



UNIVERSIDAD DE CARABOBO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
DIRECCIÓN DE POSTGRADO - SEDE CARABOBO
DOCTORADO EN ENFERMERÍA ÁREA DE
CONCENTRACIÓN SALUD Y CUIDADO HUMANO



**CUIDAR DE SÍ DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA EN SITUACIÓN DE
MIGRACIÓN INTERNA ACADÉMICA DESDE UNA VISIÓN HOLÍSTICA**

Autora: MSc. Miryam Toapanta Cacuango

Tutora: Dra. Ani Evies

Valencia, julio 2025



**UNIVERSIDAD DE CARABOBO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
DIRECCIÓN DE POSTGRADO - SEDE CARABOBO
DOCTORADO EN ENFERMERÍA ÁREA DE
CONCENTRACIÓN SALUD Y CUIDADO HUMANO**



**CUIDAR DE SÍ DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA EN SITUACIÓN DE
MIGRACIÓN INTERNA ACADÉMICA DESDE UNA VISIÓN HOLÍSTICA**

AUTORA: MGTR. MIRYAM TOAPANTA

TUTORA: DRA. ANI EVIES

Trabajo que se presenta ante la Dirección de Postgrado de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Carabobo para optar al Título de:

DOCTORA EN ENFERMERÍA

ÁREA DE CONCENTRACIÓN: SALUD Y CUIDADO HUMANO

Valencia, julio 2025



ACTA DE DISCUSIÓN DE TESIS DOCTORAL

En atención a lo dispuesto en los Artículos 145,147, 148 y 149 del Reglamento de Estudios de Postgrado de la Universidad de Carabobo, quienes suscribimos como Jurado designado por el Consejo de la Facultad de Ciencias de la Salud, de acuerdo a lo previsto en el Artículo 146 del citado Reglamento, para estudiar la Tesis Doctoral titulada:

CUIDAR DE SI DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA EN SITUACIÓN DE MIGRACIÓN INTERNA ACADÉMICA DESDE UNA VISIÓN HOLÍSTICA

Presentada para optar al grado de **Doctor (a) en Enfermería. Área de Concentración Salud y Cuidado Humano** por el (la) aspirante:

TOAPANTA C. MIRYAM E
C.I. - E-1709462996

Habiendo examinado el Trabajo presentado, bajo la tutoría del profesor(a): Ani J. Evies de B. C.I.V.- 7.011.467 , decidimos que el mismo está **APROBADO CON MENCIÓN HONORÍFICA**.

Acta que se expide en valencia, en fecha: **21/07/2025**

Carmen A. Guerra S.
Dr. (a) Carmen A. Guerra S (Presidente)

Ani J. Evies de B
Dr. (a) Ani J. Evies de B
C.I. 7011467
Fecha 21-07-25

Rosa A Cardozo
Dr. (a) Rosa A Cardozo
C.I. 5494337
Fecha 21/07/2025



B. Guevara R
Dr. (a) Berta Guevara R
C.I. 7058767
Fecha 21/07/2025.

Nancy Montilla
Dr. (a) Nancy Montilla
C.I. 5443401
Fecha 21/07/2025

TD:07-25



UNIVERSIDAD DE CARABOBO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
DIRECCIÓN DE POSTGRADO - SEDE CARABOBO
DOCTORADO EN ENFERMERÍA ÁREA DE
CONCENTRACIÓN SALUD Y CUIDADO HUMANO



**CUIDAR DE SÍ DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA
EN SITUACIÓN DE MIGRACIÓN INTERNA ACADÉMICA
DESDE UNA VISIÓN HOLÍSTICA**

AUTORA: MGTR. MIRYAM TOAPANTA

TUTORA: DRA. ANI EVIES

Aprobado en la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Carabobo de la
Comisión Coordinadora.

Nombres y Apellidos	Firma
Dra. Anie Evies	_____
Dra. Berta Guevara	_____
Dra. Amarilis Guerra	_____

Valencia, julio 2025



UNIVERSIDAD DE CARABOBO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
DIRECCIÓN DE POSTGRADO - SEDE CARABOBO
DOCTORADO EN ENFERMERÍA ÁREA DE
CONCENTRACIÓN SALUD Y CUIDADO HUMANO



AVAL DEL TUTOR

Yo, ANI EVIES en mi carácter de Tutora del Trabajo de Tesis Doctoral titulado: **“CUIDAR DE SI DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA EN SITUACIÓN DE MIGRACIÓN INTERNA ACADÉMICA DESDE UNA VISIÓN HOLÍSTICA”**. Presentado por la ciudadana MIRYAM TOAPANTA. Titular de la Cédula de Identidad Nº 1709462996. Para optar al título de **DOCTORA EN ENFERMERÍA, ÁREA DE CONCENTRACIÓN: SALUD Y CUIDADO HUMANO**, considero que dicho trabajo reúne los requisitos y méritos suficientes para ser desarrollado y sometido posteriormente a la presentación pública y evaluación por parte del jurado examinador que se designe.

En Valencia, a los 21 días del mes de julio del año dos mil veinte y cinco.

Dra. ANI EVIES

C.I. 7011467



UNIVERSIDAD DE CARABOBO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
DIRECCIÓN DE POSTGRADO - SEDE CARABOBO
DOCTORADO EN ENFERMERÍA ÁREA DE
CONCENTRACIÓN SALUD Y CUIDADO HUMANO



VEREDICTO

Nosotros, Miembros del Jurado designado para la evaluación de la Tesis Doctoral titulada: **“CUIDAR DE SÍ DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA EN SITUACIÓN DE MIGRACIÓN INTERNA ACADÉMICA DESDE UNA VISIÓN HOLÍSTICA”**, presentado por la ciudadana Miryam Toapanta para optar por el Título de Doctora en Enfermería, Área de Concentración: Salud y Cuidado Humano, estimamos que el mismo reúne los requisitos para ser considerado como: _____

Nombres y Apellidos	C.I.	Firma
Dra. Amarilis Guerra	_____	
Dra. Guevara Berta	_____	
Dra. Nancy Montilla	_____	
Dra. Rosa Cardozo	_____	

En Valencia a los 21 días de julio 2025

DEDICATORIA

A mis amados hijos, quienes son mi mayor motivación y la luz que ilumina mi vida, todo lo que hago, lo hago pensando en brindarles un ejemplo de esfuerzo, amor y perseverancia. Su alegría, su ternura y su apoyo han sido mi mayor fortaleza.

A mi esposo, mi compañero de vida, por su amor incondicional, su apoyo constante y su fe en mí incluso en los momentos más difíciles. Gracias por ser mi refugio y por estar siempre a mi lado, alentándome a alcanzar mis metas.

A mi mamá, por su acompañamiento y por ser el pilar que sostiene a nuestra familia, su ejemplo de lucha y dedicación me inspira todos los días a dar lo mejor de mí misma.

A mi papá, que desde el cielo guía mis pasos y me envuelve con su amor eterno, este logro es también suyo, porque su legado de esfuerzo y valores sigue vivo en mi corazón.

A mi hermana, por su cariño, comprensión y apoyo incondicional cuando estuve a mi lado, desde el cielo estará contenta porque lo logramos.

A todos ustedes, dedico este trabajo con todo mi corazón, porque sin su amor, fe y presencia, este sueño no sería posible.

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, agradezco a Dios por darme la fortaleza, la sabiduría y la perseverancia necesaria para completar este proyecto, su presencia constante me ha permitido superar los retos con esperanza y determinación.

A todas las profesoras que me han acompañado durante mi formación, Profesora Berta, Amarilis, Ani en especial y todo el cuerpo docente que formó parte de compartir este aprendizaje, mi más sincero agradecimiento. Su dedicación, paciencia y compromiso no solo me han brindado conocimientos, sino que también han dejado una huella imborrable en mi vida profesional y personal. Gracias por su esfuerzo y por motivarme a ser la mejor versión de mí misma.

A mi tutora, mi sincero reconocimiento. Su cariño, apoyo incondicional, orientación y palabras de aliento fueron clave para culminar este trabajo, sin su direccionamiento no hubiera podido plasmar este aprendizaje. Su experiencia y enfoque han sido una inspiración constante, guiándome con claridad y confianza en este proceso.

A quienes fueron parte fundamental de este trabajo, estudiantes, profesores y familiares, sin su colaboración no hubiera sido posible llevarlo a cabo.

A todos ustedes, mi gratitud eterna por haber sido parte fundamental de este logro.
¡Gracias, siempre gracias!

ÍNDICE DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN.....	1
CAPÍTULO I: EL FENÓMENO DE ESTUDIO.....	8
1.1. CONTEXTUALIZACIÓN DEL FENÓMENO DE ESTUDIO	8
1.2. OBJETIVOS DEL ESTUDIO	13
1.2.1. OBJETIVO GENERAL.....	13
1.2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	13
1.3. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO.....	14
1.4. DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN.....	18
CAPÍTULO II: DIMENSIÓN TEÓRICA SOBRE EL FENÓMENO DE ESTUDIO.....	19
2.1. ANTECEDENTES DEL ESTUDIO	19
2.1.1. Ámbito Internacional:	19
2.1.2. Ámbito Nacional:.....	29
2.2. REFERENCIAL TEÓRICO.....	35
2.2.2. El enfoque holístico del ser humano.....	40
2.2.3. El estudiante de enfermería.....	44
2.2.4. Visión holística del estudiante de enfermería	46
2.2.5. Relaciones interpersonales y estilos de vida en los estudiantes universitarios.....	50
2.2.6. Teorías de enfermería en el contexto del cuidado Humano.....	51
2.2.7. Migración interna.....	58
2.3. BASES LEGALES DEL ESTUDIO.....	59
CAPÍTULO III: DISEÑO METODOLÓGICO.....	63
3.2. MÉTODO FENOMENOLÓGICO HERMENÉUTICO.....	67
3.3. ETAPAS SEGÚN EL MÉTODO DE HERBERT SPIEGELBERG	75
3.4. INFORMANTES CLAVE DEL ESTUDIO.....	84
3.4.1. Criterios de selección de los informantes clave.....	85
3.4.2. Agentes externos, participantes en el estudio.....	87
3.5. ACCESO AL CAMPO DE ESTUDIO	88
3.6. CONSIDERACIONES ÉTICAS PARA PROTEGER LOS DERECHOS DE LOS PARTICIPANTES	89

3.7. CONSENTIMIENTO INFORMADO.....	92
3.8. TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE DATOS	93
3.9. ENTREVISTA EN PROFUNDIDAD O ENFOCADA.....	93
3.10. RIGOR METODOLÓGICO.....	97
3.11. ANÁLISIS DE LOS DATOS CUALITATIVOS:.....	103
CAPÍTULO IV: DESCRIPCIÓN DEL FENÓMENO EN ESTUDIO Y BÚSQUEDA DE LAS MÚLTIPLES PERSPECTIVAS SOBRE: "CUIDAR DE SÍ DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA EN SITUACIÓN DE MIGRACIÓN INTERNA ACADÉMICA DESDE UNA VISIÓN HOLÍSTICA".....	105
4.1. INTERPRETACIÓN DE LA INFORMACIÓN, PRIMERA ETAPA DEL ABORDAJE DE HERBERT SPIEGELBERG.....	106
4.2. PERSPECTIVAS DE LOS INFORMANTES CLAVE.....	107
4.3. PERSPECTIVA DE LA INVESTIGADORA	116
4.4. PERSPECTIVAS DE LOS AGENTES EXTERNOS.....	119
4.5. COINCIDENCIAS O INTERSECCIONES DE LOS AGENTES EXTERNOS DE ACUERDO CON LAS RESPUESTAS DE LAS INTERROGANTES:	1
CAPÍTULO V: BÚSQUEDA DE LAS ESENCIAS Y LAS ESTRUCTURAS EN LOS ACTORES SOCIALES PARTICIPANTES EN EL ESTUDIO	1
5.2. CATEGORIZACIÓN Y CODIFICACIÓN DE LA INFORMACIÓN.....	7
5.3. TRIANGULACIÓN DE LAS CATEGORÍAS SURGIDAS.	13
5.4. COINCIDENCIAS O INTERSECCIONES EN LOS INFORMANTES CLAVES DE ACUERDO CON LAS CATEGORÍAS SURGIDAS.....	14
Matriz 1: Coincidencias o Intersecciones Identificadas en la Categoría 1: Bienestar integral y sostenibilidad personal:.....	14
Matiz 3: Coincidencias o Intersecciones Identificadas en la Categoría 3: Naturaleza integral del proceso de aprendizaje:	18
5.6. PROCESO DE ESTRUCTURACIÓN DE LAS CATEGORÍAS.....	20
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	
ANEXOS	

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Características personales de los informantes clave	84
Tabla 2 Características personales de los agentes externos docentes.	85
Tabla 3 Características personales de los agentes externos familiares.	85
Tabla 4 Coincidencias e interpretaciones similares en los agentes externos bienestar integral y sostenibilidad personal	126
Tabla 5 Coincidencias e interpretaciones similares en los agentes externos sobre dimensiones fundamentales del bienestar humano	128
Tabla 6 Coincidencias e interpretaciones similares en los agentes externos sobre la naturaleza integral del proceso de aprendizaje	130
Tabla 7 Matriz 1_Coincidencias o intersecciones identificadas en la categoría 1: bienestar integral y sostenibilidad personal	144
Tabla 8 Matriz 2_Coincidencias o intersecciones identificadas en la categoría 2: dimensiones fundamentales del bienestar humano	146
Tabla 9 Matriz 3_Coincidencias o intersecciones identificadas en la categoría 3: naturaleza integral del proceso de aprendizaje	148

ANEXOS

ANEXO 1 CONSENTIMIENTO INFORMADO INFORMANTES CLAVE

ANEXO 2 CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA AGENTES EXTERNOS

ANEXO 3 GUÍA DE ENTREVISTA PARA INFORMANTES CLAVE

ANEXO 4 GUÍA DE ENTREVISTA PARA AGENTES EXTERNOS DOCENTES

ANEXO 5 GUÍA DE ENTREVISTA PARA AGENTES EXTERNOS FAMILIARES



**UNIVERSIDAD DE CARABOBO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
DIRECCIÓN DE POSTGRADO-SEDE CARABOBO
DOCTORADO EN ENFERMERÍA ÁREA DE
CONCENTRACIÓN SALUD Y CUIDADO HUMANO**



**“CUIDAR DE SÍ DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA EN SITUACIÓN DE
MIGRACIÓN INTERNA ACADÉMICA DESDE UNA VISIÓN HOLÍSTICA”**

Autora: Mgtr. Miryam Elizabeth Toapanta Cacuango

Tutora: Dra. Ani Evies

Año: 2025

RESUMEN

La presente investigación está inmersa en la línea de investigación: Práctica de Enfermería, Cuidado Humano, Salud y Educación perteneciente al Doctorado en Enfermería, Área de concentración: Salud y Cuidado Humano. Cuyo objetivo general fue construir una aproximación teórica, derivada de los significados sobre el cuidar de sí de los estudiantes de enfermería en situación de migración interna académica desde una visión holística. Empleando un paradigma con un enfoque fenomenológico-hermenéutico y el método de Herbert Spilgerberg, se realizaron entrevistas en profundidad a 10 participantes (4 informantes clave y 6 agentes externos: docentes y familiares). A través de un muestreo teórico y saturación de categorías. Fueron identificadas cuatro esencias que describen cómo los participantes experimentan este proceso como una necesidad vinculada a una causa específica. Los resultados resaltan la importancia del apoyo institucional y docente, así como la necesidad de desarrollar herramientas para facilitar la adaptación a la migración interna académica. La aproximación teoría emergente plantea que el cuidado de sí en estudiantes de enfermería migrantes internos requiere un enfoque integral. Este enfoque debe combinar el desarrollo de estrategias de autocuidado, el apoyo institucional y docente, y herramientas específicas para enfrentar los desafíos de la migración académica, promoviendo así su bienestar personal y académico desde una perspectiva holística.

Palabras Clave: Estudiante de enfermería, Migrante interno, Cuidado humano, Fenomenología.



UNIVERSIDAD DE CARABOBO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
DIRECCIÓN DE POSTGRADO-SEDE CARABOBO
DOCTORADO EN ENFERMERÍA ÁREA DE
CONCENTRACIÓN SALUD Y CUIDADO HUMANO



**“TAKING CARE OF NURSING STUDENTS IN A SITUATION OF INTERNAL
ACADEMIC MIGRATION FROM A HOLISTIC PERSPECTIVE”**

Author: MSc. Miryam Toapanta

Tutor: Dra. Anie Evides

Year: 2025

ABSTRACT

This research is immersed in the line of research: Nursing Practice, Human Care, Health and Education belonging to the Doctorate in Nursing, Area of concentration: Health and Human Care. Its general objective was to build a theoretical approach, derived from the meanings of self-care of nursing students in a situation of internal academic migration from a holistic vision. Using a paradigm with a phenomenological-hermeneutical approach and the Herbert Spilgerberg method, in-depth interviews were conducted with 10 participants (4 key informants and 6 external agents: teachers and family members). Through theoretical sampling and saturation of categories. Four essences were identified that describe how participants experience this process as a need linked to a specific cause. The results highlight the importance of institutional and teaching support, as well as the need to develop tools to facilitate adaptation to internal academic migration. The emerging theory approach states that self-care in internal migrant nursing students requires a comprehensive approach. This approach should combine the development of self-care strategies, institutional and teaching support, and specific tools to face the challenges of academic migration, thus promoting their personal and academic well-being from a holistic perspective.

Keywords: Nursing student, Internal migrant, Human care, Phenomenology.

INTRODUCCIÓN

A nivel mundial las personas migran por razones educativas, la mayoría de ellos se encuentran en edades entre 16 y 25 años, (UNESCO. 2019) (1), los jóvenes que pueden enfrentar diferentes riesgos exponiéndose a diversas conductas que pueden ser perjudiciales tanto para su salud física, en su salud mental y en su salud espiritual; además de todos los cambios que genera esta migración, como la ruptura de redes de apoyo y los cambios de vivienda, muchas veces sin una alimentación adecuada o sin un descanso ideal, los estudiantes migrantes deben enfrentarse en muchos casos a ciudades nuevas con el temor de ser agredidos; esto los hace más vulnerables frente a los cambios, sean estos positivos o negativos, por los que deben atravesar, lo cual influye en el cuidar de sí mismo. Este escenario se ha observado en las aulas de formación de la carrera de enfermería por lo que me motiva como docente realizar la presente investigación.

Para Salas et al. (2), el cuidar de sí de los estudiantes de enfermería se ve afectado por los determinantes sociodemográficos entre los que se destaca la migración interna institucional académica; es decir, trasladarse de una región a otra para acceder a instituciones educativas, puede generar cambios significativos en la vida de los estudiantes, así la adaptación a nuevos entornos urbanos, y la necesidad de ajustarse a diferentes estilos de vida y costumbres, los desafíos derivados de la migración interna pueden influir en el rendimiento académico y en la salud general de los estudiantes.

La migración de estudiantes universitarios afecta significativamente su bienestar, tanto físico como psicológico, al enfrentarse a un entorno cultural y social distinto. Estudios recientes han demostrado el impacto de la migración en la salud de los estudiantes, quienes experimentan mayores niveles de estrés, depresión e insomnio debido a los desafíos de adaptación, especialmente aquellos relacionados con la barrera lingüística, la falta de apoyo social y la discriminación percibida ; entre tanto, Rodríguez y Fernández (3), resaltan la importancia de un enfoque integral en los programas de enfermería, principalmente con enfoque en salud mental y adaptación cultural, para mejorar el bienestar de los estudiantes migrantes, estas intervenciones en gran medida podrían reducir el estrés y promover una percepción más equilibrada del riesgo, apoyando así su integración y éxito académico, en este sentido se espera la adaptación efectiva de los estudiantes migrantes depende tanto de su resiliencia personal como de un respaldo institucional adecuado que aborde las necesidades específicas que surgen con la migración académica.

Teniendo como antecedente que la formación superior en Enfermería se caracteriza por una rígida preparación acompañada de altos niveles de estrés, manifestado por estados emocionales como: desgano, ansiedad, inseguridad; tristeza añadido la recarga académica y el trabajo laboral, familiar; en situaciones que generan mayor dificultad en la concentración y memoria, deterioro de la capacidad del juicio, de razonamiento, factores que pueden intervenir negativa o positivamente en su cuidado integral, por ende en el rendimiento académico de los estudiantes.

El contexto antes mencionado nos conduce a recordar que el hombre es entendido como un ser integral desde la visión holística, cuyos seis componentes esenciales son la dimensión corporal, afectiva, cognitiva, social, estética y espiritual. El ser humano debe ser visto como un ser total (4), así lo afirman varios autores, la teoría holística de la salud la cual parte de una concepción del ser humano como un ser global con aspectos biológicos, psicológicos, sociales y espirituales en interacción con el medio ambiente que lo rodea, mismo con el que interactúa permanentemente.

El cuidado a sí mismo es uno de los aspectos considerados para la supervivencia del hombre, esto seguido del cuidado a los familiares, a los amigos, en el caso de los profesionales de la salud el cuidado a los pacientes, en el caso de los docentes el cuidado a los estudiantes, incluso el cuidado a las mascotas, al medio ambiente, a las plantas. Es así como, el cuidar es una acción sencilla considerada como cualquier manera que se practique el estar pendiente de algo (5). Por lo que para realizar esta investigación es fundamental considerar los diferentes enfoques sobre el cuidar de sí mismo sobre todo en el proceso de migración interna estudiantil que por diferentes motivos ocurren en una determinada sociedad.

La migración se ha establecido desde tiempo atrás, principalmente en las diferentes crisis económicas que se han presentado a través de la historia, fenómeno en función de la búsqueda de nuevas oportunidades en empleo y/o educación, la migración en el siglo XX fue el escenario histórico de la transformación del Ecuador, de un país notablemente rural a un país predominantemente urbano (6).

En la actualidad se viven estos cambios migratorios, es así que en los primeros niveles existe una masificación y diversificación del estudiantado, mismo que es procedente de diferentes provincias del país, uno de los factores se designa a esta migración interna. El escenario antes narrado me motiva a realizar la presente investigación de enfoque cualitativo que me conduzcan a interpretar y comprender los factores que pudieran estar influyendo en el cuidar de sí de la población estudiantil; asimismo, describir las experiencias y vivencias en cuanto al impacto cultural migratorio interno de estos estudiantes.

Para desarrollar esta investigación se utilizó el enfoque cualitativo con la matriz epistémica fenomenológica, lo que permitió interpretar y comprender el **“Cuidar de sí de los estudiantes de enfermería en situación de migración interna académica desde una visión holística”**, cuyo objetivo general es construir una aproximación teórica, derivada de los significados sobre el cuidar de sí de los estudiantes de enfermería en situación de migración interna académica desde una visión holística.

Es importante acotar, que solo tomé en cuenta aquellos estudiantes procedentes de las diferentes provincias del país que cursaron su preparación en una institución académica de nivel superior privada de Quito, que hayan estado viviendo un proceso migratorio interno. Como técnica de recolección de la información se utilizó la entrevista en profundidad, a través de los encuentros previamente establecidos con los informantes clave y agentes externos seleccionados.

Esta investigación está adscrita a la línea: Práctica de Enfermería, Cuidado Humano, Salud y Educación, perteneciente al Doctorado en Enfermería Área de Concentración: Salud y Cuidado Humano de la Universidad de Carabobo.

Con el fin de desarrollar esta investigación de manera ordenada y cumplir con los objetivos establecidos, se ha organizado en capítulos que se detallan a continuación: Capítulo I, que está conformado por el fenómeno de estudio, el mismo se encuentra integrado por la contextualización de la situación estudiada el referente empírico, el objetivo general y los objetivos específicos, la justificación y por último la delimitación de la investigación.

El Capítulo II, contiene la revisión del marco teórico y referencial, el mismo que está estructurado por los antecedentes relacionados con el presente estudio, las referencias teóricas actualizadas de otros autores existentes sobre el fenómeno de estudio y las bases legales que sustentaron la temática de esta investigación.

En cuanto al Capítulo III, contiene información sobre la dimensión metodológica, que enuncia algunas definiciones sobre el paradigma cualitativo y el método fenomenológico, siguiendo el abordaje de las etapas según Herbert Spiegelberg, el mismo nos permitirá explorar el campo de la conciencia de los informantes clave, agentes externos que fueron parte de este estudio y los criterios para su selección; sus noemas con respecto al fenómeno, sus vivencias, sus sentimientos, sus creencias, sus valores, significados tomados a partir de la experiencia vivida en su contexto el acceso al campo de estudio; las consideraciones éticas para proteger los

derechos de todos los participantes; la entrevista en profundidad como técnica de recolección de la información; la relación entrevistado-entrevistador, el rigor metodológico para evaluar la calidad científica de investigación y por último el análisis de la información.

En el Capítulo IV, titulado Descripción del Fenómeno en Estudio, se exploran distintas perspectivas relevantes para el análisis: las de los informantes clave, los agentes externos y mi perspectiva como investigadora.

Siguiendo el capítulo V se muestra la búsqueda de las esencias y de las estructuras se detalla la búsqueda de las esencias y de las estructuras, un capítulo complejo, se aborda la síntesis narrativa, junto con el proceso de triangulación, categorización y estructuración,, aquí es donde se relacionan todas las categorías sobre el tema con una aproximación teórica descriptiva/comprendensiva basada en los significados encontrados visibilizando la realidad que experimentan los estudiantes de enfermería migrantes internos y de los agentes externos.

A partir del capítulo VI, se establece la constitución de los significados del fenómeno, en el capítulo VII, se detalla la interpretación del fenómeno, es decir mi interpretación y en el capítulo IX detallamos la aproximación teórica, el constructo a la luz de lo realizado.

Para concluir, se presentan las consideraciones finales sobre el fenómeno estudiado, junto con recomendaciones orientadas a mejorar el proceso de atención desde un enfoque integral y

respetuoso. Finalmente, se incluyen las referencias bibliográficas, así también anexo el formato del consentimiento informado.

CAPÍTULO I: EL FENÓMENO DE ESTUDIO

“El cuidado propio no es un lujo, sino una necesidad. Sólo desde una posición de fortaleza podemos brindar un cuidado efectivo.”

Dorothea Orem

A continuación, se presenta la contextualización de la situación estudiada, la narrativa sobre el fenómeno de estudio en lo referente a la realidad observada en el contexto; asimismo se exponen los objetivos y la justificación de la investigación y para finalizar con la delimitación del estudio.

1.1. CONTEXTUALIZACIÓN DEL FENÓMENO DE ESTUDIO

Pierson et al. (8), define que cuidar es un fenómeno social y cultural, una ciencia social y humana que necesita preparación, conocimientos, investigación y sobre todo experiencia de trabajo de campo. Es importante señalar que existen grupos de estudiantes de enfermería más vulnerables que otros, siendo el grupo de estudiantes migrantes internos los que destacamos en este trabajo, es así como, con la entrada al mundo universitario, los estudiantes se encuentran con la necesidad de establecer un cambio de perspectiva en su comportamiento para adaptarse a este nuevo entorno, estableciendo una serie de estrategias diferentes a las que disponían hasta antes de separarse de su entorno familiar para alcanzar con éxito sus metas.

Los estudiantes de enfermería migrantes internos son seres humanos, y por tanto, son únicos e irrepetibles. Esto puede interpretarse como una afirmación filosófica sobre la

singularidad e irremplazabilidad de los seres humanos. Cada uno de ellos aporta una combinación singular de habilidades, experiencias y perspectivas, derivadas no sólo de su formación académica, sino también de sus vivencias migratorias. Para Rodríguez (9), reconocer y valorar a estas singularidades es fundamental para crear un entorno académico inclusivo y beneficioso, que además de respetar sus necesidades, brinde el apoyo necesario para superar los límites particulares que enfrentan, en este sentido, resulta imprescindible que las instituciones educativas desarrollem estrategias pedagógicas y de acompañamiento psicosocial que promuevan la equidad, fomenten la resiliencia y fortalezcan su sentido de pertenencia. Solo así se garantiza que estos futuros profesionales de la salud puedan desplegar su potencial plenamente, enriqueciendo con su diversidad y experiencia el ámbito de la enfermería y aportando una mirada más humana y empática a la atención de la población.

Autores como Silva et al. (10) sostienen que, en general, los estudiantes de enfermería carecen de estrategias adecuadas en sus primeros años. Muchos de ellos muestran conductas inadecuadas ante las nuevas exigencias de su formación, lo que se convierte en un factor desencadenante que les impide alcanzar las metas establecidas dentro de estas conductas resaltan la alimentación y descanso inadecuados lo que conlleva a mantener un inadecuado estado de salud.

Entendiendo que el cuidar de sí incluye, el cuidado a la salud, los pensamientos, las actitudes, los comportamientos, las emociones, los valores, las necesidades biopsicosociales; inclusive los bienes y todo aquello que genere bienestar; todos estos aspectos, son primordiales

para asegurar la salud de los seres humanos, dentro de este contexto referente al acceso universal a la salud, la historia cuenta que este derecho surge con la Revolución Francesa en 1791; posteriormente, la Organización Mundial de la Salud (OMS), en el principio 2º de su Carta Fundacional y en el artículo 25 de la Declaración Universal de los Derechos Humanos 1948 (11) que generalizaron ese derecho para todas las personas, sin distinción de raza, religión, ideología política y condición económica o social. De la misma manera la Constitución de la República del Ecuador en el artículo 32 establece: “La salud es un derecho que garantiza el Estado, cuya realización se vincula al ejercicio de otros derechos, entre ellos el derecho al agua, la alimentación, la educación, la cultura física, el trabajo, la seguridad social, los ambientes sanos y otros que sustentan el buen vivir” (12).

Por otra parte, bajo lineamientos de algunas teorizantes, la salud en enfermería es considerada como un sistema abierto y dinámico, es así que Rodríguez (9) la define como “un estado dinámico y cambiante influida por factores biológicos, psicológicos y sociales”, mientras que para Corto (13) “es un estado dinámico en el ciclo vital, que implica adaptación continua al estrés en el ambiente interno y externo, a través de la utilización óptima de los recursos personales para lograr el máximo potencial para la vida diaria” (p.42). Una teorizante que sustenta el cuidado humanizado y que aún puede exponerlo es Jean Watson, quien en su teoría representa un compromiso profesional, componente motivador fundamental en la gestión del cuidado; a través de normas éticas, basado en un enfoque humanista (14). Además, presenta una visión integradora de la persona para los profesionales que se encargan de su cuidado y acompañamiento, lo que evidencia la visión humanizadora de los cuidados enfermeros.

En el año 2022, Laboral y Fernández refieren que muchas de las definiciones ofrecidas por otros autores, determinan que, la salud es un proceso dinámico, vulnerable y vital para la persona, donde existen factores psicológicos, históricos, culturales, biológicos, sociales y espirituales conformando una unidad integradora y dinámica en constante evolución y adaptación de los individuos (15). Es así como, el punto de partida de todas las definiciones sobre salud expuestas por los teóricos conlleva a reflexionar sobre el estado de salud de los estudiantes de enfermería migrantes internos académicos, los cuales por sus múltiples facetas tanto desde el ámbito de formación académica como en el ámbito personal están sometidos a presiones sociales lo que exige adaptaciones continuas a las mismas y respuestas protectoras para conservar su salud.

Existen factores que influyen en el estado de salud y bienestar de los estudiantes, mucho depende de la calidad del medio en que se desarrolló y el medio en el que se va seguir formándose, acompañado de una serie de esquemas de comportamiento dentro de este nuevo ambiente, a saber de qué la definición de salud involucra no sólo el bienestar físico, sino también la realidad de la calidad de vida, y la realización integral del ser humano; brevemente diremos que “la salud como proceso complejo está determinada por el cuidar de sí, de la persona lo cual indudablemente influye en la calidad de vida de la misma” (13), tomando en cuenta que ciertos comportamientos permitirán o no alcanzar las metas trazadas antes de migrar de sus ciudades natales.

Para esta investigación, que considera a los estudiantes de enfermería migrantes internos, es fundamental conocer cuáles son las medidas de autocuidado que estos adoptan. Al estar fuera de su entorno familiar, los estudiantes desarrollan conductas que pueden favorecer su rendimiento académico o, por el contrario, perjudicar, impidiendo que rindan adecuadamente. Es aquí, donde el agente externo, es decir el docente de enfermería juega un papel fundamental, pues se convierte en “modelo” de los estudiantes que tiene bajo su responsabilidad no solo durante el proceso de enseñanza-aprendizaje sino también en el acompañamiento durante toda su formación, de allí la importancia de mantener valores personales que diferencian a estos docentes como parte fundamental del cuidar de sí para poder cuidar a los estudiantes de enfermería en general pero con más atención aquel grupo de estudiantes migrantes internos. Otros de los agentes externos serán los familiares de los estudiantes, que también forman en valores a este grupo particular.

Como resultado de un proceso socializador, el cuidar de sí como construcción humana es donde la persona aprende: las costumbres, los hábitos, las actitudes, las creencias, los valores, propios de grupos sociales influyentes; pero también representa la autovaloración, la sensibilidad, el compromiso que se tenga a sí misma. Incluyendo en este cuidado otros aspectos necesarios e importantes como lo son: el cuidado a la salud, los pensamientos, las actitudes, los comportamientos, las emociones, los valores, las necesidades biopsicosociales; incluso los bienes y todo aquello que genere bienestar, sin lesionar el bienestar de los demás (13).

Por todo lo antes expuesto me planteo las siguientes preguntas norteadoras que me sirvieron de orientación para la prosecución de los objetivos planteados: ¿Qué significado tiene el cuidar de sí para el estudiante de enfermería migrante interno académico? ¿Qué acciones o qué prácticas adopta para cuidarse a sí mismo? ¿Qué importancia tiene para el estudiante de enfermería migrante interno académico el cuidar de sí mismo? ¿Qué hacen los estudiantes de enfermería migrantes internos académicos, en relación con el cuidado de su salud? ¿Cuál es la percepción que tiene el estudiante de enfermería migrante interno académico sobre el alcance de sus objetivos de aprendizaje?

1.2.OBJETIVOS DEL ESTUDIO

1.2.1. OBJETIVO GENERAL

Construir una aproximación teórica, derivada de los significados sobre el cuidar de sí de los estudiantes de enfermería en situación de migración interna académica desde una visión holística.

1.2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Describir el fenómeno sobre cuidar de sí de los estudiantes de enfermería en situación de migración interna académica desde una visión holística.

- Buscar las diferentes perspectivas de los agentes externos y de la investigadora sobre cuidar de sí de los estudiantes de enfermería en situación de migración interna académica desde una visión holística.
- Comparar las diferentes visiones de los informantes clave y los agentes externos sobre cuidar de sí de los estudiantes de enfermería en situación de migración interna académica desde una visión holística.
- Indagar las esencias y las estructuras en los significados aportados por los informantes clave y agentes externos sobre el cuidar de sí de los estudiantes de enfermería en situación de migración interna académica desde una visión holística.
- Interpretar el significado sobre cuidar de sí de los estudiantes de enfermería en situación de migración interna académica desde una visión holística.
- Comprender el significado sobre el cuidar de sí de los estudiantes de enfermería en situación de migración interna académica desde una visión holística.

1.3.JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO

La relevancia de esta investigación evidencia la importancia del cuidar de los estudiantes de enfermería, quienes, al estar fuera de casa, fuera de su provincia natal son responsables de su

propio cuidado, reflejando sus actuaciones, sentimientos, toma de decisiones, con un carácter humanístico y auténtico, apreciando con mayor admiración el valor intrínseco de la persona, reflejando una calidad y calidez humana (16).

Desde el punto de vista epistemológico se espera que esta investigación sea de utilidad para el estudiante de enfermería migrante académico, pues le permitirá reflexionar sobre el significado del cuidar de sí, haciendo un análisis profundo sobre sus actuaciones, sus pensamientos, sus sentimientos, la toma de decisiones, desde la integralidad del ser, lo que le permitirá apreciar con admiración el valor intrínseco de la persona.

Es así como, desde una perspectiva ontológica y axiológica, la relevancia de esta investigación radica en la comprensión profunda del cuidado humanizado y del autocuidado en el contexto de los estudiantes de enfermería migrantes internos, así como de los docentes de enfermería y los familiares directos. Este enfoque permite explorar los significados, valores y experiencias que configuran las prácticas de cuidado, destacando su importancia en la formación de los estudiantes de enfermería, sus docentes y sus familiares.

Esto no solo ayudará a los estudiantes migrantes internos a lograr alcanzar estos fundamentos para gestionar el cuidado de los pacientes durante su formación, sino que también les permitirá conocerse desde una visión holística cuyo enfoque considera a la persona en su totalidad, integrando todos los aspectos físicos, mentales, emocionales, sociales y espirituales,

promoviendo el equilibrio y la armonía entre todas sus dimensiones. Este enfoque es especialmente importante en el campo de la salud y el bienestar, donde se reconoce que la interconexión de diversos factores influye en el estado general de las personas, de tal manera que pueda plasmarse todos los días de su formación en la institución de nivel superior.

Referente a la relevancia social el estudio tiene trascendencia, es decir que supera su importancia circunstancial o su ámbito particular. En este sentido, hace reseña el resultado, la consecuencia o la importancia que tiene el cuidar de sí de los estudiantes migrantes universitarios, mismo que será de utilidad a nivel institucional, donde los beneficiarios directos serán los estudiantes migrantes internos académicos. Para estos jóvenes al ser seres sociales es importante una adecuada convivencia; así, por su parte, Boff enfoca el “buen vivir”, como una visión integradora del ser humano, inmerso en la gran comunidad terrenal, que incluye aire, agua, suelos, montañas, árboles y animales; es estar en profunda comunión con la tierra, con las energías del Universo y con Dios, ejerciendo la simplicidad voluntaria, mediante la reducción intencional de nuestras actividades vitales a lo básico, en pro de esa verdadera calidad de vida que podemos denominar plenitud (17).

Referente a la relevancia contemporánea, se espera dar solución a los posibles problemas actuales que se evidencien, así como: la mala alimentación, el inadecuado descanso, el libertinaje entre los más importantes, problemas actuales de la vivencia del estudiante migrante interno universitario. En la relevancia científica práctica, se espera aportar nuevos conocimientos, en

cuanto a establecer políticas que le permitan a la institución sobrellevar las diferentes circunstancias por las que atraviesa el estudiante migrante universitario.

Para lo cual, es esencial develar el significado del cuidar de sí de los estudiantes de enfermería migrantes internos, este grupo un tanto vulnerable quienes, al estar lejos de su entorno familiar, deben desarrollar estrategias de autocuidado que influyan en su bienestar, rendimiento académico y en cómo practicarán el cuidado humanizado en sí mismos y el futuro con los pacientes. Comprender estas dinámicas ayudará a fomentar una cultura de cuidado más humanizada desde la formación académica, previniendo la deshumanización del cuidado en su práctica estudiantil y en un futuro profesional, que en la actualidad es muy evidente en las instituciones de salud por múltiples factores.

A través de las respuestas que se puedan obtener de los estudiantes de enfermería migrantes internos que estudian en la institución de nivel superior sobre la descripción de cuidado holístico, se podrá establecer un modelo de cuidados que conserve la esencia de la gestión del cuidado a través del autocuidado con atributos de humanización, consideración, y todo lo que encierra el holismo, hacia ellos mismos, recordando que uno no puede dar lo que no tiene en su corazón, este grupo algo vulnerable también tiene necesidades de salud física, emocional, psicológica, espiritual e incluso sociocultural y económica.

1.4.DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

La investigación se llevó a cabo con estudiantes migrantes internos del programa de enfermería de una institución de nivel superior de carácter privado en la ciudad de Quito. La duración ejecutoria de la misma se realizó entre los periodos 2022 -2023.

CAPÍTULO II: DIMENSIÓN TEÓRICA SOBRE EL FENÓMENO DE ESTUDIO

“La empatía es la esencia de la vida”

Jean Watson

A continuación, se presentan los antecedentes del estudio que están relacionados con la presente investigación, el referencial teórico que argumenta la temática de esta investigación, y por último los documentos oficiales en las bases legales, toda la información que servirá para indagar y profundizar en el fenómeno de estudio.

2.1. ANTECEDENTES DEL ESTUDIO

Para poder develar el fenómeno sujeto de la investigación, hago referencia a algunos antecedentes respecto al tema de investigación tanto a nivel nacional como internacional.

2.1.1. Ámbito Internacional:

Entre las investigaciones en el ámbito internacional a continuación se describen los siguientes estudios:

En una investigación realizada en el año 2023 en Medellín-Colombia, titulada **Cuidado de sí: una transformación en el proceso de formación del estudiante de**

enfermería, tuvo como objetivo, el comprender el significado del cuidado de sí del estudiante de enfermería de una universidad pública durante su proceso de formación universitaria, mediante la metodología de un estudio fenomenológico hermenéutico, realizaron 16 entrevistas en profundidad a estudiantes de enfermería de una universidad pública de la ciudad de Medellín, durante los años 2021 y 2022. A través de la narrativa, tuvieron un mayor acercamiento a las personas como individuos sociales y la comprensión de la forma en que construyen sus realidades personales y culturales. Se develaron 4 categorías temáticas: cambios y transformaciones del estudiante, significado del cuidado de sí, aspectos que aún no han incorporado y prácticas que sí han incorporado. Como aporte científico han demostrado científicamente que, al integrar el conocimiento adquirido durante su formación universitaria en el cuidado de los demás y transformar diversas experiencias en un proceso continuo de introspección y reflexión, donde los estudiantes desarrollan una actitud de vida (21).

El contexto mencionado se relaciona directamente con el objetivo de mi estudio dado que las narrativas de los participantes sobre sus primeros años de experiencia universitaria ofrecen una perspectiva valiosa para comprender el proceso de adaptación y crecimiento personal, desde sus miradas a través de sus propias vivencias y reflexiones, exploran y definen su identidad en el ambiente académico. En particular, proporciona una comprensión profunda de cómo estos años iniciales sirven como un período crucial para el autoconocimiento y el reconocimiento de sí mismos como seres humanos completos.

A través de sus experiencias, los estudiantes pueden descubrir y comprender su espiritualidad, sus deseos, sus capacidades, sus fortalezas y sus recursos, así como sus limitaciones, dimensiones que no solo influyen en su desarrollo personal, sino que también impactan en su capacidad para enfrentar desafíos académicos, emocionales que conllevan la vida universitaria. Al identificar tanto las potencialidades como las limitaciones, los estudiantes desarrollan una visión más holística de sí mismos, lo cual les permite adaptar sus estrategias de autocuidado y bienestar en función de sus necesidades individuales. Por tal razón, las narrativas ofrecidas por los participantes dan luz al entendimiento de cómo el proceso de adaptación a la vida universitaria puede ser visto como una etapa de exploración y consolidación de la identidad personal y profesional, fundamental para su éxito en la carrera académica.

En cuanto al estudio realizado en el año 2020, titulado: **Necesidades de docentes y estudiantes para humanizar la formación de enfermería**, siendo su objetivo el indagar las necesidades de humanización de la formación en enfermería, desde una perspectiva docente y estudiantil. Aplicaron una investigación cualitativa tipo estudio de caso realizada en una Escuela de Enfermería chilena, con 15 docentes y 12 alumnos antes de conformar 4 grupos de discusión con preguntas semiestructuradas a partir de la literatura y aplicaron el consentimiento informado. Realizaron análisis de contenido con Atlas ti® Versión 8.4.2, que generó red de códigos, categorías y 6 dimensiones de análisis; aplicaron los principios éticos de Ezekiel Emanuel y para asegurar el rigor metodológico se siguieron los principios de credibilidad, auditabilidad, y transferibilidad.

