



Universidad Nacional Mayor de San Marcos

Universidad del Perú. Decana de América

Facultad de Psicología

Escuela Profesional de Psicología

Autocuidado en profesionales de enfermería y obstetricia de cuatro establecimientos de salud de atención primaria de Lima Norte

TESIS

Para optar el Título Profesional de Psicóloga

AUTOR

Victoria María CAVERO HUAPAYA

ASESOR

Carlos Alberto ARENAS IPARRAGUIRRE

Lima, Perú

2018

Resumen

Las condiciones laborales y las características de las tareas en el sector salud tienden a sobrecargar a sus profesionales, afectando su salud y la calidad de atención proveída, por lo que desde la psicología comunitaria se prioriza el autocuidado de los trabajadores. El objetivo de esta investigación es conocer cómo es y cómo se podría mejorar el autocuidado de los profesionales de enfermería y obstetricia de atención primaria. Se realizó un estudio cualitativo con entrevistas semi-estructuradas a 27 profesionales de enfermería y obstetricia de cuatro establecimientos de salud de Lima Norte, así como a 4 actores clave en dichos establecimientos y 5 autoridades en salud mental. Se encontró que el autocuidado se concibe como las prácticas que los profesionales realizan por sí mismos para cuidarse física y mentalmente; pero que requieren de un soporte institucional que asegure el autocuidado. Tanto los profesionales como la institución no suelen priorizar el autocuidado, y las prácticas suelen ser puntuales, sin mantenerse en el tiempo. Por tanto, mejorar el autocuidado implica que los profesionales asuman su autocuidado y mejoren sus prácticas, pero principalmente, que la institución brinde el soporte necesario, lo cual se traduce en normativas, programas de autocuidado y ambientes de trabajo saludables.

Palabras clave: Autocuidado, profesionales de salud, primer nivel de atención, salud mental, psicología comunitaria.