de inicio de las PAE (prácticas académicas externas) de la persona que lo realice. El tiempo para realizar el cuestionario es de aproximadamente 10 minutos. Se aconseja contestar con total veracidad, para que se pueda obtener el nivel de estrés real correspondiente.

El uso de la información obtenida tras la cumplimentación de los cuestionarios, formará parte de los resultados del estudio una vez analizados. Los resultados, su difusión y conclusión formarán parte de un estudio enmarcado en un Trabajo Final de Grado, por lo que no podrán ser compartidos hasta su publicación.

La participación de éste estudio es totalmente voluntaria, por lo cual puede retirar su participación en cualquier momento si así lo decide, sin ninguna consecuencia para usted.

En ningún momento se utilizarán datos identificativos, como su nombre. Por tanto, la información y los datos generados de su participación en el estudio serán anónimas, ya que solamente será identificable a través de dicho código numérico diferente asignado a cada participante. Sus datos solamente se utilizarán en este estudio.

Las investigadoras principales declaran que no tienen conflictos de interés.

Manifiesto que:

- He leído y entendido la información que se me ha ofrecido sobre la investigación.
- He leído y comprendido los objetos del estudio y sus procedimientos.
- Acepto participar en el estudio

CUESTIONARIO

El presente cuestionario es de elaboración propia incluyendo algunas preguntas del cuestionario validado de Kezkak. Consta de un total 30 preguntas, con 4 respuestas posibles, puntuadas entre 1 y 4 y otro apartado con un total de 8 preguntas de respuesta abierta. Según baremos de puntuación se obtendrá el nivel de estrés en cada fase de inicio de las Prácticas Académicas Externas de la persona que lo realice. El tiempo de realización es de aproximadamente 10 minutos. Se aconseja contestar con total veracidad, para que se pueda obtener el nivel de estrés real correspondiente.

Las preguntas correspondientes a las 6 fases de la acogida a prácticas son:

1. Fase de preparación de las PAE (pregunta 1 a la 4).
2. Fase de acogida de las PAE (pregunta 5).
3. Fase de revisión de las PAE (pregunta 6).
4. Fase de evaluación de las PAE (pregunta 7).
5. Fase de reflexión de las PAE (pregunta 8).
6. Fase de despedida de las PAE (pregunta 9).

Las preguntas cuentan con 4 respuestas posibles puntuadas entre 1 y 4, en donde: 1 = Nulo; 2 = Poco; 3 = Moderado; y 4 = Mucho.

Bloque 1: Variables sociodemográficas

- Año de nacimiento
- Género
- Curso que está cursando actualmente
- Ha realizado prácticas externas con anterioridad

Bloque 2: El objetivo del bloque 2 es determinar los momentos clave antes y durante las prácticas académicas externas de los estudiantes del Grado de enfermería.

Pregunta 1. ¿Cuáles son los momentos específicos antes de iniciar tus prácticas académicas externas de enfermería?

Pregunta 2. Reflexionando sobre tu experiencia y conocimiento, ¿cuáles consideras que son los momentos más significativos o críticos durante el transcurso de éstas prácticas?

Pregunta 3. ¿Hay algún momento específico antes o durante tus prácticas académicas externas que te genere una sensación particular de anticipación, nerviosismo o estrés? Si es así, ¿podrías describirlo y explicar por qué crees que es relevante?

Bloque 3: El objetivo del bloque 3 es detectar el estrés antes y durante las prácticas académicas externas de los estudiantes del Grado de Enfermería.

Fase de preparación de las PAE: Fase enfocada en reforzar conocimientos previos de los estudiantes y preparar los diferentes recursos que puedan poner en práctica. Ejemplos de ésta fase pueden ser: preparación del material correspondiente, documentación, uniforme, lugar y hora de acogida de las instituciones; etc.

Pregunta 4. Indique qué nivel de estrés presenta en cada una de las situaciones presentadas/descritas a continuación:

- a. No conocer el centro de prácticas externas
- b. Preparar documentación necesaria y material
- c. No saber cómo responder a las expectativas del paciente
- d. Sobrecarga de trabajo relacionada con las otras responsabilidades de la universidad: Trabajos, exámenes, etc
- e. Otros

Fase de acogida de las PAE: Está fase describe el primer contacto del estudiante con el centro de prácticas y sirve como un indicador para el propio estudiante sobre sus perspectivas durante las PAE. En éste apartado se encuentra el recibimiento por parte de la institución.