Como resultados respecto a las necesidades para una formación de enfermería humanizada, las dimensiones que emergieron fueron: 1) Conceptos de humanización, cuidado y enseñanza humanizada; 2) Potenciar desarrollo personal; 3) Comprender a los jóvenes y contextos sociales; 4) Formación docente en enseñanza humanizada y currículum; 5) Reflexionar sobre conflictos éticos; y 6) Avanzar a una Universidad que cuide su comunidad educativa (22). El constructo teórico de este trabajo fue orientado a enfatizar la implementación de esfuerzos personales, colectivos e institucionales que potencien el buen trato con estrategias de formación y de apoyo estudiantil y docente con los valores éticos y bioéticos, para obtener un cuidado humanizado, donde se establezca una verdadera relación transpersonal, entre los grupos sujetos del estudio.

El estudio antes citado se relaciona con esta investigación por la temática abordada, aunque se utiliza otra metodología, sus resultados muestran cuáles son las necesidades de cuidado para este grupo en cuanto a mejorar las condiciones laborales para una vida saludable y una cultura de cuidado humanizado, mismo que es esencial y que debe ser aplicado desde sus actores principales. La formación de estudiantes y el apoyo a los docentes deben integrar prácticas de comunicación efectiva, manejo del estrés y desarrollo de habilidades interpersonales que fortalezcan la capacidad de cuidar, brindar y recibir ese cuidado de manera humana y respetuosa. Lo que se aspira también son las políticas institucionales encaminadas a ayudar al cuidado de los estudiantes y de docentes; mejorando las condiciones laborales para garantizar que todos los involucrados puedan disfrutar de una vida saludable y equilibrada.

Una investigación realizada en Colombia por González (23) en el año 2018 titulada: **El cuidar de sí de los estudiantes de enfermería: una mirada desde los propios actores para un cuidado integral**. El objetivo fue: Construir una aproximación teórica, de naturaleza ontológica, epistemológica y axiológica, derivada de los significados de cuidar de sí en los estudiantes de enfermería desde una mirada de los propios actores para un cuidado integral en la Universidad del Magdalena Colombia. Esta investigación aplicó el paradigma cualitativo con la matriz epistémica fenomenológica, se seleccionaron seis informantes clave estudiantes de enfermería; como agentes externos participaron tres estudiantes del Programa de Cine y Televisión de la misma universidad.

La contribución teórica del estudio se expresa como un abordaje constructivista, bajo una concepción de naturaleza ontológica, epistemológica y axiológica. Identificaron cinco categorías: El cuidado de sí como una representación Holónica. Valorándose como persona. La espiritualidad como dimensión del cuidar de Sí. El cuidar de sí: un Paradigma emergente para un vivir saludable. Fomentando el bienestar de sí mismo. Estas categorías dieron significado al cuidado de sí como estar sin estrés, estar tranquila, dormir, cuidar aspectos, físico, emocional, satisfacer necesidades, alimentarse bien, prácticas saludables. Los valores identificados en los significados expresados por los informantes fueron: responsabilidad por cuidar de sí, autoestima, vivir saludable, autoconcepto como ser necesitado de cuidado, fomentando bienestar, promoviendo la espiritualidad (23).

Este trabajo tiene correspondencia con mi investigación, ya que devela los significados que los estudiantes le atribuyen al autocuidado; en particular, destaca cómo el cuidar de sí se transforma en un proceso integral que abarca todos procedimientos y acciones que una persona realiza para satisfacer sus necesidades biopsicosociales y espirituales. Al explorar estos significados el estudio proporciona una visión significativa de cómo el autocuidado no se limita solo a los aspectos físicos y emocionales, además incluye dimensiones sociales y espirituales que contribuyen al bienestar general. Esta aproximación enriquecida permite comprender cómo los estudiantes durante su formación integran el autocuidado, lo que ayuda a mantener una vida saludable. Estas experiencias pueden influir en el bienestar de los estudiantes y en su capacidad para enfrentar los desafíos de su vida personal y académica.

Una investigación realizada en México en el año 2018, por Ferro et al. (24) titulado: **Significados sobre el arte del cuidado desde la perspectiva de los estudiantes de Licenciatura en Enfermería**, donde se establecen como objetivo comprender los significados sobre el arte del cuidar desde la perspectiva de los estudiantes de la Licenciatura en Enfermería de la ENEO-UNAM en el marco del enfoque humanístico que construyen durante su formación; donde aplicaron como metodología un estudio cualitativo fenomenológico-hermenéutico desde la óptica de Heidegger y Gadamer, respectivamente, mediante la técnica de grupo focal, realizado con estudiantes de 2º, 6º y 8º semestre de la Licenciatura de Enfermería de la ENEO-UNAM, tras obtener el

consentimiento informado, se inició el trabajo grupal con una guía de preguntas generadoras.

Del conocimiento dilucidado se identificaron cinco categorías generales y diecisiete subcategorías; las primeras son: 1) Autopercepción de la enfermería, 2) Arte del cuidado, 3) Interacción enfermera-persona, 4) Conducta profesional y 5) Espiritualidad vs. Religiosidad, estas denotan los significados que le asignan los estudiantes al cuidado y al arte del cuidado en su proceso formativo (24). Ante estos resultados se concluye que los estudiantes le otorgan al cuidado y al arte del cuidado se expresan a través de las categorías y subcategorías identificadas, en estas el arte del cuidado es una forma de vivir la enfermería en armonía con su ser profesional.

En cuanto al aporte al desarrollo de mi investigación permite comprender que para los estudiantes el arte del cuidado significa desarrollo de la sensibilidad, creatividad en el cuidado a la salud, autoconocimiento, reconocimiento del otro en una relación de alteridad, respeto a la dignidad de la persona, desarrollo de la espiritualidad en el contexto de la conducta profesional. Destaca que la formación teológico, filosófico y humanístico, se centra en cualificar al cuidado como holístico, con extensión a la familia, donde se reconocen los sentimientos implicados; hacen énfasis en el desarrollo de la identidad profesional-personal como componente esencial de la enfermería caracterizada por los sentimientos, valores y actitudes. Comprender la perspectiva de los estudiantes en el

conocimiento de este fenómeno, resulta trascendente para reflexionar sobre el proceso formativo de enfermería, que implica a la docencia y a la investigación.

En el siguiente trabajo de investigación realizado por Gorriti et al. (25) publicado en el año 2016 en Chimbote-Perú, titulado: **Experiencias de estudiantes de enfermería en el cuidado de sí durante el proceso de formación en una universidad privada en Chimbote-Perú**. Su objetivo fue describir y comprender las experiencias del estudiante en el cuidar de sí durante su formación profesional. El estudio se realizó a través de un enfoque cualitativo aplicando la metodología de historia de vida, como instrumento utilizaron una entrevista abierta a 22 estudiantes de Enfermería de una universidad peruana. El análisis de contenido generó las categorías: conceptualización del cuidado y aprendiendo a cuidar de sí. Donde emergen los significados manifestados por los participantes: El cuidarse es autocuidado y bienestar, algo nuevo a ser explorado; al principio hay insatisfacción de las necesidades básicas humanas que cambian cuando las estudiantes de enfermería son preparadas para cuidar a otros.

La construcción teórica de esta investigación está orientada en enfatizar el autocuidado y el bienestar de los estudiantes de enfermería como aspectos esenciales, que necesitan ser explorados a profundidad donde las necesidades insatisfechas pueden ser una barrera significativa para su desarrollo en la gestión del cuidado, por lo que es necesario la formación en la gestión para fomentar el autocuidado, de tal manera que

pueda mantener un equilibrio emocional y pueda adoptar prácticas saludables que promuevan su bienestar general, lo que les permite ofrecer un cuidado humanizado.

El trabajo descrito está estrechamente vinculado con mi investigación, ya que destaca cómo la enseñanza del cuidado influye en el proceso de saber, de ser, de saber ser y vivir en bienestar de los estudiantes. Subraya la importancia de integrar una formación humanística que permita a los estudiantes de enfermería migrantes internos cuidar de sí mismos para poder brindar un cuidado de calidad con calidez. Al integrar el autocuidado como un componente primordial en su vida, los estudiantes pueden desarrollar habilidades de mirar hacia su interior para identificar sus propias necesidades y limitaciones. Esta reflexión profunda se vuelve esencial para enfrentar desafíos emocionales en su vida personal y estudiantil.

En otra investigación realizada en Venezuela en el año 2015 titulada: **Enfoque fenomenológico del cuidado humano en estudiantes de enfermería**, cuyo objetivo fue generar una teoría acerca del cuidado humano como valor fundamental en la formación, derivada de los significados que le asignan estudiantes de la carrera de enfermería de la Universidad de Carabobo-Venezuela. Este trabajo es de naturaleza cualitativa, bajo el enfoque fenomenológico utilizando el método de Spiegelberg para el análisis de la información.

Como técnica de recolección de información aplicaron la entrevista a profundidad. La población fue de 12 estudiantes de primero a quinto año de la carrera de enfermería. Los agentes externos participantes fueron 5 docentes de la escuela de enfermería y enfermeras asistenciales, siendo la validación de la información a través de la triangulación de la información obtenida de los sujetos participantes. Las epistemes emergidas de los significados manifestados por los participantes se centran en cinco categorías: Percibiendo el cuidado humano, interpretando el significado del cuidado humano, recorriendo la tipología de valores, interpretado las creencias del cuidado humano y comprendiendo los sentimientos durante la acción del cuidado humano (26).

La construcción teórica de esta investigación está orientada en la educación en enfermería, se sabe que en la actualidad este modelo de proyecto va a llevar a la búsqueda de crear un modelo educativo más reflexivo, humanístico y crítico; así como considerar al estudiante como un ser integral en todas sus dimensiones, haciendo el proceso enseñanza aprendizaje más significativo y creativo desde el cuidado humanizado. Esta investigación y mi trabajo están estrechamente vinculados ya que los dos se centran en desentrañar los significados que los estudiantes de enfermería le atribuyen al cuidado humano hacia ellos. En un contexto académico y profesional en el que este cuidado humano es fundamental para el desarrollo de competencias no solo cognitivas no procedimentales, sino también actitudinales, aquellas habilidades blandas que inician en el quererse, cuidarse a uno mismo para poder cuidar a los demás; por lo tanto, es crucial entender cómo estos jóvenes

interpretan como se cuidan y cómo valoran el cuidado que reciben de los profesores, de la institución de formación, y de sus familiares.

La investigación realizada se enfoca en fomentar el cuidado de sí mismos (los estudiantes) de manera holística, integrando los aspectos físicos, emocionales, sociales y espirituales del ser humano, este enfoque abarca el concepto de cuidado humano como eje central. En este contexto, la investigación propuesta constituye una herramienta fundamental para analizar y fortalecer el marco teórico, ya que los resultados obtenidos ofrecen una perspectiva clara sobre cómo las personas experimentan y comprenden las prácticas de cuidado. Asimismo, proporciona datos valiosos que reflejan sus vivencias y expectativas, enriqueciendo el entendimiento y las estrategias orientadas al cuidado integral.

2.1.2. Ámbito Nacional:

Se han tomado en consideración varios estudios a nivel nacional para la fundamentación teórica de esta investigación, cuyos hallazgos son similares a los estudios internacionales y regionales.

Una investigación realizada en Ecuador-Guayaquil por Franco A, et al. (24) en el año 2023, titulada: Estado actual de los estudiantes migrantes internos de la Carrera de Enfermería Universidad de Guayaquil año 2023, el objetivo fue: describir el estado actual

de los estudiantes migrantes internos de la carrera de Enfermería de la Universidad de Guayaquil. Esta investigación fue de naturaleza cuantitativa bajo el enfoque descriptivo y transversal, realizado mediante la aplicación de instrumento de elaboración propia basado en datos sociodemográficos, económicos y de satisfacción con la decisión de haber salido de sus ciudades de origen para continuar sus estudios. Fue aplicado en 67 estudiantes de los 126 que reportaron la carrera como migrantes internos, mediante un link generado en Google Forms.

Donde se obtienen como resultados: la carrera de Enfermería de la Universidad de Guayaquil tuvo un 18,59% de estudiantes que son migrantes internos, y que en su mayoría son jóvenes adultos en edades entre 21 y 22 años, se observó que la provincia de mayor afluencia fue la provincia de Los Ríos y Chimborazo, así como también el predominio del género femenino. El 78,10% depende de recursos económicos provenientes de sus padres, pero en el caso de 41,80% solo uno de los progenitores trabaja (padre). El 69,6% de ellos alquila una vivienda, y en su mayoría se sienten afectados por la inseguridad que vive la ciudad de Guayaquil y los riesgos a los que ellos se someten al vivir solos, esto aunado a los pocos recursos económicos que sortean entre la responsabilidad académica, como actividades de vida diaria, y viajes a sus ciudades de origen (27).

La edificación conceptual de esta investigación está orientada a identificar la falta de atención hacia este grupo vulnerable, en relación al poco apoyo social con el que contaban, presentando una alta prevalencia de depresión, asumiendo responsabilidades en cuanto a la preparación de los alimentos, limpieza de la ropa en un ambiente de soledad.

Este trabajo de investigación tiene correspondencia con el objeto de mi estudio, recomienda que las instituciones de educación superior del país creen planes estratégicos para el mejor acogimiento de estos estudiantes, tanto en el bienestar estudiantil en el área académica, social, y hasta en su salud mental. Es decir que aboga por una visión integral del bienestar estudiantil que abarque el ámbito académico, social y de salud mental, sólo a través de este enfoque integral se podrá garantizar un acogimiento adecuado y una experiencia universitaria significativa, enriquecedora y satisfactoria para todos los estudiantes.

En el artículo elaborado por Álvarez (28) en Ecuador, titulado: Una mirada al cuidado holístico de enfermería. Muestra como objetivo dar una visión amplia de nuestro quehacer disciplinar y la necesidad del crecimiento profesional. Aplica la metodología de revisión bibliográfica de la evidencia existente acerca de las bases fenomenológicas del cuidado holístico. El extracto develado explica que el cuidado se ha venido estudiando bajo dos connotaciones; la histórica y la filosófica: la connotación histórica se relaciona con los cuidados que se otorgan al ser humano, con el objeto de mantener la vida y la

sobrevivencia; la connotación filosófica se refiere al cuidado humano como un valor, legitimando el actuar, una forma de expresión, de relación con el otro ser y con el mundo, como una forma de vivir plenamente.

En cuanto a la relación con el constructo de la presente investigación, el cuidado holístico abarca significados profundos, va más allá del conocimiento y la práctica, este enfoque implica la atención de todas las necesidades, compartiendo sentimientos y emociones. En el contexto del autocuidado de los estudiantes trasciende a ofrecer un apoyo integral que considera sus aspectos emocionales, sociales y psicológicos.

Caicedo et al (29) en Ecuador, en el año 2020, realizaron un estudio titulado: **Cuidado humanizado: Reto para el profesional de enfermería.** El objetivo, analizar el cuidado humanizado: Reto para el profesional de enfermería. Esta investigación fue realizada bajo un enfoque cuantitativo con una metodología descriptiva con diseño no experimental, la cual se apoya en el análisis documental-bibliográfico. Se organizó un proceso investigativo en donde la población de estudio se basó primordialmente en documentos escritos como tesis, revistas arbitradas y artículos científicos.

Las epistemes emergidas de los significados manifestados por los integrantes fueron: La enfermería debe ahora más que nunca cuidarse de resistir el desafío de trascender la humanización tanto en su concepción ontológica como epistemológica. Los

grandes retos en un mundo en constante cambios y en donde se promueve la vulneración de las personas, la deshumanización en una sociedad en constante competencia, la formación en todos los campos del saber contribuirá a la promoción de la humanización, en este sentido el sistema de salud, y de forma especial el profesional de enfermería, debe liderar, sin sacrificar conocimientos, tecnología o avances científicos, el profesional de enfermería debe actuar como líder en las instituciones de salud, promover los derechos de los pacientes y humanizar a todo el equipo de salud.

Este trabajo de investigación se relaciona estrechamente con el objeto de mi estudio, ya que resalta el enfoque humanista de la educación en enfermería, mismo que está intrínsecamente ligado a la prestación de cuidados éticos, profesionales y de alta calidad; este enfoque promueve la formación integral de los futuros profesionales, destacando la importancia de la empatía, el respeto y la dignidad en la gestión del cuidado, donde este se basa en la comprensión profunda de las necesidades y experiencias individuales. En el contexto de los estudiantes de enfermería migrantes internos, el autocuidado se convierte en un componente fundamental para esta propuesta.

En el estudio realizado en el año 2021 por Requelme et al (30) en Ecuador sobre el **Significado del cuidado humanizado de Enfermería en estudiantes de dos universidades ecuatorianas**, cuyo objetivo fue comprender el significado del cuidado humanizado de enfermería en estudiantes de dos universidades ecuatorianas.

Metodológicamente fundamentan su trabajo en un estudio fenomenológico con un enfoque cualitativo a través de la aplicación de una entrevista semiestructurada a ocho estudiantes de la Universidad Técnica de Machala y Universidad Católica de Cuenca; estas entrevistas, fueron grabadas, luego transcritas y clasificadas en categorías de análisis mediante unidades de codificación.

El aporte científico evidencia la buena voluntad de brindar un cuidado humanizado basado en lo que aprenden en la aula-clase y de esta manera aplicando lo estudiado en la práctica formativa, destacándose como estudiantes capaces de aplicar el proceso enfermero de manera asertiva, describen oportunamente el significado del cuidado humanizado, detallando que la parte humana es la sucesión de cuidados que la ciencia enfermera presta al paciente en su estado biopsicosocial, dando énfasis no solo en las intervenciones técnicas y científicas sino también en la comunicación, acompañamiento, el entorno, la compasión del paciente y su familia.

Este aporte científico muestra una sólida disponibilidad para brindar cuidado humanizado fundamentado en los conocimientos adquiridos; la relación entre el trabajo citado con la presente investigación es que ambos buscan asegurar que los estudiantes tengan acceso a estrategias de apoyo y recursos adecuados para gestionar su propia salud mental y bienestar esencial para garantizar que puedan mantener un cuidado sobre sí

mismos un cuidado que aspiran brindar en su profesión, un cuidado humanizado no solo a ser aplicado en la gestión del cuidado, sino también en el autocuidado.

A partir de estos resultados es necesario realizar una revisión de las bases teóricas que nos permitan establecer con claridad qué es el ser humano y la humanización del cuidado y como las teorías de enfermería nos aportan para determinar el significado que tiene el cuidado humanizado, para cuidar de sí del estudiante de enfermería migrante interno académico.

2.2.REFERENCIAL TEÓRICO

Para Guevara et al. (31) el cuidado es una característica común de todos los seres vivos, por ende, reconoce al cuidado humano como un concepto universal, inherente a la humanidad, por esta razón dice, se requiere de una nueva filosofía que sea holística, ecológica y espiritual que nos identifique como ciudadanos del mundo con nuestras obras. Enfermería pues, es una de las profesiones humanistas de naturaleza social; donde la esencia de la profesión es el cuidado en el sentido de cuidarse para poder cuidar del otro.

A continuación, se exponen algunas ideas sobre aspectos relacionados con la temática de esta investigación a fin de sustentar y enriquecer teóricamente la misma.

2.2.1. El cuidar de sí como enfoque filosófico transformador

A la luz de la filosofía se interpreta al enunciado de Bravo (32), quien considera que la terapia de Sócrates como un cuidado de sí mismo cuyo ejercicio se lleva a cabo con los otros de manera dialéctica, por lo cual la naturaleza de sí mismo no es nunca resultado de una reflexión aislada, sino una búsqueda constante a través del diálogo, lo que pretende Sócrates es “abrir la posibilidad de la auto transparencia a través de la cooperación dialógica”, sin embargo, esto no implica la posesión del bien, sino el propio diálogo y el mutuo examen de sí mismo. En otras palabras, más precisas: “el cuidado socrático constituye el carácter mismo de la enseñanza de los diálogos platónicos” (32).

Los autores González y López (33), parten de las consideraciones que ha realizado el estudioso de origen francés, Pierre Hadot, quien se ha preocupado por el tema de los ejercicios espirituales en la filosofía antigua, así se conecta la noción de mayéutica socrática, desde el ejercicio espiritual con la noción de cuidado de sí, en su interpretación este cuidado aparece en el pensamiento griego, este surge en forma de ansiedad causada por diversos factores, como lo son la dureza en los eventos de la vida, la obligación de actuar en diversas e inesperadas circunstancias, los procesos y asuntos sociales.

De allí que esta noción esté en sus orígenes ligada a la vida en la ciudad y en particular al exceso de actividad. Desde esta perspectiva, lo inédito de Sócrates, al menos en lo que Platón le hace decir, consiste en ser el primero en introducir en Occidente la

noción del cuidado de sí como lo establece Londoña (34). En este contexto, la contribución de Sócrates según Platón es su introducción de la noción del cuidado de sí como pionero en la filosofía occidental, con esta visión el cuidado deja de ser una cuestión de mantener el bienestar físico o emocional converge en una práctica filosófica y ética necesaria que requiere de la reflexión constante de uno mismo enfocándose en la auto observación y la reflexión personal de su propio conocimiento y autocuidado.

Desde el enfoque filosófico, el cuidar de sí de los estudiantes en un proceso migratorio, implica una práctica reflexiva que va más allá del bienestar físico o emocional. En el contexto educativo, este cuidado se vuelve primordial, especialmente para quienes atraviesan procesos migratorios internos, enfrentando rupturas familiares, cambios culturales y desafíos emocionales.

El cuidar de sí para los estudiantes de enfermería en situación de migración, se convierte en una herramienta vital para sostener su formación y vocación. No se trata solo de cuidarse para rendir mejor académicamente, sino de cultivar una práctica que les permita habitar con conciencia y dignidad, reconociendo sus límites, emociones y necesidades. Solo quien se cuida a sí mismo de manera profunda podrá cuidar a los demás con autenticidad y humanidad.

La práctica de un verdadero cuidado de sí puede generar un cambio en lo social, pues una ética que devuelve al individuo la soberanía sobre su propia subjetividad es una herramienta poderosa, el cuidado de sí puede transformar la propia subjetividad para mejorar el ser de uno a partir de la reforma de las prácticas internas de la subjetividad mediante la práctica de diversos ejercicios espirituales, y la renovación de la manera en que el sujeto se relaciona con el mundo (34). La implementación de un cuidado de sí auténtico posee el potencial de generar cambios sociales, debido a que la ética les proporciona una herramienta poderosa a las personas, el control sobre su propia subjetividad.

El cuidado de sí se puede transformar mejorando a su ser a través de modificaciones de prácticas internas mediante la realización de ejercicios espirituales y la renovación de la manera en que el individuo se relaciona con el mundo. Mediante la transformación que sobreviene a la práctica del cuidado de sí es posible volver constante lo trascendente, difundirse de lo individual a lo universal, no sólo en un contexto intelectivo, sino ético-existencial, implica un mejoramiento de sí al abandonar la preocupación por lo que no se es (33). Es así como cuando las personas están interesadas en el cuidado de sí deben buscar un diálogo con lo exterior, pero al mismo tiempo con ellos mismos, con su ser, deben escucharse, cultivarse, mirarse, interrogarse; pero esto es algo que se aprende con el ejercicio constante, un claro ejemplo que evoca el autor es el arquero que practica constantemente su tiro para acertarle al blanco.

Así, el cuidado de sí se traduce en el cuidado del alma, ocuparse de sí mismo y de los agentes externos que pudieran interferir en ese cuidado. Con lo anterior, para que tanto la educación como el cuidado de sí sea eficaz debe tenerse presente el entorno, ya que es el que determina las posibilidades que tiene el sujeto al momento de enfrentarse a esa crítica con relación a la transformación del alma que se propone cuidar.

El cuidado del alma no es solamente una práctica introspectiva, es cultivar lo profundo y lo sagrado en la vida cotidiana (34); por tanto, es una actitud vital que implica vigilancia crítica sobre sí mismo, sobre el entorno y sobre las estructuras que influyen en la subjetividad. En el caso de estudiantes, docentes y directivos, este cuidado se materializa como un trabajo ético de autoconstrucción; para el estudiante implica reconocimiento de su propia vulnerabilidad, de sus deseos, de sus necesidades inclusive de sus potenciales; educar el alma no significa imponer contenidos, al contrario, se debe crear condiciones para que la persona se descubra y se transforme críticamente más aún cuando está lejos de su hogar.

Para el docente, el cuidado de sí es también cuidado del otro. El proceso de enseñar se convierte en un acto ético, donde se modela la libertad, la responsabilidad y la reflexión. Mientras que, para el directivo, implica orientar desde una ética del acompañamiento, no del control, generando estructuras de poder más horizontales y sensibles.

Para comprender el cuidado de sí como un proceso ontológico fundamental, es esencial abordar al ser humano desde una perspectiva de holicidad. Esta visión implica reconocer a la persona como una unidad integral, donde sus dimensiones física, mental, emocional y espiritual están interconectadas y se influyen mutuamente. Ignorar cualquiera de estas facetas resultaría en una comprensión incompleta y, por ende, en un cuidado de sí menos efectivo. Por ejemplo, el bienestar físico no puede disociarse de la salud mental, ni la estabilidad emocional de un propósito espiritual. De este modo, la holicidad no es solo una idea abstracta, sino un marco indispensable para el cuidado de sí, que exige una atención consciente a cada aspecto de nuestro ser para fomentar un desarrollo pleno y armonioso.

2.2.2. El enfoque holístico del ser humano

Es necesario reconocer que todas las personas somos seres sociales, para que el ser humano pueda comprender que necesita de los demás, que su vida está en relación con los otros, que la razón de la vida es establecer los actos para buscar la felicidad de quienes están a su alrededor (35). Es así como, cuidar a una persona bajo el paradigma holístico implica un enfoque integral que abarca todas las dimensiones de su ser; esto refiere que no solo se considera sus aspectos biológicos, psicológicos, sociales y culturales y espirituales, sino también cómo cada uno de estos aspectos interactúa y se interrelaciona con el entorno donde se encuentra.

Tal como expresa Guevara (36), se debe retomar la visión holística de la persona como ser, minimizando su fragmentación o codificación en una sociedad globalizada con grandes avances en el conocimiento científico y tecnológico. En este sentido cada persona es única, con características individuales y posee la capacidad de relacionarse e interactuar con un entorno externo como también interno, donde a través de este proceso se acopla a cambios continuos, viviendo experiencias y comportamientos que favorecen su adaptación.

Esta persona, además; es un ser complejo con la capacidad para reflexionar y comprender las situaciones que día a día tiene que enfrentar y se refuerzan con la comunicación. Desde la perspectiva de Guevara B. (36), estos valores aprendidos y reforzados incluyen el respeto, la solidaridad, la autoestima, la justicia y la autonomía, todo este conjunto de valores abarca el respeto hacia la dignidad humana, sin importar las características físicas, psíquicas, sociales o culturales del individuo.

La visión holística del estudiante migrante académico, trasciende el ámbito pedagógico para convertirse en una postura ética y política frente al sufrimiento, la desigualdad, y la exclusión o se trata de una estrategia educativa, sino de un compromiso profundo con la dignidad humana. Es necesario que los docentes y directivos asuman su rol como agentes de cambio, plenamente conscientes del poder transformador de la educación. Desde esta perspectiva, el aula se convierte en un espacio de encuentro, donde

se restaura la humanidad negada, se fortalece el sentido de comunidad y se siembran las bases de una justicia social duradera para fortalecer el cuidado holístico del estudiante.

El reconocimiento de la responsabilidad que tenemos los seres humanos como personas, hacia nosotros mismos y hacia otros seres humanos es crucial, por lo que, la salud y bienestar de la persona corresponde ser cuidada tanto en un contexto individual como colectivo, este enfoque integral implica que la humanización es fundamental para el mantenimiento de la salud y a la acción sanitaria. Para que este cuidado sea verdaderamente significativo, debe estar acompañado de empatía y comprensión con el autocuidado y el cuidado a los demás de forma individual o colectiva.

Por lo tanto, el cuidado holístico reconoce que la salud y el bienestar de un individuo no pueden ser comprendidos ni gestionados de manera aislada; más bien, deben ser abordados en el contexto de su totalidad; este paradigma promueve una visión que integra todas las dimensiones de la experiencia humana. Al contemplar al ser humano en todas sus dimensiones, el cuidado holístico fomenta una relación más profunda entre quien brinda y quien recibe la atención, incluyendo la comprensión y el respeto por las particularidades de cada persona y la manera en que sus valores, creencias y circunstancias influyen en su bienestar.

El cuidado holístico no se improvisa; se diseña con estrategias claras, comprometidas y sostenibles en el tiempo. Para el estudiante migrante, este cuidado

puede significar la diferencia entre la ruptura o la reconstrucción de su proyecto de vida. Por ello, docentes y directivos deben comprender que cuidar al otro, en toda su humanidad, es el acto educativo más profundo y revolucionario que existe.

En definitiva, el cuidado holístico es una propuesta que busca humanizar la atención al reconocer y atender a la persona en su totalidad. Al integrar los aspectos biológicos, psicológicos, sociales, espirituales y culturales, y al considerar la interrelación con el entorno, se ofrece una visión más completa y respetuosa de la salud y el bienestar. Este enfoque permite una atención más efectiva y empática, promoviendo un bienestar integral y sostenido que va más allá de la simple resolución de problemas específicos.

Desde esta perspectiva, el estudiante de enfermería se convierte en un actor fundamental en la implementación del cuidado holístico, no solo como receptor de formación académica, sino como sujeto en proceso de construcción ética y profesional, al comprender y practicar esta mirada integral del ser humano, el futuro enfermero desarrolla competencias que trascienden el conocimiento, la técnica, integrando sensibilidad, empatía y respeto hacia las diferentes experiencias de vida de los pacientes, sus familiares y la comunidad.

De esta manera el estudiante aprende a valorar al otro en su complejidad, a intervenir con ética y humanidad, y a generar vínculos terapéuticos que promuevan un bienestar real y sostenido, ahora se invita a conocer al estudiante de enfermería.

2.2.3. El estudiante de enfermería

Actualmente el ingreso a la carrera de enfermería supone para los estudiantes un desafío asociado a expectativas, intereses, necesidades y capacidades particulares que se entrecruzan con los requerimientos, rutinas y demás prácticas institucionales (37), conformando un nuevo escenario sociocultural que exige contemplar un período de adaptación de quienes ingresan a la vida universitaria. La admisión al nivel superior se visualiza como punto esencial en el desarrollo de la identidad disciplinar y profesional, el estudiante de enfermería ingresa a cursar la profesión entre edades de 17 a 23 años, aunque también hay estudiantes hasta 30 años, muchos de los jóvenes que han cursado inmediatamente luego de culminar el colegio, aún están en el período de la adolescencia o están culminando esta etapa, misma que es importante en el desarrollo de una persona, para la OMS la adolescencia va hasta los 18 a 19 años y la adolescencia tardía comprende entre los 19 y 24 años, definida esta etapa como el periodo de vida en que el individuo se prepara para el trabajo y para asumir la vida adulta con todas sus responsabilidades, en esta etapa implica un aumento en las necesidades de energía y nutrientes (38). En este sentido, dentro de esta vida se adquieren hábitos que en la mayoría de los casos se mantienen en la edad adulta. Por esta razón, se considera que dicha etapa es la mejor para promover la salud y generar estilos de vida saludables.

La salud y el desarrollo de los adolescentes constituye parte integral de la Estrategia mundial para la salud de la mujer, el niño y el adolescente (2016-2030) porque,

en palabras del secretario general de las Naciones Unidas, “*los adolescentes son fundamentales para todo lo que deseamos lograr y para el éxito general de la Agenda hasta 2030*” (39). De allí la importancia de que los estudiantes de enfermería mantengan una buena salud para alcanzar un desarrollo adecuado de tal manera que puedan responder a todo lo que implica la formación en la carrera de enfermería, pues la enfermería es una profesión que necesita de todo un andamiaje, así las partes académica, metodológica e investigativa.

Esta formación implica esfuerzo por parte del estudiante, por tanto, se verá sujeto a muchos tipos de presiones, en cada nivel se establecen nuevos retos y demandas de adaptación sujetos a una carga estrés, conocido como el estrés académico; este se ha clasificado como un problema de salud muy común entre los estudiantes, a pesar de esto, no se ha estudiado lo suficiente, especialmente cuando el estudiante se encuentra con un ambiente altamente competitivo globalizado que demanda un nivel de ejecutoria apropiada para poder mantenerse como parte de un programa académico (38).

Como ya se mencionó, el “cuidado” desde sus orígenes, forma parte del ser humano y ha adquirido en el transcurso del tiempo, formas y expresiones de cuidar que se van modificando; para enfermería el cuidado debe ser considerado como una actitud que va más allá de una acción procedural, intentando captar un sentido amplio del cuidado como una forma de expresión, de relación con otro ser y con su familia, con la comunidad, con el ambiente, con el mundo, como una forma de vivir la vida plenamente.

La Enfermería, a lo largo de la historia ha utilizado como marco de referencia, para su práctica, teorías de las ciencias psicológicas y sociales, sin embargo, los cambios de la educación y desarrollo de la investigación han demandado y generado conocimientos específicos, para atender a las personas que requieren un cuidado. Es así, como la tendencia en este tercer milenio está dirigida a promover un cuidado humanizado como basamento teórico de Enfermería, pero no se debe olvidar que el estudiante es un ser humano que tiene necesidades y que necesita también de acompañamiento más aún cuando este estudiante es migrante interno (16).

La formación en enfermería exige un equilibrio entre saber, hacer y ser. Los conocimientos técnicos y científicos deben estar siempre al servicio de una práctica guiada por valores humanos. Solo así el estudiante podrá transformarse en un profesional íntegro, capaz de brindar un cuidado competente, ético y compasivo, que dignifique tanto al paciente como a sí mismo, capaz de aplicar sus conocimientos y habilidades con sensibilidad, respeto y ética, para brindar cuidados de calidad.

2.2.4. Visión holística del estudiante de enfermería

A partir del siglo XVIII el cuerpo humano pasa a ser objeto específico de estudio para la medicina, y “el enfermo pasa a ser una enfermedad”, esta característica típica de la medicina clásica galénica sólo atendía al cuerpo físico en su dimensión materia, es así

como, frente a esta situación el holismo surge como un nuevo paradigma o forma de ver la salud, que se enfoca hacia una atención más humanizada e integral del individuo (35). Esta forma de percibir y conceptualizar el bienestar es asimilada por disciplinas como la de enfermería, la cual tiene entre uno de sus principales objetivos promover la salud global y holística del ser humano.

Es así como, el cuidado humano debe basarse en la reciprocidad y debe tener una calidad única y auténtica, los enfermeros son los llamados a ayudar a las personas a aumentar su armonía dentro de la mente, del cuerpo y del alma, para generar procesos de conocimiento de sí mismo. Desde este punto de vista, el cuidado no solo requiere que los enfermeros sean científica, académica y clínica, sino también, un agente humanitario y moral, como copartícipe en las transacciones de cuidados humanos.

Otros aspectos transculturales para considerar por teóricos de enfermería como Leininger es establecer la diferencia que existe entre curación y cuidados en donde agrega los procesos de curar y cuidar presentan diferencias en su esencia y en sus características principales; no puede existir curación sin cuidados, pero puede existir cuidados sin curación. Los dos componentes mencionados, son esenciales en el ámbito de la salud, pero mantienen enfoques y objetivos diferentes. La curación se centra en resolver la patología específica mientras que los cuidados van enfocados a mantener el bienestar integral del paciente.

Las diferencias ontológicas entre las actividades de curar y las de cuidar de acuerdo con Beltrán y Garay.

(...) se basan en la disimilitud de la perspectiva epistemológica y filosófica de la que ambas parten. Los aspectos biomédicos y curativos se basan en una perspectiva analítica, empírica y experimental, reduciendo lo humano a lo biológico, el ser humano es una enfermedad u objeto de estudio (...) (40). Es importante recalcar que su integración es crucial para proporcionar una atención holística y eficaz.

El significado etimológico de la palabra holístico proviene del término griego “olos” que significa totalidad, este pensamiento holístico se mantiene hasta la actualidad (35), el holismo proviene de la palabra griega “holikós” que significa todo íntegro y/o completo (41), son dos conceptos que traducen el mismo significado. Al añadir el cuidado para que este sea holístico, se está configurando a este cuidado; es decir que, va más allá de las técnicas o procedimientos de enfermería, aunque desde hace mucho tiempo, este término ha sido el centro de atención de los profesionales de la salud, instituciones y organizaciones tanto a nivel nacional como a nivel internacional, se ha transformado en una corriente del conocimiento llegando a tener gran influencia en el desarrollo teórico de la profesión de enfermería.

De este paradigma, la persona como ser holístico, la propuesta humanizadora que considera al individuo en su globalidad nace la importancia de considerar este modelo como una filosofía en la práctica de enfermería, mismo que generará un proceso de

mutualidad y satisfacción entre el que provee el cuidado, “el profesional de enfermería”, y el que lo recibe, “el usuario” denominado así el paciente, la familia, la comunidad (35).

La holística desde su nacimiento se utiliza en muchas ciencias, una de ellas la Ciencias de la Enfermería, en el cuidado de la salud aborda a las personas como un ser completo, con múltiples dimensiones, resalta la importancia de adoptar este modelo como una filosofía fundamental en la práctica de la enfermería.

Se entiende que cada estudiante de enfermería tiene sus particularidades únicas e irrepetibles, resulta esencial considerar cómo sus características individuales se manifiestan y se fortalecen a través de sus relaciones interpersonales y sus estilos de vida. El contexto académico y social en el que se desenvuelven influye directamente en la forma en que construyen vínculos, gestionan emociones y enfrentan los retos propios de la vida universitaria. En este sentido, resulta importante analizar las dinámicas relacionales y los hábitos cotidianos de estos jóvenes para comprender de mejor manera cuál es su bienestar integral y su rendimiento académico, así como identificar factores de riesgo o de protección que inciden en su salud física y mental. En tal sentido, se aborda a continuación: *Relaciones interpersonales y estilos de vida en los estudiantes universitario*

2.2.5. Relaciones interpersonales y estilos de vida en los estudiantes universitarios

Para hablar de estilos de vida es hacer referencia a la forma de vivir de las personas, Velandia et al., plantea el concepto que se relaciona estrechamente con los componentes motivacionales y conductuales, y que se encuentra influenciado por costumbres, hábitos, modas y valores que existen en un determinado momento y contexto, factores que son aprendidos y, por lo tanto, modificables durante el curso de la vida (42) el ser estudiante es una etapa importante de esta. Es importante destacar que los patrones de comportamiento que forman parte de la vida de una persona abarcan todas las prácticas saludables como no saludables, que se adoptan; estos hábitos interactúan entre sí y afectan en el bienestar general. En el contexto de los estudiantes de enfermería migrantes internos marca la importancia del autocuidado como parte integral de su vida académica.

Laguado E. y Gómez M.(43), refieren que la vida cambiante de los estudiantes universitarios se presta para modificaciones en sus estilos de vida, esto influye en aspectos de salud física, al igual que en la relación entre vigilia y sueño por sus múltiples actividades académicas, el cursar este proceso de adaptación puede provocar una significativa cantidad de ansiedad en los estudiantes, misma que puede variar en intensidad e incremento por la presencia de diversos factores, como la presión de presentar trabajos, enfrentar exámenes, prácticas, y manejar múltiples responsabilidades académicas y también personales; un estilo de vida con estrés que puede complicarse por

otros factores adicionales como el prepararse los alimentos, disponer de su ropa dentro de lo más importante, es decir no disponer de una dieta adecuada, falta de descanso y la sensación de soledad, elementos que contribuyen al deterioro de la salud mental y física, y en casos extremos muchas de ellos puede caer en depresión.

Comprender las relaciones interpersonales y los estilos de vida de los estudiantes de enfermería permite vislumbrar cómo estos aspectos influyen en su capacidad de brindar y recibir cuidado. En este sentido, las teorías de enfermería que enfatizan el cuidado humano y el autocuidado ofrecen un marco conceptual valioso para analizar y fortalecer estas dimensiones.

2.2.6. Teorías de enfermería en el contexto del cuidado Humano

El cuidado ha sido asumido desde hace algún tiempo y por múltiples autores como el objeto que da lugar a la Enfermería como disciplina. Iniciamos pues, con un acercamiento etimológico y teórico al tema del cuidado.

La palabra cuidado procede del latín "cogitatus" que quiere decir, pensamiento, que implica el desarrollo del conocimiento en el momento de abordar el cuidado. Además, es objeto del conocimiento y la práctica profesional, "se dice que cuidar es la esencia de la Enfermería, y que el cuidado es el elemento paradigmático que hace la diferencia entre Enfermería y otras disciplinas en el área de la Salud"(44).

Tenemos muchas precursoras que a través del tiempo han dejado huella en el que hacer de la ciencia de la enfermería; a continuación, presentamos las exponentes que tiene relación directa con el trabajo investigado:

a. La Pionera: A través del tiempo, estudiadoras de la enfermería han liderado la búsqueda de conocimientos teóricos especializados en enfermería con el objetivo de orientar la educación, la práctica profesional, la investigación y la administración. En la imagen N°1, podemos observar la evolución de la enfermería desde conceptos básicos hasta marcos conceptuales, modelos y teorías de nivel medio ilustran la profunda influencia de la teoría en la profesión (44). De allí la importancia de comprender el papel que los conceptos en el desarrollo teórico, clave para destacar el impacto de las teorías en la disciplina de enfermería, nos queda claro que estas teorías son esenciales para el avance del conocimiento, su análisis permite un aprendizaje profundo a través de la revisión sistemática y la reflexión crítica.

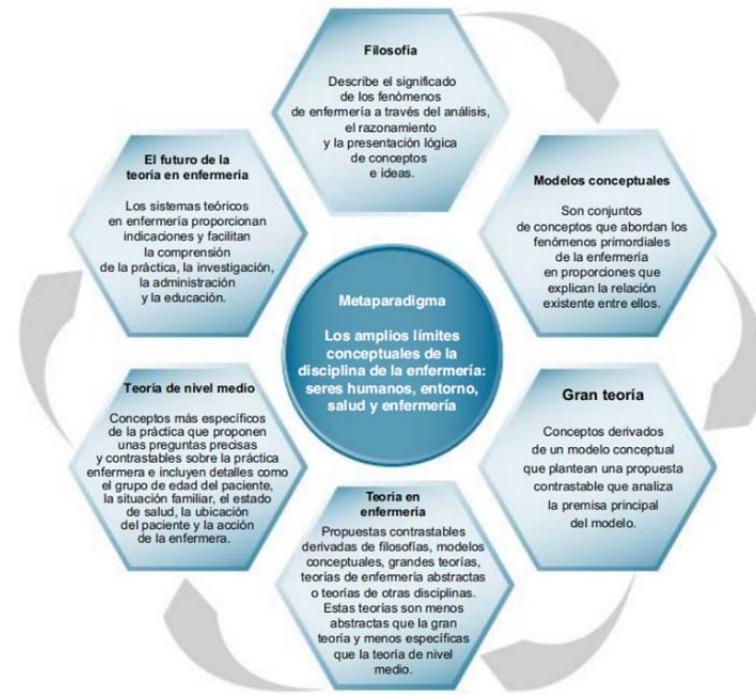


ILUSTRACIÓN 1 EVOLUCIÓN DE LAS TEORÍAS EN ENFERMERÍA. RAILE M., 2022 (44)

Con Florence Nightingale inicia la decisiva conexión entre la práctica de enfermería y el cuidado humano a mediados del siglo XIX, transformó la filosofía y las bases teóricas de la enfermería promoviendo la profesionalización; desde ese entonces estableció objetivos para contribuir al mejoramiento del ambiente (45), Nightingale definió objetivos y acciones para mejorar los factores ambientales, con la finalidad de proteger a las personas enfermas; además tomó el liderazgo en la formación y el cuidado:

(...) mujeres formadas, en un momento en el que las mujeres no estaban ni formadas ni desempeñaban trabajo alguno en los servicios públicos.

