

UTILIDAD DE LAS INTERVENCIONES ENFERMERAS PARA MEJORAR EL NIVEL DE AUTOESTIMA EN LOS ADOLESCENTES

Autores: Ana M. Pedraza, Cristina de Castro, Matilde Fernández, Sonia de la Torre, Juana Conchillo Muñoz, Carme Clavell Clofent

Justificación

- En la adolescencia, la autoestima es un valor muy importante, y se convierte en una etapa crucial para trabajarla por su directa repercusión en la salud mental (2,3).
- Un adolescente con baja autoestima suele ser inseguro (4) y muchas veces abocado al fracaso escolar. Esto le produce un sentimiento de inferioridad y timidez a la hora de relacionarse con sus iguales.
- En Cataluña hace 15 años, se implantó el programa "Salut i Escola", y desde el año 2013, en uno de los Institutos se diseñó y realizó una intervención comunitaria en el curso de 3º de la ESO, dada la detección, por el equipo de psicopedagogía, de la baja autoestima en este grupo. Desde entonces se ha venido realizando periódicamente en cada año escolar.
- La detección precoz de adolescentes con baja autoestima, es una inquietud constante, con la finalidad de minimizar riesgos.

Objetivo General

Evaluar la utilidad de las intervenciones enfermeras para mejorar el nivel de autoestima de los adolescentes, alumnos de 3º de la ESO (5 grupos), en un instituto de Enseñanza Media.

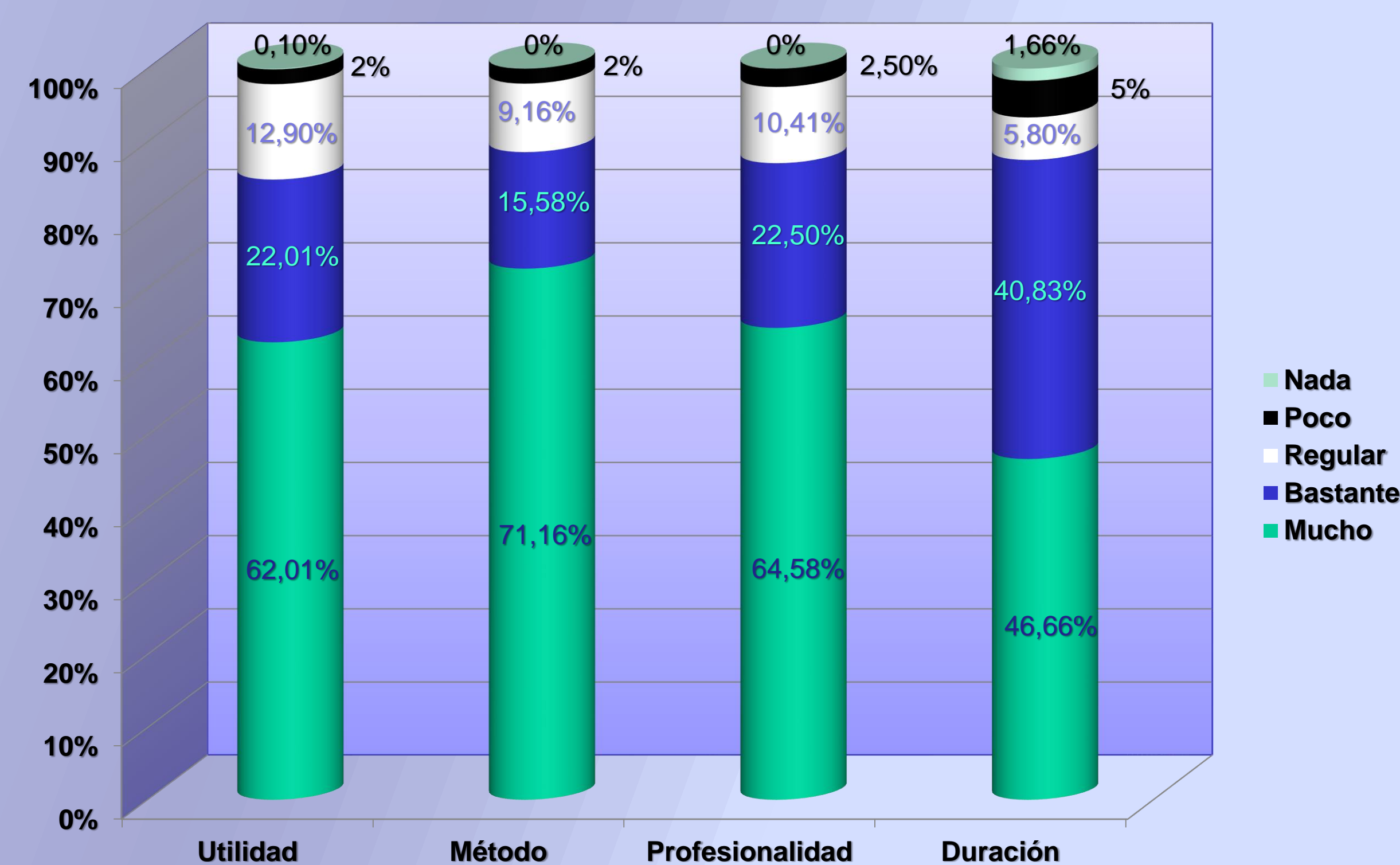
Objetivo Específicos

- Trabajar de forma grupal e individual los aspectos más relevantes de la baja autoestima.
- Conocer la utilidad de una intervención educativa enfermera para adolescentes de trabajo de la autoestima.
- Derivar a los profesionales especializados los casos más graves si los hubiera.
- Identificar la idoneidad de una intervención de mejora de autoestima en alumnos de 3º de la ESO.



