

Investigación de los riesgos de carga mental en los alumnos de enfermería de la UAX durante la realización de sus prácticas

Alba Quintana Catalán

albaquincat@hotmail.com

Coautor

Alexandra Aguilar Jiménez

Tutor

Raquel Luengo González

Resumen: La carga mental en los estudiantes de enfermería es una causa importante de discomfort, cansancio y bajo rendimiento.

El motivo fundamental de elegir este trabajo ha sido la sensación subjetiva de fatiga mental y física que presentan los estudiantes en su primer año y que viene determinada por:

1. Inexperiencia: “ Todo es nuevo, tratamos con seres enfermos por primera vez, miedo al error... “.
2. Fatiga física: Largas distancias a sus unidades de prácticas (en algunos casos superior a las dos horas de ida y vuelta) así como del esfuerzo físico en la realización cotidiana de sus tareas de aprendizaje.

Hemos realizado un estudio de evaluación de carga mental a 25 alumnos de 1º de enfermería de la UAX en diferentes unidades de prácticas (20 mujeres y 5 hombres). Edad media entre 19 y 23 años, procedentes de diferentes lugares de España. Se ha utilizado el cuestionario de evaluación (PSQ CAT21 COPSOQ) que es la adaptación para el Estado Español del cuestionario psicosocial de Copenhagen.

Los resultados fueron obtenidos por apartados según un sistema en semáforo (rojo, amarillo y verde) encontrándose la mayoría de los alumnos en un nivel rojo, es decir, el nivel de exposición psicosocial más desfavorable (en tres de los cuatro apartados estudiados).

Palabras clave: Riesgos. Ergonomía. Fatiga. Estudiantes. Enfermería. Cuestionario.

[Investigación Aplicada](#)
[Póster](#)

Recibido: 1 abril 2011.

Aceptado: 4 abril 2011.