(...) La enfermera impuso unas simples reglas de higiene, cómo airear y limpiar a fondo las salas de hospitalización, lavar a los pacientes y cambiar las

sábanas o preparar comidas sanas para los enfermos, que mejoraron notablemente la situación en poco tiempo (45).

En tal razón el texto cuenta que concibió a las enfermeras como un colectivo e implementa sus métodos estratégicos en la guerra de Crimea y la mejora de las condiciones de los heridos, es decir los cuidados; lo que le dio el reconocimiento internacional hasta nuestros días. Estos relatos muestran que, para aquel siglo, Nightingale ofrecía además del cuidado, consuelo y compasión a los enfermos y moribundos, este acto de cuidado en un entorno tan desolador destaca la importancia de la seguridad, la empatía y la humanidad en la práctica de la enfermería, lo que hoy en día se destaca como el cuidado humanizado, así textualmente se entiende: (45)

(...) una luz mortecina vacila en las tinieblas de la sala del hospital. Proviene de la linterna turca que una mujer joven, de unos treinta años, de cabello castaño y ojos verdes lleva consigo para visitar a los enfermos. La muchacha se inclina junto a un hombre moribundo, le acaricia la frente y le dirige unas últimas y reconfortantes palabras. En plena noche, los heridos esperan que pase, la llaman: quieren que les proporcione seguridad, que los asista, les muestre un rostro humano y compasivo en la terrible tragedia que supuso la guerra de Crimea (1853-1856).

b. La Teoría del Cuidado Humano: Cuando las personas sufren deterioro de su salud requiere de ayuda y cuidados profesionales para lograr la adaptación, explicaciones acerca de cómo abordar los procesos de salud y vivir momentos de incertidumbre por el desconocimiento de la enfermedad y de los procesos de atención hospitalarias (46). En la actualidad el usuario exige el reconocimiento de su derecho como un acto de dignidad

para recibir una atención en salud, de tal manera que él se sienta valorado como persona en todas sus dimensiones humanas.

Los cuidados no siempre están encaminados a la satisfacción de necesidades emocionales del paciente, sino que se dirige solo a lograr la curación y recuperación del estado físico de la persona, llegando a un estado de deshumanización del cuidado por múltiples factores, como la falta de personal, el exceso de número de pacientes, entre los más importantes. En este sentido, es necesario que el cuidado sea visto desde una mirada holística, que vea a la persona en todas sus dimensiones física, psicológica, emocional, espiritual, social, cultural, respetando sus derechos, sus pensamientos, sus sentimientos, sus temores, sus dudas, logrando que este cuidado efectivo sea empático, respetuoso y comunicativo primero consigo mismo como estudiante de enfermería y luego con el paciente plasmando este cuidado humanizado en su quehacer diario.

Ante esta deshumanización en el cuidado, tal como presenta Palacios A., (47), enfatiza que el verdadero cuidado en enfermería trasciende y sostiene que el cuidado es la esencia misma de la enfermería, donde, no se limita a la cura de la enfermedad, sino que abarca un compromiso emocional, espiritual y humano con el bienestar del paciente.; la confección de su teoría se basa en siete supuestos y diez factores de cuidados o factores caritativos de cuidados.

La Teoría de Jean Watson destaca la relación directa con los estudiantes migrantes internos, que a menudo enfrentan desafíos adicionales relacionados con la adaptación a un nuevo entorno y la gestión de su identidad cultural, al encontrarse en un proceso de formación también pueden sentir la deshumanización tanto en su propia experiencia como en la atención que proporcionan a sus pacientes. En este contexto, la teoría del cuidado de Watson les ofrece un marco que destaca la importancia de establecer conexiones genuinas y de apoyo emocional con sus pacientes (48), a pesar de las dificultades personales que puedan enfrentar, esta teoría ofrece a los estudiantes migrantes internos una guía valiosa para equilibrar su propia adaptación con la capacidad de ofrecer un cuidado verdaderamente integral y humanizado, reforzando la importancia de la conexión personal en la práctica de la enfermería.

Además, Jean Watson establece en su teoría la aplicación del cuidado humano en 10 dimensiones (46):

1. Formación de un sistema de valores humanista-altruista.
2. Considerar un sistema de creencias y de esperanza, infundiendo la fe.
3. Cultivo de la sensibilidad para uno mismo y para los demás.
4. Desarrollo de una relación de ayuda y de confianza.
5. Promoción y aceptación de la expresión de sentimientos positivos y negativos.
6. Utilización sistemática del método científico de resolución de problemas durante el proceso de toma de decisiones.
7. Promoción de una enseñanza-aprendizaje interpersonal.

8. Provisión de un medio ambiente mental, físico, sociocultural y espiritual de sostén, de protección o corrección.
9. Asistencia en la satisfacción de las necesidades humanas.
10. Tolerancia con los factores existenciales y fenomenológicos.

Este cuidado inicia cuando el profesional de enfermería entra en el campo fenomenológico del paciente (marco de referencia de la persona, realidad subjetiva compuesta en su totalidad por la experiencia humana) y responde a la condición del ser del paciente (espíritu, alma) de la misma manera que el paciente expone sus sentimientos subjetivos (49), el cuidado fenomenológico implica una inmersión profunda en la realidad del pensamiento del paciente, permitiendo una respuesta integral que abarca tanto los aspectos físicos como los emocionales y espirituales de la experiencia del paciente. Por consiguiente, se enriquece la práctica de la enfermería al fomentar una relación más auténtica y comprensiva que apoya el bienestar completo de las personas.

c. Teoría del déficit del autocuidado (TDAE): De acuerdo con Raile (44), Orem establece una teoría general de la enfermería: Teoría del déficit del autocuidado, descompone la misma en las siguientes tres teorías:

- Teoría de los sistemas enfermeros: es la teoría unificadora e incluye todos los elementos esenciales.
- Teoría del déficit de autocuidado: aborda las razones por las que una persona puede beneficiarse de la enfermería.

- Teoría del autocuidado: es fundamental para los demás, expresa el propósito, el método y el resultado de cuidar de uno mismo.

Es así como, el autocuidado se refiere a aquellas acciones realizadas por una persona con el objetivo de promover y mantener la vida, la salud y el bienestar, se conceptualiza como una forma de acción deliberada, es decir consciente resultado de una decisión y planificación anticipada.

(...) «La acción deliberada se refiere a las acciones realizadas por seres humanos individuales que tienen intenciones y son conscientes de sus intenciones de provocar, a través de sus acciones, condiciones o estados de las cosas que no existen en la actualidad» (50).

De lo antes mencionado, resulta necesario integrar el autocuidado como función reguladora en los estudiantes, porque les permite mantener su bienestar integral para enfrentar desafíos tanto personales como académicos con mayor estabilidad, gestionando de mejor manera sus responsabilidades en cuanto a su propio cuidado, encaminado a los demás desde que están en prácticas externas hasta cuando ejerzan la carrera profesional.

2.2.7. Migración interna

En el año 2016, la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) define a la migración interna como un tipo de flujo poblacional que se da entre

localidades urbanas y rurales de un mismo país (51). Mientras que, para Rodríguez J., las razones importantes que motivan a los jóvenes a migrar son: la formación de su núcleo familiar, el inicio de la reproducción, el ingreso a la universidad o la incorporación al mercado de trabajo (52). En el caso del grupo de jóvenes de 15 a 29 años, la migración interna está estrechamente vinculada con la educación; este fenómeno se percibe como un mecanismo o una estrategia para alcanzar un objetivo: aumentar el nivel de vida a través de la preparación académica. Los jóvenes aspiran a una óptima inserción laboral a futuro tras completar sus estudios, lo que traduce un salario alto y mayores oportunidades de desarrollo profesional.

2.3.BASES LEGALES DEL ESTUDIO

Las bases legales que sustentan este trabajo son:

- La Constitución de la República del Ecuador 2008, en sus artículos:

Art. 27: de la sección quinta correspondiente a la educación del título II derechos, en el capítulo primero relacionado a los principios de aplicación de los derechos establece: La educación se centrará en el ser humano y garantizará su desarrollo holístico, en el marco del respeto a los derechos humanos, al medio ambiente sustentable y a la democracia; será participativa, obligatoria, intercultural, democrática, incluyente y diversa, de calidad y calidez; impulsará la equidad de género, la justicia, la solidaridad y la paz; estimulará el sentido crítico, el arte y la cultura física, la iniciativa individual y comunitaria, y el desarrollo de competencias y capacidades para crear y trabajar. La

educación es indispensable para el conocimiento, el ejercicio de los derechos y la construcción de un país soberano, y constituye un eje estratégico para el desarrollo nacional (12).

Art. 350: El sistema de educación superior tiene como finalidad la formación académica y profesional con visión científica y humanista; la investigación científica y tecnológica; la innovación, promoción, desarrollo y difusión de los saberes y las culturas; la construcción de soluciones para los problemas del país, en relación con los objetivos del régimen de desarrollo (12).

- **Ley Orgánica de Educación Superior (LOES).** Cap. V Calidad de la Educación Superior. Cap. 1

Art. 84: Principio de calidad, consiste en la búsqueda constante y sistemática de la excelencia, la pertinencia, producción óptima, transmisión del conocimiento y desarrollo del pensamiento mediante la autocrítica, la crítica externa y el mejoramiento permanente (53).

- **Ley Orgánica de Educación Intercultural y Reglamento General (2012).**

Art. 184: Define la evaluación de los estudiantes como “un proceso continuo de observación, valoración y registro de información que evidencia el logro de objetivos de aprendizaje de los estudiantes y que incluye sistemas de retroalimentación, dirigidos a mejorar la metodología de enseñanza y los resultados de aprendizaje” (54).

- **La Secretaría Nacional de Planificación y Desarrollo en el Plan Nacional del Buen Vivir (2013-2017).**

Obj. 4, política 4.1, literal e, que se debe "Garantizar el acceso a recursos educativos necesarios para el buen desempeño, la asistencia y la permanencia de la población en edad escolar al Sistema Nacional de Educación Pública" (p. 168). Además, en su política 4.5, literal b, con respecto al rol docente que se debe "Fomentar la educación continua de los conocimientos académicos de los docentes, así como fortalecer sus capacidades pedagógicas para el desarrollo integral del estudiante en el marco de una educación integral, inclusiva e intercultural" (55).

- **Ley Orgánica de la Salud**

Cap. III Derechos y deberes de las personas y del Estado.

Art. 7: Toda persona, sin discriminación por motivo alguno, tiene en relación con la salud, literales: k) Participar de manera individual o colectiva en las actividades de salud y vigilar el cumplimiento de las acciones en salud y la calidad de los servicios, mediante la conformación de veedurías ciudadanas u otros mecanismos de participación social; y, ser informado sobre las medidas de prevención y mitigación de las amenazas y situaciones de vulnerabilidad que pongan en riesgo su vida; y, l) No ser objeto de pruebas, ensayos clínicos, de laboratorio o investigaciones, sin su conocimiento y consentimiento previo por escrito; ni ser sometida a pruebas o exámenes diagnósticos, excepto cuando la ley expresamente lo determine o en caso de emergencia o urgencia en que peligre su vida (56).

Cap. II De las profesiones de salud, afines y su ejercicio.

Art. 196: La autoridad sanitaria nacional analizará los distintos aspectos relacionados con la formación de recursos humanos en salud, teniendo en cuenta las necesidades nacionales y locales, con la finalidad de promover entre las instituciones formadoras de recursos humanos en salud, reformas en los planes y programas de formación y capacitación (56).

CAPÍTULO III: DISEÑO METODOLÓGICO

“Las enfermeras tienen esa manera única e insaciable de cuidar de otros, lo que es una gran fortaleza y a la vez una debilidad”

Dra. Jean Watson.

El presente capítulo contiene información relacionada con algunas definiciones donde se describe el paradigma cualitativo, la fenomenología hermenéutica como filosofía, el abordaje del estudio según las etapas de Herbert Spiegelberg, los informantes clave y los criterios de selección de estos. De esta manera, se hace referencia a los agentes externos participantes y el acceso al campo de estudio; además las consideraciones éticas para proteger los derechos de todos los participantes; la técnica de recolección de la información, la relación entre el entrevistado y la entrevistadora, así como el rigor metodológico y los aspectos éticos de la investigación y finalmente el análisis de la información obtenida.

3.1.ENFOQUE CUALITATIVO

El paradigma seleccionado para efectuar este estudio es el cualitativo, siguiendo el enfoque de la matriz fenomenológica hermenéutica; es así como, la investigación cualitativa se nutre epistemológicamente de la hermenéutica, la fenomenología y el interaccionismo simbólico. Este enfoque se concentra en indagar sobre aquello que une, conecta y relaciona; es decir, aborda el todo, el conjunto o sistema y lo hace mediante un método que une sintetiza e integra. En

definitiva, la investigación cualitativa tiene sus orígenes en la antropología, y pretende una comprensión holística, con énfasis en la profundidad.

Se seleccionó el enfoque cualitativo porque permitió comprender en profundidad las experiencias subjetivas de los estudiantes migrantes internos académicos, desde su propia perspectiva. A diferencia del enfoque cuantitativo, que busca medir y generalizar fenómenos, el enfoque cualitativo se centra en buscar el sentido que las personas otorgan a sus vivencias, en este sentido, el objetivo de la investigación no es cuantificar situaciones, sino interpretar cómo los estudiantes viven, sienten y significan su proceso de formación educativa en un contexto de movilidad interna. Este enfoque proporciona las herramientas metodológicas necesarias para captar la riqueza y complejidad de estas experiencias humanas, cada una de ellas únicas e irrepetibles, reconociendo la voz y la subjetividad de los participantes como elementos esenciales del conocimiento.

Para entender las definiciones a continuación se presentan las expresiones de varios autores que sustentan este paradigma:

La fenomenología, corriente filosófica impulsada por Husserl (1859-1938), plantea que la realidad se puede conocer a través de la abstracción teórica, analizando las cualidades de la experiencia, que permite aprender la esencia misma del fenómeno (57), la observación y lo sentidos son aproximaciones, significa que mientras la observación proporciona datos directos sobre las experiencias y los comportamientos estos datos pueden tener una interpretación

equivocada por limitaciones sensoriales o sesgos personales; mientras que la intuición y la meditación buscan una comprensión más reflexiva y profunda, facilitando discernir y examinar significados que no siempre son evidentes a través de la observación, por tal razón, al ofrecer una perspectiva más profunda y reflexiva sobre las vivencias de los informantes, la fenomenología fundamenta a la investigación cualitativa, este enfoque se caracteriza por adoptar una postura de persona conocida para el sujeto objeto de estudio.

La investigación cualitativa es un tipo de investigación cuya finalidad es proporcionar una mayor comprensión, significados e interpretación subjetiva que el hombre da a sus creencias, motivaciones y actividades culturales, a través de diferentes diseños investigativos, ya sea a través de la etnografía, fenomenología, investigación-acción, historias de vida y teoría fundamentada, así lo señala Corona J. (58). Ante esta definición, la investigación cualitativa se caracteriza por su enfoque en la construcción social de la realidad, el saber nace de la relación activa entre el investigador y los participantes; por consiguiente, debe existir interacción dinámica entre ellos, el investigador debe considerar las experiencias y las perspectivas de los informantes clave sin perder el horizonte de sus valores culturales.

Ante lo expuesto, diremos entonces que el paradigma cualitativo siempre tendrá un enfoque fenomenológico hermenéutico ligado a la comprensión del entorno y del mundo de manera holística, inductiva, subjetiva, orientada al propio proceso de la sociedad, a la par requiere de afinidad con el objeto de estudio para que tenga un margen de fiabilidad; así lo sostiene Ortiz (59) en su definición sobre el método, el cual es el eslabón entre la teoría y la

práctica de lo cual se obtiene como resultado la verdad de la observación y del razonamiento con ayuda de la intuición y de la imaginación para realizar un examen crítico de los hallazgos y de los medios con que se indaga el fenómeno estudiado.

En este sentido, se considera como un enfoque novedoso y flexible, el cual está influenciado directamente por la cultura y las relaciones sociales particulares, que hacen que la realidad subjetiva dependa de la comprensión y análisis del conocimiento de las formas de percibir, pensar, sentir y actuar, de las personas, y que por lo tanto estas son únicas, irrepetibles y que las observaciones y resultados de las investigaciones sólo son válidas para el caso particular que se está estudiando.

Por esta razón, con todos los antecedentes y de acuerdo con la naturaleza del estudio, para aplicar el enfoque cualitativo en esta investigación, se empleó el método fenomenológico hermenéutico. A partir de la aplicación de este método, se busca la verdad desde las esencias de las experiencias vividas por los estudiantes migrantes internos, los docentes y los familiares.; mientras que la hermenéutica se enfoca en interpretar el significado de estas experiencias en su entorno; explorando a profundidad los datos, la riqueza interpretativa, la contextualización con detalles y experiencias únicas e irrepetibles que se manifestarán en cada uno de los informantes clave antes mencionados. Teniendo como resultado una comprensión detallada y matizada de sus vivencias, lo que contribuye a develar las verdades construidas socialmente; en este sentido, también ofrecer una aproximación humanista con interrelación de este grupo particular con el objeto de dar una aproximación a una realidad exclusiva.

3.2. MÉTODO FENOMENOLÓGICO HERMENÉUTICO

Guerrero et al., define a la fenomenología como ciencia humana que responde a la necesidad de la diversidad en la búsqueda de saberes (60), para el mismo autor, esta corriente observa al sujeto desde adentro y busca la esencia en su conciencia de las experiencias vividas por él en la cotidianidad para buscar el significado del fenómeno de estudio y estar dispuestos a sentir y comprender lo que el sujeto siente.

Parafraseando a Guerrero, a partir de la fenomenología establece al ser en el mundo sociohistórico, donde la dimensión fundamental de toda conciencia humana es histórica y sociocultural, la que se expresa por medio de los lenguajes considerada una fenomenología existencialista hermenéutica donde su objetivo es la comprensión de los fenómenos que son traídos a la conciencia de las personas.

Bynum y Varpio (61), plantean que la fenomenología hermenéutica es una metodología de investigación cualitativa que explora y transmite significado en la vida cotidiana, ayudando a los investigadores a comprender mejor fenómenos complejos como el maltrato al estudiante y el agotamiento. Entonces diremos que la fenomenología se asume como el estudio del mundo de la vida, del mundo tal como lo experimentan inmediatamente después de manera reflexiva, además comprende e interpreta en un proceso de análisis individual dependiente de la relación del ser humano con el mundo de forma íntima y unitaria, dando lugar a la Hermenéutica; a lo que Van

Manen, también afirma: la fenomenología lo que pretende es obtener un conocimiento más profundo de la naturaleza o del significado de las experiencias cotidianas (62).

Bynumw et al. (61), Van (62), Douwling (63), hacen referencia a un consenso de que el precursor de la fenomenología nace con Husserl, sus escritos han evolucionado y han permitido que se utilicen en investigación y en el desarrollo teórico en enfermería, en tanto que Heidegger fue discípulo de Husserl. Sus fenomenologías, tanto de Edmund Husserl como de Martin Heidegger tienen implicaciones metodológicas para la investigación en enfermería, centrándose en la epistemología, la ontología, la validez, la participación del investigador y la interpretación. A continuación, revisaremos la esencia de los aportes de estos filósofos y las semillas que dejaron sembradas en los filósofos de las nuevas generaciones.

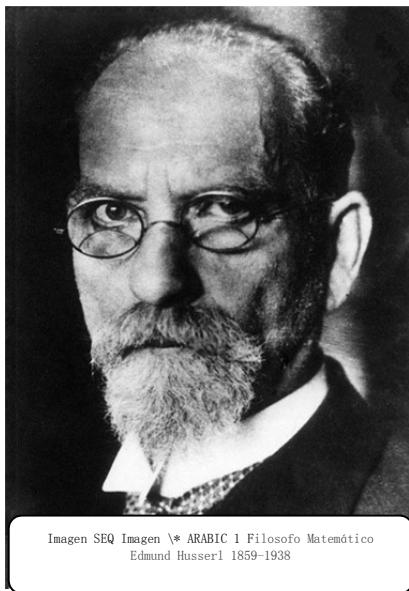


Imagen SEQ Imagen * ARABIC 1 Filosofo Matemático
Edmund Husserl 1859-1938

A través de la historia (64), se conoce que Edmundo Husserl, es el fundador de la corriente filosófica de la *fenomenología*, una corriente que busca el estudio de la experiencia subjetiva y la conciencia humana. Durante su formación asistió a la Universidad de Viena donde mantuvo contacto con el grupo de filósofos llamados "neokantianos", que tuvieron una gran influencia en su pensamiento. Al mismo tiempo, Husserl presentó interés en la lógica y las ciencias exactas, destacándose, llegando a realizar importantes contribuciones en el campo de las matemáticas.

Fue en Halle, donde comenzó a estudiar filosofía con el filósofo Wilhelm Wundt, se interesó particularmente en la fenomenología, una corriente filosófica que busca describir y analizar la estructura de la experiencia consciente, esta elección definiría el inicio de su carrera filosófica y su posterior contribución al desarrollo de la fenomenología. Posteriormente la fenomenología de Edmund Husserl tuvo un gran impacto en el mundo académico, y su enfoque riguroso y sistemático de la filosofía siendo reconocido como uno de los filósofos más influyentes del Siglo XX. Su influencia se extendió a otros campos, como la psicología, la sociología y la literatura, y su legado continúa siendo relevante en la actualidad (64).

Para Husserl, la fenomenología es la ciencia que busca conocer las "estructuras esenciales de la conciencia"; por tal razón, el fin de la fenomenología no es solo describir un fenómeno singular cuanto descubrir en él la esencia (el éidos) válida universalmente, y útil científicamente (65). En este contexto, la esencia del fenómeno se refiere a las experiencias de vida del sujeto en su mundo, así se busca en este estudio la esencia de los estudiantes migrantes internos académicos.

Citando a Tassone (66) refiere que la fenomenología trascendental de Husserl ofrece una profunda reflexión sobre el internalismo del conocimiento al enfocarse en la estructura de la conciencia y la experiencia directa. Al desafiar las premisas del externalismo moderno, Husserl proporciona una alternativa significativa, y a la vez también enriquece la comprensión de cómo se justifica el conocimiento, desafiando los planteamientos externalistas modernos y

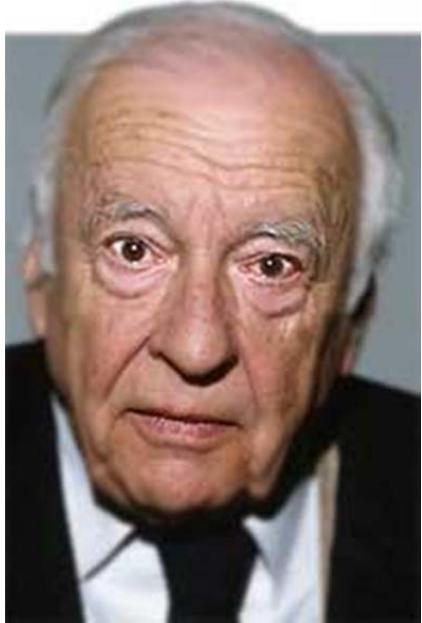
promoviendo una comprensión de la justificación del conocimiento ofreciendo un marco valioso para la polémica sobre la justificación epistémica.



Otro exponente es Martín Heidegger filósofo alemán, considerado uno de los pensadores más destacados del siglo XX, pero también criticado por su apoyo al nacionalsocialismo de Adolf Hitler, del cual a los pocos años se separa, su pensamiento gira en torno a la relación que mantenemos con el mundo y la conciencia de muerte. El historiador Sdurni J., relata que Heidegger desarrolla una filosofía existencial a partir de la cual contribuye notablemente al desarrollo de la fenomenología donde esta no se enfoca en el *ser*, sino en el *cómo* de la investigación; la cual se centra en el *ser*, es decir: “*el método que permita ver lo que no es visible por quedar oculto*” (67).

La fenomenología de Martín Heidegger es considerada como una fenomenología existencialista hermenéutica cuyo objetivo es la comprensión de los fenómenos que son traídos a la conciencia del ser humano; según Guerrero et al (60) Heidegger, explora la conexión del ser humano en su entorno a través del concepto “Ser-ahí”. Para llegar a ello, Heidegger propone la expresión de Dasein que, dentro de su construcción morfológica o etimológica, “Da” es aquí o allí y “Sein” es ser (68). Transformándose en una reflexión de la existencia en su propia

historicidad vinculada a su realidad, de esta manera dando mayor peso a la dimensión ontológica poniéndo de lado la epistemológica, aspecto que mayormente se acentúa en esta fenomenología.



Tomando en cuenta esta conexión, la comprensión mencionada ha sido aplicada en el campo de la enfermería desde una perspectiva filosófica como metodológica. Este enfoque se utiliza para llevar a cabo investigaciones cualitativas fenomenológicas cuyo objetivo es comprender las experiencias y vivencias de las personas que reciben cuidado y también de aquellos que brindan cuidados, de esta manera busca una comprensión profunda de sus realidades y vivencias

de todos los involucrados del proceso de cuidar de sí mismos.

Imagen 4 Filosofo aleman Georg Gadamer 1900-2002.
(VICTOR MORENO ET AL)

Gadamer, fue profesor de Filosofía, primer rector de la Universidad de Leipzig tras la Segunda Guerra Mundial. Fue discípulo de Martin Heidegger y creador de la hermenéutica filosófica que según su propia definición "Es saber que el otro puede tener razón". Su investigación se dirige al estudio de las condiciones de posibilidad de la interpretación y la comprensión, especialmente en las ciencias humanas, y entiende dicha comprensión como rasgo constitutivo del Dasein humano. Desde 1953 dirigió la Philosophische Rundschau. Alcanzó fama mundial con su obra "Verdad y método" (69).

Citando a Oyola et al., describe a la hermenéutica como parte del griego hermenéuticos, que traduce “interpretación” y este término se asocia a su vez con la interpretación o comprensión de textos escritos o realidades y se encuentra desligada de la fenomenología. En principio, este se encontraba estrechamente relacionado con la comprensión de textos sagrados, pero a través del tiempo fue acuñado también a la filosofía y a las ciencias humanas y sociales (68).

Como señala Gama (70), la evidencia fenomenológica más inmediata de este pertenecer del ser humano al mundo del sentido la encuentra Gadamer en la experiencia de la escucha:

(...) mientras la vista se desliza por encima de la superficie coloreada del mundo sin aprehender la profunda densidad de su sentido, y por ello pudiendo siempre "retirarse" de su vinculación con las cosas, la escucha, sobre todo en tanto escucha del lenguaje, permanece ligada al horizonte de significatividad de lo real en sus distintas capas, y se requiere una actitud muy artificiosa para "retirar el oído" y romper nuestra pertenencia al mundo de sentido que nos habla.

En efecto, escuchar revela nuestra pertenencia en los significados del mundo, Heidegger, nos recordaba que nunca oímos ruidos sin sentido, sino siempre sonidos empapados de significados. Esta conexión auditiva implica una inmersión más profunda en la comprensión del mundo, y requiere un esfuerzo consciente y artificioso para desvincularse de este tejido significativo.

En este pasaje, se contrapone la percepción visual y la percepción auditiva en relación con la experiencia del significado y la conexión con el mundo. La vista, al deslizarse sobre la superficie del mundo, tiene la capacidad de distanciarse fácilmente de la profundidad

significativa de las cosas, permitiendo una separación superficial. En contraste, la escucha, particularmente la del lenguaje, se mantiene intrínsecamente vinculada al horizonte de significación y a las diversas capas de la realidad. En otras palabras, mientras la vista puede ofrecer una separación del contexto y el sentido, la escucha del lenguaje revela y mantiene una pertenencia más arraigada al significado del mundo, destacando la dificultad de desvincularse de este entorno semántico.

Con el fin de aplicar el método fenomenológico para completar este estudio, fue necesario utilizar la matriz epistémica fenomenológica desde la vivencia y experiencia práctica de los estudiantes migrantes internos, docentes y familiares es decir los actores sociales. Este esbozo fenomenológico ayudó en el enfoque de las experiencias individuales subjetivas de los participantes, puesto que es necesario la experiencia que tienen los estudiantes de enfermería con respecto del fenómeno que se quiere estudiar, es decir el cuidar de sí de los estudiantes migrantes internos desde una visión holística y de qué manera este concepto de autocuidado se transforma para conferir de forma práctica hacia este grupo. Además, en este estudio también interpretó el fenómeno del cuidado visto desde el significado dado por el estudiante de enfermería como se debe cuidar aplicando el cuidado humanizado; mientras que la *hermenéutica* orientará en cómo el objeto de estudio es asimilado y percibido por quienes están en contacto con este estudiante, es decir sus docentes y sus familiares.

Con este análisis, se reafirma que el uso de la fenomenología-hermenéutica tiene implicaciones en el cuidado de enfermería, como afirma Oyola et al., (68) la fenomenología

hermenéutica es propuesta por Heidegger para descubrir y develar el significado del sentido del ser. Su interpretación se basa en adquirir conocimiento sobre algo comprendido; además, el acercamiento a las diferentes líneas generadas en comprender; en mi estudio permite a los estudiantes de enfermería conocer y comprender los fenómenos de su interés, durante el desarrollo de la práctica de autocuidado, de tal manera que promueve un acercamiento hacia sí mismos de manera holística, lo que le permitirá compartir experiencias y sentimientos en sus prácticas con un enfoque de cuidado humanista e individualizado.

Es necesario recalcar que la fenomenología puede tener un impacto significativo en el manejo, análisis e interpretación de los datos en la investigación de enfermería, así como la forma en que se obtienen los datos; además, la fenomenología-hermenéutica es una filosofía, enfoque y método que valora la experiencia y es utilizado para desarrollar conocimientos de enfermería, con el propósito de mejorar día a día el autocuidado y a la vez el cuidado que proporcione a los usuarios, pudiendo ser este cada vez más integral y mejorando el autoconocimiento en su ejecución (65).

En relación a la fenomenología hermenéutica, como ciencia descriptiva/comprensiva de las esencias de los fenómenos puros, como investigadora me permitirá establecer un acercamiento con los sujetos participantes en la investigación, así como, indagar el fenómeno buscando en sus propias palabras, lo que realmente sienten, tomado en consideración la manera particular de vivenciar el fenómeno que cada uno tiene, siente, vive y piensa, es decir, su yo más profundo, lo que considerablemente importante para mí, como sujeto investigador. Los datos

aportados por ellos me permitieron identificar categorías y subcategorías y poder así, develar el significado de cuidar de sí de los estudiantes, a través de una concepción holística enmarcada dentro de sus propias vivencias.

A continuación, se expone la fenomenología según el abordaje de las etapas de Spiegelberg ya que para esta investigación se considerará este abordaje mediante las seis etapas que lo abordan.

3.3.ETAPAS SEGÚN EL MÉTODO DE HERBERT SPIEGELBERG

Para empezar, Núñez (71), hace referencia a una diversidad metodológica donde surgen tres corrientes fundamentales de la fenomenología según Cohen y Omery (1994): la descriptiva (representada por Husserl o la escuela desarrollada en el entorno de la Universidad de Duquesne), la Interpretativa (representada por la Hermenéutica Heideggeriana) o una combinación de ambas (representada por la fenomenología alemana o escuela de Utrecht). Diversos autores abordan la fenomenología por diferentes etapas, así exponentes como Colaizzi, Spiegelberg, Van Manen entre los más importantes; como se ha descrito el método utilizado en esta investigación es el fenomenológico interpretativo o hermenéutico mediante la fenomenología según Spiegelberg, este modelo especificado, de acuerdo con Núñez (71) y Sánchez y Olivety (72) consta de seis fases que a continuación se detalla cada una por separado en el siguiente orden:

Fase 1: Descripción del Fenómeno de estudio.

Fase 2: Fenomenología de las esencias.

Fase 3: Fenomenología de las apariencias.

Fase 4: Constitución fenomenológica.

Fase 5: Reducción fenomenológica.

Fase 6: Fenomenología hermenéutica (71).

Fase 1 Descripción del Fenómeno: Comprende la identificación, exploración y descripción del tema a estudiar, es así que el objetivo de esta fase es la investigación directa y descripción de un fenómeno consistentemente estudiado (71), durante esta fase el investigador realiza exploración y descripción del fenómeno en estudio teniendo en cuenta todos los detalles, a la vez estimula la percepción e intuición acerca de las vivencias experimentadas por los informantes, con énfasis en la “riqueza, profundidad y amplitud de su experiencia”. Las mismas autoras explican que en esta etapa se exige al investigador utilizar los principios éticos pertinentes para adentrarse en la conciencia de los actores sociales del estudio, con el fin de conocer de forma directa y cercana sus respuestas significativas.

De acuerdo con el planteamiento de Husserl (68), claramente afirmó que: “*Cada uno tiene su lugar desde donde ve las cosas que están ahí delante, y por eso se le presentan a cada uno las cosas de diversa manera*”. De esta manera, fluye el entendimiento sobre el fenómeno del investigador comienza, tal cual como lo relatan los informantes. Donde graba, transcribe y colecciona las descripciones personales,

individuales e intenta identificar y describir el fenómeno con la inclusión y agrupación de elementos del fenómeno. Es decir que en esta fase, se promueve la transcripción y colección de las descripciones individuales y personales y la descripción del fenómeno con la agrupación de sus respectivos elementos, el investigador puede comprender el fenómeno desde la perspectiva de los actores sociales, sin especificaciones, de manera libre.

En esta fase de inicio es importante explorar todas sus facetas, conforme se va avanzando, se van descubriendo ciertas características que pueden ser similares, lo que permite la descripción detallada del fenómeno con sus particularidades. En este sentido, los principios éticos pertinentes profundizan en la conciencia de los actores sociales del estudio, con la finalidad de conocer de manera directa y cercana sus respuestas significativas, en cuanto a la principal interrogante ¿Qué significa el cuidar de sí de los estudiantes de enfermería migrantes internos académicos desde una visión holística? Es decir que, durante esta fase, se promueve la transcripción y colección de las descripciones individuales y personales, de tal manera que el investigador pudo comprender el fenómeno desde la perspectiva de todos los actores sociales.

Fase 2 Fenomenología de las esencias: Para Streubert (73), las esencias son unidades de significado comprendidas por diferentes personas en los mismos actos, o por las mismas personas en diferentes actos, busca referir al significado verdadero de algo, es decir conceptos o unidades básicas que proporcionan una comprensión común del

fenómeno bajo estudio. Sin concretar el concepto de las esencias Heidegger, expone que sólo el Dasein (el significado de la existencia) es el modo de ser que es característicamente humano, por lo tanto, el fenómeno es lo que se muestra en sí mismo, y corresponde a la totalidad de lo que está o puede salir a la luz (74).

Sánchez y Olivety (72) afirman que, en esta fase se detallan las generalidades que conducen a la aprehensión de la intuición, en otras palabras, el investigador va de lo particular a lo general, teniendo como resultado la comprobación de los datos obtenidos de los informantes y determinar los patrones que se relacionan con el fenómeno para a la vez identificar la relación entre las esencias. Las mismas autoras, mencionan a Spiegelberg y Heidegger quienes definen a las esencias como unidades de significado verdadero de algo comprendido por las personas en los mismos o diferentes actos. Es decir que las definiciones básicas proporcionan una comprensión común del fenómeno estudiado.

Es así como para aplicar a mi estudio, en esta fase se tomó la información proporcionada por los informantes clave y los agentes externos, a partir de ello se reconoció la conexión con el fenómeno estudiado detallado, de tal manera que se identificaron las interrelaciones de las esencias, la descripción del fenómeno de estudio permitió comprender el significado por los agentes sociales en una misma existencia. De esta manera visualizamos el verdadero significado de manera común del fenómeno estudiado.

Fase 3 Fenomenología de las apariencias: Sánchez y Olivety, deducen que la apariencia en cuanto apariencia de algo quiere decir anunciar algo que no se muestra, por medio de algo que se muestra (72), donde Heidegger establece una diferencia entre fenómeno (mostrarse en sí mismo) y la apariencia que señala una relación de referencia dentro del ente mismo, con ello quiere concretar que los fenómenos o entes no son nunca apariencias, pero en cambio toda apariencia necesita de fenómenos.

El enfoque fenomenológico no sólo describe lo que aparece a la conciencia, sino en ir más allá de la apariencia, hacia la estructura profunda del sentido. Esta búsqueda exige una actitud fenomenológica que suspenda los juicios previos y permita acceder a la vivencia tal como se da, revelando su verdad interna más allá de una simple manifestación superficial (75). Un ejemplo muy claro que brindan los autores es como una determinada luz puede parecer que alguien tiene las mejillas enrojecidas y la rojez que de este modo se nos muestra puede ser tomada como un anuncio de la presencia de la fiebre, y esto, por su parte, sirve, una vez más, de indicio de una alteración del organismo.

Es así como, mediante aplicación de las entrevistas a profundidad, conocimos como son las apariencias que tiene los informantes clave y agentes externos de sus realidades vividas; además, como se desenvuelven en la sociedad dentro de su espacio, se presentan en la realidad como ellos viven o como muchas veces tienen que fingir su estado real para evitar ser descubiertos por su diagnóstico ante la sociedad.

Fase 4 Constitución fenomenológica: Constituye el proceso (72), por tanto, es aquí donde el fenómeno toma forma en nuestra conciencia hasta llegar a obtener una imagen de su estructura. Es así como Spiegelberg, asume que en esta constitución se debe estudiar el fenómeno, tal como está configurado en nuestra conciencia. Ayuda a desarrollar el sentido de nuestra relación con el mundo (76); definición que en grandes rasgos también es entendida como la donación de sentido que la conciencia otorga a los fenómenos.

Así, la constitución actúa como un proceso indispensable para organizar el análisis de los diversos elementos del fenómeno, para desarrollar una comprensión más profunda del sentido del fenómeno estudiado en relación con el mundo. De acuerdo con la fenomenología de Heidegger (20), el proceso se relaciona con la interpretación hermenéutica donde el fenómeno se interpreta a partir de su inserción en el contexto del ser en el mundo, el mencionado filósofo refiere que solo a través de esta constitución en la conciencia se puede entender el fenómeno en su totalidad. Mientras que Spiegelberg describe como un proceso donde el fenómeno se revela al investigador, facilitando la descripción detallada que capta su esencia.

En resumen, esta constitución fenomenológica proyecta dos ideas importantes: en primer lugar, el fenómeno toma forma en nuestra conciencia, por lo tanto, en ésta existen percepciones, significados, acuerdos, pensamientos, sentimientos, deseos, voliciones, que hacen referencia a un yo interior. En segundo lugar, ayuda al desarrollo de nuestra

relación con el mundo. En este sentido, Heidegger expone que el ser humano siempre está inmerso en el mundo de otras personas y de las cosas. Al referirse a las cosas, el autor las reconoce como objetos por los que, como investigadora, tengo interés; es decir cosas de uso específico. El ser de las cosas significa pertenecer a esa totalidad instrumental que es el mundo, así lo establece Lozano V., (77):

(...) “el ser humano es, dice Heidegger, ser-ahí (Dasein), único ente que entiende el Ser, que ve su vida afectada por el Ser, que existe (Existenz)”.

En este campo se detalla cómo el grupo de estudiantes, de docentes y de familiares, al ser entrevistadas nos señalan su experiencia cuando padecen las necesidades de alimentación, de descanso, de soledad, de ansiedad, entre las más importantes, de quien dependen dentro de la sociedad para desarrollar su labor dentro del ámbito físico, social, emocional, espiritual, es decir holístico y desenvolverse como seres humanos.

Fase 5 Reducción fenomenológica: El desarrollo de esta fase exige al investigador prescindir de conocimientos, prejuicios, teorías, respuestas tentativas; con el fin de captar el verdadero significado de la realidad vivenciada por los actores claves (72); esta fase es crítica para la preservación de la objetividad; los filósofos tanto Spiegelberg como Heidegger, reconocen que esta fase es relevante en razón de que el proceso reductivo pospone cualquier revisión de la literatura hasta que la información haya sido completamente analizada (78); así también, lo sostiene Grodin (79) afirmando que:

“el lenguaje no es un instrumento del que dispondría un pensamiento lógico, él es el medio donde se sostiene y se “debate” todo pensamiento”.

Es decir, que todo el constructo emerge de la información captada por el investigador en primera línea directamente aplicada a través de la entrevista al grupo investigado; aquí aparece un término filosófico que es, la epojé del griego epogeo, cuyo significado es “tener sobre”, así el uso de la epojé se refiere a la suspensión de toda creencia o explicación existente sobre el fenómeno (80). Esto quiere decir que es posible que el investigador conozca o tenga opiniones acerca del fenómeno sujeto del estudio, pero debe mantenerlo separado de la descripción de los participantes sin juicios ni prejuicios.

En esta fase se obtuvo una visión de las opiniones de las personas entrevistadas, a partir del desarrollo de los enfoques y percepciones de cada uno de los participantes, describieron sus vivencias y apreciaciones del cuidar de sí desde una visión holística, la justificación de ¿por qué tienen aquellas vivencias que emergieron? que lo hace más vulnerable y ¿cuál es su condición fundamental frente a la realidad?

Fase 6 Fenomenología hermenéutica: Es interpretar el sentido de los significados. La descripción y la interpretación ayudan a alcanzar la comprensión a través del fenómeno a estudiarse (72). En la fenomenología hermenéutica, de acuerdo con Spiegelberg y Heidegger, su campo de aplicación estará en aquellas situaciones en las cuales nosotros encontramos significados que no pueden ser comprendidos inmediatamente, pero que requieren esfuerzos interpretativos (71).

Teniendo en cuenta a Fuster (81), este enfoque conduce a la descripción e interpretación de la esencia de las experiencias vividas, también reconoce el significado y la importancia en la pedagogía, psicología y sociología según la experiencia recogida, constituyen procesos rigurosos y coherentes de las dimensiones éticas de la experiencia cotidiana, difícilmente accesibles por otros métodos usuales de investigación.