Resultados

N=240 alumnos de 3º de ESO que cumplieron criterios de inclusión (matriculación en el curso y consentimiento informado). Hubo un total de 25 alumnos que no participaron en el estudio. Este gráfico presenta los principales resultados de la evaluación del programa.



Bibliografía

- 1- Davis L, Kurzbán S, Brekke J. Self-esteem as a mediator of the relationship between role functioning and symptoms for individuals with severe mental illness: a prospective analysis of Modified Labeling theory. *Schizophrenia Bulletin*. 2012 May;137(1-3):185-9.
- 2- Sheeman E. Cómo mejorar tu autoestima. Ed. Océano. Madrid, 2000. 3- *Journal of Personality and Social Psychology*. The association between sense of coherence and life satisfaction in adolescents. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2013 Aug;22(6):1331-8. 4- *Journal of Personality and Social Psychology*. A meta-analytic study of predictors for loneliness during adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2016 Mar;38(3):345-68. 5- *Journal of Personality and Social Psychology*. Self-esteem and emotional health in adolescents—gender and age as potential moderators. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2012 Dec;53(6):483-9. 7- *Journal of Personality and Social Psychology*. Self-esteem and life satisfaction in adolescents—gender and age as potential moderators. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2013 Dec;22(10):2921-8. 8- *Journal of Personality and Social Psychology*. A Cross-Lag Panel Analysis of Low Self-Esteem as a Predictor of Adolescent Internalizing Symptoms in a Prospective Longitudinal Study. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2016 Jul 7. MID: 20160709. 9- *Journal of Personality and Social Psychology*. Depression and Self-Esteem in Early Adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2015 Jun;23(2):142-5.
- 10- Isomaa R, Vaananen J, *Journal of Personality and Social Psychology*. How low is low? Low self-esteem as an indicator of internalizing psychopathology in adolescence. *Health Educ Behav*. 2013 Aug;40(4):392-9.

Metodología

- **Ámbito:** Urbano. Centro Educativo.
- **Diseño:** Descriptivo.
- **Sujetos/participantes:** Alumnos de 3 curso de ESO que cumplen criterios de inclusión.
- **Dimensiones:** Evaluación de intervención educativa elaborada por la enfermera referente en el Instituto y la Psicopedagoga del centro.
- **Método:** Evaluación de sesión grupal con ejercicios prácticos de conciencia de la autoestima y del trabajo de la misma para su mejora. Curso 2016/2017 y 2017/2018.
- **Variables:** Adecuación profesional de la enfermera, duración, metodología y utilidad de la actividad.
- **Instrumento:** Cuestionario de evaluación de la sesión grupal de autoestima validado y utilizado en años anteriores.
- **Análisis descriptivo de los datos:** Programa SPSS
- **Consideraciones éticas:** según legislación.



Discusión

- La metodología participativa debe mantenerse puesto que es el parámetro mejor valorado con un 71,16%.
- La profesional ha sido muy bien valorado en el 64,58%, por lo que esta actividad debería continuar.
- No se ha realizado un post-test de autoestima que pueda cuantificar los cambios de la intervención, porqué en el momento de la presentación ésta actividad no había finalizado.
- La alta valoración de la utilidad (62%) indica su relevancia y su adecuación a las necesidades del grupo de alumnos, por lo que debería mantenerse.
- Las últimas investigaciones ratifican la importancia de este tipo de intervenciones en los institutos por el impacto directo que la autoestima de los adolescentes tiene en su salud mental, ya que se comporta como un potente predictor de problemas psicológicos que requieren tratamiento y en muchos casos internalización (6,7,8).
- El trabajo de autoestima incrementa las habilidades de afrontamiento y las sociales (9,10).
- Con este trabajo también se han detectado casos puntuales de baja autoestima, lo que permitirá al equipo psicopedagógico del centro realizar un apoyo y seguimiento individualizado.
- Se plantea la posibilidad de seguir trabajando en este tema el próximo curso de manera grupal.

Agradecimientos

Nuestro más sincero agradecimiento a las profesoras de catalán del IES Gabriel Ferrater de Reus: Conxi Cañellas, M. Rosa Ferrán, Fina Masdeu, Glòria Mohedano y Laia Torres. Y a los alumnos de 3º de ESO del Instituto Gabriel Ferrater de Reus que han colaborado en este estudio.



Y es el mejor regalo que podemos ofrecer a los demás...!!! Queremos nos hace bien, nos hace felices.