

# IMPORTANCIA DE LA PSICOLOGÍA EN LA ENFERMERÍA // *Psic. Mitchell M. González*

## RESUMEN

Hay dos vertientes importantes que considerar cuando hablamos de la psicología dentro de la enfermería, se trata, por un lado, del manejo y control de emociones por parte del profesional de enfermería para con su labor diaria cargada de estrés y atención a diversos tipos de personas, que seguro no tienen ganas de visitar un centro médico, por tanto, sabemos que eso ya genera estrés y las personas se descontrolan, ubicando al enfermero en primera plana al recibir a esta persona, he allí una de las vertientes en cuanto a la importancia de la psicología en práctica y evitar la afectación al profesional de la salud, por otro lado, tenemos su aplicación hacia los pacientes, qué aspectos tomar en cuenta para el trato, atención y criterios a considerar importantes al observar al paciente y que pueda ser de utilidad para el enfermero y doctor al momento de su atención.

## ABSTRACT

There are two important aspects to consider when we talk about psychology within nursing. On the one hand, it is about the management and control of emotions by the nursing professional in their daily work full of stress and care for various types of people who, for sure, don't have any desire to visit a medical center, therefore we know that this already generates stress and people get out of control, placing the nurse in the forefront when receiving this person, this is one of the aspects regarding the importance of psychology in practice and avoid affecting professional health, on the other hand we have its application towards patients, what aspects to take into account for treatment, care and aspects to consider important when observing the patient and that can be useful for the nurse. and doctor at the time of your care.

## PALABRAS CLAVES

Psicología, enfermería, emociones, estrés.



## KEYWORDS

Psychology, nurses, emotions, stress

## IMPORTANCIA DE LA PSICOLOGÍA EN EL ENFERMERO

En los últimos 15 años vivimos una vida acelerada y cada vez aumenta el ritmo de vida, lo que nos lleva a disminuir el tiempo que dedicamos a nosotros, a evaluar nuestras actitudes, nuestros intereses en la vida y la razón de nuestras carreras, el estrés aumenta y muchas veces sin considerar las herramientas que nos proporciona un manejo de la inteligencia con mayor eficacia. Por eso considero importante revisar las dos vertientes que la psicología brinda en el ámbito de la enfermería y puedan nuevas generaciones tomar en cuenta para su aplicación y valoración.

Revisemos ahora una de las dos vertientes que nos brinda la psicología en el ámbito de la enfermería. Debemos comprender que el enfermero@ se encuentra en constante estrés en sus labores diarias, al momento de la atención y sobre todo en áreas específicas de atención, como la oncología y salud mental, estas áreas de atención conllevan emociones fuertes y estados psicológicos que presentan los pacientes, sin embargo, en todas las áreas se maneja el estrés y hasta la ansiedad al recibir constantes solicitudes de ayuda, la

espera y la angustia del paciente por ser atendido con sus dolencias, por lo que lleva, a que sea importante que el enfermero@ tenga una base psicológica que le permita transmitir al paciente en la atención.

De allí la importancia de adquirir conocimientos psicológicos para ponerlos en práctico para ellos mismos, mencionemos algunos valores de la psicología que todo enfermero@ debe considerar para sí:

La psicología le permite conocer, identificar y controlar sus emociones para que no se vea afectado por situaciones frecuentes en el área de la salud.

Le genera interés de buscar atención psicológica cada cierto tiempo, que les permita canalizar y descargar todo lo que recibe de sus pacientes, doctores y demás compañeros de trabajo, que igual que uno también cargan con estrés y muchos toman situaciones a nivel personal.

Le brinda entendimiento de lo importante que es no tomarse a personal situaciones críticas o de muerte que se presenten.

La psicología también lo ayuda a manejar conflictos entre sus compañeros y propios, permitiéndole tener un equilibrio de bienestar para un mejor desempeño en el trabajo.

Le proporciona herramientas para manejar momentos de estrés y poder equilibrar su vida personal y profesional, siendo el estrés uno de los factores más comunes entre los profesionales de la salud que afectan sus conductas y actitudes en su desempeño laboral y a su vez les cuesta generar tiempo para realizar actividades que le generen relajación, tranquilidad, introspección para manejar sus emociones.

Le ayuda a conocerse a sí mismo, su forma de pensar, su actitud ante las situaciones que se presentan día a día, habilidades de afrontamiento y ayuda a adaptar la vida personal y profesional, logrando una vida equilibrada.

## IMPORTANCIA DE LA PSICOLOGÍA EN LA RELACIÓN ENFERMERO - PACIENTES

Esta otra vertiente, que brinda la psicología a los enfermeros, permite mantener una relación con el paciente y familiares de forma satisfactoria para ambas partes y permite el buen equilibrio entre lo que siente el paciente cuando visita un hospital y el enfermero con su labor diaria. Veamos en esta ocasión de qué manera la psicología proporciona apoyo a los enfermeros:

La psicología proporciona información sobre los diferentes comportamientos y personalidades del paciente y como atenderlos.

La labor del enfermero no solo se centra directo al paciente, sino también a los familiares que le acompañan y que en muchas ocasiones presentan mayor ansiedad y estrés que el paciente, los conocimientos psicológicos, permiten comprender estas conductas y poder transmitir tranquilidad a los mismos, al explicar procesos que se realizan al paciente y hablarles de forma calmada le brindan a la paciente seguridad y permite una mejor atención al mismo.

La psicología ayuda a comprender la importancia de la relación cuerpo y mente, sabiendo que si algo anda mal en el cuerpo afecta la mente y así viceversa, y de esa manera aplicar los conocimientos adquiridos en psicología hacia el cuidado de los pacientes.



- El mantener conocimientos en psicología le permite al enfermero tener consciencia sobre las actitudes a tener en la atención al paciente y relación con sus compañeros, sobre el pensamiento positivo, manejo de conflictos que con frecuencia se presentan en el ámbito de atención a pacientes y por supuesto entre compañeros y en la intervención de crisis.

## CONCLUSIÓN

El objetivo es poder comprender que la psicología juega un papel crucial en la vida personal y profesional de un enfermero brindando las herramientas necesarias para equilibrar su vida ante las constantes situaciones estresantes que se presentan en el ámbito de salud, tanto entre colegas como hacia la atención de pacientes. Valorar los conocimientos que permiten controlar las emociones y comprender la de los demás. Haciendo uso eficaz de esos conocimientos y buscar siempre el apoyo necesario para mantenerlos.

## BIBLIOGRAFÍA

[1] Aires, E. (2024, 10 enero). La importancia de la psicología en enfermería. Enfermería Buenos Aires. <https://enfermeriabuenosaires.com/test-psicologicos/>

[2] Medium. (s. f.). Medium. <https://medium.com/@trainingacademyitsqmet/c%C3%B3mo-la-psicolog%C3%ADa-puede-mejorar-el-proceso-de-atenci%C3%B3n-en-la-enfermer%C3%ADa-%20152d758b1e4c#:~:text=La%20psicolog%C3%ADa%20desempe%C3%B1a%20un%20papel,ansiedad%20%2C%20y%20promover%20la%20resiliencia>