Para la profesión de enfermería se hace necesaria esta filosofía, permitiendo otorgar un sentido interpretativo a los fenómenos del mundo de la vida con el fin de determinar la importancia de los cuidados en las situaciones salud-enfermedad, favoreciendo a través de la descripción y la interpretación de los fenómenos, un análisis crítico-reflexivo sobre nosotros mismos (81). Por lo tanto, la fenomenología y la hermenéutica requieren rigurosidad como métodos de investigación, para que los hallazgos obtenidos sean lo más evidentes posibles desde la perspectiva de quien lo experimenta, y sean de utilidad en el abordaje del fenómeno en estudio. Este método de investigación le entrega a la enfermería la oportunidad de desarrollarse, aproximarse en profundidad al fenómeno de interés conocido por todos como el cuidado del ser humano.

En la fenomenología hermenéutica, conforme a lo establecido por Spiegelberg, su campo de aplicación es en aquellas situaciones, en las cuales “encontramos significados que no son comprendidos inmediatamente, pero que requieren esfuerzos interpretativos” (78). Con ello, trata de concretar aún más, esta fase busca en todo momento, sólo aquello que es plenamente vivido por la persona. De esta manera se aplicó en los informantes y

agentes, buscando el significado que le daban cada uno al cuidar de sí de los estudiantes de enfermería en situación de migración interna.

La fenomenología hermenéutica se incorporó como etapa del proceso investigativo a partir de la necesidad de ir más allá de una simple descripción de las experiencias vividas por los estudiantes de enfermería en situación de migración interna, inspirada en la perspectiva de Spiegelberg, esta fase fue fundamental para interpretar los significados que no emergieron de manera inmediata en los discursos de los informantes, sino que requirieron un trabajo reflexivo y analítico por parte del investigador.

A través de entrevistas en profundidad en contacto cercano con las narrativas, se logró captar las vivencias tal como fueron experimentadas, pero también se interpretaron desde el horizonte de sentido de cada estudiante, reconociendo el contexto y las subjetividades involucradas. La fenomenología hermenéutica se convirtió así en una herramienta clave para revelar no sólo lo que los participantes vivían al cuidar de sí, sino cómo dotaban de sentido esas experiencias, permitiendo una comprensión más profunda, ética y contextualizada del fenómeno estudiado.

3.4.INFORMANTES CLAVE DEL ESTUDIO

Ulin et al. (82), define al informante clave como aquel que voluntariamente está dispuesto a participar en el estudio; debe demostrar interés por transmitir sus experiencias vitales

y tener la capacidad de reflexionar sobre su propia existencia. Teniendo relación con lo establecido por Rodríguez, son personas que facilitan al investigador la información necesaria para comprender el significado y las actuaciones que se desarrollan en determinado contexto (83). En conclusión, los informantes clave son personas con ciertas características en común que proporcionan información de naturaleza cualitativa mediante su participación, formando parte del escenario de la investigación.

Los informantes clave considerados en la investigación cualitativa se eligieron porque cumplen ciertos requisitos que, en el mismo contexto educativo o en la misma población, no cumplen otros miembros del grupo; es así como, para la presente investigación participaron 4 (cuatro) estudiantes, cuyas características específicas fueron la vivencia de migración interna académica, como se puede observar en la *Tabla 1*.

3.4.1. Criterios de selección de los informantes clave

La investigación cualitativa propone estrategias de selección de informantes que supone una selección deliberada e intencional. Las personas o grupos no se seleccionan al azar para completar una muestra de tamaño, se eligen uno a uno de acuerdo con el grado en que se ajustan a los criterios o atributos establecidos por el investigador. Incluso en algunos estudios se elige una sola persona (84).

En este mismo sentido Pérez (85), la selección de los informantes en un estudio cualitativo requiere que el investigador especifique con precisión cuál es la población relevante o el fenómeno de investigación, usando criterios (que justificará) que pueden basarse en consideraciones teóricas o conceptuales, intereses personales, circunstancias situacionales u otras consideraciones. Entre los criterios de selección de los informantes clave que participaron en esta investigación fueron: participación de manera voluntaria, estudiantes de la carrera de enfermería de la institución de nivel superior, que sean de provincia y vivan solos en la capital. Además, que estuviesen interesados en participar libre y voluntariamente en el proyecto, estos informantes clave, podrán objetar, constatar, asociar, mostrar la esencia de su vivencia como tal, un contexto diferente a la vista del investigador. Los criterios de exclusión fueron para aquellos estudiantes que no eran migrantes internos y no firmen el consentimiento, que no deseen que se grabe su entrevista o que por tiempos no les sea posible participar del segundo o un tercer encuentro del proceso.

TABLA 1 CARACTERÍSTICAS PERSONALES DE LOS INFORMANTES CLAVE

Anónimo	Edad	Estado Civil	Procedencia (Provincia)	Nivel
Girasol	22	Soltera	Imbabura	3
Clavel	21	Soltera	Loja	4
Tulipán	21	Soltera	Santo Domingo de los Colorados	4
Girasol 2	22	Soltera	Napo	3

3.4.2. Agentes externos, participantes en el estudio

Es conveniente tener varias fuentes de información y la investigación cualitativa se apoya en la Triangulación de la información, la cual se define como el hecho de utilizar diferentes fuentes y métodos de recolección (86) para esta investigación, los agentes externos fueron los docentes de la carrera de enfermería y los familiares que aceptaron participar voluntariamente en el estudio.

TABLA 2 CARACTERÍSTICAS PERSONALES DE LOS AGENTES EXTERNOS DOCENTES.

Anónimo	Edad	Estado Civil	Procedencia	Nivel
Docente 1	38	Soltera	Quito	4
Docente 2	50	Casada	Quito	4
Docente 3	55	Casada	Quito	4

TABLA 3 CARACTERÍSTICAS PERSONALES DE LOS AGENTES EXTERNOS FAMILIARES.

Anónimo	Edad	Estado Civil	Procedencia
Madre 1	58	Soltera	Loja
Madre 2	50	Casada	Imbabura
Tía	55	Casada	Tena

3.5. ACCESO AL CAMPO DE ESTUDIO

Para Martínez (87), el acceso al campo de estudio se refiere al contexto físico y social en el que tienen a lugar los fenómenos objeto de estudio, este “acceso” es un proceso por medio del cual, el investigador va obteniendo la información fundamental para llevar a cabo la investigación, acciones que implican la tramitación de los permisos correspondientes en la institución donde se desarrollará el estudio, además, tramitar la aceptación de las personas que van a formar parte del mismo.

Para la ejecución de esta investigación se estableció realizarla en un ambiente adecuado, es decir, idóneo para que permitiera el alcance de los objetivos propuestos en este estudio. Para lograr este clima, fue necesario que como investigadora adoptara una actitud de respeto, empatía y de interés para con cada uno de los informantes clave y agentes externos que participaron en la investigación. De la misma manera, se debió dar trámite para solicitar todos los permisos legales ante las instancias correspondientes para poder tener acceso a los informantes clave y a los agentes externos.

El contexto de los informantes clave fue una institución de nivel superior ubicada en la Ciudad de Quito. Se escogió esta institución que forma a profesionales técnicos en enfermería, debido a la concentración de los estudiantes de la capital y de otras provincias, para acceder al campo de estudio como investigadora se necesitó de un oficio sellado por el programa doctoral por parte de la Universidad de Carabobo, con la presentación del proyecto de investigación

aprobado por el Comité Doctoral de la Universidad, al Comité de ética de la institución académica y de investigación para que se autorice su realización.

En la institución me proporcionaron las bases de datos de los estudiantes para entrar en contacto con los informantes clave y agentes externos, para la selección de la muestra significativa, una vez seleccionada se procedió tanto a los informantes clave como a los agentes externos a exponerles los objetivos de la investigación, riesgos, beneficios, confidencialidad y transferencia de los resultados, para posterior determinar el lugar, día y horas para la realización de las entrevistas previo la firma del consentimiento informado.

3.6. CONSIDERACIONES ÉTICAS PARA PROTEGER LOS DERECHOS DE LOS PARTICIPANTES

Es importante el respeto a los derechos fundamentales del ser humano y de la naturaleza, es decir es la aceptación, reconocimiento y valoración de estos derechos, tomando en cuenta las presentes y futuras generaciones (88), enfatiza la protección a la confidencialidad, el respeto a la intimidad y el consentimiento informado de la voluntad libre, específica, informada e inequívoca, por el que el titular de los datos personales autoriza al responsable del tratamiento de los datos personales a tratar los mismos de manera ética y también legal.

Su incumplimiento o cualquier acto contrario debe interpretarse como una violación a las normas éticas más elementales de acuerdo con Martínez et al. (89). El mismo autor hace referencia a que la ética debe *siempre iluminar la acción humana y por lo tanto el desarrollo*

científico. En el momento en que se concibe una investigación a través del conocimiento se buscará la verdad, por lo que es importante que todo ello tenga un fundamento ético que garantizará que lo que se realice, sea para el bien de las personas, de la sociedad, y de la casa común.

Para el proceso de la información de los datos se codificó de tal manera que se mantuvo anónima la identidad de los participantes, identificándoles con nombres de flores de su gusto, a todos los participantes se les proporcionó toda la información necesaria, misma que fue adaptada al contexto social y nivel cultural de cada uno de los participantes. Sin embargo, se les dio la posibilidad de no continuar con la aplicación de los instrumentos, o la opción de interrumpir en cualquier momento su participación en el estudio sin ningún perjuicio, detalle que también estuvo especificado en el consentimiento informado.

Como se establece en la Ley orgánica de protección de datos personales que establece el CONAFIS (88), los datos obtenidos ha sido tratados de manera confidencial, concebidos sobre la base del debido sigilo y secreto, es decir, no debe tratarse o comunicarse para un fin distinto para el cual fueron concebidos; cabe señalar que, los información proporcionada está guardado en un archivo digital personal del investigador con fines académicos e investigativos, en caso de que se requiera un posterior análisis.

Con el fin de ejecutar la entrevista a profundidad se utilizó previamente el consentimiento informado a todos los participantes en la investigación, comprendido como un proceso de

información y aceptación para participar voluntariamente en la investigación, el mismo que fue elaborado de manera oportuna previo a la aplicación de la entrevista a profundidad. Para finalizar dentro de la información que se proporcionó a los participantes tenemos:

- Voluntario: Es decir que no se sometió a ningún tipo de presión, la participación fue libre y voluntaria.
- Lenguaje Claro: Para lo cual se estructuró una guía clara de lo que se realizó en la entrevista y oportunamente se entregó a los participantes una vez que aceptaron ser parte de la investigación.
- Sencillo: No se utilizó un cuestionario estructurado sino más bien algo más corto pero conciso a partir de una pregunta norteadora.
- Compromiso: Se recalcó el compromiso de confidencialidad de toda la información que se proporcionó por los participantes.
- Varios encuentros: Se explicó la posibilidad de 2 o 3 (dos o tres) encuentros.

De esta manera se aseguró la confidencialidad, acordando el lugar y tiempo de los encuentros; además, obtener los permisos para poder grabar. La información de los datos cualitativos fue tratada de forma confidencial y serán compartidos a los participantes si así lo desean; como también serán guardados por cinco años en la computadora personal de la investigadora, como ya se mencionó el instrumento legal que se utilizó en la investigación para proteger los derechos de los participantes es el consentimiento informado, mismo que presentamos a continuación.

3.7 CONSENTIMIENTO INFORMADO

Conforme Carreño (90), refiere al consentimiento informado como un documento legal y un mecanismo para respetar la dignidad y proteger los derechos y el bienestar de los sujetos participantes, el mismo debe incluir información sobre el propósito de la investigación, la justificación, los riesgos y beneficios, que le permitan a un sujeto decidir voluntariamente su participación; así también, otros autores como Cañete et al (91), lo consideran como un documento formal, como un modelo de una armoniosa relación entre el investigador y los participantes de la investigación, donde el respeto por la autonomía y autodeterminación del sujeto es el principio más importante en el proceso, cabe señalar que el documento es de carácter confidencial.

La presentación de la información debe ser comprensible y no sesgada (...), la colaboración del paciente debe ser conseguida sin coacción y (...) el profesional no debe sacar partido de su potencial dominio psicológico sobre el paciente" (91).

En base a lo antes mencionado, fue relevante la aplicación de un consentimiento informado, el mismo es un documento legal con principios bioéticos y, que aun siendo adecuado, la firma del mismo no exime al profesional de responsabilidad en caso de negligencia, si este no se informara será responsable de los daños que puedan ser provocados como resultado de la aplicación procedimientos que practique, aunque no exista mala práctica profesional, de ahí que puede perder su función protectora en el ámbito médico-legal si no se formula de manera adecuada.

Es así como, la mejor manera de protección frente a litigios radica en mantener una comunicación efectiva con los involucrados con quienes o en quienes se realizará la investigación, se resalta que durante la investigación se mantuvo la comunicación de manera efectiva, es decir que el formulario del consentimiento informado se socializó a cada participante *anexo 1* para los informantes clave y el *anexo 2* para los agentes externo, se realizó de una forma en el que se mantuvo el anonimato, respetando su identidad, esto en cada entrevista ejecutada.

3.8.TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Las técnicas de recolección de datos se refieren a diferentes formas mediante las cuales los investigadores cualitativos obtienen la información que buscan en sus estudios (92). Del mismo modo, éstas deben permitir que el investigador se sumerja en el fenómeno de estudio por lo tanto tienen que ser flexibles y abiertas (93). Se considera que la recolección de datos concluye una vez que del análisis haya surgido una teoría adecuada (92), es decir que se refieren a cuando dejan de emerger nuevos datos, nuevas propiedades, nuevas categorías o relaciones se considera que se ha llegado a la saturación teórica. A continuación, se presenta en detalle lo referente a la entrevista en profundidad.

3.9.ENTREVISTA EN PROFUNDIDAD O ENFOCADA

Entre las técnicas de recolección de datos en la investigación cualitativa se encuentra la entrevista en profundidad. De acuerdo con Robles (94), la técnica de la entrevista en profundidad

es conocida también como entrevista enfocada fundamentada, estos instrumentos se estructuran a partir de objetivos concretos; en este sentido, resulta complicado determinar un número mínimo o máximo de entrevistados, pues la finalidad no obedece a una representación estadística.

Otro nombre con el que se le conoce a la entrevista es como entrevista cualitativa o abierta, es así que puede abarcar uno o dos temas en mayor profundidad a partir de una pregunta norteadora y el resto de preguntas van surgiendo a partir de las respuestas del entrevistado, sin perder el objetivo se debe centrar en aclarar los detalles con la finalidad de profundizar en el tema de estudio, es importante destacar que no posee una estructura establecida, sino que la entrevista se desarrollará bajo la dirección y control del investigador (95).

Por esta razón fue necesaria la aplicación de la entrevista en profundidad cara a cara con el estudiante, misma que se desarrolló con instrucciones, preguntas y guía necesarios para la entrevista a partir de la pregunta norteadora, aquí los entrevistados fueron libres de expresar de manera voluntaria; como lo cita Hernández (95), se entiende a la entrevista en profundidad como “los reiterados encuentros, cara a cara, entre el investigador y los informantes, encuentros éstos dirigidos hacia la comprensión de las perspectivas o situaciones, tal como las expresan con sus propias palabras”.

Teniendo presente a Robles (94) referente a la entrevista en profundidad, esta permite acercarse a las ideas, creencias, significados que las personas atribuyen a los objetos o a las experiencias que han vivido, por lo tanto, este proceso tendrá una preparación y planificación de

la entrevista, el investigador establece un listado de temas en relación con los que se focaliza la entrevista, quedando ésta a la libre dirección del entrevistador, mismo que podrá sondear razones y motivos, ayudar a establecer determinado factor, entre otros, pero sin sujetarse a una estructura formalizada previa planificación (96).

Es necesario iniciar con la apertura en donde se explicará el motivo de la entrevista, la duración, los propósitos y el cierre con las conclusiones. Durante esta entrevista, se recopila la interpretación que el sujeto evaluado posee con referencia a su experiencia; referente al investigador, algo fundamental es que debe establecer terminología y gesticulaciones apropiadas para crear un ambiente emocional garantizando que el participante pueda expresar a profundidad toda la información de su vivencia que del queremos que emerja, esto se contextualiza en la exteriorización oral de la vivencia de acuerdo con Leal (97), denominada como el uso del reflejo.

Para entender de manera clara el significado que tienen las expresiones de la vida de otras personas y completar los datos en la entrevista a profundidad, citando a Trinidad y López (98), según Wilhelm Dilthey, se establece que es necesario familiarizarse con los procesos mentales mediante los cuales se vive y se expresa el significado; y que por lo tanto esto constituye la vida cotidiana de todo ser humano; además que se necesita un conocimiento particular del contexto concreto en que tiene lugar una expresión, una acción humana en el contexto de su situación, entre lo más importante.

Se debe tener en cuenta que durante la entrevista existirán silencios, por lo que es importante ser pacientes. La paciencia o el silencio suelen incitar al otro a reunir recuerdos y continuar con la historia, al percibir un bloqueo, se debe repetir la última frase en tono interrogativo y de esta manera se provoca que el otro siga, para ello se recomienda tener en cuenta dos tipos de silencio. Silencio literal está presente en la entrevista conversacional llamada también silencio epistemológico, concerniente a aquello que no se puede pronunciar. El silencio ontológico fue descrito por Bollnow en 1982 como el silencio gratificante al estar en presencia de la verdad (99).

Como ya conocemos, en esta investigación con enfoque cualitativo para la recolección de los datos se utilizó la entrevista a profundidad, la misma que se preparó oportunamente, se mantuvo entre uno y dos encuentros establecidos con los actores sociales seleccionados (estudiantes, docentes de enfermería y familiares, según la necesidad), se estableció un ambiente adecuado, seguro, sin presiones se mantuvo una comunicación empática entre los participantes y mi persona, se obtuvo respuestas efectivas de tal manera que el proceso se desarrolló de manera efectiva (94).

En el *anexo 3*, encontramos el formato utilizado para los informantes clave. Se utilizaron preguntas abiertas que permitieron recolectar los datos proporcionados por los estudiantes migrantes internos académicos, obteniendo relatos, sensaciones, experiencias vividas, sentimientos, reacciones y emociones ante el autocuidado que están aprendiendo a aplicar; mientras que para los agentes externos para recolectar la información se realizó entrevista a

profundidad como vemos en el *anexo 4* a los docentes y familiares que facilitaron las experiencias vividas en ese momento, sentimientos, reacciones y emociones que experimenta frente al cuidado que han brindado a los estudiantes con las características de migración interna académica.

Cabe señalar que las entrevistas fueron grabadas y transcritas textualmente utilizando el transcriptor de Word; y el análisis se realizó en forma manual a través de matrices donde se logró colocar la información obtenida, para encontrar la estructura particular, asignarles una estructura general o subcategorías, para luego obtener la significación de esencias emergentes relevantes del estudio y finalmente asignándole un código individual; aquí juega un papel fundamental el proceso inductivo, mediante el cual se procedió a leer cada transcripción tanto de los informantes clave como de los agentes externos.

Para poder otorgarle credibilidad a la información aportada por los informantes claves y agentes externos fue indispensable someter la investigación a una rigurosa evaluación a través de una serie de criterios dados a través del rigor metodológico.

3.10. RIGOR METODOLÓGICO

La mayoría de los investigadores cualitativos concuerdan en los criterios o estándares de evaluación deben ser coherentes con los propósitos, fines y bases filosóficas del paradigma cualitativo, por lo cual se debe tener en cuenta las realidades de la investigación cualitativa y las complejidades del fenómeno humano que se busca entender. El rigor metodológico adquiere un

valor de apego a las normas y reglas establecidas; además, precautela la preservación y la fidelidad de la esencia de la investigación cualitativa, asegurando de esta manera la calidad de los resultados (100); conforme lo establecen Rojas y Osorio (101) refieren, que la investigación demanda criterios diferentes de la investigación convencional.

Desde hace mucho tiempo la calidad de la investigación en ciencias de la salud es un aspecto fundamental que los investigadores deben garantizar y que los profesionales de los servicios de salud necesitan evaluar antes de utilizar los resultados de los estudios (102); es decir que la calidad de un estudio se determina por el rigor metodológico con que se realizó, en el caso de los estudios cualitativos existen algunos criterios que permiten evaluar el rigor y la calidad científica. De acuerdo con las autoras antes mencionadas estos criterios son: *la credibilidad, la auditabilidad o confirmabilidad y la transferibilidad o aplicabilidad*.

La *credibilidad* como criterio análogo de validez interna se logra cuando los hallazgos del estudio son reconocidos como reales o verdaderos por las personas que participaron en el estudio y por aquellas que han experimentado o estado en contacto con el fenómeno investigado (100). A la credibilidad también se le conoce como *confianza*, es aquí donde los hallazgos, se asocian con el hecho de garantizar que los procedimientos de recolección y análisis de datos sean los apropiados, de tal forma que los resultados y las conclusiones reflejan fielmente la realidad estudiada. Algo fundamental que fortalecerá la credibilidad de los documentos es que, estos sean transcritos por la propia investigadora, tal cual como se expresarán los informantes, para confirmar los hallazgos y revisar algunos datos particulares. De acuerdo con Smith et al. (102), el

significado es lo más importante y la meta será el contenido y lo complejo de esos significados. Por otro lado, para Duque et al. (103), la credibilidad o confianza es uno de los principales problemas a los que se enfrenta la investigación cualitativa.

En la presente investigación se consiguió la credibilidad, cuando la información obtenida por el investigador produjo hallazgos que fueron identificados por los informantes clave; por tal razón, las entrevistas fueron validadas por los participantes a través de una guía de contenido, además se mantuvo una retroalimentación permanente, verificando lo que se está comprendiendo durante la entrevista, esto permitió generar confianza hacia mi persona.

La *auditabilidad* o confirmabilidad como análoga de objetividad, se refiere a la neutralidad de la interpretación o análisis de la información, que se alcanza cuando otro investigador puede seguir la pista del investigador original y llegar a hallazgos similares (100), en otras palabras se refiere a la habilidad de otro investigador de seguir el camino de lo que el investigador original ha realizado, así lo reitera Guba y Lincoln (104); en definitiva, la confirmabilidad se trata de la habilidad de otro investigador para seguir la pista o la ruta de lo que el investigador original ha realizado.

Según Salgado (105), en lo que se refiere al criterio la auditabilidad le permite al investigador percibir cada suceso desde distintos puntos de vista, de sumergirse dentro de la realidad estudiada y de comprenderla e interpretarla inmerso en su propio contexto, esto puede lograrse a través de la observación participativa y la triangulación.

Para ello se estableció un documento con toda la información recolectada con todas las ideas que como investigador se obtuvo del estudio; una vez culminada mi investigación servirá de fuente o de antecedente para otros investigadores cualitativos dentro del enfoque fenomenológico hermenéutico; aquí, los investigadores examinan los datos y puedan llegar a conclusiones iguales o similares de las más investigadas, siempre y cuando tengan perspectivas similares, se emplearon las transcripciones de las entrevistas para apoyar la interpretación y análisis de los resultados del estudio. También se explicó lo típico o común de las respuestas de los participantes en el transcurso de la entrevista, utilizando grabaciones de audio y de video; además, se describieron las características de los informantes y el proceso mediante el cual fueron seleccionados.

De esta manera, se pudo evitar los sesgos de la subjetividad del investigador al interpretar los resultados, al mismo tiempo que se mantuvo la coherencia epistemológica como axiológica del estudio, garantizando la fiabilidad de los datos proporcionando resultados precisos.

La *transferibilidad o aplicabilidad* como análoga de validez externa, consiste en la posibilidad de transferir los resultados a otros contextos o grupos con la finalidad de examinar qué tanto se ajustan los resultados con otro contexto (100). Así lo ratifica Salgado (105), se trata de examinar qué tanto se ajustan los resultados obtenidos en relación con otros contextos.

Durante esta investigación, se buscó la posibilidad de que los resultados puedan ser utilizados en otros contextos, así por ejemplo: Cuidar de sí de los docentes de enfermería, de los

profesionales de enfermería, o en profesionales de la salud cuya característica similar sea la migración; nuestra profesión tiene la formación de ser educadora y esto nos permite trabajar en la prevención varias enfermedades y replicar los resultados obtenidos a otras poblaciones que desconocen de estas particularidades

Es importante recordar que en la investigación cualitativa los lectores del informe deciden si los hallazgos pueden ser aplicados en contexto diferente. Para facilitar esta evaluación, es necesario ofrecer una descripción detallada del entorno y las características de las personas que forman parte del estudio, de modo que la transferibilidad dependa directamente de la similitud entre los contextos en los que se lleva a cabo la investigación (101).

Ante estos criterios de credibilidad, auditabilidad y transferibilidad, se destaca la importancia de formular correctamente el problema de investigación como un aspecto clave para asegurar la calidad del proyecto; varios autores (101) (102) destacan que, aunque el rigor metodológico es importante en todas las etapas del proceso de investigación cualitativa con enfoque fenomenológico hermenéutico. Por lo que, Castillo y Vázquez (102), sugieren seguir las recomendaciones de la Asociación Americana de Evaluación de 1995, que incluyen principios como la indagación sistemática, la competencia del evaluador, la integridad y honestidad, el respeto por las personas, y la responsabilidad con el bienestar de la gente, reconociendo la diversidad de intereses y valores.

Además, que se debe seguir paso a paso los lineamientos y protocolos establecidos para el desarrollo de la investigación, sustentada con el rigor científico, basado en evidencias científicas, evidencias bibliográficas y lineamientos institucionales establecidos por la universidad en la que nos estamos formando. Es decir que el proceso debe estar guiado por principios éticos y metodológicos sólidos en la investigación cualitativa.

Diversos autores, como Arias (106), sugieren varias estrategias de verificación que se pueden aplicar en la investigación cualitativa para garantizar la validez y la confiabilidad de los resultados. Estas estrategias deben implementarse de manera activamente a lo largo del proceso de investigación, en lugar de esperar al final, para que sean revisadas por pares externos.

Dentro de las estrategias se incluyen: la creatividad, sensibilidad, flexibilidad y destreza adquirida del investigador para adaptarse a lo que ocurre durante la investigación (106); la coherencia metodológica, que implica la coherencia entre la pregunta de investigación y los métodos aplicados; la interdependencia en investigación cualitativa, misma que debe estar alineada al enfoque metodológico, una muestra adecuada, luego de una selección de participantes cuyas características sean en realidades similares que representan o comprenden el fenómeno de estudio, la recolección y análisis de datos simultáneos para garantizar la interacción entre lo que ya se sabe y lo que aún se necesita conocer, hasta la saturación de la información, misma que se alcanza cuando los datos vuelven a repetirse sin aportar con nueva información.

3.11. ANÁLISIS DE LOS DATOS CUALITATIVOS:

En la investigación cualitativa se analizan los datos mediante narraciones, viñetas y relatos denominada descripciones densas, o sea, la interpretación de las interpretaciones de los sujetos que toman parte en la acción social. El análisis de los datos consiste en desentrañar las estructuras de significación y en determinar su campo social y su enlace. El análisis de los datos se lleva a cabo básicamente a través de una descripción densa cuyas características son: que es interpretativa, lo que se interpreta es el flujo del discurso social y ésta consiste en rescatar lo dicho en ese discurso de sus ocasiones perecederas y fijarlos en términos susceptibles de consulta (107).

Luego de realizadas las entrevistas, se procedió a realizar el proceso de categorización de la información, ésta es definida por Leal (93) como “la recolección y revisión de la información a través de diferentes entrevistas con el grupo de estudio, de manera que las categorías van emergiendo y repitiéndose hasta su punto de saturación”, en tal sentido Martínez (108), señala que es necesario realizar una inmersión mental en el material primario recogido, que permita una visión de conjunto y asegure un proceso de categorización.

En la investigación cualitativa es importante profundizar lo relacionado a la integración entre las categorías surgidas, proceso que es definido por Martínez (108), como el “proceso de integración de categorías menores o más específicas en categorías generales”. El mismo autor agrega que “el proceso de estructuración es un ejercicio continuo que tiende a validar una

comprensión realista y auténtica del tópico estudiado”; conforme a lo explicado en las definiciones anteriores entonces, se procedió a categorizar o clasificar las partes, en relación con el todo, con la descripción de símbolos verbales conocidas como categorías, los cuales se condensan en el contenido de la vivencia, lo cual permitió describir categorías o clases significativa; además, de ir constantemente diseñando y rediseñando, integrando y reintegrando el todo y las partes, a medida que se transcribe y se revisa la información, va emergiendo el significado de las vivencias de cada participante.

CAPÍTULO IV: DESCRIPCIÓN DEL FENÓMENO EN ESTUDIO Y BÚSQUEDA DE LAS MÚLTIPLES PERSPECTIVAS SOBRE: “CUIDAR DE SÍ DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA EN SITUACIÓN DE MIGRACIÓN INTERNA ACADÉMICA DESDE UNA VISIÓN HOLÍSTICA”

Tu cuerpo es templo de la naturaleza y del espíritu divino. Consérvalo sano, respétalo, estúdialo y concédele sus derechos.

Henri Frédéric Amiel, filósofo.

Durante este capítulo se describe el fenómeno de estudio como primera etapa, las perspectivas de la investigadora y la de los agentes externos: docentes y familiares sobre el fenómeno de estudio como segunda etapa del abordaje se Spiegelberg. Todo esto en conjunto con las coincidencias que nacieron de las respuestas narradas de los agentes externos, surge aquí la interrogante: ¿Qué significado tiene el cuidar de sí para el estudiante de enfermería migrante interno académico?

Aquí se plasma las narrativas testimoniales de un grupo de estudiantes de enfermería participantes del estudio **Cuidar de sí de los Estudiantes de Enfermería en situación de migración interna académica desde una visión holística**; dichas narrativas, manifestadas en su propio lenguaje (109), evidencian comprensión respecto a la experiencia vivida por ellos, cuando vienen a la capital a estudiar en una institución universitaria.

A sabiendas que narrar, implica poner lo vivido en palabras, en tanto ideas y emociones; resignificar las experiencias, llenar de sentido la propia historia al renombrar y recrear una serie

de acontecimientos, que más que responder a un orden cronológico y objetivo, responden a un entramado lógico y subjetivo, que da cuenta de la configuración particular y compleja frente a los hechos vividos (110). Se centra una mirada en los principales elementos que constituyen estas narrativas, a través de las entrevistas realizadas en profundidad, los participantes reflejaron el valor que le otorgan al cuidar de sí de los estudiantes de enfermería migrantes internos.

3.12. INTERPRETACIÓN DE LA INFORMACIÓN, PRIMERA ETAPA DEL ABORDAJE DE HERBERT SPIEGELBERG

A continuación, se presentan las narrativas de las entrevistas a través de la grabación y transcripción textual de las respuestas que permitieron desarrollar la percepción de la investigadora sobre las vivencias y experiencias percibidas por los estudiantes migrantes internos, haciendo énfasis en la profundidad y amplitud de cada una de las respuestas aportadas, es aquí donde se pone de manifiesto la percepción de los informantes clave, acerca del significado del cuidar de sí narrada por sus propios actores. Para identificar a cada uno de los informantes clave se utilizaron seudónimos.

Se realizaron algunas preguntas abiertas norteadoras las cuales sirvieron de base para conducir la conversación y generar otras interrogantes en la medida que el informante clave exteriorizaba sus respuestas con el objetivo de no desviar la temática de estudio para así obtener ideas y conceptos de cada una de ellas, que favorecieron el trabajo investigativo.

A continuación, se describen las narrativas en las entrevistas realizadas a los informantes clave:

- Entrevista_1_Girasol_Estudiante_29/01/2023
- Entrevista_2_Clavel_Estudiante_20/03/2023
- Entrevista_3_Tulipán_Estudiante_24/05/2023
- Entrevista_4_Girasol 2_Estudiante_23/06/2023

3.13. PERSPECTIVAS DE LOS INFORMANTES CLAVE

En este apartado se presentan las entrevistas realizadas a los informantes clave, mediante la grabación y transcripción textual de sus respuestas. Este proceso permitió a la investigadora desarrollar una comprensión profunda e intuitiva de las vivencias y experiencias compartidas por los participantes, destacando tanto la profundidad como la amplitud de cada una de las respuestas aportadas.

En este apartado se revela la percepción de los informantes clave acerca del significado de cuidarse a sí mismos de manera holística, expresada en sus propias palabras, a través de la formulación de preguntas abiertas orientadoras, mismas que sirvieron como hilo conductor y permitieron generar nuevas preguntas a medida que los informantes expresaron sus respuestas; esto facilitó mantener el enfoque en el tema de estudio y capturar ideas y conceptos clave de cada uno, enriqueciendo así la investigación. A continuación, se manifiestan las narrativas recogidas en las entrevistas realizadas a los informantes clave:

Entrevista_1: Informante clave Girasol

Señorita estudiante de 22 años, cursa 4to nivel

Investigador: ¿Qué significado tiene el cuidar de sí para el estudiante de enfermería migrante interno académico?

Entrevistado: Bueno para mí sería como que cuidarnos a nosotros mismos ya estando en un ámbito que sería muy diferente, por ejemplo, a mí se me hizo muy difícil venir acá a conocer algo ya nuevo, experimentar cosas nuevas e independizarme ya por mi sola, tener mis propias reglas en el departamento. Bueno, para mí todo eso fue muy nuevo. Es importante, que me cuide para evitar enfermedades, porque a mí me dio gastritis, depresión y ansiedad, entonces yo estaba con mi psicóloga, ella me dijo, mantén tu mente ocupada. Porque yo, estando aquí sola, a mí, como que yo me aferraba aquí y me ponía a llorar, me ponía a llorar, a llorar y a llorar todo sí. ¡Yo estando sola! Entonces la psicóloga me dijo, ¡no mantén ocupada tu mente!, ¡para que no llores!

Por eso para mí es muy importante cuidar de mí misma porque al estar lejos de mi familia muchas veces me siento sola o estresada. Si no estoy bien emocionalmente, no puedo concentrarme ni atender bien a los pacientes. Cuidarme me ayuda a rendir mejor en clases y prácticas. Entonces para mí es algo como experimentarlo y de tal forma también aprender de la vida también porque uno, mientras, ya va creciendo, ya va madurando ya estando lejos de los padres.

Podría profundizar sobre ¿Y al estar lejos de sus padres? Sí, es difícil, es muy difícil porque más cuando uno es más apegado a los padres. Es bien difícil separarse. Pero se podría decir que para cuidarme a mí sola misma he tenido como mi rutina, he hecho un horario como decir de la mañana, tengo clases después de clases, hago deberes como que mantengo mi mente ocupada.

Investigador: ¿Qué acciones o qué prácticas adopta para cuidarse a sí mismo en su salud física: en cuanto a la alimentación, el descanso, el sueño, la realización de actividad física y en su salud espiritual?

Entrevistado: Mi salud física está descuidada, en cuanto a la alimentación, no, no tengo, así como decir voy a desayunar esto a veces no desayuno y está mal, pero hay momentos que, si a veces como que eso se sobrepasa y no, no está bien. A veces, por ejemplo, no almuerzo así, pero sí he mantenido tratando de que ósea de alimentarme todos los días porque a mí me dio gastritis, entonces tengo que comer todos los días, tengo que mantenerme saludable porque si no me va a afectar más.

Cuénteme ¿Duerme bien?: No, no, no, porque tengo insomnio. no, no puedo dormir, no puedo dormir, a veces me he quedado como hasta las 3:00 de la mañana y digo: no está bien, yo veo videos que sí me ayudado, pero como que hacen un ruido relajante, así que eso me relaja, eso escucho y me pongo a dormir, apenas a esa hora me pongo a dormir porque ya no puedo más y digo no descansemos...a veces duermo, otras veces si no puedo descansar mejor me levanto, tomo agua, salgo un ratito de ahí si me pongo a dormir otra vez; porque no, no sé poder dormir

bien. Eso sí, no creo que duerma a veces 4 horas sí 4 horas, porque ahí ya no puedo descansar más. He intentado, he intentado dormir antes y no puedo, *¿por qué no puede conciliar el sueño?* Ajá, no, no puedo. No he tomado ninguna medicación, solo hecho, o sea escuchar, ver videos, escuchar. Y relajarme un poco. Y ya me quedo dormida, pero no he tomado medicación. *¿De pronto ha probado hacer ejercicio antes de dormir?* No lo he hecho eso.

Cuénteme ¿cómo se cuida en relación con la actividad física? No realizo actividades de recreación, ni física, no, no tengo tiempo, vivo sola y a mí me toca cocinar y arreglar y así.

Me enfermé de gastritis, sí he ido al médico, pero por la enfermedad, no para prevenir, porque no tengo tiempo y por descuido también, ósea no cuido mi salud porque no me alimento bien, no descanso bien, y no hago actividad física.

¿Cómo se ha cuidado en la parte espiritual? En mi familia somos muy creyentes, siempre le pido a Dios me ayude en mi profesión a culminar bien mis estudios.

Investigador: *¿Cuál es la percepción que tiene el estudiante de enfermería migrante interno académico sobre el alcance de sus objetivos de enseñanza-aprendizaje?*

Entrevistado: A veces sí he estado, a veces como que digo no, sé que es duro y hay que darle más meterle más ñeque pero sí se puede. sí, sí, sí, he alcanzado eso, es duro, pero sí.

Puede contarme la percepción del *¿por qué sí?* Porque me han ayudado mis compañeros, mis padres, mis profesores.

Puede contarme la percepción del *¿por qué no?* Porque a veces me da tristeza y me siento sola y no quiero seguir.

Entrevista_2 Informante clave Clavel

Señorita estudiante de 21 años, cursa 4to nivel

Investigador: *¿Qué significado tiene el cuidar de sí para el estudiante de enfermería migrante interno académico?*

Entrevistado: Cuidar es ver a la persona no como una enfermedad, sino ver a la persona como persona, como un ser humano que tiene emociones, que tiene sentimientos, es ponernos en los zapatos de los demás, pero siempre enfocándonos en si yo me cuido, si, yo puedo decir que yo me cuido, puedo cuidar a los demás, porque ese sí que sé esta palabra del cuidar, en mí mismo, entonces se puede transmitir esto o hacer con los demás, porque uno no es lo mismo, por ejemplo, decir estoy respetando a los demás, pero eso es solo lo que yo digo, pero no sé si es lo que yo hago. Entonces se debe decir y también hacer en mí mismo y en los demás, es importante. *¿Por qué es importante, podría definirlo?* Sí, eso y es como que también es un problema que se debería haber en que hay en nosotros, porque siempre es como

que siempre estamos pendiente de los demás. Cuando estás al lado de tu familia es como que tu familia te hace acuerdo de que cómo estás, recuerdo que una profe me decía, tú siempre estás pendiente de los demás, pero no estás pendiente de ti, debes pensar primero en ti segundo en ti, tercero en ti, siempre en ti. ¿Entonces yo digo, cuál es tu manera de cuidarte? yo le decía que es verdad, no me cuido. A veces hago ejercicio y ese a veces ya no es, ya no me estoy cuidando, entonces me decía, me preguntaban, cuántas veces vas a hacerte chequeos médicos y yo les decía, no, no, no he ido en 1 año, no he ido, entonces dicen, no te estás cuidando, o sea, no estás viendo en ti primero

Investigador: *¿Qué acciones o qué prácticas adopta para cuidarse a sí mismo en su salud física: en cuanto a la alimentación, el descanso, el sueño, la realización de actividad física y en su salud espiritual?*

Entrevistado: He dejado a un lado mi salud, y no me he preocupado, es importante estar saludable, sin embargo, no es así, mientras que deberíamos ser ejemplo para nuestros pacientes. En cuanto a la alimentación nos dicen que eviten comer comidas grasosas y obviamente yo estoy comiendo las comidas grasosas y no me estoy cuidando. Y es lo mismo, decíamos también del alcoholismo, yo no tomo, pero algunos compañeros sí lo hacen, en las charlas se decía a los pacientes no consumir bebidas alcohólicas y las mismas personas están consumiendo las bebidas alcohólicas. Yo gracias a Dios, no, no tomo, pero sí me he descuidado mucho en la alimentación porque desde que vine acá he estado comiendo comidas chatarra, cosas que sean más rápido de preparar y consumir y entonces eso sí, me ha hecho que suba de peso. Estoy como que más propensa a tener más enfermedades, como ahorita mismo ya vemos que la hipertensión se da en jóvenes, que puede ser por el estrés, yo siempre pienso en eso, pero no trato de cambiar, entonces en eso estoy fallando.

Cuénteme ¿Duerme bien?: No, no, no duermo bien. *¿Es porque no puede, por qué se queda estudiando o por qué se queda haciendo los deberes, o por qué no puede fisiológicamente descansar?* Así es, no, no puedo. *¿Tal vez toma medicación?* No no tomo. *¿Ha probado con hacer ejercicio antes de dormir?* No, no realizo ejercicio.

¿Cómo se cuida en relación con la actividad física? Mmm no profe. ah, es que yo antes hacía, o sea refería haciendo ejercicios porque yo en el Puyo hacía danza, pero desde que vine ya no... no he hecho ningún ejercicio más que caminar de la universidad a la casa y de la casa de la universidad, eso es mi único ejercicio de caminar. **Puede explicarme ¿Por qué no hace ejercicio?** Porque no tengo tiempo profe, tenemos muchas tareas.

Cuénteme ¿Cómo se cuida en la parte espiritual? Yo como mi religión es católica y yo siempre es como que estoy pidiendo a Dios en todos los aspectos, como no he ido mucho a la iglesia porque yo soy de las personas que creen que tengo que estar en contacto, pero con Dios, o sea, yo sí en las noches o en las mañanas, yo hablo con Dios y le digo, Dios, bendíceme este día, cuídame este día y protégeme de todo. Entonces yo en lo espiritual siento que lo que he fallado es no ir a la iglesia, pero en sí estoy como que siento que estoy en contacto con dios y en ese aspecto sí me estoy cuidando.

Investigador: *¿Cuál es la percepción que tiene el estudiante de enfermería migrante interno académico sobre el alcance de sus objetivos de enseñanza-aprendizaje?*

Entrevistado: El cuidado emocional y espiritual si ayudan a lograr los objetivos. Sí, sí, pero yo creo que estos, cómo se llamarían... ¿factores? son muy importantes porque sí, uno falta sería la causa de síntomas de depresión yo incluso no, no quería hacer ni los deberes, porque, o sea, solo pasaba llorando porque quería estar con mi mamá y en mi casa pasaba sola y muchas veces tenía muchas ideas. Entonces aquí cuando es como no sé si sería la palabra de madurar, porque o sea, ahora yo siento que estoy madurando porque estoy tomando como que esta decisión de que esta profesión que escogí me ayuda tanto a mí como a mi familia, porque o sea, yo estoy aquí por mí primero y por mi familia, entonces yo por eso trato de cuidarme siempre en lo emocional, en lo mental, porque eso sí, afecta demasiado en todo mismo, en todo lo que va a ser, en nos va a alejar de la sociedad, nos va a traer, por ejemplo, en las notas malos rendimientos, entonces yo por eso trato de control.

Tengo que cumplir mi meta porque mis papás y mis hermanos me ayudan para que estudie en la universidad y me dan lo que necesito principalmente el dinero para movilizarme, para comer y para los trabajos.