Pregunta 5. Indique qué nivel de estrés presenta en cada una de las situaciones presentadas/descritas a continuación:

- a. No sentirte integrado por parte del equipo

- b. Tener una acogida por parte del hospital insuficiente (no te presenten con tutores clínicos, no te hagan una visita guiada por la institución, no explicar normas básicas hospital)
- c. Cumplir con expectativas propias
- d. La sobrecarga de trabajo relacionada con las otras responsabilidades de la universidad: Trabajos, exámenes etc
- e. Otros

Fase de revisión de las PAE: Esta fase hace alusión a la práctica clínica y, a los seminarios que se realizan con el profesorado de la universidad durante las PAE. Permite al estudiante reflexionar sobre sus vivencias durante las prácticas mediante el uso de la autocrítica y pensamiento crítico.

Pregunta 6. Indique qué nivel de estrés presenta en cada una de las situaciones presentadas/descritas a continuación:

- a. Discrepancias entre lo que me han enseñado en la universidad (teoría) y lo que me enseña la tutora clínica (práctica)
- b. No tener suficiente comunicación con la tutora de seguimiento
- c. Seminarios de prácticas
- d. La sobrecarga de trabajo relacionada con las otras responsabilidades de la universidad: Trabajos, exámenes etc
- e. Otros

Fase de evaluación de las PAE: Esta fase se refiere a la evaluación del Practicum, en donde es importante aclarar la forma en que se evaluará, los aspectos más relevantes de la evaluación, el valor que esta tiene sobre el Practicum, saber cuándo se realizará y quién la realizará.

Pregunta 7. Indique qué nivel de estrés presenta en cada una de las situaciones presentadas/descritas a continuación:

- a. No haber cumplido las expectativas del Practicum
- b. No tener claro la tutora que realizará la evaluación (no haber tenido un referente fijo)
- c. No tener suficiente contacto con la tutora de seguimiento
- d. La sobrecarga de trabajo relacionada con las otras responsabilidades de la universidad: Trabajos, exámenes etc
- e. Otros

Fase de reflexión de las PAE: La fase de reflexión permite ver de forma retrospectiva la experiencia general vivida durante las PAE y analizar las actividades y emociones que ha habido durante este periodo.

Pregunta 8. Indique qué nivel de estrés presenta en cada una de las situaciones presentadas/descritas a continuación:

- a. No haber cumplido mis expectativas del Practicum.
- b. No identificar si se han adquirido nuevos conocimientos y aptitudes con el Practicum.
- c. Discrepancias entre lo que me han enseñado en la universidad (teoría) y lo que me enseña la tutora clínica (práctica)
- d. Expectativas del siguiente periodo de prácticas o tu trabajo
- e. Otros

Fase de despedida de las prácticas clínicas en estudiantes de enfermería: La fase de despedida implica reflexionar sobre la experiencia global vivida durante las prácticas clínicas y evaluar el crecimiento personal y profesional obtenido durante este periodo.

Pregunta 9. Indica el nivel de estrés que experimentas en cada una de las situaciones presentadas/descritas a continuación:

- a. Dejar el entorno clínico y el equipo de trabajo.
- b. Tu futuro profesional después de finalizar las prácticas clínicas.
- c. La transición de nuevo a la Universidad o al entorno laboral.
- d. Expectativas sobre las responsabilidades y desafíos en el próximo periodo de prácticas.
- e. Otros (especificar):

Fase de experiencia en rotación por diferentes servicios. Éste apartado va destinado a aquellos estudiantes que dentro del mismo contexto de prácticas han rotado de servicio. Es decir, han realizado dos o más acogidas en un mismo periodo de prácticas.

Pregunta 10. Indica el nivel de estrés que experimentas en cada una de las situaciones presentadas/descritas a continuación:

- a. Estar solo, sin la tutora de seguimiento para que te presente al equipo y el centro.
- b. No conocer el nuevo servicio o unidad de prácticas externas
- c. No sentirte integrado por parte del nuevo equipo
- d. Volver a empezar una nueva rutina y/o dinámica del nuevo servicio/unidad
- e. Otros

Bloque 4: El objetivo del bloque 4 es describir las estrategias de afrontamiento del estrés antes y durante las prácticas académicas externas de los estudiantes del Grado en Enfermería.

Estrategias de afrontamiento:

Pregunta 11. ¿Qué haces para manejar el estrés antes de tus prácticas académicas externas?

Pregunta 12. ¿Qué estrategias utilizas durante tus prácticas para reducir el estrés?

Bloque 5: Opiniones y Sugerencias

Pregunta 13. ¿Hay alguna otra situación que te genere estrés y que no hayamos mencionado?

De ser así, por favor, describe:

Pregunta 14. ¿Qué cambios sugeriría para mejorar el manejo del estrés durante las prácticas académicas externas?