Puede explicarme si está cumpliendo... Porque como mis familiares me dieron la fuerza de que, o sea, me dieron toda su confianza, confiaron en mí porque ellos son los que me ayudan a estar en la Universidad, pagan mis estudios, entonces yo dije en agradecimiento a eso y en agradecimiento a mí misma, tengo que seguir estudiando, debo tener que seguir, no tengo que rendirme. Entonces yo decía, tengo un agradecimiento hacia ella. Y también porque tenga la oportunidad de estudiar en una de las mejores instituciones, y es por eso por lo que no me he rendido y sigo y ahorita me doy cuenta cuando todos ya nos dicen futuros colegas. Algunos docentes de este último nivel que acabé, nos hicieron gastar demasiado, no piensan en que tenemos más materias y más trabajos, pero en otros niveles si han sido como más pendientes de lo que hago, inclusive una profesora se interesó tanto en mi salud que me ayudó a que fuera al centro de salud, me dio cogiendo el turno, eso cuando estaba en el primer nivel.

Puede explicarme si no está cumpliendo... Porque al inicio me encontraba lejos de mi familia. Recuerdo que en el primer semestre yo ya quería salirme de la institución porque yo le extrañaba mucho a mi familia. En los aspectos de lo académico, a veces como que sí fallo en las notas, pero yo trato de seguir mejorando porque a veces sí me da vergüenza, tengo notas bajas, entonces digo, no tengo que mejorar, entonces yo ya pongo mi propio esfuerzo porque no quisiera como que al final todo el esfuerzo que hace mi familia porque yo sigo estudiando.

Entrevista_3: Informante clave Tulipán

Señorita estudiante de 21 años, cursa 4to nivel

Investigador: ¿Qué significado tiene el cuidar de sí para el estudiante de enfermería migrante interno académico?

Entrevistado: Yo netamente vivo en el trabajo, entonces, por ende, o sea, mi cuidado es al nivel de mis jefes, casi perfecto, porque yo tengo, todo, en cuanto a higiene, para todo me lavo las manos, se podría decir a las prácticas con la vinculación, las profesionales hay sí varió mucho porque hay días donde como normal y obviamente los días de prácticas, he comido hasta una vez por día. Ahí sí se desordenó mi alimentación y empecé a tener un poco de ansiedad por la comida. Podría profundizar ***¿Y al estar lejos de sus padres? ¿Cómo se ha cuidado usted de sí misma? ¿A qué se refiere bueno?*** No se me dificulta mucho, ya que yo ya me acostumbré a este estilo de vida a ser independiente de mis papás, así que. Mi autocuidado es bueno.

Investigador: ¿Qué acciones o qué prácticas adopta para cuidarse a sí mismo en su salud física: en cuanto a la alimentación, el descanso, el sueño, la realización de actividad física y en su salud espiritual?

Entrevistado: De por sí, yo ya tengo anemia, entonces me he hecho, cada año me he hecho, cada año me he hecho exámenes de sangre donde solo para saber en qué niveles de estado y siempre estoy al límite de anemia, porque anteriormente ya tenía anemia y actualmente siempre estoy al límite, pero lo hago eso cada año y adicional de eso no me hago, en la parte de salud, sobre todo la parte de salud es cuidar la salud de los demás a cambio de nuestra salud.

Si yo tuviera más tiempo podría aplicarlo todo, sin embargo, yo trabajo como yo misma me cotizo mis estudios, no puedo aplicar y no puedo porque mi tiempo es muy, muy limitado y por ende por esa misma razón, yo no puedo realizarme los exámenes necesarios. Porque no alcanza el tiempo para la atención en los centros de salud, o los tiempos para la atención son muy extensos, en cambio la atención privada es muy cara y hay otros gastos como comer o movilizarse.

En cuanto a ok, mi alimentación depende mucho de mi tiempo. Ejemplo antes de estudiar mi alimentación era super buena, super regular, incluso hacía dietas saludables donde incluía ensaladas, proteínas. Pero de acuerdo, desde que empecé a estudiar. En cuanto a las prácticas con la vinculación, las profesionales sí varió mucho porque hay días donde como normal y obviamente los días de prácticas, he comido hasta una vez por día. Ahí sí se desordenó mi alimentación y empecé a tener un poco de ansiedad por la comida.

Y obviamente, por el estrés de estar en clases de los deberes, eh como normalmente dos veces al día, ya que estoy en horario de trabajo, lo que es el desayuno 8 de la mañana, el almuerzo 14:00 h de la tarde en la noche, cuando alcanzo me como una fruta o un sándwich. Hasta ahí no algo

adicional, no, y sería agua. Sí, sí, ya que por las horas de práctica al momento que como sabemos que la enfermería no, por ende, no tenemos un horario exacto de trabajo.

Que más que todo comemos cuando tenemos tiempo y como yo trabajo y estudio es como que a la par. Sí, obviamente por el transcurso y por estar en constante actividad, tenía hambre y obviamente comía a esa hora y obvio, ya se desequilibró mi horario y sí, sí se diría que actualmente sí es un poquito mala.

Cuénteme **¿cómo se cuida en relación con el sueño y descanso? ¿Duerme bien?** No, termino clases tipo 22:00, a veces nos quedamos un poquito más tarde por donde yo tengo que seguir haciendo tareas o estudiar. Mi descanso es exactamente las horas que yo descanso son 5 horas, o, no, porque he intentado, he intentado dormir antes y no puedo. **¿Es porque no puede, porque se queda estudiando o porque se queda haciendo los deberes? ¿o es por qué no puede fisiológicamente descansar?** Uno se acostumbra, y ya no puede dormir, a veces me quedo dormida en clases. **¿Ha probado con hacer ejercicio antes de dormir?** No, no porque no tengo tiempo y estoy cansada.

Cuénteme **¿cómo se cuida en relación con la actividad física?** Hago bailoterapia, algún deporte específico, caminata. Eh, depende de los días. Hay periodos donde estamos muy presionados por el mismo hecho de que estamos estudiando, como ya dije, y por el hecho que yo trabajo, yo estudio, así que casi no me da tiempo. Cuando me sobra un poquito de tiempo, suelo hacer ejercicio en la noche 120 minutos a media hora y hay veces donde en el mismo trabajo yo aplico el ejercicio saliendo a caminar, que son dos o 3 vueltas a la manzana donde yo trabajo. No es un hábito como tal, porque eso lo aplico cuando tengo tiempo.

Me podría indicar ¿Cómo se cuida en la parte espiritual? No soy muy creyente, pero de vez en cuando pido a Dios que todo me salga bien, sobre todo cuando estoy a full y ya no avanzo. Se...que él siempre está conmigo cuidándome en todo momento

Investigador: **¿Cuál es la percepción que tiene el estudiante de enfermería migrante interno académico sobre el alcance de sus objetivos de enseñanza-aprendizaje?**

Entrevistado: Esa fue mi meta, pero no siempre se tiene buenas notas, a veces los profesores nos dicen que depende de mí.

Puede explicarme **¿por qué sí?** Porque he estudiado a conciencia y he pasado de nivel. Puede explicarme **¿por qué no?** Porque a veces no tienen paciencia y como que el tiempo es muy corto, y son muchas materias, mucha información, un nivel perdí, y me tocó repetir con mucha pena, porque no me ayudaron, ni me dieron otra oportunidad.

Como estudiantes algunos docentes de cierta parte nos obligan a enfocarnos, pero es a llegar a un límite donde siempre nos dicen que eh, es nuestra decisión si estudiamos o no, si nos quedamos o no, ya no es problema de ellos. Como tenemos tutores a veces te dan la confianza otras veces no

o quizá es el recelo la vergüenza de poder contar lo que te está pasando y a veces fingir que todo está bien.

Al principio, mi familia no me apoyaron, no recibí apoyo económico. Bueno, hasta el día de hoy no recibo apoyo ni emocional ni económico. Como quien dice de necia, insistía en la carrera porque a mí me gusta, de ver que yo no dejo la carrera, decidieron apoyarme emocionalmente, aunque no fue tan complicado porque previo a esto yo ya me alejé de mi familia. 1 año me vine a trabajar porque con la misma intención de yo seguir estudiando previo a esto, yo ya trabajé 1 año para tener ahorrado y meterme a estudiar. Ajá, entonces no fue tan complicado porque en ese año y yo ya como que me adapte si sufría mucho por el hecho de que estaba lejos, porque la carrera como tal implica apoyo.

Entrevista_4: Informante clave Girasol 2

Señorita estudiante de 22 años, cursa 3er nivel

Investigador: ¿Qué significado tiene el cuidar de sí para el estudiante de enfermería migrante interno académico?

Entrevistado: Creo que nos cuidamos buscando un balance entre el estudio, el trabajo práctico y el tiempo personal, aunque es un desafío. Hago lo posible por llevar una rutina saludable que incluya alimentación adecuada, ejercicio y momentos de descanso. ***¿Por qué hace lo posible?*** Porque no siempre se puede, en los días de prácticas, el trabajo es muy cansado, luego seguido las evaluaciones me obliga a dejar cosas de lado que son importantes como dormir, enseñamos que debemos descansar 8 horas pero no aplicamos, no podríamos dar ejemplo. Además, como estoy sola me toca prepararme mis alimentos, y eso también consume tiempo, intento llevar una dieta equilibrada.

Investigador: ¿Qué acciones o qué prácticas adopta para cuidarse a sí mismo en su salud física: en cuanto a la alimentación, el descanso, el sueño, la realización de actividad física y en su salud espiritual?

Entrevistado: Por la falta de recursos económicos no tengo chequeos médicos planificados, para que te atiendan en un centro de salud se necesita tiempo, pero procuro mantener buenos hábitos, como hidratarme bien y en lo posible descansar. También trato de manejar el estrés hablando con amigos para desahogarme también. Cuénteme, ***¿cómo se cuida en relación con la alimentación?***, en cuanto a la alimentación, intento llevar una dieta equilibrada, procurando

consumir alimentos frescos y nutritivos siempre que puedo que no es con mucha frecuencia. Aunque el tiempo es limitado, preparo comidas sencillas con frutas, verduras y proteínas pero muchas veces el dinero es limitado y otras veces por el tiempo no es posible prepararlo.

Cuénteme ¿cómo se cuida en relación con el sueño y descanso? ¿Duerme bien?, es importante el descanso y trato de dormir al menos seis horas, aunque no siempre es posible. A veces el estudio y las prácticas demandan mucho tiempo, pero hago el esfuerzo de dormir bien para estar alerta en mis tareas.

Coménteme ¿cómo se cuida en relación con la actividad física?, como estoy sola yo me cocino, me lavo, arreglo, hago mis compras, pero no realizo actividades físicas, aunque sé que es importante, así que camino diariamente porque vivo cerca y voy caminando y, cuando tengo tiempo, hago ejercicios en casa, pero muy poco, cuando estás solo no te da ganas de hacerlo.

Me podría indicar ¿Cómo se cuida en la parte espiritual? Para cuidar mi parte espiritual, dedico tiempo a pensar sobre mis metas y logros. Esta práctica me da tranquilidad y me ayuda a mantener un enfoque positivo frente a los retos de la carrera. En mi familia solíamos ir a misa, cuando puedo voy, pero no son todos los fines de semana.

Investigador: ¿Cuál es la percepción que tiene el estudiante de enfermería migrante interno académico sobre el alcance de sus objetivos de enseñanza-aprendizaje?

Entrevistado: A veces creo que he alcanzado muchos de mis objetivos de aprendizaje, gracias al esfuerzo constante y al apoyo de mi familia y docentes. Pero sé que apenas estoy comenzando y que hay mucho por aprender, ya que en cada práctica y cada experiencia me acercan más a convertirme en el profesional que quiero ser. También siento que, al estar lejos de mi familia, he aprendido no solo conocimientos técnicos, sino también a organizarme, a ser responsable por mí misma. Eso también forma parte de lo que quiero lograr, ser una profesional que sepa cuidar a otros, pero empezando por cuidarme a mí misma. La distancia me ha obligado a madurar y a valorar cada paso en las aulas de mi institución. Algunos de mis docentes han estado atentos a mi progreso y bienestar, brindándome orientación y apoyo, unos en más medida que otros, más en prácticas porque somos menos estudiantes. Algunos preguntan cómo estamos, otros no, solo dictan su clase y se van, pero si su preocupación por mi desarrollo profesional y personal ha sido fundamental para mi adaptación y aprendizaje de la profesión. Mi familia ha sido un gran apoyo durante mi formación. Aunque estamos lejos, me brindan ánimo y respaldo en todo momento, lo cual me motiva a seguir adelante y asumir el compromiso de reconocer nuestro esfuerzo y dar lo mejor de mí.

3.14. PERSPECTIVA DE LA INVESTIGADORA.

Para contextualizar de forma precisa el problema de investigación, el punto de partida es una detección exhaustiva de la realidad que viven los estudiantes de enfermería migrantes internos. Esto implica identificar las manifestaciones más relevantes de su experiencia académica, social, emocional y económica. Como investigadora, se lleva a cabo la obtención y consulta de información pertinente mediante la revisión de fuentes documentales, así como entrevistas y testimonios directos de informantes clave y agentes externos, procurando siempre la validez y pertinencia de los datos recopilados. Posteriormente, se realizó la extracción y organización de la información más significativa para construir un marco teórico robusto que permita comprender la complejidad de sus vivencias. Una vez aplicada la técnica de entrevista en profundidad y recolectada la información, se procede a analizar el discurso de los participantes, interpretando cuidadosamente los significados expresados sobre su relación con los docentes, su integración familiar y sus sentimientos más íntimos frente a la migración y la vida universitaria.

Este proceso implica una sistematización rigurosa de las relaciones y patrones emergentes, observándolos con objetividad y respeto, para identificar significados comunes y construir descripciones fieles de los fenómenos tal como son vividos por cada estudiante. De esta manera, se logra evidenciar la dimensión humana del cuidado, entendido como una experiencia integral que abarca acciones, pensamientos, emociones y vínculos que sostienen la vida académica y personal del estudiante migrante interno.

Desde mi postura y enfoque como docente-investigadora, considero que el cuidar de sí de estos estudiantes debe entenderse como un proceso integral que va más allá de la promoción de hábitos saludables. Implica el reconocimiento de su historia personal, del impacto emocional que conlleva estar lejos de su hogar, de su familia, de sus amigos, de su red de apoyo y de su cultura de origen. Es así como, la visión del futuro profesional en formación debe trascender, reconociendo los desafíos particulares que enfrentan. Estos desafíos, a menudo cargados de implicaciones afectivas, sociales y económicas, pueden limitar su capacidad de autocuidado. Por ello, reafirmo la necesidad de un acompañamiento ético y pedagógico que sea holístico, compasivo y profundamente humanista. Se asume un rol de guía y acompañante, capaz de escuchar activamente sus preocupaciones, de validar sus emociones y de facilitar recursos para que construyan estrategias de autocuidado que les permitan mantener su salud física y emocional, potenciar su autoestima y sostener relaciones interpersonales sanas, tanto dentro como fuera de la institución.

El deber ser del cuidar de sí mismos en estos estudiantes implica fomentar la conciencia de que el cuidado profesional comienza por el cuidado personal. Lo ideal sería que, el estudiante migrante debería tener espacios para reflexionar sobre sus emociones, organizar su tiempo sin que ello implique sacrificios extremos, y contar con una comunidad académica que no solo le exija, sino que también lo sostenga, el ambiente educativo debe fomentar la confianza, la empatía y el reconocimiento de su identidad e historia, a pesar de factores como la demanda de tiempo y la sobrecarga de trabajo. El cuidado de sí no puede depender únicamente de su fuerza individual; debe ser promovido y sostenido institucionalmente como parte esencial del proceso

formativo. Educar en el autocuidado es parte crucial en la formación de futuros profesionales capaces de cuidar a otros sin olvidarse de sí mismos.

Entiendo que el cuidado se cultiva desde la infancia y se profundiza a lo largo de la vida, alcanzando un grado de madurez que se refleja en la forma de pensar, sentir y actuar en relación consigo mismo, con los otros y con el entorno. Por ello, en lo personal, promuevo que los estudiantes migrantes internos sean conscientes de su valor como personas únicas e irrepetibles, capaces de cuidarse a sí mismos para cuidar de otros con responsabilidad, respeto y compasión. Este compromiso con su bienestar integral no solo enriquece su formación profesional, sino que también transforma el contexto educativo en un espacio inclusivo, humano y genuinamente comprometido con el derecho de cada estudiante a ser protegido, acompañado y valorado en todas las dimensiones de su ser, es decir, de manera holística.

Esto permite, en algunos casos, llegar a la construcción de teorías basadas en la revaloración de la subjetividad, la intersubjetividad y el contexto en que ocurren los hechos, reconociendo el valor de la cotidianidad como núcleo de la experiencia humana. La rigurosidad de los resultados descansa, entonces, en la sensibilidad, la apertura y la capacidad reflexiva del investigador para captar la esencia de los significados compartidos y singulares. Bajo esta premisa, se comprende que la realidad sociocultural no es unívoca ni estática, sino que está constituida por múltiples interpretaciones; cada persona y grupo reinterpreta subjetiva y culturalmente las situaciones vividas para construir su propia visión del mundo. Por lo tanto, el

estudio de los hechos y de los grupos humanos, como en el caso de los estudiantes de enfermería migrantes internos, no puede fragmentarse ni reducirse a categorías aisladas, sino que exige un diseño holístico, capaz de reconstruir la red de relaciones, sentidos y prácticas que hacen comprensible la experiencia tal como es vivida y narrada por sus protagonistas.

3.15. PERSPECTIVAS DE LOS AGENTES EXTERNOS.

Su representación se basa en la idea de que las personas, en este caso, los docentes, pueden ofrecer explicaciones sobre su conducta y a su vez, son capaces de reflexionar sobre sus prácticas y los fenómenos que acontecen en su vida profesional, relacionada con la enseñanza proporcionada a los estudiantes de enfermería, de la cual deriva significados, atribuidos a sus experiencias vitales vinculantes con dicha relación.

3.15.1. Docentes participantes:

Entrevista 1: Agente Externo (Docente) Manzanilla

Investigador: *Como docente ¿cómo cree usted que los estudiantes migrantes internos viven el cuidar de sí mismos desde que migraron por razones académicas?*

Entrevistado: Desde mi experiencia muchos estudiantes migrantes internos, especialmente en sus primeros años, ven el cuidado de sí como una tarea secundaria más que como una prioridad esencial. Llegan con una gran presión académica y económica, sumado a la nostalgia y el desapego de su entorno familiar. No tiene buenas prácticas de cuidado, su salud la dejan de lado y lo postergan constantemente, pensando que ya habrá

tiempo en algún momento cuando se gradúen o cuando ya tengan estabilidad. Esta mentalidad de posponer su autocuidado termina pasándoles factura en su salud física y mental a largo plazo. Desde luego tienen dificultad por muchos factores como la falta de tiempo, la recarga de trabajos.

Investigador: *A partir de su experiencia docente, ¿qué importancia le ve usted al cuidado de sí mismo por parte de los estudiantes migrantes por lo que respecta a la salud física respecto al cuidado de su alimentación, descanso, sueño, actividad física y el aspecto espiritual?*

Entrevistado: Haber desde mi punto de vista cómo docente, el estudiante es justamente nuestra razón de ser, porque no solamente nosotros estamos para enseñar, o sea, de hecho, más bien nosotros como docentes somos los facilitadores para que para encaminar les a ellos a un aprendizaje, porque no es que nosotros sabemos todo, sino vamos aprendiendo cada día vamos aprendiendo de los estudiantes, más todavía con más todavía con los estudiantes que son vulnerables por el hecho de que viven solos. De nuestra parte el cuidado es de gran importancia ya que, va direccionado a que se sientan bien, desde el punto de vista académico y desde el punto de vista personal. De preocupación, siempre les pregunto y estoy pendiente de su comportamiento, la mayor parte de este grupo de estudiantes son introvertidos. De hecho, cuando empiezo mi clase al inicio del periodo y cuando es un grupo nuevo que no reconozco, siempre hago yo una dinámica en donde les pregunto ¿Con quién viven en cómo es bueno, yo les pregunto qué plato les gusta? Y en base a eso vamos viendo también quienes pagan sus estudios, cuántos tienen hijos, no tienen hijos, viven lejos, viven en provincia y entonces ahí yo voy haciendo un diagnóstico para ver a qué estudiante es al que le tengo que dar más más, más atento.

El hecho de que están en otro lugar fuera de su zona de confort, digamos de sus casas. Por lo que hay un descuido por muchos factores principalmente es su salud porque se alimentan de comida rápida procesada, además, no se alimentan en horarios regulares, aunque a veces vemos extremos, unos traen preparados sus alimentos otros prefieren comer alimentos procesados, hemos tenido casos de anemias, desnutrición y obesidad. En cuanto a la espiritualidad, tienen miedo a la soledad, a los compañeros, a la ciudad y se encomiendan a Dios o la Virgen,

Existen momentos en que tienen recarga académica y no descansan ni duermen esto se evidencia en clase que se quedan dormidos y tienen ojeras marcadas. Hay estudiantes que tienen carencias económicas, me han contado que a veces solo comen una vez al día. La mayoría no realiza actividad física formal, aunque caminan mucho para trasladarse a sus domicilios; en cuanto a su salud espiritual, ellos sienten que están atravesando por periodos de ansiedad y de soledad. Y si es importante, no descuidar esta parte, esta parte

humana, porque muchos de los estudiantes cuando vienen, se descuidan. En cuanto a su alimentación, en cuanto a su descanso. Como no tienen quien les ayuden, pues se desvelan más de lo que usualmente un estudiante que es de aquí de la capital lo hace.

De lo que he podido observar pocos estudiantes mantienen prácticas sostenidas para cuidar su salud física y mucho menos su salud espiritual. La mayoría está tan absorbida por las exigencias académicas y por adaptarse al nuevo entorno, que terminan descuidando esas dimensiones. Lo que más se nota es el cansancio, estrés y falta de tiempo para sí mismos. Lo espiritual casi no se expresa.

Investigador: *Me podría decir ¿Qué percepción tiene usted en los estudiantes migrantes internos sobre el alcance de los objetivos de enseñanza-aprendizaje? ¿cree usted que los alcanzó durante el semestre?*

Entrevistado: Desde todos los puntos de vista, no solamente desde la parte académica, sino también desde la parte emocional personal, el aprendizaje no solamente es ir y dar la clase, sino el aprendizaje se basa en las emociones. La enseñanza es un juego, prácticamente yo sí aplico desde todas las maneras, aplico todas las dinámicas y como digo, hago bastante énfasis en los estudiantes que están, que son vulnerados. Comparto que hay que hacer una investigación a profundidad yo diría para saber con qué tipo de estudiantes estamos trabajando.

Referente a los estudiantes migrantes internos puedo decir que la mayoría en los primeros niveles tienen dificultad en relacionarse por lo que motivo a que el resto de los profesores conciencien en la importancia que tiene el no ser solamente académicos, estar super claros en que somos unos facilitadores para llegar a cumplir con los resultados de aprendizaje de cada uno de los estudiantes, de la asignatura y del perfil de egreso de la carrera. Como profesores facilitadores los llevamos de mano para que vayan adquiriendo sus conocimientos, se vayan preparando para su vida profesional porque ahora en este mundo globalizado prácticamente toda la información está colgada en la web, ellos tienen más preguntas que nos sorprenden lo que nos obliga a ser mejores para ofrecerles una buena enseñanza. Claro que sí, son incluso más vulnerables, muchas veces entran en crisis de ansiedad y desesperación.

No siempre logran alcanzar los resultados de aprendizaje, en cuanto promedio he tenido la oportunidad de trabajar con los dos extremos, un grupo que es bueno pero otro grupo que no es bueno, el primer grupo se dedica de lleno a estudiar al estar lejos de sus

familias, pero el segundo grupo aprovecha de esa soledad para dedicarse a otras actividades como bailes, entretenimientos, bebidas alcohólicas.

Entrevista 2: Agente Externo (Docente) Menta

Investigador: *Como docente ¿cómo cree usted que los estudiantes migrantes internos viven el cuidar de sí mismos desde que migraron por razones académicas?*

Entrevistado: Bueno, dentro de lo que es el migrar intervienen bastante en un problema dentro de lo económico, dentro de lo emocional, también porque muchas veces se han quedado solo dentro de todo esto. Muchos estudiantes no comen, no descansan, a veces porque no tienen dinero o porque están muy cansados.

Creo que para ellos, el cuidado de sí es una constante negociación y un acto de supervivencia. No es algo estático. Están aprendiendo a cuidarse en un entorno nuevo, con recursos limitados y lejos de su red de apoyo habitual. Esto los obliga a ser increíblemente recursivos: compartiendo recetas para comer más sano, creando pequeños grupos de estudio para apoyarse emocionalmente, o buscando espacios gratuitos para hacer ejercicio. Lo viven como un proceso dinámico de adaptación donde cada pequeña acción de autocuidado es una victoria que les permite seguir adelante y enfrentar los desafíos diarios. Entonces sí se ve afectado en lo emocional, pienso yo, porque cuando se estudia lejos de casa, pues sí interviene un poco la dificultad en la resolución de problemas.

Investigador: *A partir de su experiencia docente, ¿qué importancia le ve usted al cuidado de sí mismo por parte de los estudiantes migrantes por lo que respecta a la salud física respecto al cuidado de su alimentación, descanso, sueño, actividad física y el aspecto espiritual?*

Entrevistado: Le veo una importancia crítica, pero mi preocupación es que tanto los estudiantes como a veces el propio sistema institucional lo subestiman. Los estudiantes migrantes están bajo una presión inmensa, lejos de casa, con recursos limitados, y una gran carga académica. Muchos creen que aguantar o sacrificarse en estas áreas es parte del proceso. Miran una buena alimentación o el ejercicio como actividades difíciles de realizar. Esto lleva a problemas de salud que luego impactan en su asistencia y rendimiento académico. Necesitamos no solo recalcar su importancia, sino también ofrecer estrategias realistas y apoyo para que puedan integrar el autocuidado en su vida diaria, reconociendo que su bienestar es un pilar fundamental en su éxito académico. En cuanto a la parte emocional y espiritual muchos atraviesan episodios de ansiedad por la soledad y otros factores como la presión de todos los docentes, del sistema académico en sí, por todas las actividades que deben realizar inclusive no pueden descansar adecuadamente.

Investigador: *Me podría decir ¿Qué percepción tiene usted en los estudiantes migrantes sobre el alcance de los objetivos de enseñanza-aprendizaje? ¿cree usted que los alcanzó durante el semestre?*

Entrevistado: En general, observo que la mayoría de los estudiantes migrantes sí logran alcanzar los objetivos de enseñanza-aprendizaje a nivel cognitivo. Son increíblemente resilientes y se esfuerzan mucho, a menudo demostrando una gran capacidad de autoaprendizaje y disciplina. Sin embargo, mi percepción es que este logro frecuentemente viene con un costo significativo en su bienestar personal. Parece que lo alcanzan a expensas de su descanso, su vida social, y a veces, incluso su salud. Es una paradoja: cumplen académicamente, pero el desgaste es notorio y me pregunto si esta forma de alcanzar los objetivos es sostenible a largo plazo para ellos, por las posibles enfermedades que puedan adquirir.

¿A qué se refiere esto? Se refiere a que ahí estudie. **¿Cómo es eso de ayudarles?** Nosotros cuidamos primero la integridad y segundo lo académico, la formación académica, porque cuando ellos vienen a sus prácticas, pues nosotros les damos lo mejor de nosotros y empieza ahí el cuidado también hacia ellos, en lo tanto académico como en lo profesional, y también como en lo en lo psicológico. También se trabaja bastante.

Ellos a nivel de que son padres de familia, son madres de familia y entonces se trabaja también en conjunto con psicología. Entonces el apoyo que al menos nosotros o personalmente le damos, es un acompañamiento continuo durante toda su formación, ya hablando tanto académicamente como emocionalmente. Es bastante difícil porque uno como docente tiene que ver la manera de enseñarles la manera de tratar de ser lo más lúdico posible, la clase para que ellos lo puedan entender también y puedan venir a replicar lo que se les ha dado virtualmente. Entonces, eh, es un acompañamiento continuo que nosotros damos durante toda esta formación.

Hablando dentro de esto, yo creo que en cambiar algo no, lo que sí deberíamos aumentar es como que el apoyo Psicológico dentro de ellos. Pienso yo, porque muchos de ellos tienen bastantes dificultades de aprendizaje por el hecho de que tienen un distanciamiento. Bueno, nosotros también hemos tenido personas que han abandonado sus estudios por falta de apoyo principalmente económico. Es que no hay apoyo familiar, es que no hay apoyo en tanto económico también. Entonces yo creo que el apoyo psicológico sería una de las pautas importantes como para sentir el apoyo en este tipo de estudiantes.

Creo ver un modelo ideal yo pienso que el del autocuidado enseñarle al paciente su autocuidado para que él pueda también cuidar de los demás, pero principalmente el modelo del autocuidado.

Entrevista 3: Agente Externo (Docente) Cedrón

Investigador: *Como docente ¿cómo cree usted que los estudiantes migrantes internos viven el cuidar de sí mismos desde que migraron por razones académicas?*

Entrevistado: El cuidado de los estudiantes migrantes internos requiere un enfoque sensible que incluya tanto el apoyo académico como emocional. Estos estudiantes enfrentan retos adicionales, como la adaptación cultural y la distancia familiar, que influyen en su bienestar integral. Observo que el cuidado de sí lo viven de una manera fragmentada y reactiva. Priorizan lo urgente sobre lo importante. Por ejemplo, si se enferman, buscan atención médica (urgente), pero no necesariamente mantienen hábitos preventivos (importantes). Pueden enfocarse intensamente en el estudio (lo académico), pero descuidan el descanso o la alimentación por falta de tiempo o conocimiento en el nuevo lugar. Es una forma de cuidarse que a menudo responde a las crisis o a las demandas inmediatas, en lugar de ser un enfoque holístico e integrado en su rutina diaria. O en otros casos sucede lo contrario, se dedican a la diversión y descuidan sus estudios.

Investigador: *A partir de su experiencia docente, ¿qué importancia le ve usted al cuidado de sí mismo por parte de los estudiantes migrantes por lo que respecta a la salud física respecto al cuidado de su alimentación, descanso, sueño, actividad física y el aspecto espiritual?*

Entrevistado: Es absolutamente fundamental; mantener una buena salud es fundamental, es la base para que puedan rendir y sostenerse. Desde mi experiencia, el cuidado de sí, incluyendo la alimentación, el descanso, el sueño, la actividad física y el aspecto espiritual, no es opcional, es fundamental para los estudiantes migrantes. Son la base sobre la que construyen todo lo demás. Si un estudiante no se alimenta bien, duerme poco o no tiene momentos para desconectarse, su concentración disminuye, su capacidad de aprendizaje se reduce y su salud se va a ver afectada. El aspecto espiritual, aunque a veces olvidado, les proporciona un ancla emocional y un sentido de propósito en un entorno que puede ser muy solitario y exigente. Sin esta base, es muy difícil que logren un rendimiento académico sostenido y que puedan sostenerse emocional y físicamente durante la carrera.

Investigador: *Me podría decir ¿Qué percepción tiene usted en los estudiantes migrantes sobre el alcance de los objetivos de enseñanza-aprendizaje? ¿cree usted que los alcanzó durante el semestre?*

Entrevistado: Francamente, creo que muchos estudiantes migrantes alcanzan los objetivos mínimos requeridos para aprobar las asignaturas. Pueden memorizar la información y pasar los exámenes. No obstante, me preocupa que la profundidad del aprendizaje y la capacidad de análisis crítico se vean comprometidas debido al estrés y la sobrecarga que experimentan. A menudo, su enfoque está en cumplir para no fracasar, más que en una verdadera asimilación o disfrute del conocimiento. El semestre se

convierte en una carrera contra el tiempo y las dificultades, lo que les impide, en mi opinión, alcanzar los objetivos de enseñanza-aprendizaje con la plenitud y la comprensión que desearíamos para futuros profesionales. Es importante que se instauren modelos en instituciones de salud debe centrarse en la formación práctica y el bienestar personal. Se debería incluir sesiones de acompañamiento para los estudiantes en las áreas de práctica por parte de los supervisores, quienes ofrecen guía profesional y emocional. La idea es que los estudiantes se sientan valorados y apoyados en cada etapa de su formación principalmente en la práctica.

4.4.2. Familiares participantes

Entrevista 1: Agente Externo (Familiar) Hierba Luisa

Investigador: *Cuénteme, como familiar ¿qué significa para usted el cuidarse así mismo en lo relacionado a su estado de salud física (alimentación, descanso, sueño, actividad física), y aspectos emocionales y espirituales desde que su hija migró como estudiante de enfermería migrante interno? Por favor, describa lo que ha observado.*

Entrevistado: Como familia, estamos muy orgullosos de que haya tomado esta decisión de estudiar lejos de casa para perseguir sus sueños. Aunque ha sido difícil adaptarnos a su ausencia, sabemos que este sacrificio le permitirá crecer y acceder a mejores oportunidades. Nos preocupamos, por los desafíos que enfrenta al estar en un entorno nuevo y lejos de nosotros, pero confiamos en su fortaleza y en el apoyo que ha encontrado en su institución. Seguimos en contacto constante, vemos que ha madurado, siempre estaremos aquí, brindándole todo nuestro apoyo para que pueda cumplir sus metas.

La verdad, yo no estoy tan segura. Cuando hablo con ella por teléfono la escucho siempre apurada, cansada. Me dice que a veces no le alcanza el tiempo ni para cocinar. Me preocupa que no se esté alimentando bien ni descansando lo suficiente. Pero tampoco quiero cargarla con mis preocupaciones, así que sólo le digo que se cuide.

Sí, bastante. Antes comía a sus horas, dormía bien y salía a caminar con su hermana. Ahora la escucho decir que a veces no tiene tiempo ni para cocinar. Me llama tarde en la noche, cuando ya terminó de estudiar. Yo noto su voz cansada. Me preocupa que esté dejando su salud de lado por los estudios.

Creo que se ha descuidado en los dos sentidos. Antes, acá en casa, comía bien, si se enfermaba le llevamos al médico, somos muy creyentes, casi todos los domingos escuchamos misa, ahora cuando viene no quiere ir dice que tienen muchos deberes, la siento más tensa, preocupada.

Investigador: *¿Cree usted qué su hija después que migró internamente ha alcanzado las metas académicas? ¿Usted cree que este proceso de migración ha influido en su núcleo familiar de manera positiva o negativamente?*

Entrevistado: Hay momentos en que la veo motivada, siempre fue dedicada. Pero también siento que la distancia la afecta. A veces me llama llorando, diciendo que nos extraña mucho. Me dice que quiere seguir, que no se va a rendir, pero la noto más sensible que antes. Está cumpliendo sus metas, pero me da tristeza no poder estar junto a ella para ser su apoyo, aunque a veces vamos a visitarle.

Investigador: *¿De qué manera apoya usted a su familiar en su proceso de estudio y adaptación como estudiante de enfermería migrante interno, especialmente en lo relacionado con su bienestar, su salud física, emocional y espiritual?*

Entrevistado: La apoyamos de todas las maneras posibles, considerando que está lejos, siempre nos aseguramos de que tenga lo básico para su alimentación y vivienda. Pero más allá de eso, siempre estamos apoyando emocionalmente, estamos pendientes le hacemos videollamadas frecuentes para verle y escucharle, darle ánimos y recordarle lo orgullosos que estamos. Hay veces en que su voz está estresada o desanimada, buscamos la manera de aconsejar para que descance, porque nos cuenta que no tiene tiempo. Intentamos ser su apoyo desde la distancia, para que se sienta acompañada y sepa que no está sola en este proceso que parece ser muy exigente.

Cuando viene a casa tratamos de que se desconecte, pero como es responsable sigue en sus actividades, cuando ya tiene que irse nos despedimos, siento una mezcla de orgullo y nostalgia muy profunda. Por un lado, me llena de alegría verle seguir su camino y aprovechar una oportunidad que sabemos le abrirá muchas puertas; pero, al mismo tiempo, me invade una sensación de vacío y preocupación. La casa se siente diferente sin ella, y la distancia hace que extrañe. Sin embargo, trato de enfocarme en lo positivo y en la confianza que tengo en su capacidad para adaptarse y crecer en esta nueva etapa. Aunque duele, sé que es un paso necesario para su futuro, y eso me da consuelo.

Entrevista 2: Agente Externo (Familiar) Anís

Investigador: *Cuénteme, como familiar ¿qué significa para usted el cuidarse así mismo en lo relacionado a su estado de salud física (alimentación, descanso, sueño, actividad física), y aspectos espirituales desde que su hija migró como estudiante de enfermería migrante interno? Por favor, describa lo que ha observado.*

Entrevistado: Cuidar significa velar por la integridad de otras personas, establecer parámetros de bienestar, metas que contribuyen a mantenerse en condiciones buenas para que puedan realizar sus actividades, quererse, que pueda tener bien a alguien. Tiene un significado mucho más profundo desde que mi hija migró. Antes era algo más rutinario, pero ahora veo que es fundamental para mantener el equilibrio, no solo para ella, sino también para nosotros como familia. He observado cómo ella, a pesar de la distancia y las exigencias de su formación, intenta ser consciente de su alimentación, aunque a veces sea difícil por la falta de tiempo. Me preocupa que por esta falta de tiempo no pueda alimentarse ni dormir bien, eso es fundamental para tener un buen rendimiento en sus clases. En el aspecto espiritual, sé que ha encontrado consuelo en la comunicación que mantenemos entre nosotros, aunque cuando hablamos se le van dos que tres lágrimas, pero yo me mantengo fuerte sé que mi apoyo le ayuda a no sentirse tan sola. Veo el cuidarse como un acto de amor propio que le permite seguir adelante.

Investigador: *¿De qué manera apoya usted a su familiar en su proceso de estudio y adaptación como estudiante de enfermería migrante interno, especialmente en lo relacionado con su bienestar, su salud física, emocional y espiritual?*

Entrevistado: Recuerdo los días previos llenos de preparativos, risas nerviosas y palabras de ánimo, pero en el momento de la despedida sentí una mezcla de vacío y preocupación, cada rincón me recuerda su ausencia. Pero también, al mismo tiempo, siento una gran alegría y esperanza al saber que está siguiendo su sueño de niña, siempre estoy para seguir apoyándola. También voy a visitarla en Quito, de vez en cuando...le caigo de sorpresa y me quedo unos ocho días, para que no se sienta sola, le preparo la comida, pero cuando ya debo regresar se queda triste y yo también me voy triste. Entonces nuestro apoyo se enfoca en darle la autonomía necesaria para que desarrolle sus propias estrategias para cuidarse, pero siempre con un ojo puesto en su bienestar. Al principio, le mandaba las compras, luego, fomentamos que se organizara con sus gastos. En cuanto a su salud física, emocional y espiritual, le animamos a buscar grupos de ejercicio o actividades recreativas en su nueva ciudad, como aquí practicaba danza. Siempre le recordamos que es importante que descance y se alimente bien para que no se enferme y pueda estudiar. Siempre estamos disponibles para escucharla.

Investigador: *¿Cree usted qué su hija después que migró internamente ha alcanzado las metas académicas? ¿Usted cree que este proceso de migración ha influido en su núcleo familiar positiva o negativamente?*

Entrevistado: Definitivamente, creo que mi hija ha alcanzado sus metas académicas e incluso las ha superado. La vemos muy enfocada, aprendiendo muchísimo porque nos muestra en fotografías lo que está realizando. El proceso de migración, aunque difícil al principio, ha influido positivamente en nuestra familia. Nos ha hecho más unidos, valoramos más las videollamadas y los pocos encuentros cuando viene o cuando vamos. Nos hemos vuelto una fuente de apoyo constante para ella, y verla crecer profesionalmente y madurar nos llena de orgullo. Creo que para ella ha sido un sacrificio, pero la vemos más fuerte y determinada, y eso nos motiva a todos.

Entrevista 3: Agente Externo (Familiar) Orégano

Investigador: *Cuénteme, como familiar ¿qué significa para usted el cuidarse así mismo en lo relacionado a su estado de salud física (alimentación, descanso, sueño, actividad física), y aspectos espirituales desde que su hija migró como estudiante de enfermería migrante interno? Por favor, describa lo que ha observado.*

Entrevistado: Cuidar significa estar presente para mi familiar, brindarle amor, apoyo y protección, incluso en la distancia. Es asegurarse de que, aunque mi hija no esté físicamente, ella sepa que siempre cuenta conmigo para cualquier cosa que necesite.

Honestamente, el cuidarse a sí misma, desde que mi hija se fue, ha pasado a ser una gran preocupación para mí. Veo que para ella significa sacrificarse constantemente. Las llamadas son rápidas, dice que apenas come bien, que duerme muy poco por estudiar y que casi no tiene tiempo para nada más. La noto muy delgada, cansada. En cuanto a lo espiritual, siento que también lo ha dejado de lado por la presión, y eso me angustia. Veo que el cuidarse a sí misma ha quedado en un segundo plano, primero están los estudios, y me da miedo que su salud se resienta seriamente a largo plazo por esta situación.

Investigador: *¿De qué manera apoya usted a su familiar en su proceso de estudio y adaptación como estudiante de enfermería migrante interno, especialmente en lo relacionado con su bienestar y salud física y emocional?*

Entrevistado: La verdad es que es muy difícil apoyarla como quisiéramos. Con la distancia y las limitaciones económicas que tenemos aquí, se nos complica mucho. Intentamos llamarla de vez en cuando, pero casi siempre está ocupada, cansada o no

responde porque aparte de estudiar también trabaja donde vive. Nos preocupa su salud, la notamos delgada y estresada, pero no sabemos bien qué hacer desde aquí. A veces le enviamos algo de dinero si podemos, pero no es suficiente por eso ella trabaja.

Investigador: *¿Cree usted qué su hija después que migró internamente ha alcanzado las metas académicas? ¿Usted cree que este proceso de migración ha influido en su núcleo familiar positiva o negativamente?*

Entrevistado: Sí, estoy convencida de que mi hija ha logrado sus metas académicas; se ha esforzado muchísimo y se nota su progreso. La migración a la capital ha sido un desafío, pero creo que ha influido muy positivamente en nuestra familia. Nos ha enseñado a ser más independientes y a valorar a mi pequeña. Ella ha desarrollado una autonomía impresionante, y nosotros hemos aprendido a comunicarnos de nuevas maneras, muy duro al principio, pero ahí vamos. Sentimos que, aunque esté lejos, su camino nos ha impulsado a todos a crecer, a ser más solidarios.

3.16. COINCIDENCIAS O INTERSECCIONES DE LOS AGENTES EXTERNOS DE ACUERDO CON LAS RESPUESTAS DE LAS INTERROGANTES:

TABLA 4 COINCIDENCIAS E INTERPRETACIONES SIMILARES EN LOS AGENTES EXTERNOS BIENESTAR INTEGRAL Y SOSTENIBILIDAD PERSONAL

Coincidencias o Intersecciones de Agentes Externos		
Entrevistado	Respuestas emitidas	Coincidencias/Intersecciones
Manzanilla (Docente)	<ul style="list-style-type: none"> • Ven el cuidado de sí como tarea secundaria, lo posponen. • Gran presión académica y económica, nostalgia. • Falta de tiempo y recarga de trabajos. 	Coincide con Familiares: Perciben que el cuidado de sí es relegado o postergado debido a la presión académica, falta de tiempo y carga de trabajo/estudio.
Menta (Docente)	<ul style="list-style-type: none"> • El cuidado de sí es una constante negociación y acto de supervivencia. • Aprenden a cuidarse en un entorno nuevo, con recursos limitados y lejos de su red de apoyo. • Son recursivos (compartiendo recetas, grupos de estudio, ejercicio). • Se ve afectado en lo emocional. 	Coincide con Familiares: Reconocen las dificultades emocionales y económicas que influyen en el autocuidado. La recursividad se observa en la adaptación mencionada por familiares.
Cedrón (Docente)	<ul style="list-style-type: none"> • Lo viven de manera fragmentada y reactiva, priorizando lo urgente sobre lo importante. • Responden a crisis o demandas inmediatas. • Pueden descuidar descanso o alimentación por falta de tiempo o conocimiento. • Algunos se dedican a la diversión y descuidan estudios. 	Coincide con Familiares: Observan un descuido en la alimentación y el descanso, y una priorización de lo académico sobre el bienestar personal.
Hierba Luisa (Familiar)	<ul style="list-style-type: none"> • La escucha apurada, cansada. • Dice que a veces no le alcanza el tiempo ni para cocinar. • Preocupación por la alimentación y el descanso. • Noto su voz cansada. 	Coincide con Docentes: Observan el descuido en alimentación y descanso debido a la falta de tiempo y la presión académica. Perciben el cansancio.
Anís (Familiar)	<ul style="list-style-type: none"> • Preocupación por la falta de tiempo para alimentarse y dormir bien, fundamental para el rendimiento. 	Coincide con Docentes: Resaltan la importancia del descanso y la alimentación para el rendimiento académico y la preocupación por su descuido.
Orégano (Familiar)	<ul style="list-style-type: none"> • Significa sacrificarse constantemente. • Dice que apenas come bien, duerme muy poco por estudiar. • La nota muy delgada, cansada. 	Coincide con Docentes: Perciben el sacrificio del autocuidado (alimentación, sueño) en función de los estudios, y observan el impacto físico (delgadez, cansancio).

TABLA 5 COINCIDENCIAS E INTERPRETACIONES SIMILARES EN LOS AGENTES EXTERNOS SOBRE DIMENSIONES FUNDAMENTALES DEL BIENESTAR HUMANO

Entrevistado (Docente/Familiar)	Respuesta emitida	Coincidencias/Intersecciones
Manzanilla (Docente)	<ul style="list-style-type: none"> ● Gran importancia para que se sientan bien (académica y personalmente). ● Descuido en la alimentación (comida rápida, no regular, una vez al día), casos de anemias, desnutrición, obesidad. ● Pocas prácticas sostenidas. ● Tienen miedo a la soledad, ansiedad, se encomiendan a Dios. ● Ojeras, se quedan dormidos. 	Coincide con Familiares: Ambas partes identifican problemas de alimentación (no regular, procesada, escasa), falta de descanso/sueño y el impacto del estrés/ansiedad. La espiritualidad se ve afectada por la soledad
Menta (Docente)	<ul style="list-style-type: none"> ● Importancia crítica, pero subestimada. ● Creen que el sacrificio es parte del proceso. ● Lleva a problemas de salud que impactan el rendimiento. ● Necesidad de estrategias y apoyo. ● Atravesan episodios de ansiedad por la soledad y presión docente/académica. ● No pueden descansar adecuadamente. 	Coincide con Familiares: La idea de sacrificio resuena con la percepción de los familiares. La ansiedad por la soledad y la presión se mencionan por ambos grupos.
Cedrón (Docente)	<ul style="list-style-type: none"> ● Absolutamente fundamental. ● Base para rendir y sostenerse. ● Si no se alimentan bien, duermen poco, no desconectan, su concentración y capacidad de aprendizaje disminuyen. ● El aspecto espiritual proporciona ancla emocional y sentido de propósito en un entorno solitario. 	Coincide con Familiares: La salud (alimentación, descanso, sueño) es vista como base para el rendimiento. El rol del aspecto espiritual como apoyo emocional en la soledad es compartido.
Hierba Luisa (Familiar)	<ul style="list-style-type: none"> ● Preocupación por la alimentación y el descanso. ● Antes comía a sus horas, dormía bien. ● Ha descuidado lo físico y espiritual. ● Siente a su hija más tensa, preocupada. ● Cuando viene a casa, no quiere ir a misa (religión). ● Ansiedad y soledad. 	Coincide con Docentes: Observa un deterioro en los hábitos de alimentación y descanso. Percibe el impacto emocional (tensión, preocupación) y el descuido de la espiritualidad.

Anís (Familiar)	<ul style="list-style-type: none"> ● Cuidar es fundamental para mantener el equilibrio. ● Intenta ser consciente de su alimentación, pero es difícil por la falta de tiempo. ● Falta de tiempo para alimentarse y dormir. ● Ha encontrado consuelo en la comunicación familiar (espiritualidad). 	Coincide con Docentes: Reconoce las dificultades de alimentación y descanso por falta de tiempo. Resalta el papel de la conexión emocional/familiar como soporte espiritual.
Orégano (Familiar)	<ul style="list-style-type: none"> ● Gran preocupación, significa sacrificarse. ● Apenas come, duerme muy poco. ● La nota muy delgada, cansada. ● Siente que lo espiritual también lo ha dejado de lado por la presión. ● Miedo a que su salud se resienta a largo plazo. 	Coincide con Docentes: Percibe el sacrificio del autocuidado (alimentación, sueño) y sus consecuencias físicas (delgadez, cansancio). Observa el descuido de la espiritualidad debido a la presión académica.

TABLA 6 COINCIDENCIAS E INTERPRETACIONES SIMILARES EN LOS AGENTES EXTERNOS SOBRE LA NATURALEZA INTEGRAL DEL PROCESO DE APRENDIZAJE

Entrevistado (Docente/Familiar)	Respuesta emitida	Coincidencias/Intersecciones
Manzanilla (Docente)	<ul style="list-style-type: none"> ● No siempre alcanzan los resultados. ● Dos extremos: un grupo dedicado al estudio por estar lejos, otro que aprovecha la soledad para actividades (bailes, bebidas). ● Dificultad para relacionarse en primeros niveles. ● Entran en crisis de ansiedad y desesperación. 	<p>Coincide con Familiares: Los familiares también observan periodos de motivación y dedicación, pero también las dificultades emocionales (nostalgia, ansiedad, desesperación) que pueden afectar el rendimiento, aunque no siempre se vincula directamente al fracaso académico.</p>
Menta (Docente)	<ul style="list-style-type: none"> ● La mayoría sí logra los objetivos a nivel cognitivo, son resilientes y se esfuerzan mucho. ● Pero viene con un costo significativo en su bienestar personal (descanso, vida social, salud). ● El desgaste es notorio; sostenibilidad a largo plazo cuestionable. ● Necesidad de apoyo psicológico. 	<p>Coincide con Familiares: Aunque los familiares notan el logro académico, también expresan preocupación por el costo en el bienestar y la salud, lo que resuena con la preocupación del docente sobre la sostenibilidad a largo plazo. La necesidad de apoyo psicológico es un punto de convergencia.</p>
Cedrón (Docente)	<ul style="list-style-type: none"> ● Muchos alcanzan los objetivos mínimos para aprobar. ● Preocupación por la profundidad del aprendizaje y la capacidad de análisis crítico comprometidas por estrés y sobrecarga. ● Enfoque en cumplir para no fracasar. ● El semestre es una carrera contra el tiempo. 	<p>Coincide con Familiares: Los familiares observan el progreso y el esfuerzo por alcanzar metas, lo que implica que cumplen los objetivos. Sin embargo, la preocupación por el sacrificio y el desgaste de los estudiantes sugiere que este cumplimiento puede ser superficial o logrado con dificultad, validando la preocupación del docente sobre la profundidad del aprendizaje.</p>

Hierba Luisa (Familiar)	<ul style="list-style-type: none"> • La ve motivada y dedicada, pero la distancia la afecta. • Llama llorando, extraña mucho. • Nota más sensible. • Está cumpliendo metas, pero le da tristeza no poder apoyarla de cerca. 	Coincide con Docentes: Reconoce el esfuerzo académico y el logro de metas, pero subraya el costo emocional (nostalgia, sensibilidad, llanto) asociado al proceso migratorio y al estudio lejos de casa.
Anís (Familiar)	<ul style="list-style-type: none"> • Cree que su hija ha alcanzado sus metas académicas e incluso las ha superado. • La ve muy enfocada y aprendiendo mucho. • La migración ha influido positivamente en la familia (más unidos, valoran más las videollamadas). • La ve más fuerte y determinada. 	Coincide con Docentes: Percibe el éxito académico y el crecimiento personal (más fuerte, determinada), aunque los docentes añaden el matiz del costo en el bienestar. La unión familiar es un aspecto positivo mencionado por el familiar.
Orégano (Familiar)	<ul style="list-style-type: none"> • Convencida de que su hija ha logrado sus metas académicas, se ha esforzado muchísimo. • La migración ha influido muy positivamente en la familia (más independientes, valoran más). • Ha desarrollado autonomía. • Duro al principio, pero han crecido. 	Coincide con Docentes: Afirma el logro de metas académicas y el esfuerzo del estudiante. Resalta el impacto positivo en la autonomía del estudiante y el crecimiento familiar, lo cual, aunque visto desde una perspectiva diferente, converge con la idea de resiliencia y adaptación que mencionan los docentes.

CAPÍTULO V: BÚSQUEDA DE LAS ESENCIAS Y LAS ESTRUCTURAS EN LOS ACTORES SOCIALES PARTICIPANTES EN EL ESTUDIO

;La obra humana más bella es la de ser útil al prójimo!

Sófocles

El capítulo trata sobre: la síntesis narrativa, la categorización, la codificación, una vez realizado el análisis del discurso expresado por las personas estudiantes de enfermería en situación de migración interna participantes en el estudio, es decir, la interpretación de lo que dijeron, la comprensión de su cuidado al estar en otra ciudad que no es la suya, sin familiares, sin una buena alimentación descanso, entre las más importantes y como experiencia representa dentro del contexto de su vida, o lo que también se denomina experiencia vivida.

Paralelamente, se presenta el proceso de la triangulación, esta metodología de investigación nos va a permitir obtener un mayor control de calidad en el proceso de la investigación, de la misma manera garantía de validez, credibilidad y rigor en los resultados alcanzados (113), identificando las coincidencias o intersecciones de acuerdo a las categorías surgidas para identificar la concepción de la realidad, mediante el análisis de relatos para identificar significados aportados por las personas sobre su pensar, sentir y hacer, así como sus reflexiones acerca de los fenómenos que suceden en sus vidas, hasta alcanzar la saturación de los datos, estado en el cual ningún otro dato nuevo es relevante para el estudio, dado que los conceptos y teorías fueron considerados durante el desarrollo de las entrevistas en profundidad,

y, para concluir, se incluye el proceso de estructuración mediante el cual se establece la relación que existe entre las categorías surgidas en el presente estudio, dadas, tanto en las expresiones de los actores claves los estudiantes de enfermería y los agentes externos que son los docentes de enfermería.

La síntesis narrativa consiste en sondear los detalles de las experiencias de los estudiantes y los significados que éstos le atribuyen. Así entonces, la narrativa de acuerdo con Barraza puede definirse como “una historia que les permite a las personas dar sentido a sus vidas” (114); es decir es la construcción en forma sintetizada, concreta, de los relatos individuales, de acuerdo con los testimonios expresados por los participantes y en los cuales el investigador, examina los detalles para priorizarlos y evitar repeticiones. Así lo confirma Romero (115) afirmando que los fenómenos e ideas analíticas de los datos posibilitan tener una idea más clara del contenido.

Una vez realizada la construcción de la síntesis narrativa, se procede a estructurar el proceso de categorización de la información obtenida, e inicia la creación de un conjunto de códigos con indicadores de diferentes, proceso definido por Forni y De Grande (116) como, a través de diferentes entrevistas con el grupo de estudio inicia con la recolección y revisión de la información, de manera que las “categorías van emergiendo y repitiéndose hasta su punto de saturación”, es decir que se vuelven a repetir las respuestas, en estas entrevistas se busca encontrar lo más importante y significativo para los informantes sobre los acontecimientos y dimensiones subjetivas; la entrevista en profundidad es uno de los medios para acceder al

conocimiento, las creencias, los rituales, la vida de la sociedad o cultura, con el fin de obtener datos desde el propio lenguaje de los sujetos, en este caso de las/los estudiantes de enfermería migrantes internos, a fin de buscar en ellos significados acerca de su propio cuidado y del cuidado recibido por parte de los docentes y sus familiares.

En este sentido, Evies y Zambrano (112) que categorizar o clasificar las partes, en relación con el todo, consiste en aparición de símbolos verbales es decir las categorías en nuestra conciencia, los cuales cristalizan o condensan el contenido de la vivencia, lo cual va a permitir describir categorías o clases significativas, de ir constantemente diseñando y rediseñando, integrando y reintegrando el todo y las partes, a medida que se revisa el material y va emergiendo el significado de cada sector, evento, hecho o dato. Otros autores como Martínez (110) refieren que “las categorías son ideas, conceptos o interpretaciones abreviadas de las citas, que son el resultado final de un elaboradísimo proceso entre un estímulo ambiguo y amorfo y la actividad interpretativa del perceptor”.

Sobre este mismo particular, Arroyo y Suárez (117), agrupan los datos en categorías, es un paso importante pues permite la reducción de datos en unidades de análisis más operativas, además, las categorías tienen poder analítico porque poseen el potencial de explicar y predecir, es así que las categorías representan fenómenos y se construyen cuando los conceptos son comparados unos con otros y aparecen como pertenecientes a fenómenos similares, de este modo, los conceptos son agrupados bajo un concepto más abstracto, de orden mayor llamado

categoría, misma que una vez establecida, se vuelve más fácil recordarla, desarrollarla en sus propiedades y dimensiones y diferenciarla mejor al descomponerla en sus subcategorías, por lo que es importante señalar que, a la hora de crear las primeras categorías (*y subcategorías*) es necesario identificar sus propiedades y cómo estas varían en cuanto al rango dimensional.

Con respecto a la triangulación, Aguilar y Barroso (118) describen que el prefijo “tri” no hace referencia, literalmente a la utilización de tres tipos de medida, sino a la pluralidad de enfoques e instrumentos de investigación, entendiendo la palabra, es un término originalmente usado en los círculos de la navegación por tomar múltiples puntos de referencia para localizar una posición desconocida. El mismo autor cita a otros autores a partir de las definiciones de Pérez donde describe que la triangulación implica reunir una variedad de datos y métodos referidos al mismo tema o problema. De esta manera los datos obtenidos deben tener puntos de vista distintos, efectuando comparaciones múltiples de un fenómeno único de un grupo, y en varios momentos, utilizando perspectivas diversas y múltiples procedimientos.

Citando a otros autores, Torres (119) define a la triangulación como: “la aplicación y combinación de varias metodologías de la investigación en el estudio de un mismo fenómeno”. Entonces es entendida como una herramienta en comparación de diferentes tipos de análisis de datos aplicada a través de una técnica de confrontación con un mismo objetivo, de esta manera contribuir con la validación y por lo tanto fomentar las conclusiones y para lo cual como bien lo expone Donolo (120) se requiere de conocimiento, de tiempo y de recursos para implementarla y

luego de un trabajo refinado interpretar los resultados en las variadas y a veces contradictorias maneras en que se presenta la información. De acuerdo con estos autores existen diversas posibilidades a la hora de triangular, entre ellas, se destaca la triangulación de datos, triangulación de investigador, triangulación teórica, la triangulación metodológica, la triangulación múltiple.

En la investigación cualitativa, resulta fundamental profundizar en la integración de las categorías emergentes. Este proceso es definido por Corona como la "integración de categorías menores o más específicas en categorías generales". El autor también señala que la estructuración es un ejercicio continuo orientado a validar una comprensión realista y auténtica del tema estudiado (58). En consecuencia, a continuación, se procede a describir los aspectos más relevantes que condujeron a la constitución de los significados de las personas estudiantes de enfermería migrantes internos participantes en el estudio, con respecto a su cuidado de manera holística; la descripción de este fenómeno es el resultado de las respuestas grabadas a los cuatro (04) participantes informantes claves para la obtención de los datos necesarios y así lograr la estructuración o creación de los significados atribuidos.

5.1. SÍNTESIS NARRATIVA

Referente a este punto, se muestra la condensación de los constructos de las ideas derivados del diálogo entre el investigador y los actores sociales. A continuación, se presentan las entrevistas realizadas por la investigadora con los participantes clave en el estudio; estas entrevistas fueron fundamentales para explorar el fenómeno del autocuidado desde una visión holística, centrándose en aspectos físicos, emocionales, sociales y espirituales.

¿Qué significado tiene el cuidar de sí para el estudiante de enfermería migrante interno académico?

Girasol: Difícil venir a conocer algo nuevo, experimentar e independizarme, tener mis propias reglas. Es importante, que me cuide para evitar enfermedades, porque a mí me dio gastritis, depresión y ansiedad, Me siento sola y estresada. Si no estoy bien emocionalmente, no puedo concentrarme ni atender bien a los pacientes. Cuidarme me ayuda a rendir mejor en clases y prácticas.

Clavel: Cuidar es ver a la persona no como una enfermedad, sino ver a la persona como persona, como un ser humano que tiene emociones. Si yo me cuido, puedo cuidar a los demás, debe decir y también hacer en mí mismo y en los demás.

Tulipán: Vivo en el trabajo, mi cuidado es a nivel de mis jefes, casi perfecto, porque yo tengo todo, tengo buenas prácticas de higiene, y también desórdenes alimentarios por mi rutina.

Girasol 2: Creo que nos cuidamos buscando un balance entre el estudio, el trabajo práctico y el tiempo personal, aunque es un desafío. Hago lo posible por llevar una rutina saludable que incluya alimentación adecuada, ejercicio y momentos de descanso.

5.2. CATEGORIZACIÓN Y CODIFICACIÓN DE LA INFORMACIÓN.

IMAGEN 1 REPRESENTACIÓN GRÁFICA DEL BIENESTAR INTEGRAL Y SOSTENIBILIDAD PERSONAL



ELABORADO POR: LA AUTORA

¿Qué acciones o qué prácticas adopta para cuidarse a sí mismo en su salud física: en cuanto a la alimentación, el descanso, el sueño, la realización de actividad física y en su salud espiritual?

Girasol: Mi salud física está descuidada.

En la **alimentación**, a veces no desayuno, no almuerzo así, pero sí trato de alimentarme todos los días porque a mí me dio gastritis, tengo que mantenerme saludable porque si no me va a afectar más.

No duermo bien, porque tengo insomnio, no puedo dormir, a veces me he quedado, creo que duerma a veces 4 horas, no puedo descansar más. No he tomado ninguna medicación. No he realizado ejercicio antes de dormir.

Actividad física, no realizo actividades de recreación, ni física, no tengo tiempo, vivo sola y a mí me toca cocinar y arreglar y así.

No cuido mi salud porque no me alimento bien, no descanso bien, y no hago actividad física.

En lo espiritual en mi familia somos muy creyentes, siempre le pido a Dios me ayude en mi profesión a culminar bien mis estudios.

Clavel: He dejado a un lado mi **salud**, y no me he preocupado, es importante estar saludable. Deberíamos ser ejemplo para nuestros pacientes.

En la **alimentación** estoy comiendo comidas grasosas y no me estoy cuidando, me a hecho que suba de peso. Estoy propensa a tener más enfermedades, como hipertensión que puede ser por el estrés, pero no trato de cambiar, entonces en eso estoy fallando.

No duermo bien, no tomo medicamentos. No realizo ejercicio antes de dormir

Actividad física, antes hacía danza, pero desde que vine ya no... no he hecho ningún ejercicio más que caminar de la institución a la casa y de la casa de la institución, no tengo tiempo profe, tenemos muchas tareas.

En la parte espiritual mi religión es católica y siempre estoy pidiendo a Dios en todos los aspectos, como no he ido mucho a la iglesia. Entonces yo en lo espiritual siento que lo que he fallado es no ir a la iglesia, pero en sí estoy en contacto con Dios y en ese aspecto sí me estoy cuidando.

Tulipán: Tengo anemia, cuidar es cuidar la salud de los demás a cambio de nuestra salud. Trabajo, no puedo cuidarme porque mi tiempo es muy, muy limitado. Porque no alcanza el tiempo para la atención en los centros de salud, o los tiempos para la atención son muy extensos, en cambio la atención privada es muy cara y hay otros gastos como comer o movilizarse.

En cuanto a mi **alimentación** depende mucho de mi tiempo. Desde que empecé a estudiar, sí varió mucho porque hay días donde como normal y obviamente los días de prácticas, he comido hasta una vez por día, se desordenó mi alimentación y empecé a tener un poco de ansiedad por la comida. Por el estrés de estar en clases de los deberes, normalmente dos veces al día, actualmente sí es un poquito mala.

No **duerme bien**, termino clases tipo 22:00, a veces nos quedamos un poquito más tarde por donde yo tengo que seguir haciendo tareas o estudiar, descanso son 5 horas, o, no, a veces me quedo dormida en clases. No, no porque no tengo tiempo y estoy cansada.

Hago bailoterapia, **como actividad física**, depende de los días. Hay periodos donde estamos muy presionados por el mismo hecho de que estamos estudiando, casi no me da tiempo. Cuando me sobra un poquito de tiempo, suelo hacer ejercicio en la noche 120 minutos a media hora y hay veces donde en el mismo trabajo yo aplico el ejercicio saliendo a caminar, que son dos o 3 vueltas a la manzana donde yo trabajo. No es un hábito como tal, porque eso lo aplico cuando tengo tiempo.

En la parte espiritual no soy muy creyente, pero de vez en cuando pido a Dios que todo me salga bien, sobre todo cuando estoy a full y ya no avanza. Se...que él siempre está conmigo cuidándome en todo momento

Girasol 2: Por la falta de recursos económicos no tengo chequeos médicos planificados, pero procuro mantener buenos hábitos, como hidratarme bien y en lo posible descansar. También trato de manejar el estrés hablando con amigos para desahogarme también. En cuanto a la **alimentación**, intento llevar una dieta equilibrada siempre que puedo que no es con mucha frecuencia. Aunque el tiempo es limitado, preparo comidas sencillas con frutas, verduras y proteínas, pero muchas veces el dinero es limitado y otras veces por el tiempo no es posible prepararlo.

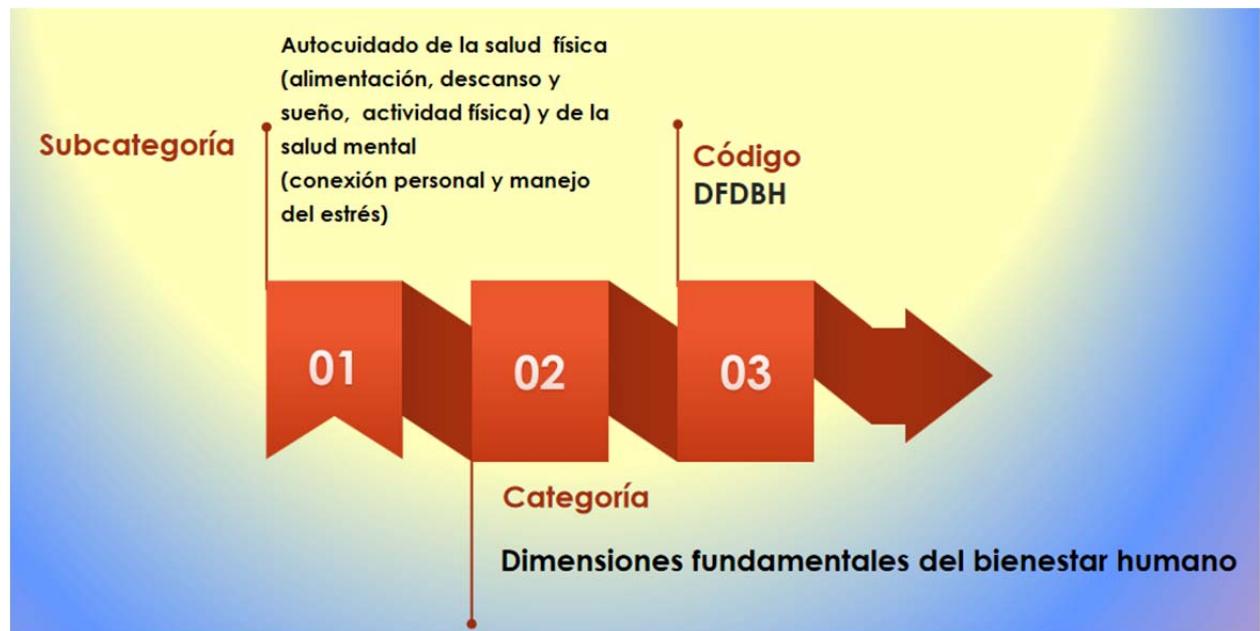
Es importante el descanso y trato de dormir al menos seis horas, aunque no siempre es posible. A veces el estudio y las prácticas demandan mucho tiempo.

Como estoy sola yo me cocino, me lavo, arreglo, hago mis compras, pero **no realizo actividades físicas**, aunque sé que es importante, así que camino diariamente porque

vivo cerca y voy caminando y, cuando tengo tiempo, hago ejercicios en casa, pero muy poco, cuando estás solo no te da ganas de hacerlo.

Para cuidar mi parte espiritual, dedico tiempo a pensar sobre mis metas y logros. Esta práctica me da tranquilidad y me ayuda a mantener un enfoque positivo frente a los retos de la carrera. En mi familia solíamos ir a misa, cuando puedo voy, pero no son todos los fines de semana.

IMAGEN 2 REPRESENTACIÓN GRÁFICA DE LAS DIMENSIONES FUNDAMENTALES DEL BIENESTAR HUMANO



ELABORADO POR: LA AUTORA

Investigador: ¿Cuál es la percepción que tiene el estudiante de enfermería migrante interno académico sobre el alcance de sus objetivos de enseñanza-aprendizaje?

Girasol: A veces sí he alcanzado, a veces como que digo no, sé que es duro y hay que darle más meterle más ñequé pero sí se puede.

Porque me han ayudado mis compañeros, mis padres, mis profesores. Porque a veces me da tristeza y me siento sola y no quiero seguir.

Clavel: El cuidado emocional y espiritual si ayudan a lograr los objetivo, la causa de síntomas de depresión por pasar sola y muchas veces tenía muchas ideas. Siento que estoy madurando porque estoy tomando como que esta decisión de que esta profesión que escogí me ayuda tanto a mí como a mi familia, porque, estoy aquí por mí primero y por mi familia, entonces yo por eso trato de cuidarme siempre en lo emocional, en lo mental, porque eso sí, afecta demasiado en todo mismo, nos va a alejar de la sociedad, en las notas malos rendimientos, entonces yo por eso trato de controlar.

Tengo que cumplir mi meta porque mis papás y mis hermanos me ayudan para que estudie en la universidad y me dan lo que necesito principalmente el dinero para movilizarme, para comer y para los trabajos.

Si está cumpliendo... Porque como mis familiares me dieron la fuerza de que, confiaron en mí porque ellos son los que me ayudan a estar en mis estudios, pagan mis gastos, por agradecimiento a ellos y a mí misma. Algunos docentes nos hicieron gastar demasiado, no piensan en que tenemos más materias y más trabajos, pero en otros niveles si han sido como más pendientes de lo que hago, inclusive una profesora se interesó tanto en mi salud que me ayudó a que fuera al centro de salud.

Porque no está cumpliendo... Por encontrarme lejos de mi familia. Recuerdo que en el primer semestre yo ya quería salirme de la institución porque extrañaba a mi familia. A veces sí fallo en las notas, pero mejoro porque a veces sí me da vergüenza, ya pongo mi propio esfuerzo por el esfuerzo que hace mi familia para que siga estudiando.

Tulipán: Esa fue mi meta, pero no siempre se tiene buenas notas, a veces los profesores nos dicen que depende de mí. He estudiado a conciencia y he pasado de nivel. A veces no tienen paciencia y como que el tiempo es muy corto, y son muchas materias, mucha información, un nivel perdí, y me tocó repetir con mucha pena, porque no me ayudaron, ni me dieron otra oportunidad. Algunos docentes nos obligan a enfocarnos, otros solo dicen que es nuestra decisión si estudiamos o no. Como tenemos tutores a veces te dan la confianza otras veces no o quizás es el recelo la vergüenza de poder contar lo que te está pasando y a veces fingir que todo está bien.

Al principio, mi familia no me apoyó, aunque no fue tan complicado porque previo a esto yo ya me alejé de mi familia. Hace 1 año me vine a trabajar porque con la misma intención de seguir estudiando previo a esto en ese año me adapte, porque la carrera como tal implica apoyo.

Girasol 2: He alcanzado muchos de mis objetivos de aprendizaje, gracias al esfuerzo constante y al apoyo de mi familia y docentes. Apenas estoy comenzando hay mucho por aprender, en cada práctica y cada experiencia me acercan más a convertirme en el profesional que quiero ser. Al estar lejos he aprendido conocimientos técnicos, a organizarme, a ser responsable, quiero ser una profesional que sepa cuidar a otros, pero empezando por a mí. La distancia me ha obligado a madurar y a valorar. Algunos de mis docentes han estado atentos, unos en más medida que otros, más en prácticas porque somos menos estudiantes, su preocupación por mi desarrollo profesional y personal ha sido fundamental para mi adaptación y aprendizaje de la profesión. Mi familia ha sido un gran apoyo, aunque estamos lejos, me brindan ánimo y respaldo, lo cual me motiva a seguir adelante y asumir el compromiso de reconocer nuestro esfuerzo y dar lo mejor de mí.

IMAGEN 3 REPRESENTACIÓN GRÁFICA DE LA NATURALEZA INTEGRAL DEL PROCESO DE APRENDIZAJE



ELABORADO POR: LA AUTORA

5.3. TRIANGULACIÓN DE LAS CATEGORÍAS SURGIDAS.

A continuación, se ilustra la información aportada por los informantes claves para identificar las coincidencias o intersecciones entre los significados emergidos sobre el cuidar de sí, que dieron lugar a las categorías del presente trabajo de investigación. Para dar inicio al proceso de triangulación se dio paso a la agrupación de las categorías derivadas de las respuestas dadas por los informantes claves relacionadas directamente con el fenómeno de estudio: **Cuidar de sí de los estudiantes de enfermería en situación de migración interna académica desde una visión holística.** La **matriz 1:** Enseña las coincidencias o intersecciones que se

identificaron en la categoría: Bienestar integral y sostenibilidad personal. La **matriz 2**: Deja apreciar las dimensiones fundamentales del bienestar humano. Y, la **matriz 3**: Muestra las coincidencias o intersecciones que se observan en la categoría: Naturalezas integral del proceso de aprendizaje.

5.4. COINCIDENCIAS O INTERSECCIONES EN LOS INFORMANTES CLAVES DE ACUERDO CON LAS CATEGORÍAS SURGIDAS

Matriz 1: Coincidencias o Intersecciones Identificadas en la Categoría 1: Bienestar integral y sostenibilidad personal:

Subcategoría	Elementos Clave	Informantes Clave (Evidencia / Citas Relevantes)	Intersecciones / Coincidencias
1.1. Autocuidado como Mecanismo de Supervivencia y Prevención	Impacto de la distancia familiar en la salud: Desarrollo de gastritis, depresión, ansiedad por soledad; tristeza y llanto por extrañar la familia.	Estudiantes: Girasol ("me dio gastritis, depresión y ansiedad", "estando aquí sola... me ponía a llorar").	Alta: Todos los grupos de informantes coinciden en que la lejanía familiar genera un impacto emocional y psicológico (soledad, ansiedad, tristeza) que afecta la salud del estudiante.
	Estrategias para combatir la soledad y el estrés: Mantener la mente ocupada, establecer rutinas, hablar con amigos, videollamadas con familia.	Estudiantes: Girasol ("mantén ocupada tu mente", "he hecho un horario como decir de la mañana, tengo clases después de clases, hago deberes"). Girasol 2 ("trato de manejar el estrés hablando con amigos").	Media: Los estudiantes identifican estrategias personales; los familiares confirman el rol de la comunicación a distancia como apoyo emocional.
	Conexión entre bienestar emocional y desempeño académico/profesional: Si no estoy bien emocionalmente, no puedo concentrarme, no rindo, afecta las notas.	Estudiantes: Girasol ("Si no estoy bien emocionalmente, no puedo concentrarme ni atender bien a los pacientes. Cuidarme me ayuda a rendir mejor"). Clavel ("uno falta [autocuidado] sería la causa de síntomas de depresión... malos rendimientos").	Alta: Existe un fuerte consenso entre estudiantes y docentes sobre cómo el estado emocional afecta directamente el rendimiento y la capacidad de estudio.

1.2. Autocuidado como Prerrequisito para el Cuidado de Otros	Coherencia entre autocuidado y rol profesional: Debemos ser ejemplo para nuestros pacientes; si me cuido, puedo cuidar a los demás.	Estudiantes: Clavel ("si yo me cuido... puedo cuidar a los demás", "deberíamos ser ejemplo para nuestros pacientes"). Girasol 2 ("ser una profesional que sepa cuidar a otros, pero empezando por cuidarme a mí misma").	Alta: Estudiantes y docentes coinciden en que el autocuidado es una base ética y profesional para la enfermería. Los estudiantes lo internalizan como una responsabilidad profesional.
	Componente ético del cuidado propio: Pensar primero en sí mismo; autocuidado es un acto de amor propio.	Estudiantes: Clavel ("debes pensar primero en ti segundo en ti, tercero en ti, siempre en ti", "es un acto de amor propio").	Alta: La idea de priorizarse a sí mismo para el bienestar es compartida entre estudiantes y al menos un familiar.
1.3. Autocuidado como Acto de Adaptación y Balance	Exigencias académicas y laborales vs. autocuidado: presión académica y económica, recarga de trabajos, prácticas extenuantes, trabajar para costear estudios.	Estudiantes: Girasol ("gran presión académica y económica", "recarga de trabajos", "me toca cocinar y arreglar"). Tulipán ("vivo en el trabajo", "mi tiempo es muy, muy limitado"). Girasol 2 ("trabajo es muy cansado", "las evaluaciones me obligan a dejar cosas de lado").	Alta: Todos los informantes reconocen que las altas exigencias académicas y/o laborales son el principal factor que limita o impide el autocuidado.
	Sacrificios en hábitos de salud: no comer a sus horas, comer comida procesada/chatarra, comer una vez al día, pocas horas de sueño (4-5h), insomnio, falta de ejercicio.	Estudiantes: Girasol ("no desayuno... no almuerzo así", "tengo insomnio", "duermo 4 horas"). Clavel ("comiendo las comidas grasosas", "comidas chatarra", "no duermo bien", "no realizo ejercicio"). Tulipán ("he comido hasta una vez por día", "5 horas de descanso", "no hago ejercicio porque estoy cansada"). Girasol 2 ("no es con mucha frecuencia", "dormir al menos seis horas, aunque no siempre es posible", "no realizo actividades físicas").	Alta: Consenso general en todos los grupos sobre el descuido de la alimentación, el descanso/sueño y la actividad física debido a las presiones.
	Desarrollo de autonomía y madurez: Independizarse, tener sus propias reglas, aprender de la vida, crecer, madurar, organizarse, ser responsable.	Estudiantes: Girasol ("independizarme ya por mi sola", "aprender de la vida", "va creciendo, ya va madurando"). Girasol 2 ("he aprendido no solo conocimientos técnicos, sino también a organizarme, a ser responsable", "la distancia me ha obligado a madurar"). Tulipán ("me acostumbré a este estilo de vida a ser independiente").	Alta: Todos los grupos reconocen que la migración forja la independencia, autonomía y madurez en los estudiantes.

<p>Priorización y recursos limitados: El autocuidado queda en segundo plano, la salud se deja de lado, lo urgente sobre lo importante, el dinero es limitado.</p>	<p>Estudiantes: Tulipán ("mi autocuidado es bueno", "mi tiempo es muy, muy limitado", "el dinero es limitado"). Girasol 2 ("no siempre se puede", "el dinero es limitado").</p>	<p>Alta: La idea de que el autocuidado es postergado o sacrificado debido a la priorización de estudios/trabajo y la escasez de recursos es transversal a todos los informantes.</p>
---	--	---

Matriz 2: Coincidencias o Intersecciones Identificadas en la Categoría 2: Dimensiones fundamentales del bienestar humano:

Subcategoría	Elementos Clave	Informantes Clave (Evidencia / Citas Relevantes)	Intersecciones / Coincidencias
2.1. Autocuidado físico: Deficiencias y obstáculos	Alimentación importante mantener hábitos: Saltarse comidas, consumir comida chatarra/rápida, comer irregularmente, ansiedad por la comida, una comida al día.	<p>Estudiantes: Girasol ("no desayuno", "no almuerzo así"). Clavel ("comiendo las comidas grasosas", "comidas chatarra"). Tulipán ("he comido hasta una vez por día", "ansiedad por la comida"). Girasol 2 ("no es con mucha frecuencia").</p>	<p>Alta: Fuerte coincidencia en todos los grupos sobre la mala calidad y los horarios irregulares de alimentación.</p>
	Descanso y sueño importante mantener hábitos: Insomnio, dificultad para conciliar el sueño, dormir 4-5 horas, quedarse hasta tarde estudiando, somnolencia en clases.	<p>Estudiantes: Girasol ("tengo insomnio", "no puedo dormir", "duermo 4 horas"). Clavel ("no duermo bien"). Tulipán ("5 horas", "me quedo dormida en clases"). Girasol 2 ("no siempre es posible dormir seis horas").</p>	<p>Alta: Todos los informantes confirman la insuficiencia y mala calidad del sueño de los estudiantes.</p>

	Actividad física importante mantener hábitos: Nula como rutina, caminar como único ejercicio, esfuerzos esporádicos en casa, abandono de prácticas previas.	Estudiantes: Girasol ("no realizo actividades de recreación, ni física"). Clavel ("no realizo ejercicio", "mi único ejercicio de caminar"). Tulipán ("casi no me da tiempo", "cuando tengo tiempo, suelo hacer ejercicio"). Girasol 2 ("no realizo actividades físicas", "camino diariamente").	Alta: Consenso en la falta de actividad física formal, limitada a caminar, y el abandono de hábitos previos.
	Salud y chequeos médicos importante mantener hábitos: Descuido preventivo, visitas al médico sólo por enfermedad existente, falta de tiempo/dinero para chequeos.	Estudiantes: Girasol ("no me ha visto un médico hace años", "he ido al médico, pero por la enfermedad, no para prevenir"). Tulipán ("cada año me he hecho exámenes de sangre donde solo para saber en qué niveles de estado", "no puedo realizarme los exámenes necesarios"). Girasol 2 ("falta de recursos económicos, no tengo chequeos médicos planificados").	Alta: Todos los grupos observan un enfoque reactivo a la salud, con poco o nulo cuidado preventivo debido a tiempo y recursos.
2.2. Autocuidado Espiritual y Emocional: Sostenimiento Personal	Conexión personal con la fe/propósito: Oración, pedir a Dios, hablar con Dios, reflexionar sobre metas y logros, ir a misa ocasionalmente.	Estudiantes: Girasol ("siempre le pido a Dios me ayude"). Clavel ("siempre estoy pidiendo a Dios en todos los aspectos", "hago con Dios y le digo, Dios, bendíceme este día"). Girasol 2 ("dedico tiempo a pensar sobre mis metas y logros", "cuando puedo voy a misa").	Alta: La práctica espiritual se mantiene principalmente de forma personal e individual, a menudo a través de la oración o la reflexión, aunque la asistencia religiosa formal disminuye.
	Manejo del estrés con prácticas emocionales: Hablar con amigos/familia para desahogarse, buscar apoyo psicológico (en caso de Girasol), mantener la mente ocupada.	Estudiantes: Girasol ("psicóloga me dijo, mantén tu mente ocupada"). Girasol 2 ("trato de manejar el estrés hablando con amigos para desahogarme").	Alta: La búsqueda de apoyo emocional (profesional o familiar/amistades) es una práctica importante para manejar el estrés.

Matiz 3: Coincidencias o Intersecciones Identificadas en la Categoría 3: Naturaleza integral del proceso de aprendizaje:

Subcategoría	Elementos Clave	Informantes Clave (Evidencia / Citas Relevantes)	Intersecciones / Coincidencias
3.1. Sentido de Logro y Resiliencia Académica	Cumplimiento de metas a pesar de dificultades: "Sí, sí, sí, he alcanzado eso, es duro, pero sí", "han alcanzado sus metas académicas e incluso las ha superado", "he alcanzado muchos de mis objetivos".	Estudiantes: Girasol, Clavel, Tulipán, Girasol 2.	Alta: Todos los grupos de informantes confirman que los estudiantes, en su mayoría, logran alcanzar sus objetivos académicos, aunque reconocen las dificultades.
	Factores facilitadores del éxito académico: Apoyo de compañeros, padres/familia (económico y emocional), profesores atentos, confianza familiar, oportunidad de estudiar en buena institución.	Estudiantes: Girasol ("me han ayudado mis compañeros, mis padres, mis profesores"). Clavel ("mis papás y mis hermanos me ayudan", "familiares me dieron la fuerza", "confiaron en mí", "oportunidad de estudiar en una de las mejores instituciones", "una profesora se interesó tanto en mi salud"). Girasol 2 ("apoyo de mi familia y docentes").	Alta: El apoyo social (familiar, pares, docentes) es identificado por todos como crucial para el éxito académico.
	Motivación intrínseca y oportunidad: Aspiración profesional, agradecimiento a la familia, no rendirse, gusto por la carrera.	Estudiantes: Clavel ("estoy aquí por mí primero y por mi familia", "en agradecimiento a eso... tengo que seguir estudiando, no tengo que rendirme"). Tulipán ("insistía en la carrera porque a mí me gusta"). Girasol 2 ("convertirme en el profesional que quiero ser").	Alta: La motivación interna y el reconocimiento de la oportunidad son fuertes impulsores para los estudiantes.

	Madurez y desarrollo personal: Aprender a organizarse, ser responsable, autonomía, valoración de cada paso, ser más fuerte y determinada.	Estudiantes: Girasol ("aprender de la vida", "ya va creciendo, ya va madurando"). Girasol 2 ("he aprendido... a organizarme, a ser responsable", "la distancia me ha obligado a madurar"). Tulipán ("ya me acostumbré a este estilo de vida a ser independiente", "desarrolló una autonomía impresionante").	Alta: La migración es vista como un proceso de crecimiento personal y maduración, lo que contribuye al cumplimiento de objetivos.
	Impacto de factores emocionales: Tristeza, soledad, nostalgia, ansiedad, desesperación, llorar, querer salirse de la institución.	Estudiantes: Girasol ("a veces me da tristeza y me siento sola y no quiero seguir"). Clavel ("sólo pasaba llorando porque quería estar con mi mamá", "quería salirme de la institución").	Alta: Los factores emocionales son una barrera significativa y recurrente, afectando la continuidad y el rendimiento.
3.2. Desafíos y Compromisos en el Proceso de Aprendizaje	Barreras en la calidad del aprendizaje: Bajo rendimiento en notas, impaciencia de profesores, demasiadas materias/información, perder/repetir nivel, desgaste notorio.	Estudiantes: Clavel ("a veces como que sí fallo en las notas", "tengo notas bajas"). Tulipán ("no siempre se tiene buenas notas", "un nivel perdí, y me tocó repetir", "el tiempo es muy corto, y son muchas materias").	Alta: Docentes y estudiantes coinciden en que el logro académico puede ser superficial o venir con un alto costo en el bienestar y la calidad del aprendizaje.
	Dificultad para buscar apoyo: Recelo, vergüenza de contar lo que pasa, fingir que todo está bien.	Estudiantes: Tulipán ("quizá es el recelo la vergüenza de poder contar lo que te está pasando y a veces fingir que todo está bien").	Exclusivo Estudiantes: Esta dificultad específica para comunicarse sobre sus problemas parece ser una barrera interna clave mencionada por un estudiante.

	Falta de apoyo docente integral/empatía: Algunos docentes solo dictan clases, no piensan en la carga de los estudiantes, no dan segundas oportunidades.	Estudiantes: Clavel ("Algunos docentes de este último nivel que acabé, nos hicieron gastar demasiado, no piensan en que tenemos más materias"). Tulipán ("no me ayudaron, ni me dieron otra oportunidad", "es nuestra decisión si estudiamos o no, si nos quedamos o no, ya no es problema de ellos"). Girasol 2 ("Algunos preguntan cómo estamos, otros no, solo dictan su clase y se van").	Alta: Los estudiantes perciben una falta de empatía o apoyo integral por parte de algunos docentes, lo cual es validado por los docentes que llaman a la conciencia.
3.3. Reconocimiento de la Dualidad del Proceso	Éxito con costo emocional y físico: El cumplimiento académico se logra a expensas de descanso, vida social, salud; desgaste notorio; posibles enfermedades.	Estudiantes: Clavel ("el cuidado emocional y espiritual si ayudan a lograr los objetivos... uno falta sería la causa de síntomas de depresión"). Tulipán ("a veces se quedan dormidos en clases"). Girasol 2 ("el esfuerzo constante... pero sé que apenas estoy comenzando y que hay mucho por aprender").	Alta: Docentes y estudiantes, aunque de distintas perspectivas, reconocen el costo personal (salud, bienestar) asociado al logro académico.
	Necesidad de Apoyo Integral: Requerimiento de apoyo psicológico, acompañamiento continuo, orientación para bienestar.	Estudiantes: Clavel ("el apoyo psicológico sería una de las pautas importantes"). Tulipán ("la carrera como tal implica apoyo").	Alta: Hay una clara demanda y reconocimiento de la necesidad de un apoyo más holístico (psicológico, emocional, integral) para los estudiantes.

5.6. PROCESO DE ESTRUCTURACIÓN DE LAS CATEGORÍAS.

Seguidamente se integran las 3 categorías y se muestra cómo se interrelacionan entre sí, las cuales agrupan los significados surgidos en los estudiantes entrevistados. A continuación, se muestra la integración e interrelación de las categorías surgidas en el estudio, mediante una figura ilustrativa abstracta, creada por la autora con soporte de IA, representada por un ser

humano estilizado (representa al estudiante como el eje del proceso de cuidado, aprendizaje y transformación) en una holacidad, en una integridad como epicentro de un todo enfocado en sí mismo y en su propio desarrollo, con una planta brotando de su cabeza y de su corazón, simboliza el crecimiento personal, emocional y cognitivo, y refleja cómo el autocuidado nutre y da vida al desarrollo interior y exterior del ser. Rodeada por un halo de luz y un complejo entramado de líneas y símbolos dentro de un círculo. Todo esto en tonos oscuros con destellos luminosos, lo que muestra profundidad, conexión; contrasta el mundo exterior desafiante con la luz interna del crecimiento que el autocuidado genera.

Los símbolos circulares alrededor del cuerpo reflejan distintas dimensiones del bienestar humano, como: Salud física y emocional, conocimiento e ideas, equilibrio y justicia personal, bienestar espiritual y apoyo, educación y aprendizaje, organización y autonomía. Los espirales de luz canalizan el flujo de energía, conocimiento y transformación que envuelve al individuo cuando cuida de sí mismo. Dan la idea de un proceso continuo, no lineal, y profundamente personal.

Además, da a conocer que el autocuidado no es solo una práctica aislada, sino un proceso dinámico, integral y transformador que involucra cuerpo, mente, emociones, relaciones y aprendizaje. Está especialmente alineada con la experiencia de estudiantes migrantes internos, que deben florecer en contextos nuevos mediante la autorregulación y la conexión con su propio bienestar.

IMÁGEN 6 REPRESENTACIÓN GRÁFICA DE LAS TRES CATEGORÍAS QUE ABARCA EL ESTUDIO



ELABORADO POR: LA AUTORA E IA

CAPÍTULO VI: CONSTITUCIÓN DE LOS SIGNIFICADOS DEL FENÓMENO DE ESTUDIO

"Convierte cada día en tu obra maestra"

John W

El significado del cuidar de sí de los estudiantes de enfermería en situación de que ha tenido la vivencia de migración interna académica fue considerado por la investigadora, desde la concepción de cada uno de los informantes claves participantes en este estudio, estos significados se parten del conjunto de respuestas dadas por ellos, en las diferentes entrevistas efectuadas; lo cual permitió elaborar una serie de categorías y subcategorías que integraban como un todo, las respuestas dadas; luego se identificaron las coincidencias o intersecciones. El proceso nos permitió entender lo que las personas entrevistadas piensan y sienten; luego, usamos las ideas de varios autores para respaldar y explicar cada uno de esos significados.

Una vez realizada la transcripción de las entrevistas utilizando el sistema operativo Microsoft Office, los datos aportados fueron interpretados, de acuerdo con la percepción de cada una de las personas estudiantes migrantes internos y lo que para ellos representó su cuidado; en una apertura primordial al mundo de la vida, que exige una comprensión de sus conceptos, a la luz de la primordialidad de la percepción. Los resultados obtenidos fueron tres (03) categorías, las cuales agrupan las respectivas subcategorías, que permitieron develar la integralidad del fenómeno en estudio.

La primera categoría surgida en las respuestas dadas por los informantes claves fue el bienestar integral y sostenibilidad personal el mismo que fue descrito por los informantes claves como un estado dinámico de equilibrio físico, emocional, mental, social y espiritual, el cual se ve constantemente desafiado por las exigencias de la vida académica, la independencia personal y el contexto migrante. El bienestar no se limita a la ausencia de enfermedad, sino que implica la capacidad de mantener rutinas, cuidar la salud mental, establecer hábitos alimentarios, dormir adecuadamente, y encontrar espacios de descanso, reflexión y conexión emocional. Este bienestar es percibido como una condición necesaria para el rendimiento académico y clínico, especialmente en carreras del área de la salud como enfermería. Los informantes señalan que cuidarse a sí mismos no solo mejora su desempeño, sino que es una condición ética para poder cuidar adecuadamente a otros.

La segunda categoría que emerge son las *dimensiones fundamentales del bienestar humano* refleja la percepción de los informantes sobre la necesidad de mantener un equilibrio entre la salud física, emocional, espiritual y social para sostener el rendimiento académico y el autocuidado; aunque reconocen la importancia de hábitos saludables, muchos enfrentan dificultades por la exigencia académica, la soledad y las limitaciones económicas, lo que genera afecciones como gastritis, insomnio o anemia. Sin embargo, destacan que el autocuidado, como expresión de responsabilidad y autoestima, y emplean estrategias como la espiritualidad, rutinas organizadas y apoyo social para afrontar la adversidad.

A partir de estas categorías, en los actores sociales entrevistados se refleja un conjunto de sentimientos complejos y profundos, donde predominan la soledad, el estrés, la responsabilidad y la búsqueda de equilibrio emocional y espiritual; sin embargo, al momento de identificar las coincidencias o intersecciones entre los cuatro actores sociales surgieron los siguientes sentimientos más significativos entre los testimonios fueron: la soledad y estrés como emociones centrales de la experiencia estudiantil, la culpa por el autocuidado descuidado, mezclado con gratitud hacia quienes los apoyan y esperanza por alcanzar sus metas personales y profesionales, muchas veces reforzada por la espiritualidad. Los sentimientos de acuerdo con las definiciones que se encuentran en varios artículos tenemos entre las más importantes Guevara (36), reconoce, que son reacciones afectivas, más o menos espontáneas, ante eventos significativos, que implican una evaluación de la situación para disponerse a la acción.

Podríamos decir que el sentimiento es una acción y efecto de sentir y que es sinónimo de emoción la cual es un estado de ánimo que está determinado por un suceso. Sin embargo, para Evies y Zambrano (112), los sentimientos son la manifestación consciente y reflexiva de las emociones, permiten integrar la experiencia afectiva a la identidad personal del individuo. Como vemos a la definición de sentimientos, los autores citados sugieren incluirla en el marco de las emociones, pues éstas se conciben en sentido muy amplio; es decir, consideran sentimiento y emoción como conceptos interrelacionados, en el cual el concepto emoción englobaría al sentimiento, y lo definen como: “el componente subjetivo o cognitivo de las emociones, es decir

la experiencia subjetiva de las emociones". Guevara (36) lo define en otras palabras como la etiqueta que la persona pone a la emoción.

De acuerdo con lo anteriormente expuesto por los autores, se tiene que, en las emociones de la soledad, estrés y culpa entre otras, se experimenta el aviso de un peligro que amenaza el deseo de vivir, de tener buena salud, y este aviso amenazante lo tenemos que entender como una evaluación compleja de la situación que enfrentamos. Lo cual nos permite tomar conciencia del sentido o valor personal que tienen estas situaciones en las que nos encontramos, en una situación dada, y para darnos cuenta es necesario reflexionar como nos sentimos con los sentimientos y cómo influyen en nuestro aprendizaje; lo cual conlleva a hacer descubrimientos importantes sobre el sí mismo y sobre cómo promover comportamientos que orienten hacia el cuidar de sí es decir el autocuidado desde una visión holística.

En el caso de los estudiantes que han vivido la experiencia de situación migrante interna, tiene relación directa con ese acontecimiento de dejar su hogar, de separarse de sus familiares, vivir solo, de estar bajo presión académica, son sucesos que influyeron a que caigan en soledad y estrés, sabiendo que estas por sus particulares características se convierte en una amenaza a la propia existencia, según lo descrito por los informantes claves, quienes sintieron momentos de soledad, tristeza y ansiedad, eventos de alta carga emocional. Esta situación despierta en los agentes externos tanto docentes como familiares genera reacciones afectivas y tensiones emocionales. González et al., (120) afirma que los docentes universitarios se enfrentan al reto de

acompañar a estudiantes en condiciones vulnerables, y esto puede ser una fuente de carga emocional y profesional que afecta su motivación y desempeño docente, mientras que para los familiares según Mora y Reyes (121) “Las familias de estudiantes reportan ansiedad, sentimiento de pérdida y preocupación por el aislamiento emocional de sus hijos”

Esta circunstancia fue quizás determinante en las personas entrevistadas, en cuanto a lo que significó para ellos el cuidar de si, pues luego tomaron decisiones con respecto a su autocuidado al asumir comportamientos protectores para su cuidado, el estudiante migrante interno al alejarse de la familia y su entorno puede generar sentimientos de soledad, en especial cuando enfrentan un nuevo contexto sin el apoyo de sus seres queridos con quienes han crecido. La soledad puede ser percibida como un sentimiento doloroso y temido, ya que puede impactar en el bienestar emocional y en el rendimiento académico.

Dependiendo de las circunstancias individuales del estudiante de enfermería, la intensidad de estos sentimientos de soledad puede variar, así como también dependiendo de la personalidad, de sus vínculos familiares, amigos y su historia personal. Para Pauta (122) algunos estudiantes pueden ser de fácil adaptación a la vida universitaria y construir nuevas redes de apoyo, constituidas como una parte fundamental en el bienestar y satisfacción de las necesidades de los estudiantes universitarios para la estabilidad y conclusión de sus estudios por otro lado, los estudiantes pueden experimentar dificultades para establecer conexiones significativas como compañeros o amigos fuera de su entorno familiar.

La soledad no se limita solo a la falta de relaciones sociales, sino que también se manifiesta como una percepción de baja calidad en las relaciones existentes. Esta percepción surge cuando las interacciones sociales carecen de profundidad, intimidad o apoyo emocional deseado. Además, la soledad experimentada en situaciones en las que el estudiante tiene pocas relaciones sociales y en las que, pese a tener un número considerable de relaciones, siente que carecen de calidad o no satisfacen sus necesidades emocionales y sociales. Chávez (123), considera que la soledad es una experiencia subjetiva y multifacética, que va más allá de la mera presencia o ausencia de relaciones sociales se deduce que incluye la forma en que la persona percibe, experimenta y evalúa su conexión con los demás, así como el grado de satisfacción que obtiene de esas relaciones. Por lo tanto, abordar la soledad implica no solo promover la interacción social, sino también fomentar relaciones significativas y satisfactorias que brinden apoyo emocional y fortalezcan el bienestar psicológico y social de la persona.

De acuerdo con el contexto actual en el que se dan los procesos de admisión a la Educación superior del Ecuador, los estudiantes de todas las provincias pueden ser elegibles a postular y ser aceptados en cualquier universidad del país que les dé un cupo de acuerdo con el Senescyt, (124), los postulantes que residen en lugares alejados donde no existen universidades que puedan ofrecer la carrera anhelada, toman la decisión de salir de sus hogares para poder acceder a la educación superior.

Ante esta situación los estudiantes migrantes internos se han incrementado en las instituciones de nivel superior, pero no han podido adaptarse a este nuevo proceso en su vida, ante estas circunstancias las entidades de formación no han acogido de una manera adecuada a este grupo un tanto vulnerable, así Núñez et ál. (125) afirma que este grupo de estudiantes foráneos tienen problemas ligados a sus emociones, una de ellas es la soledad lo que tiene congruencia con las estadísticas internacionales. Dentro de información revisada, en un estudio realizado en Cuenca, Romero et al. (126) mencionaron que los estudiantes foráneos presentaron alta prevalencia de depresión, los mismos habían vivido periodos de soledad, relacionada al poco apoyo social con el que contaban.

Esta información motivó a realizar mayor investigación en cuanto al impacto emocional que genera salir de sus hogares a otra ciudad a seguir con sus estudios y qué estrategias han implementado las instituciones de educación superior en beneficio de este grupo vulnerable. La soledad en los estudiantes de enfermería es un tema que ha ganado atención en las últimas décadas, pero es importante contextualizarlo dentro de la evolución de la formación en enfermería y el papel de los estudiantes en este campo a través de la historia.

La educación superior es parte de esas desigualdades sociales, pese a la labor en las universidades públicas, en referencia a las oportunidades de acceso, como las ayudas socioeconómicas, las residencias estudiantiles y la extensión en cuanto a sedes universitarias a nivel país, públicas y privadas, aunque muchas personas deciden trasladarse en el territorio

nacional; sumando como razón que en Ecuador la mayor oferta en educación universitaria se centraliza en la capital y en las ciudades más representativas como Quito, Cuenca, Guayaquil, Loja. A las cuales es difícil de acceder a un cupo por lo que optan por estudios en otras instituciones de nivel superior.

Es por lo anterior, que la realidad del país, dada la centralización de las instituciones de nivel superior y a una mayor demanda académica en las sedes académicas ubicadas en la región urbana más en la capital, se genera un importante flujo migratorio por razones de estudios, por parte de quienes, al vivir en zonas rurales, ante el difícil acceso a la educación superior, toman el camino de la migración como medio de ingreso a la universidad, rayendo consecuencias.

El estudiante migrante interno refiere que al alejarse de la familia y su entorno se ha generado sentimientos de soledad, en especial al enfrentar un nuevo contexto sin el apoyo de sus seres queridos con quienes han crecido. La soledad puede ser percibida como un sentimiento doloroso y temido, ya que puede impactar en el bienestar emocional y en el rendimiento académico.

Dependiendo de las circunstancias individuales del estudiante de enfermería, la intensidad de estos sentimientos de soledad puede variar, así como también dependiendo de la personalidad, de sus vínculos familiares, amigos y su historia personal. Para algunos estudiantes les ha sido

fácil adaptación a la vida estudiantil fuera de casa hasta concluir con sus estudios. Por otro lado, Pauta (122), afirma que los estudiantes pueden experimentar dificultades para establecer conexiones significativas como compañeros o amigos fuera de su entorno familiar.

El estrés académico según Sánchez (127) se define como “el conjunto de reacciones físicas y psicológicas que ocurren cuando las demandas académicas exceden los recursos percibidos del estudiante” Labrador et al. (128) establece que, en estudiantes de enfermería, este tipo de estrés se relaciona con prácticas clínicas, carga de tareas, exigencias emocionales del cuidado y presión por el rendimiento académico. El estrés académico no solo afecta el rendimiento, sino también la salud mental y física del estudiante. Puede generar ansiedad, insomnio, somatización y abandono escolar Rodríguez et al. (129).

En definitiva, el estrés académico se presenta cuando las exigencias del entorno educativo superan la capacidad percibida del estudiante para afrontarlas, desencadenando reacciones tanto físicas como emocionales. En los estudiantes de enfermería, esta situación se intensifica por la carga de trabajo en las prácticas clínicas, la presión constante por cumplir con múltiples tareas, y el compromiso emocional que implica el cuidado de otros. Esta tensión no solo interfiere con su rendimiento académico, sino que también puede afectar gravemente su salud mental y física, manifestándose en trastornos como ansiedad, dificultades para dormir, síntomas psicosomáticos e incluso la deserción académica.

La migración interna académica representa un fenómeno crítico en la formación del estudiante de enfermería, ya que pone a prueba sus valores personales y afecta profundamente su equilibrio emocional, social y espiritual. El estrés académico que emerge de esta situación puede ser debilitante si no se apoya con redes afectivas, políticas institucionales inclusivas y un reconocimiento de la persona como un ser integral en formación.

Cuando un estudiante de enfermería migra internamente para formarse, se separa de su entorno familiar y cultural, lo que supone una ruptura emocional, pero también una oportunidad para iniciar un proceso profundo de transformación personal. En este nuevo contexto, el estudiante no solo se enfrenta a retos académicos, sino también a la necesidad de reconstruirse emocional, espiritual y socialmente. Este camino de adaptación activa valores como la responsabilidad, como lo mencionó uno actor clave “al cuidarse a sí mismo para poder cuidar a otros”.

También se fomenta la solidaridad, al formar redes de apoyo con compañeros y docentes; amor y compromiso, al asumir su vocación de cuidado como una misión que trasciende lo técnico y profundiza en lo humano, este proceso de migración también permite al estudiante cumplir una misión de vida: cuidar a otros como una forma de crecimiento espiritual, emocional y mental. Al aprender a cuidar desde la soledad, la vulnerabilidad y el esfuerzo, el estudiante

trasciende sus propias dificultades y se convierte en un agente activo de bienestar para otros y para sí mismo.

En las respuestas dadas por los entrevistados, se identificaron patrones de conducta que inciden directamente en el cuidar de sí de los estudiantes migrantes internos, los cuales reflejan una lucha constante por mantener el equilibrio personal en medio de condiciones adversas. Estos patrones se agrupan en torno a varias dimensiones:

1. Descuido de la salud física: Los estudiantes reportan hábitos irregulares de alimentación, insomnio, falta de actividad física y enfermedades como gastritis o anemia, muchas veces provocadas por el estrés, la falta de tiempo y los recursos limitados.
2. Cuidado emocional precario: Se evidencian sentimientos de soledad, ansiedad, tristeza y agotamiento emocional, lo que afecta tanto el bienestar personal como el rendimiento académico. Sin embargo, también se observan intentos de autorregulación a través de rutinas o distracciones conscientes.
3. Conexión espiritual como soporte: La espiritualidad aparece como un refugio emocional y una fuente de fortaleza en contextos difíciles. Algunos recurren a la oración, la fe en Dios o la reflexión personal como estrategia de contención emocional.
4. Responsabilidad personal y vocacional: A pesar de las dificultades, los estudiantes reconocen que el autocuidado es un deber consigo mismos y una condición ética para poder cuidar a otros, especialmente en su formación como profesionales de salud.

5. Adaptación forzada y resignificada: El proceso migratorio los impulsa a redefinir sus hábitos, relaciones y formas de cuidarse. El cambio de contexto se convierte en un punto de inflexión que revela tanto vulnerabilidades como capacidades de resiliencia.

Estos patrones de conducta reflejan que el cuidar de sí en estudiantes migrantes internos no es un proceso lineal ni estable, sino una construcción dinámica, atravesada por valores, exigencias externas y decisiones cotidianas que revelan su lucha por sostener el bienestar en medio de la transformación personal y profesional.

CAPÍTULO VIII: INTERPRETACIÓN DEL FENÓMENO

¡La obra humana más bella es la de ser útil al prójimo!

Sófocles

Desde la perspectiva de la fenomenología hermenéutica, el propósito último de este estudio no es simplemente describir conductas o recopilar experiencias, sino acceder al sentido profundo de lo vivido por cada uno de los actores claves, a la estructura de significados que subyace en las acciones y palabras de los estudiantes migrantes internos que se forman para ser profesionales en enfermería. Comprender el fenómeno del cuidar de sí implica sumergirse en sus experiencias subjetivas y reconocer la dimensión existencial de sus prácticas cotidianas de autocuidado, construidas en medio de tensiones personales, académicas y sociales. Se inserta la interpretación y la comprensión del significado de los patrones de conducta que utiliza el estudiante para cuidar de sí, como responsabilidad primigenia ante sí mismo y ante los demás.

En este contexto, el cuidar de sí emerge no solo como una necesidad fisiológica o funcional, sino como una responsabilidad ética y existencial que el estudiante asume consigo mismo. Lejos de ser una rutina mecánica, se convierte en una práctica reflexiva que involucra valores, emociones, decisiones, límites y aprendizajes. El estudiante migrante interno no cuida de sí únicamente para sobrevivir en un entorno académico exigente, sino para afirmar su dignidad, proteger su proyecto de vida, y sostener su vocación de cuidado hacia los otros.

Esta comprensión fenomenológica del cuidar de sí revela también la interrelación entre cuerpo, mente, espiritualidad y entorno social. La separación de la familia, la presión académica, la precariedad económica y la carga emocional que implica la formación en enfermería hacen del cuidar de sí una tarea compleja, a menudo inestable, pero profundamente significativa. Las experiencias analizadas muestran que los estudiantes intentan sostener su bienestar a través de micro acciones conscientes: alimentarse, dormir, hablar con Dios, compartir con un amigo, o simplemente resistir un día más. Cada una de estas acciones, aunque sencillas en apariencia, se carga de sentido en su contexto vital.

Desde esta mirada, el fenómeno cuidar de sí en estudiantes migrantes internos se convierte en un acto de humanización, una forma de resistir el desgaste, de reafirmar su identidad, y de prepararse, desde la propia vulnerabilidad, para ejercer el cuidado profesional con empatía y autenticidad. Es también una experiencia de maduración, en la que el estudiante reconstruye su ser en medio de la distancia, la exigencia y el deseo de trascender.

Por tanto, el fin último de esta fenomenología es comprender el cuidar de sí como un fenómeno vital, ético y profundamente humano, que da sentido al proceso formativo, fortalece el compromiso profesional y sostiene la esperanza en contextos de adversidad. El estudiante que

migra para estudiar no solo aprende a cuidar; aprende a cuidarse, a conocerse, y a convertirse en la persona capaz de cuidar desde su propia experiencia transformadora.

Desde la óptica de la cultura visionar el cuidado humano, implica comprender que es inherente a la naturaleza humana, pues de alguna forma todos los seres humanos se han cuidado, desde su origen. Comprender el cuidado desde la perspectiva de Leininger, citada por González y Castro (130) implica que aprender de las personas: sus formas de vida, contextos, sentimientos, preocupaciones, creencias, prácticas, valores, expectativas en sucesos tan diversos como maternidad, paternidad, nacimiento, adolescencia, adulterz, vejez, enfermedad y muerte, con el fin primordial de ofrecer un cuidado coherente con la cultura.

Este aprendizaje sobre el cuidado en las personas estudiantes de enfermería en situación de migración interna académica se desarrolla cuando se interactúa con ellas, cuando tiene contacto con las personas que cuida. Para Sánchez (127), la interacción requiere conocimiento, respeto, sensibilidad y pensamiento crítico, para descubrir y captar las distintas significaciones que aquellas dan a sus vidas y su propio. Así el cuidado se configura en una puerta de entrada que permite percibir sus perspectivas y también en un puente que aproxima al profesional de la salud a la cotidianidad de las personas para aprender de ellas, tener confianza en sí mismo con el reconocimiento de sus capacidades y limitaciones.

Además, el aprendizaje del cuidado en esta etapa depende plenamente de los sentimientos, emociones y adquisición de conocimientos que desarrolla el estudiante de enfermería, en su desarrollo biológico, psicológico, social, emocional; de ahí que, el docente de enfermería debe conocer las diferentes conductas que asume el estudiante durante su formación para poder guiar en este período manera efectiva el cuidado, en la búsqueda de satisfacción de dicho cuidado a través del amor; cubrir sus necesidades primordiales entre ellas la confianza, el afecto por tanto, la interacción con los familiares, compañeros, docentes; debe servir de modelo para adquirir gran parte de sus conocimientos sobre el mundo y sobre sí mismo, con inclusión de: expresiones, actitudes, valores, normas, conocimientos; los cuales son fundamentales en su vida futura para: desarrollar una personalidad social y moral como profesional de enfermería, fortalecer el autocuidado, el autoconcepto, la autoestima, lo que exige apoyo permanente de manera individual, dado que durante la formación la persona estudiante de enfermería es vulnerable a las diversas influencias socioculturales y biológicas.

La etapa de estudiante trae cambios en la esfera biológica, física, psicológica, social y afectiva, lo que origina características especiales a estos jóvenes, haciéndolos más susceptibles a las distintas situaciones de la vida. El estudiante de enfermería en situación de migración interna presenta una inestabilidad emocional, incoherente e imprevisible, con reacciones afectivas intensas, pero superficiales. El estudiante de enfermería se caracteriza por tener comportamientos emocionales impulsivos o no impulsivos, muchas veces los dos extremos. El desarrollo afectivo

de los jóvenes, como parte de sus emociones y sentimientos depende de la satisfacción de sus necesidades, las cuales varían de acuerdo con la situación o de la vivencia que experimente.

La estructura y el ambiente familiar, con sus particulares características, pueden contribuir al desarrollo sano del adolescente con factores protectores de la salud integral o, contrariamente determinar factores generadores de daño a él. El proceso de maduración psicoafectiva del estudiante de enfermería, se desarrolla en la interacción con los demás lo que tiene una gran influencia, pues en ésta edad el joven comienza a convivir en grupo, se vincula con los demás y poco a poco crea una realidad social que a su vez, va ejerciendo gran influencia en él; se afecta por lo que otros sienten, creen, dicen, hacen, o como le tratan y a su vez afecta a los demás con: sus sentimientos, creencias, aptitudes, actitudes, comunicaciones y acciones; de esta forma adquiere la llamada Interacción Social (131).

Para González & Castro (130), la vivencia universitaria constituye un momento de vulnerabilidad de los sujetos, están siendo adultos con responsabilidades, lo que cobra una significación especial cuando tiene lugar en situaciones de riesgo, fragilidad y precariedad en los vínculos relationales, familiares y sociales. En este sentido, la persona estudiante de enfermería en situación de migración interna académica es un ser humano cuyas reacciones básicas al bloqueo o la satisfacción de sus necesidades, deseos, e impulsos, son las de un ser humano de cualquier edad. Se diferencia de las personas de otros grupos principalmente en su etapa de

desarrollo biológico, físico, su estatus de madurez, las cosas de la vida que considera más importantes, y los problemas peculiares que pueda presentar durante su formación académica.

En el caso de los estudiantes migrantes internos, el “evento crítico” es su separación del hogar y el ingreso a una carrera exigente, lo cual también provoca sentimientos de miedo, angustia, presión, soledad y cuestionamientos sobre el autocuidado, genera una ruptura de la cotidianidad, que impulsa una reflexión sobre el estilo de vida y la necesidad de cuidarse para poder continuar, el cuidar de sí en estudiantes migrantes internos surge como respuesta a una situación límite que desafía su estabilidad física, emocional y existencial. Esta vivencia genera una revalorización de la salud, la responsabilidad y la autoestima, y pone en marcha comportamientos que, aunque inestables, reflejan una búsqueda genuina de equilibrio. El cuidar de sí se revela como un proceso integral, vulnerable y profundamente humano, que requiere apoyo, conciencia y sentido de propósito.

CAPITULO IX: APROXIMACIÓN TEÓRICA A LA LUZ DEL CUIDAR DE SÍ DEL ESTUDIANTE MIGRANTE INTERNO ACADÉMICO

¡Cuidemos de los seres humanos que en algún momento cuidarán de otros y de nosotros!

Miryam Toapanta

El capítulo expresa las contribuciones teóricas bajo una integralidad ontológica, epistemológica y axiológica sobre: **Cuidar de sí de los estudiantes de enfermería migrantes internos académicos desde una visión holística**. La presentación de la contribución teórica se hace de una forma integral, pues es la expresión de un abordaje constructivista, que especifica el carácter indivisible de sus contenidos, bajo una concepción de naturaleza ontológica, epistemológica y axiológica.

Imagine dejar atrás todo lo conocido, su casa, su familia, sus rutinas. Exactamente eso es lo que viven muchos estudiantes de enfermería que, por razones académicas, se mudan dentro del país a ciudades grandes donde se encuentran las instituciones de nivel superior; para ellos, cuidar de sí mismos no es un lujo, es una necesidad urgente, una forma de sobrevivir y un pilar para convertirse en los profesionales que sueñan ser.

En la categoría Bienestar integral y sostenibilidad personal cuando, por razones académicas los estudiantes de enfermería han migrado internamente, el cuidado de sí es un concepto dinámico y multifacético, profundamente influenciado por su nueva realidad de

independencia y la distancia de su núcleo familiar. Este autocuidado se convierte en una necesidad fundamental para su bienestar físico y emocional, y un prerequisito para su desempeño académico y profesional. En primer lugar, el autocuidado es visto como un mecanismo de supervivencia y prevención de enfermedades. La experiencia de Girasol, quien desarrolló gastritis, depresión y ansiedad al migrar, recalca en cómo la ausencia de apoyo familiar puede tener un impacto directo en la salud, para ella, con el apoyo psicológico cuidarse implica mantener la mente ocupada y establecer rutinas para combatir la soledad y el estrés, lo que a su vez le permite concentrarse en sus estudios y prácticas. Este enfoque dinámico es esencial para evitar que los desafíos emocionales se conviertan en problemas de salud física.

En segundo lugar, el autocuidado es una condición indispensable para poder cuidar a otros, Clavel enfatiza que la enfermería, al ser una profesión centrada en el cuidado de los demás, requiere que el profesional esté bien consigo mismo. Su reflexión, "si yo me cuido, puedo cuidar a los demás", resalta la importancia de la coherencia entre el discurso y la práctica del cuidado. Esta perspectiva enfatiza en que el bienestar personal no es solo una cuestión individual, sino un componente ético y profesional fundamental para la calidad de la atención que brindarán a sus futuros pacientes.

Finalmente, el autocuidado es un desafío constante y un acto de adaptación. Tulipán y Girasol 2 ilustran cómo las exigencias académicas y laborales limitan el tiempo y los recursos disponibles para el autocuidado. Aunque se esfuerzan por mantener hábitos saludables, la

realidad de las prácticas extenuantes, la necesidad de trabajar para costearse los estudios y la falta de tiempo para preparar comidas adecuadas o descansar lo suficiente, los obliga a hacer sacrificios. El autocuidado se convierte en un acto de balance y priorización, donde a menudo las necesidades básicas como el sueño o la alimentación se ven comprometidas. La madurez y autonomía que desarrollan al vivir lejos de casa son, en sí mismas, formas de autocuidado, ya que aprenden a gestionar sus vidas en un entorno exigente.

Desde el punto de vista ontológico, el cuidar de si se considera un proceso complejo, que comprende la multidimensionalidad del individuo enfatizando el autoconocimiento, autonomía, la templanza, la autoestima y la responsabilidad consigo mismo, con la familia, con la sociedad, con la unidad académica, con el país; como un proceso inmanente propio de la conciencia, el respeto a sí mismo y al otro. Conduciendo a la conexión entre el pensar, sentir, verbalizar y transformar perseverando en el cambio de aprendizaje transformacional que le permita trascender.

Desde la mirada epistemológica, se evidenció que para cuidar de si hay que tener conocimiento de cómo hacerlo y de esta manera ayudar a los otros mediante la enseñanza de quehaceres conservadores para mejorar la calidad de vida. Los estilos de vida indiferentes del contexto en que estos se adopten, los hace pensar y concientizarse para cuidarse de manera responsable.

Desde el punto de vista axiológico, los valores identificados representan el cuidado de si lo que conlleva a que el estudiante mejore sus hábitos, tomando modos de vida que fortalecen esa calidad de vida anheladamente buscada.

La presente investigación enriquece significativamente el conocimiento de la enfermería al revelar una verdad esencial: para los estudiantes migrantes internos, el autocuidado emerge como un pilar fundamental desde el comienzo de su formación. Entienden que priorizar su propio bienestar es el prerequisito indispensable para poder brindar cuidado efectivo a los demás, trascendiendo incluso los factores sociodemográficos.

Desde la perspectiva docente, es vital fomentar no solo el aprendizaje, sino también la resiliencia ante los desafíos, esto les permitirá moldear ciudadanos responsables, competentes y profundamente comprometidos con el desarrollo social, conscientes de que el cuidado de sí mismos es la piedra angular para garantizar una atención sanitaria de la más alta calidad.

CONSIDERACIONES A LA LUZ DEL CUIDAR DE SÍ DEL ESTUDIANTE EN PROCESO MIGRATORIO:

A continuación, se presentan algunas apreciaciones derivadas de la información aportada por los informantes clave participantes en esta investigación:

- Los estudiantes que migran dentro del país movilizándose desde otras provincias a la capital para continuar con su formación, experimentan un desapego significativo de todas sus redes de apoyo familiar, social y cultural propio de sus raíces. Ante esta necesidad vital en la migración académica interna, se ven obligados a aplicar el autocuidado físico, emocional, social y espiritual para mantener el equilibrio y afrontar los retos de adaptación académica. Así se define al cuidar de sí, mismo que permite autonomía del cuidado; contribuye en la transformación de sus pensamientos, conducta y finalmente, su modo de cuidarse, a fin de conseguir un estado de bienestar.
- El fenómeno de cuidar de sí involucra en su totalidad al ser, no puede reducirse a una sola dimensión; desde la visión holística se mira como la alimentación, el ejercicio o la recreación, el descanso, la espiritualidad, el manejo de emociones con las nuevas relaciones sociales se entrelazan en la experiencia de los estudiantes. Es así como el cuidado orientado a sí mismo, percibe aspectos afectivos, relativos a la actitud, a la condición del ser; a esa forma de vivir para sí y con los demás.
- Tanto los informantes claves como los agentes externos, reconocen la importancia del autocuidado; no obstante, tenemos perspectivas convergentes y divergentes, mientras los estudiantes develan las dificultades emocionales y la adaptación personal, los docentes y familiares se central en la responsabilidad académica que es el objetivo y en la resiliencia que

muestran los jóvenes. Ante estas develaciones se refleja la necesidad de comprender el cuidar de si como un proceso dinámico y compartido.

- El cuidado del docente de enfermería brindado al estudiante de enfermería en situación de migración interna no solo se basa guiar o acompañar en una clase o en una práctica además implica el saber escuchar, el saber entender ciertas situaciones que impiden que puedan cuidarse de manera holística, los estudiantes develan que el docente debe acompañar, apoyar, respetando su pensamiento con una actitud empática, un tanto amorosa, motivando para que ellos hagan conciencia de sí mismos a través de una práctica de cuidado holístico y humanizado puedan mejorar su calidad de vida durante su etapa de formación académica superior. El cuidar de si es un acto consciente e intencional que nace de la necesidad de continuar con su formación lejos del hogar, por lo que este fenómeno de estructura en tres pilares: la autonomía porque son responsables de su vida y de sus decisiones; resiliencia por la fortaleza para afrontar la soledad y las exigencias académicas. Y se complementa con las redes de apoyo docente e institucional, estos vínculos complementan la falta del apoyo familiar.
- Emergen significados profundos sobre el cuidar de sí mismos, donde los estudiantes lo develan como un acto de amor propio y de responsabilidad hacia su vida, en este contexto de migración interna y de autocuidado son indispensables para sostener este proceso de formación académica y de prepararse como futuros profesionales. Toda la tendencia del sistema de la educación superior debe estar centrada en los valores que circundan alrededor

del cuidar de sí, esa formación del estudiante migrante interno hacia un líder proactivo, participativo y responsable de su propio cuidado.

- El fenómeno de cuidar de si en estudiantes de enfermería migrantes internos refleja la búsqueda de sentido al estar distantes de su entorno, la adaptación a un nuevo medio y a la exigencia académica. Desde la hermenéutica entender este fenómeno es entender como una experiencia se construye en un contexto, influida por la historia personal de los estudiantes es decir sus vivencias propias y por sus relaciones con los demás conlleva a una construcción situada, histórica y relacional, y como de las perspectivas y aportes de quienes acompañan a ellos durante su formación y adaptación.

A continuación, se presenta un plan de acciones y Políticas para Apoyar a los Estudiantes Migrantes Internos Académicos:

Programas de tutoría y mentoría: Determinar programas en los que docentes y estudiantes avanzados actúen como mentores, ofreciendo apoyo académico y emocional a los estudiantes migrantes o desconectados de sus familias. De acuerdo con Guerrero (131), los programas institucionales de tutoría han demostrado ser efectivos para reducir índices de abandono de las aulas y mejorar el desempeño académico.

Redes de apoyo emocional: Crear grupos de apoyo psicosocial en los que los estudiantes puedan compartir experiencias, recibir orientación y sobre todo desarrollar resiliencia. Díaz (132), en Chile presenta un análisis de programas de tutoría el cual destaca el impacto positivo en el bienestar emocional y la motivación de los estudiantes de enfermería, sugiriendo la necesidad de innovación curricular incluyendo consejeros especializados, en tal razón también se debería contratar consejeros psicológicos con experiencia en temas de adaptación cultural y familiar.

Promoción de actividades de integración: Organizar eventos y actividades extracurriculares que fomenten la conexión social y cultural, ayudando a los estudiantes a construir redes de apoyo dentro de la institución que podrían ser temas como de gastronomía típica, música, danza; acompañados de proyecciones de películas o documentales de diferentes culturas, caminatas; dependiendo de singularidad de cada grupo de estudiantes, vinculados con un enfoque en identidad y cultura para que los estudiantes puedan reconectar con sus raíces culturales y valores, fomentando su sentido de pertenencia (133).

Becas y apoyos financieros: Gestionar la ampliación de programas de becas para cubrir necesidades de manutención y gastos educativos, especialmente para estudiantes que no cuentan con el soporte financiero familiar. Angulo y Urbina (134) refieren que el apoyo financiero en

instituciones públicas de educación superior ha sido efectiva para mitigar desigualdades económicas entre estudiantes vulnerables.

Vinculación con las familias: Fomentar la comunicación entre las familias y la institución educativa, por ejemplo, mediante talleres o encuentros que ayuden a los padres a comprender cómo apoyar a sus hijos a distancia; además, establecer servicios de orientación para las familias para fortalecer su rol como apoyo emocional y guía (135).

Espacios de convivencia y bienestar: Crear áreas dentro del campus que funcionen como espacios seguros para la reflexión y el descanso, promoviendo la salud mental y el bienestar. Según Fernández et al. (136), la creación de estos entornos seguros permitirá la resiliencia de los estudiantes según experiencias de programas de mentoría.

Plataformas digitales de apoyo: Desarrollar aplicaciones o portales donde los estudiantes puedan acceder a recursos de salud mental, orientación académica y asesoramiento financiero de manera accesible y constante. Andrade et al., (137) refieren que la implementación de aplicaciones web ha facilitado la inclusión socio académica, destacando su utilidad en programas de mentoría.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. UNESCO. Migración, desplazamiento y educación. Informe De Seguimiento De La Educación En El Mundo. [Internet]. 2019; 1:76.
2. Salas B, Cárdenas D, Beverido S, Carmona Y. La migración interna en estudiantes universitarios. ¿Un riesgo para el consumo de drogas? CienciaUAT [revista en la Internet]. 2016 Jun [citado 2024 Jul 23] ; 10(2): 23-32. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-78582016000100023&lng=es.
3. Rodríguez L. Fomento de la Salud Comunitaria: Perspectivas de la Enfermería en América Latina. Emergentes [Internet]. 28 de febrero de 2023 [citado 8 de diciembre de 2022];3(1):38-57. Disponible en: <https://doi.org/10.60112/erc.v3i1.20>
4. Gallegos R. Educacion holística pedagogía del amor universal. Scielo. [Internet]. 1999;23(92):117–20. Disponible en: <https://www.scielo.org.mx/pdf/peredu/v23n92/v23n92a8.pdf>
5. Martín L. La presencia de los valores enfermera en la práctica. Tesis. [Internet]. 2017;291. Disponible en: <https://www.tdx.cat/handle/10803/456048#page=1>
6. Mintel, Mineduc, Senescyt. Programa de tic de información ciudadana en pueblos y nacionalidades e interculturalidad. Ecuador Intercultural [Internet]. 2018;68. Available from: <https://www.telecomunicaciones.gob.ec/wp-content/uploads/2018/10/Libro-Ecuador-Intercultural.pdf>
7. Ramírez P. Fenomenología hermenéutica y sus implicaciones en enfermería. Index de Enfermería [Internet]. 2016 [citado el 8 de noviembre de 2021];25(1–2):82–5. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962016000100019&lng=es.
8. Pierson D, Gil TG, Gimeno LM, González RL. Antropología de los cuidados en el ámbito académico de la enfermería en España TT - Antrhopology of care in spanish nursing knowledge. Texto & contexto enferm. [Internet]. 2006;15(1):219–27. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37716954/>
9. Rodriguez R, González J. La educación culturalmente relevante: un modelo pedagógico para los estudiantes de origen cultural diverso. concepto, posibilidades y limitaciones. Revista Interuniversitaria. Teor. educ. [Internet]. 25 de septiembre de 2020 [citado 26 de enero de 2023];33(1):153-. Disponible en: <https://revistas.usal.es/tres/index.php/1130-3743/article/view/teri.22990>
10. Silva M, López J, Columba M. Estrés académico en estudiantes universitarios. Rev. Investigación y Ciencia, vol. 28, núm. 79, [Internet]. 2020 pp. 75-83. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/html/>

11. OMS. Artículo 25:Derecho a un nivel de vida adecuado. [Internet]. Disponible en: https://hchr.org.mx/wp/wp-content/themes/hchr/images/30acerca30/Art%C3%A9culo_25.pdf
12. Asamblea Nacional del Ecuador. Constitución de la República del Ecuador. Iusrectusecart [Internet]. 2008;(449):1–219. Disponible en: <https://bde.fin.ec/wp-content/uploads/2021/02/Constitucionultimodif25enero2021.pdf>
13. Corto T. Cuidar El, Mismo De Si. El cuidar de sí mismo: un sentir desde la visión de los estudiantes de Enfermería. Duazary. [Internet]. 2018;15(3):60–70. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7027957>
14. Guerrero R, Meneses M, De la Cruz M. Cuidado humanizado de enfermería según la teoría de Jean Watson, servicio de medicina del Hospital Daniel Alcides Carrión. Rev enferm Herediana. Rev enferm Herediana [Internet]. 2015;9(2):127–36. Disponible en: <https://doi.org/10.20453/renh.v9i2.3017>
15. Labora J, Fernández E. Vulnerabilidad, riesgo y salud: aproximación socioantropológica al diagnóstico como proceso. En-claves del pensamiento, 16(31), e496. Epub. [Internet]. 2022. Disponible en: <https://doi.org/10.46530/ecd.p0i31.496>
16. Rodríguez L, Rondón R, Varón M, Guerra A, Fernández V, Lorenzini Erdmann A. Enfoque fenomenológico del cuidado humano en estudiantes de enfermería. Salus. [Internet]. 2015;19(2):05–10. Disponible en: http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1316-71382015000200003&lng=es.
17. Boff L. El cuidado esencial. Saber Cuidar. :1–164. [Internet]. Disponible en: <https://redmovimientos.mx/wp-content/uploads/2020/07/El-Cuidado-Esencial-Boff.pdf>.
18. Díaz M, Alcántara L, Aguilar D, Puertas E, Cano M. Orientaciones formativas para un cuidado humanizado en enfermería: una revisión integrativa de la literatura. Enferm. glob. [Internet]. 2020 [citado 2023 Jul 25]; 19 (58): 640-672. Internet]. 2020 [citado 2025 Ene 26] ; 19(58): 640-672. Disponible en: <https://dx.doi.org/eglobal.392321>
19. Naranjo Y. Modelos metaparadigmáticos de Dorothea Elizabeth Orem. Revista Archivo Médico de Camagüey, vol. 23, núm. 6, pp. 814-825, [Internet]. 2019. Editorial Ciencias. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/2111/211166534013/html/>
20. Spiegelberg H. The phenomenological Movement. A historical introduction. Volume one. Springer. SPRINGER-SCIENCE+BUSINESS MEDIA, B.V. [Internet]. 1960; p. 318, 326. Disponible en: <https://link.springer.com/book/10.1007/978-94-009-7491-3>
21. García M, y Giraldo Y. Cuidado de sí: una transformación en el proceso de formación del estudiante de enfermería. Hacia Promoc. Salud [Internet]. 1 de julio de 2023 [citado 26 de julio de 2023];28(2):107-23. Disponible en: <https://revistasojs.ucaldas.edu.co/index.php/hacialapromociondelasalud/article/view/8626>
22. Castillo S, Bacigalupo J, García G, Lorca A, Aspee L, Gortari M. Necesidades de docentes y estudiantes para humanizar la formacion de enfermería. Cienc. enferm. [Internet]. 2020 [citado 2023 Jul 29] ; 26: 2. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.4067/s0717-95532020000100202>

23. González T. El cuidar de si de los estudiantes de enfermería: una mirada desde los propios actores para un cuidado integral. P.12-234,[Internet]. 2018. Disponible en: <http://mriuc.bc.uc.edu.ve/handle/123456789/9563>
24. Ferro N, Rodríguez S, Cárdenas M. Significados sobre el arte del cuidado desde la perspectiva de los estudiantes de Licenciatura en Enfermería. Enferm. univ [revista en la Internet]. 2018 Dic [citado 2023 Jul 29] ; 15(4): 402-415. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632018000400402&lng=es.
25. Gorriti C, Rodríguez Y, Evangelista I. Experiencias de estudiantes de enfermería en el cuidado de si durante el proceso de formación en una universidad privada en Chimbote, Perú. [Internet]. 2016. Disponible en: <https://chooser.crossref.org/?doi=10.5935%2F1414-8145.20160003>
26. Rodríguez L, Rondón R, Varón M, Guerra A, Fernández V, Lorenzini E. Enfoque fenomenológico del cuidado humano en estudiantes de enfermería. Salus [Internet]. 2015 Ago [citado 2022 Jul 29] ; 19(2): 05-10. Disponible en: http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1316-71382015000200003&lng=es.
27. Franco A, Rivera X, Chávez O, Alvia A. Estado actual de los estudiantes migrantes internos de la Carrera de Enfermería Universidad de Guayaquil. [Internet]. 2023; p 1960-1972. Revista científica Dominio de las Ciencias. Disponible en: <https://dominiodelasciencias.com/ojs/index.php/es/article/view/3386>
28. Álvarez L. Una mirada al cuidado holístico de enfermería. AP [Internet]. 28 de agosto de 2023 [citado 26 de enero de 2023];5(3.1):60-75. Disponible en: <https://alfapublicaciones.com/index.php/alfapublicaciones/article/view/386>
29. Caicedo L, Mendoza C, Moreira J, Ramos G. Cuidado humanizado: Reto para el profesional de enfermería. Salud y Vida [Internet]. 2023 Dic [citado 2022 Jul 26] ; 7(14): 17-29. Disponible en: http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2610-80382023000200017&lng=es.
30. Requelme M, Mesa I, Ramírez A. Significado del cuidado humanizado de Enfermería en estudiantes de dos universidades ecuatorianas, p. 359-365. 2021. Disponible en: <https://doi.org/10.29018/issn.2588-1000vol5iss40.2021pp359-365>
31. Guevara B, Evides A, Rengifo J, Salas B, Manrique D, Palacio C. El cuidado de enfermería: una visión integradora en tiempos de crisis. Enferm. glob. [Internet]. 2014 Ene [citado 2023 Jul 30] ; 13(33): 318-327. Disponible en: <https://doi.org/10.29018/issn.2588-1000vol5iss40.2021pp359-365>
32. De Bravo C. Care of the self through the others according to Plato's aporetic dialogues. Revista de Filosofía (Spain). [Internet]. 2021;46(1):141–55. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/351624704_El_cuidado_de_si_mismo_a_traves_de_los Otros_segun_los_dialogos_aporeticos_de_Plato

33. González R, y López L. Pierre Hadot: el cuidado de sí y la mayéutica socrática como ejercicio espiritual. [Internet] 2016;26-34. Disponible: <https://www.redalyc.org/pdf/104/10444319004.pdf>
34. Londoña C. El cuidado de sí desde la enseñanza de la filosofía, en la hermenéutica del sujeto de Michel Foucault. [Internet]. 2022; 1-39. Disponible: <https://repository.upb.edu.co/handle/20.500.11912/10167>
35. Mijangos K. El Paradigma Holístico de la Enfermería. [Internet]. 2014; [citado 2023 Jul 30] 17-21. Disponible: <https://www.unsis.edu.mx/SaludyAdministracion/02/Ensayos1.pdf>
36. Guevara B. El Cuidar de sí para la persona que ha tenido la vivencia de un infarto de miocardio. Universidad de Carabobo, Venezuela; [Internet]. 2010, [citado 2023 Jul 30]. 226p. Disponible en: <http://mriuc.bc.uc.edu.ve/handle/123456789/593>
37. Guerrero Y. Adaptación a la Vida Universitaria y Ansiedad ante los exámenes en estudiantes Becarios de una Universidad Particular. RCP [Internet]. 2018 Sep.27 [cited 2025 Jan. 25];9(1):48-59. Available from: <https://revistas.uss.edu.pe/index.php/PAIAN/article/view/849>
38. Guerrero Y. Adaptación a la vida universitaria y ansiedad ante los exámenes en estudiantes de una universidad particular. [Internet]. 2019; 1-80. Disponible en: <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/6445>
39. PAHO. Aceleración mundial de las medidas para promover la salud de los adolescentes (Guía AA-HA!): Orientación para la aplicación en los países. [Internet]. 2017; 1-176. Disponible en: <https://iris.paho.org/handle/10665.2/49181>
40. Beltrán M, Garay J. Representaciones sociales de los métodos anticonceptivos / Social Representations of Contraceptive Methods. RICS [Internet]. 26 de diciembre de 2016 [citado 30 de julio de 2023];5(10):174 -202. Disponible en: <https://www.rics.org.mx/index.php/RICS/article/view/43>
41. Arroyo A. Necesidad de una formación adecuada de los profesionales de la salud para lograr una atención holística. N°329. [Internet]. 2021; 1-10. Disponible en: <https://www.laborhospitalaria.com/formacion-adecuada-de-los-profesionales-de-la-salud/>
42. Velandia M, Arenas J, Ortega N. Estilos de vida en los estudiantes de enfermería. Revista Ciencia y Cuidado, ISSN-e 2322-7028, ISSN 1794-9831, Vol. 12, N°. 1, [Internet]. 2015, págs. 27-39. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5243985>
43. Laguado E, Gómez M. Estilos de vida saludable en estudiantes de enfermería en la Universidad Cooperativa de Colombia. Hacia la Promoción de la Salud. [Internet]. 2014;19(1):68-83. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v19n1/v19n1a06.pdf>
44. Raile M. Modelos y Teoría en Enfermería 10ma. ed. Copyright © by Elsevier. [Internet]. 2022; 1-626. Disponible en: <https://books.google.es/books?id=FLEszO8XGTUC&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false>

45. Sbardella A. Florence Nightingale, la heroína de los hospitales. National. [Internet]. 2024. Geographic. Disponible en: https://historia.nationalgeographic.com.es/a/florence-nightingale-heroina-hospitales_14173
46. Guerrero R, Meneses M, De la Cruz M. Cuidado humanizado de enfermería según la teoría de Jean Watson, servicio de medicina del Hospital Daniel Alcides Carrión. Lima- Callao, 2015. Rev enferm Herediana. [Internet]. 20 de febrero de 2017 [citado 25 de enero de 2024];9(2):133. Disponible en: <https://revistas.upch.edu.pe/index.php/RENH/article/view/3017>
47. Palacios A. Cuidado Humanizado a la Paciente Gineco-Obstetra del Hospital San Vicente De Paúl, Según La Teoría De Watson. Ibarra-Ecuador, [Internet]. 2019; 1-107. Disponible en: <https://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/9502/2/06%20ENF%201075%20TRABAJO%20GRADO.pdf>
48. Hermosilla A, Mendoza R, Contreras S. Instrumento para valoración del cuidado humanizado brindado por profesionales de enfermería a personas hospitalizadas. Index Enferm [Internet]. 2016 Dic [citado 2023 Jul 01] ; 25(4): 273-277. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962016000300011&lng=es.
49. Watson J. Assessing and measuring caring in nursing and health sciences. 3rd ed. New York: Springer Publishing Company; [Internet]. 2018. Disponible en: <https://connect.springerpub.com/content/book/978-0-8261-9542-5/part/part01/chapter/ch01>
50. Naranjo Y. Modelos metaparadigmáticos de Dorothea Elizabeth Orem. [Internet]. 2019; 814-825. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/2111/211166534013/html/>
51. CEPAL. Migración. [Internet]. Disponible en: <https://www.cepal.org/es/subtemas/migracion>
52. Rodríguez J. Migración interna de la población joven: el caso de América Latina. Revista Latinoamericana de Población. [Internet]. 2008;2(3):9–26. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/3238/323827367002/html/>
53. Ley Orgánica de Educacion Superior, LOES [Internet]. 2017. Disponible en: <https://www.lexis.com.ec/biblioteca/loes>
54. Ministerio de Educación. Reglamento General a la Ley Orgánica de Educación. [Internet]. Disponible en: <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2017/02/Reglamento-General-a-la-Ley-OrgAnica-de-Educacion-Intercultural.pdf>
55. SENPLADES-Subsecretaría de Información Lineamientos generales: Identificación de indicadores y planteamiento de metas para el Plan Nacional de Desarrollo. [Internet]. 2013; 1-399. Disponible en: <https://www.gobiernoelectronico.gob.ec/wp-content/uploads/2018/10/Plan-Nacional-para-el-Buen-Vivir-2013-%E2%80%93-2017.pdf>
56. Ley Orgánica de Salud. Plataforma Profesional de Investigación Jurídica. Ley Orgánica de Salud del Ecuador. [Internet]. 2006;Registro O:13. Disponible en:

<https://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/2017/03/LEY-ORG%C3%81NICA-DE-SALUD4.pdf>

57. Espinoza R, Sánchez M, Velasco M, Gonzales A, Romero R, Mory, W. Metodología estadística en la Investigación Científica. [Internet]. 2023; 1-189. Metodología estadística en la Investigación Científica. Disponible en: <https://doi.org/10.55204/PMEA.17>
58. Corona J. Investigación cualitativa: fundamentos epistemológicos, teóricos y metodológicos. Vivat Academia, núm. 144, [Internet]. 2018; 69-76. Disponible en: <https://doi.org/10.15178/va.2018.144.69-76>
59. Ortiz E. Epistemología de la Investigación Cuantitativa y Cualitativa: Paradigmas y Objetivos. Rev Claseshistoria. [Internet]. 2013;(2):39–48. Disponible en: <http://www.claseshistoria.com/revista/index.html>
60. Guerrero R, Menezes T, Prado M. Phenomenology in nursing research: reflection based on Heidegger's hermeneutics. Escola Anna Nery. [Internet]. 2019;23(4). 1-7. Disponible en: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2019-0059>
61. Bynum W y Varpio L. Cuando digo... fenomenología hermenéutica. Educación Médica. [Internet]. 2018, (52). Disponible en: <https://asmepublications.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/medu.13414>
62. Van M. Investigación educativa y experiencia vivida. Ciencia humana para una pedagogía de la acción y la sensibilidad. Editorial Idea Books SA. Barcelona, [Internet]. 2003. Disponible en: https://bibliotecadigital.uchile.cl/permalink/56UDC_INST/1uuvhmk/alma991002046979703936
63. Dowling M. De Husserl a van Manen. Una revisión de diferentes enfoques fenomenológicos. Revista internacional de estudios de enfermería, [Internet]. 2007; 44 1, 131-42. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2005.11.026>
64. Historia Universal.org. Edmund Husserl: Filósofo y matemático, fundador de la fenomenología. Disponible en: https://historiauniversal.org/edmund-husserl-filosofo-y-matematico-fundador-de-la-fenomenologia/#google_vignette
65. Quijano A. Edmundo Husserl. Ideas relativas a una fenomenología pura y una filosofía fenomenológica. Libro Primero. Introducción a la Fenomenología Pura.1ra ed. Fondo de Cultura Económica, México 1982, p.106.No Title. Fondo Cultura Económica, México. [Internet]. 2013; 1-40. Disponible en: https://www.ugr.es/~lsaez/dc/gr/CA_I/Documentacion/fuentes/Husserl/HUSSERL-E-Ideas_I_cap.%202.pdf
66. Tassone B. The relevance of Husserl's phenomenological exploration of interiority to contemporary epistemology. Palgrave Communications, 3. [Internet]. 2017; 1-11. Disponible en: <https://www.nature.com/articles/palcomms201766.pdf>
67. Sadurní J. Diez claves para entender el pensamiento de Martin Heidegger. [Internet] Disponible en: https://historia.nationalgeographic.com.es/a/diez-claves-para-entender-pensamiento-martin-heidegger_21366

68. Oyola A, Acevedo L, Agüero J, Trujillo Y. Contribuciones significativas de la fenomenología de Edmund Husserl, Martin Heidegger y Hans-Georg Gadamer a la investigación en enfermería. [Internet]. 2021; 8(2):85-4. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9343924>
69. Moreno V, Ramírez M, De la Oliva C, More E. Biografías. [Internet]. 2024. Disponible en: <https://www.buscabiografias.com/biografia/verDetalle/8555/Hans-Georg%20Gadamer>
70. Gama L. El método hermenéutico de Hans-Georg Gadamer. Escritos, 29(62), [Internet]. 2021; 17-32. Epub October 28. Disponible en: <https://doi.org/10.18566/escr.v29n62.a02>
71. Núñez N. Investigación Fenomenológica Hermenéutica y en tiempos de posmodernidad. [Internet]. 2020; 1-11. Disponible en: <https://portal.amelica.org/ameli/journal/399/3991726008/3991726008.pdf>
72. Sánchez M. y Olivety Miriam. Fenomenología hermenéutica. Revista Electronica de PortalesMedicos.com [Internet]. Portalesmedicos.com. 2015 [citado 6 de junio de 2022]. Disponible en: <https://www.revista-portalesmedicos.com/revista-medica/fenomenologia-hermeneutica/>
73. Streubert. Qualitative-research-in-nursing-advancing-the-humanistic-imp. [Internet]. 2011; 1-55. [citado 6 de junio de 2023]. Disponible en: https://books.google.es/books?id=xNByh3B1Wt0C&printsec=frontcover&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=true
74. Castro N. El ser y el tiempo de Martin Heidegger, en la traducción de José Gaos (1951). [Internet]. 2012; 1-8. Disponible en: <https://www.cervantesvirtual.com/obra/el-ser-y-el-tiempo-de-martin-heidegger-en-la-traduccion-de-jose-gaos-1951/>
75. Rivera J. Martin Heidegger Ser y Tiempo. Traducción, prólogo y notas de Jorge Eduardo Rivera. [Internet]. Disponible en: https://apiperiodico.jalisco.gob.mx/api/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/ser_y_tiempo-martin_heidegger.pdf
76. Ferrater J. Diccionario de Filosofía. Tomo I. A-K Editorial Sudamericana. Buenos Aires. Sf. [Internet]. Disponible en: <https://profesorvargasguillen.wordpress.com/wp-content/uploads/2011/10/jose-ferrater-mora-diccionario-de-filosofia-tomo-i.pdf>
77. Lozano D. La cuestión de la moral en ser y tiempo de Martin Heidegger. [Internet]. Disponible en: <https://arbor.revistas.csic.es/index.php/arbor/article/view/2058/2594>
78. Crowther S, Ironside P, Spence D y Smythe L. Elaboración de historias en la investigación fenomenológica hermenéutica: un dispositivo metodológico. Qualitative Health Research, 27, [Internet]. 2017; 826-835. Disponible en: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1049732316656161>
79. Grondin J. El giro hermenéutico de la fenomenología. (2028). [Internet]. Disponible en: Villanueva J. La epojé y la reducción como acceso a la vida trascendental. Letras (Lima) [Internet]. 2012 [citado 20 de agosto de 2022];83(118):213-32. Disponible en: <http://revista.letras.unmsm.edu.pe/index.php/le/article/view/602>

80. Acosta B. Fenomenología y hermenéutica un gran atractivo de investigación en enfermería. Salud, arte y Cuidado. [Internet]. 2022; 1-4. Disponible en: <https://zenodo.org/records/7063451>
81. Ulin P, Robinson E, Tolley E. Investigación aplicada a la salud pública. OPS. [Internet]. 2006; 1-304. Disponible en: <https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/729/9275316147.pdf>
82. Rodríguez G, Gil, J y García E. Metodología de la investigación cualitativa. España: ediciones aljibe; [Internet]. 1996; 1-37. Disponible en: https://cesaraguilar.weebly.com/uploads/2/7/7/5/2775690/rodriguez_gil_01.pdf
83. Rusque A. De la diversidad a la unidad en la investigación cualitativa. 1^a ed. 4^a reimp. Caracas Venezuela: Editores Hermanos Vadell; [Internet]. 2007. Disponible en: <https://es.scribd.com/document/239842899/De-La-Diversidad-a-La-Unitad-en-La-Investigacion-Cualitativa-1>
84. Pérez G. Investigación cualitativa. retos e interrogantes i métodos. Madrid: editorial la muralla, s.a.; [Internet]. 1994. Disponible en: https://concreactraul.weebly.com/uploads/2/2/9/5/22958232/investigacion_cualitativa.pdf
85. Hernández R, Fernández C y Baptista P. Metodología de la Investigación. Cuarta edición. [Internet]. 2006; 2-882. Disponible en: https://www.uv.mx/personal/cbustamante/files/2011/06/Metodologia-de-la-Investigaci%C3%A9n_Sampieri.pdf
86. Martínez M. La investigación cualitativa (síntesis conceptual). [Internet]. 2006; 1-26. Disponible en: https://sisbib.unmsm.edu.pe/brevistas/investigacion_psicologia/v09_n1/pdf/a09v9n1.pdf
87. CONAFIS. Ley orgánica de protección de datos personales [Internet]. Quito-Ecuador. 2021; p. 1-70. Disponible en: <https://www.telecomunicaciones.gob.ec/wp-content/uploads/2021/06/Ley-Organica-de-Datos-Personales.pdf>
88. Martínez A, Laucirica Cl, y Llanes E. La ética, la bioética y la investigación científica en salud, complementos de un único proceso. Rev.Med.Electrón. [Internet]. 2015 Ago [citado 2022 Ago 22] ; 37(4): 310-312. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242015000400001&lng=es
89. Carreño J. Consentimiento informado en investigación clínica: un proceso dinámico. pers.bioét. [Internet]. 2016; 20(2): pp. 232-243. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/pebi/v20n2/0123-3122-pebi-20-02-00232.pdf>
90. Cañete R, Guilhem D, Brito K. Consentimiento informado: algunas consideraciones actuales. Acta Bioethica [revista en Internet] 2017 [acceso 25 de enero de 2020]; 18(1):121-127. Acta Bioeth [Internet]. 2012;18(1):121-7. Available from: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-569X2012000100011
91. Alvarez J. Cómo hacer investigación cualitativa. Fundamentos y metodología. 3ra ed. México. Editorial PAIDOS; [Internet]. 2003; 1-222. Disponible en:

<http://www.derechoshumanos.unlp.edu.ar/assets/files/documentos/como-hacer-investigacion-cualitativa.pdf>

92. Leal J. La autonomía del sujeto investigador y la metodología de investigación. 4^a ed. Valencia -Venezuela: centro editorial signos, ediciones y comunicaciones c.a., [Internet]. 2017. Disponible en: <https://www.studocu.com/es-ar/document/universidad-catolica-de-la-plata/metodologia-de-la-investigacion-modelos-y-simulacion/la-autonomia-del-sujeto-investigador-y-1/7493191>
93. Robles B. La entrevista en profundidad: una técnica útil dentro del campo antropofísico. Cuicuilco. [Internet]. 2011;18(52):39–49. Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-16592011000300004
94. Hernández T, Otero L. Técnicas conversacionales para la recogida de datos en investigación cualitativa: La entrevista I. NURE Investig. [Internet]. 2008;33(Marzo-Abril):1–5. Disponible en: <https://www.nureinvestigacion.es/OJS/index.php/nure/article/view/408/399>
95. Carhuanchó I, Nolazco F, Sicheri L, Guerrero M, Casana K. Metodología De Investigación Holística [Internet]. UIDE. [Internet]. 2019; 1-123. Disponible en: <https://repositorio.uide.edu.ec/bitstream/37000/3893/3/Metodolog%C3%A1Da%20para%201a%20investigaci%C3%B3n%20hol%C3%A1stica.pdf>
96. Leal N. El uso del reflejo en la entrevista en profundidad. Investigación de las Ciencias Sociales. [Internet]. 2012;III. Disponible en: <https://plepsy.blogspot.com/2016/03/la-entrevista-en-profundidad.html>
97. Trinidad H, López Y. La hermenéutica en el pensamiento de Wilhelm Dilthey. Griot : Revista de Filosofía. [Internet]. 2015 Jun 16;11(1):324–41. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/5766/576664618023/html/>
98. Muñoz R. Tratamiento ontológico del silencio en Heidegger. Fénix Editora; [Internet]. 2006; 2-46. Disponible en: <https://institucional.us.es/civico/wp-content/uploads/2023/03/minima10.pdf>
99. Castillo E, y Vásquez M. El rigor metodológico en la investigación cualitativa. Vol. 34 N°3. [Internet]. 2003; 2-5. <https://www.redalyc.org/pdf/283/28334309.pdf>
100. Rojas X y Osorio B. Criterios de calidad y rigor en la metodología cualitativa enseñanza para la investigación. Gac Pedagog [Internet]. 2017;36 (November):62–74. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/337428163_Criterios_de_Calidad_y_Rigor_en_la_Metodologia_Cualitativa
101. Smith A, Jarman M & Osborn M. Doing. Interpretative Phenomenological Analysis. [Internet]. 1999; 218-240. Disponible en: <https://www.brown.uk.com/teaching/HEST5001 smith.pdf>
102. Duque H, Aristizábal T. Análisis fenomenológico interpretativo. Pensando Psicología.[Internet]. 2019 Nov 7;15(25):1–24. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/337287238_Analisis_fenomenologico_Interpretativo_Una_guia_metodologica_para_su_uso_en_la_investigacion_cualitativa_en_psicologia

103. Guba E, & Lincoln Y. Effective evaluation: Improving the usefulness of evaluation results through responsive and naturalistic approaches. The Jossey-Bass; [Internet]. 1981. 1-447 p. Disponible en: <https://gwern.net/doc/sociology/1981-guba-effectiveevaluation.pdf>
104. Salgado A. Evaluación Del Rigor Metodológico Y Retos. Liberabit [Internet]. 2007 [citado el 13 de noviembre de 2022];13(1729-4827):71-8. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272007000100009&lng=es&nrm=iso&tlng=es
105. Arias M. El rigor científico en la investigación cualitativa. Rev Investig y Educ en Enfermería [Internet]. 2011 [cited 2022 Jul 6];29:500-14. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=105222406020>
106. Ruiz J. Metodología de la investigación cualitativa. Bilbao: Universidad de Deusto. [Internet]. 1996; 6-339. Disponible en: <https://books.google.es/books?id=WdaAt6ogAykC&printsec=copyright&hl=#v=onepage&q&f=false>
107. Martínez M. Epistemología y Metodología Cualitativa en las Ciencias Sociales. México, D.F. : Trillas, S.A de C.V., [Internet]. 2008; .07-33. Disponible en: https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1011-22512006000200002
108. Velásquez S. Proyecto de Grado. Narrativas Testimoniales de Mujeres en el Posconflicto Colombiano: Un Enfoque Pedagógico para la Reconstrucción de la Memoria Histórica. [Internet]. 2023; 2-69. Disponible en: <https://repositorio.uan.edu.co/server/api/core/bitstreams/96b31502-0931-4ea7-8b60-ac7e79b27a90/content>
109. Cadena P, Rendón R, Aguilar J, Salinas E, Cruz R y Sangerman D. Métodos cuantitativos, métodos cualitativos o su combinación en la investigación: un acercamiento en las ciencias sociales*. [Internet]. 2017;1603-17. Disponible en: <https://cienciasagricolas.inifap.gob.mx/index.php/agricolas/article/view/515>
110. Llano J, Massaro M. Ética del cuidado en la atención médica: Revisión de alcance y reflexión desde la Bioética [Tesis de maestría]. Medellín: Universidad CES; [Internet]. 2023. 42 p. [Citado el 14 de agosto de 2023]. Disponible en: <https://repository.ces.edu.co/bitstream/handle/10946/7658/%C3%89tica%20del%20cuidado%20en%20la%20atenci%C3%B3n%C3%B3n%20m%C3%A9dica%20una%20revisi%C3%B3n%C3%B3n%20de%20alcance%20y%20enfoque%20reflexivo%20desde%20la%20bio%C3%A9tica.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
111. Eries A, Zambrano A. El cuidado humano en las instituciones de salud: el significado que le asigna la persona adolescente como receptora. Salus [Internet]. 2010;14:20-27. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=375939017004>
112. Hurtado J. Metodología de la Investigación. Guía para la comprensión holística de la ciencia. [Internet]. 2010. 1-1324 p. Disponible en: <https://ayudacontextos.wordpress.com/wp-content/uploads/2018/04/jacqueline-hurtado-de-barrera-metodologia-de-investigacion-holistica.pdf>

113. Barraza A. El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: Un diseño de diferencia de grupos. *Avances en Psicología Latinoamericana*. [Internet]. 2008;26(2):270–89. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/799/79926212.pdf>
114. Romero C. La categorización: un aspecto crucial en la investigación cualitativa [Internet]. Colombia: Revista de Investigación de la Institución Universitaria CESMAG; 2005 [citado el 14 de agosto de 2023]. Disponible en: <https://biblioteca.unicesmag.edu.co/digital/revinv/0123-1340v11n11pp113.pdf>
115. Forni P y De Grande P. Triangulación y métodos mixtos en las ciencias sociales contemporáneas.[Internet]. 2019; 1-31. Disponible en: <https://www.scielo.org.mx/pdf/rms/v82n1/2594-0651-rms-82-01-159.pdf>
116. Arroyo G & Suárez C. Una propuesta de construcción de categorías desde la teoría fundamentada: la categorización familiar. [Internet]. 2016. Disponible en: <https://amieedu.org/actascimie15/wp-content/uploads/2016/06/Contribution243.pdf>
117. Aguilar S & Barroso J. La triangulación de datos como estrategia en investigación educativa. Píxel-Bit, Revista de Medios y Educación. núm. 47[Internet]. 2015;(47):73–88. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/368/36841180005.pdf>
118. Torres A. El transitar en el proceso investigativo hacia la triangulación. [Internet]. 2020. [Material del aula]. Desarrollo de la Propuesta – Triangulación de Métodos, Universidad Nacional Experimental del Táchira, San Cristóbal, Venezuela. Disponible en: https://www.academia.edu/44704471/El_transitar_en_el_proceso_investigativo_hacia_la_triangulacion_Torres_2020
119. Donolo D. La triangulación Procedimiento incorporado a nuevas metodologías de investigación. P1-10. [Internet]. 2009 p1-3. Disponible en: <https://recyt.fecyt.es/index.php/pixel/article/view/61672/37683>
120. Ferrada J. Sobre la noción de cuerpo en Maurice Merleau-Ponty Cinta moebio. [Internet]. 2019. 65: 159-166 doi: 10.4067/S0717-554X2019000200159. Disponible en: <https://www.scielo.cl/pdf/cmoebio/n65/0717-554X-cmoebio-65-00159.pdf>
121. Amador S. Caracterización de hábitos alimentarios y estado nutricional. [Internet]. 2019 Disponible en: <https://revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/login>
122. OMS. Constitución. [Internet]. 2023. Página web. Disponible en: <https://www.who.int/es/about/governance/constitution#:~:text=La%20salud%20es%20un%20estado,o%20condici%C3%B3n%20econ%C3%B3mica%20o%20social.%202023>
123. García G, Givaduan M, Ramírez M, Valdez E, Pick S. El cuidado de la salud como semilla para el desarrollo: experiencia de un programa basado en habilidades para la vida y reducción de barreras psicosociales. [Internet]. 2017: 2-12. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/3589/358953728002.pdf>
124. Aranda C, Moreno D & Frías M. Diferencias entre apoyo social y ambiente familiar en adolescentes con reportes de bienestar subjetivo. [Internet]. 2020:2-19. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/213/21363396006/21363396006.pdf>

125. Corchuelo F, Cejudo C, Tirado R. Influencia del apoyo familiar y escolar en el compromiso conductual de los estudiantes. Análisis multínivel en un IES de compensación educativa. *Rev. complut. educ* [Internet]. 19 de febrero de 2019 [citado 8 de diciembre de 2023];30(2):605-22. Disponible en: <https://revistas.ucm.es/index.php/RCED/article/view/57883>
126. Martínez I. Los estilos de aprendizaje y de enseñanza: análisis y diagnóstico en educación superior de Centro Internacional de Estudios Superiores del Español, CIESE-Comillas (España) [Internet]. 2019 [citado 2022 Dic 6];12:28-41. Disponible en: <https://revistaestilosdeaprendizaje.com/article/view/1317>
127. Cabeza M. La orientación educativa en la universidad desde la perspectiva de los profesores [Internet]. 2017 [citado 2024 Dic 6];9:39-45. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2218-36202017000300006
128. Martínez H. La familia: una visión interdisciplinaria. *Revista Médica Electrónica*. [Internet]. 2015. 37. 523-534. 2015. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/317517750_La_familia_una_visión_interdisciplinaria
129. Llanos D y Martínez R. Una breve reflexión epistemológica sobre la sociedad ideal aristotélica y la polis griega, según su obra política. *Provincia*, núm. 35, pp. 151-167,[Internet]. 2016. Universidad de los Andes. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/555/55548904006/html/>
130. Díaz C & Viveros M. El rol de la familia en el bienestar emocional y académico de los estudiantes universitarios. *Revista de Psicología Educativa*, [Internet]. 2020;28(3), 123-135.
131. Martínez L & Pérez J. Migración interna y educación: desafíos y oportunidades para los estudiantes universitarios. *Revista Iberoamericana de Educación*, [Internet]. 2023;22(1), 78-92. Disponible en: <https://publications.iadb.org/es/migracion-y-educacion-desafios-y-oportunidades>
132. González F & Castro C. Juventud, universidad y vulnerabilidad social: desafíos y perspectivas. Editorial Académica. [Internet]. 2017.
133. Jaramillo J., Ossa N., Carrillo M. El aprendizaje de los estudiantes de enfermería en interacción con el docente experto. [Internet]. 2020;1-14. Disponible en: <https://revistas.ufps.edu.co/index.php/cienciaycuidado/article/view/2269>
134. Alvarado I, Vega Z, Cepeda M, Del Bosque E & Cruz, Ó. Impacto de Programa Institucional de Tutorías desde la opinión de los estudiantes de la Licenciatura en Psicología. *Revista Intercontinental De Psicología Y Educación*, [Internet]. 2018; 20(1-2), 87-103. Disponible en: <https://psicologiayeducacion.uic.mx/index.php/1/article/view/49>
135. Díaz G, Bustamante S, Mora S. Percepción de los estudiantes de enfermería acerca del ambiente educacional tras la implantación de una innovación curricular en la Universidad de Chile. FEM (Ed. impresa) [Internet]. 2017 [citado 2024 Nov 08] ; 20(6): 279-286. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2014-

[9832201700060005&lng=es.%20%C2%A0Epub%C2%A016-Ago-2021.%C2%A0%20https://dx.doi.org/10.33588/fem.206.919.](https://doi.org/10.33588/fem.206.919)

136. Gibson MA, Hidalgo N. Bridges to success in high school for migrant youth [Internet]. Teachers College Record. 2009 [citado 2024 Nov 8];111:683-711. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6714257>
137. Angulo Á, Urbina F. Implementación y retos de la tutoría integral: indicadores y percepción de estudiantes en tres universidades del norte de México. RLEE [Internet]. 3 de septiembre de 2021 [citado 2 de diciembre de 2023];51(3):201-30. Disponible en: <https://rlee.ibero.mx/index.php/rlee/article/view/393>
138. Gil M, López ÓC, Pastor RM, Pérez EE. Plan de orientación universitaria para los estudiantes de nuevo ingreso. Programación de acciones y elaboración de materiales [Internet]. 2018 [citado 2024 dic 8];29:41-54. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6714257>
139. Fernández L, Gutiérrez Ilave M, Moromi Nakata H, Bustos de la Cruz J, Guillén Pariona M, del Solar C, et al. Experiencia de implementación de un programa de tutoría a estudiantes ingresantes de la Facultad de Odontología [Internet]. 2014 [citado 2024 dic 8];14:1-5. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/307143431_Experiencia_de_Implementacion_de_un_Programa_de_Tutoria_a_estudiantes_Ingresantes_de_la_Facultad_de_Odontologia
140. Andrade C, Alves P, Fernandes J, Coutinho F. A web platform to support mentoring programs in higher education. 1-6. 10.23919/CISTI49556. [Internet]. 2020.9140982. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/342966672_A_web_platform_to_support_mentoring_programs_in_higher_education/citation/download

ANEXOS

ANEXO 1 CONSENTIMIENTO INFORMADO INFORMANTES CLAVE

PARTE I: INFORMACIÓN PARA EL CONSENTIMIENTO INFORMADO

ENTREVISTAS A PROFUNDIDAD A ESTUDIANTES MIGRANTES INTERNAZOS ACADÉMICOS

Título de la investigación: *Cuidar de Si de los Estudiantes de Enfermería en situación de migración interna académica desde una Visión Holística.*

Institución que interviene en la investigación: Universidad de Carabobo. Venezuela

Investigador principal que levantan la información: Miryam Elizabeth Toapanta Cacuango

Introducción: Se está investigando sobre el significado que tiene para los estudiantes en situación de migración interna académica como es el cuidar de si, desde una mirada holística. Me interesa Cualquier duda que surja en cualquier momento, por favor exprésela y con gusto le informaré lo que requiera. A continuación, se detalla el estudio de investigación y la información que usted necesita conocer antes de decidir participar en este estudio.

Objetivo de la investigación: El objetivo es Construir una aproximación teórica descriptivo/comprendativo

Procedimiento: Usted ha sido invitado a participar en este estudio porque es un estudiante en situación de migración interna académica. Su participación consistirá en mantener una reunión con un investigador quien realizará preguntas abiertas sobre el tema a tratar (entrevista a profundidad). La entrevista se efectuará de manera virtual, *será anónimo* (podrán elegir el nombre de a flor que más les guste). La reunión iniciará con el proceso de información y obtención del consentimiento informado para su participación, en el consentimiento se le solicita grabar la entrevista, además, que de ser necesario se volverá a tener 2 o 3 entrevistas posteriores para confirmación de la información proporcionada.

Condiciones y duración: Si usted decide participar, la reunión se realizará en un espacio seguro y tendrá una duración de 30 minutos a 1 hora.

Riesgos o molestias: Su participación no genera ningún riesgo.

Beneficios: Su participación permitirá concretar el estudio y con esto, obtener un primer acercamiento a la realidad respecto a los sentimientos, percepciones, emociones que usted expresa en el momento de en que usted es un estudiante migrante interno académico, para garantizar el autocuidado más humanizado. Más adelante, este estudio será la base para elaborar políticas institucionales de acompañamiento en las unidades académicas.

Confidencialidad: Toda la información es confidencial. Sus datos, la grabación y la información que usted proporcione será recogida de manera anónima, para lo cual los investigadores utilizarán un código. La información recogida será utilizada únicamente por los investigadores y se guardará en un archivo digital con clave de acceso. Recuerde que no se compartirán sus datos y sus respuestas no se divulgarán de ninguna forma que permita identificar su identidad personal. Al inicio de la reunión de cada entrevista a profundidad, se informará sobre la confidencialidad.

Costos, incentivos o recompensas: Usted no recibirá ninguna recompensa o incentivo monetario o material por su participación en este estudio. Tampoco existe ningún costo que usted deba cubrir.

Participación voluntaria: Su participación en esta investigación es voluntaria por lo que usted puede elegir participar o no hacerlo.

Derecho a retirarse: Usted tiene derecho a retirarse en cualquier momento, incluso si aceptó participar y sin necesidad de expresar razón alguna para ello.

Comunicación y transferencia de resultados: Los resultados que se obtengan de la investigación serán presentados a quienes participaron en el estudio en un evento académico específico y otro para el público en general. Si usted lo desea, también se le puede socializar mediante correo electrónico, para lo cual será necesario nos indique su correo electrónico. Además, los resultados se utilizarán para elaborar artículos y ponencias, así como base para la elaboración de una guía de atención en salud.

Si usted tiene alguna pregunta sobre el estudio por favor llame al siguiente número de teléfono 0999235725 que pertenece a Miryam E. Toapanta C. (1709462996) o envíe un correo electrónico a miryamtoapanta91@gmail.com

Estudiante de Doctorado de la Universidad de Carabobo

Parte II: FIRMA DEL CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, _____ declaro que he leído este consentimiento informado, que cuento con la información necesaria y he comprendido en qué consiste mi participación en la investigación: *Cuidar de Si de los Estudiantes de Enfermería en situación de migración interna académica desde una Visión Holística*.

Declaro que la/el investigador me ha explicado:

- El objetivo del estudio propuesto.
- Los procedimientos que se emplearán en esta investigación.
- La duración de mi participación.
- Los posibles riesgos y beneficios de mi participación.
- Los mecanismos para garantizar la confidencialidad de los datos, su almacenamiento y los resultados.
- Mi derecho a participar libre y voluntariamente en la investigación, y a retirarme en cualquier momento si lo deseo, sin ninguna consecuencia.
- La confidencialidad de los datos que proporcionaré.

Confirmo que conozco que mi participación es voluntaria e incluso que puedo retirarme cuando lo desee; que la información que proporcione se mantendrá confidencial, es decir que mis respuestas no se divulgarán de ninguna forma que permitan identificar mi identidad.

Confirmo que he hecho preguntas y que me han sido respondidas. Además, en caso de tener dudas conozco que puedo comunicarme con la Mgtr. Miryam E. Toapanta C.

Por lo tanto, ACEPTEO participar en la investigación.

Nombre:

Firma:

A los _____ días, del mes de _____ del 2023

Si usted tiene alguna pregunta sobre el estudio por favor llame al siguiente número de teléfono 0999235725 que pertenece a Miryam E. Toapanta C. (1709462996) o envíe un correo electrónico a miryamtoapanta91@gmail.com

Estudiante de Doctorado de la Universidad de Carabobo

ANEXO 2 CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA AGENTES EXTERNOS

PARTE I: INFORMACIÓN PARA EL CONSENTIMIENTO INFORMADO

ENTREVISTAS A PROFUNDIDAD A AGENTOS EXTERNOS DOCENTES DE ENFERMERÍA/FAMILIARES

Título de la investigación: *Cuidar de Si de los Estudiantes de Enfermería en situación de migración interna académica desde una Visión Holística.*

Institución que interviene en la investigación: Universidad de Carabobo. Venezuela

Investigador principal que levantan la información: Miryam Elizabeth Toapanta Cacuango

Introducción: Se está investigando sobre el significado que tiene para los estudiantes en situación de migración interna académica como es el cuidar de si, desde una mirada holística. Me interesa Cualquier duda que surja en cualquier momento, por favor exprésela y con gusto le informaré lo que requiera. A continuación, se detalla el estudio de investigación y la información que usted necesita conocer antes de decidir participar en este estudio.

Objetivo de la investigación: El objetivo es Construir una aproximación teórica descriptivo/comprenditivo

Procedimiento: Usted ha sido invitado a participar en este estudio porque es un estudiante en situación de migración interna académica. Su participación consistirá en mantener una reunión con un investigador quien realizará preguntas abiertas sobre el tema a tratar (entrevista a profundidad). La entrevista se efectuará de manera virtual, *será anónimo* (podrán elegir el nombre de a flor que más les guste). La reunión iniciará con el proceso de información y obtención del consentimiento informado para su participación, en el consentimiento se le solicita grabar la entrevista, además, que de ser necesario se volverá a tener 2 o 3 entrevistas posteriores para confirmación de la información proporcionada.

Condiciones y duración: Si usted decide participar, la reunión se realizará en un espacio seguro y tendrá una duración de 30 minutos a 1 hora.

Riesgos o molestias: Su participación no genera ningún riesgo.

Beneficios: Su participación permitirá concretar el estudio y con esto, obtener un primer acercamiento a la realidad respecto a los sentimientos, percepciones, emociones que usted expresa en el momento de en que usted es un estudiante migrante interno académico, para garantizar el autocuidado más humanizado. Más adelante, este estudio será la base para elaborar políticas institucionales de acompañamiento en las unidades académicas.

Confidencialidad: Toda la información es confidencial. Sus datos, la grabación y la información que usted proporcione será recogida de manera anónima, para lo cual los investigadores utilizarán un código. La información recogida será utilizada únicamente por los investigadores y se guardará en un archivo digital con clave de acceso. Recuerde que no se compartirán sus datos y sus respuestas no se divulgarán de ninguna forma que permita identificarse su identidad personal. Al inicio de la reunión de cada entrevista a profundidad, se informará sobre la confidencialidad.

Costos, incentivos o recompensas: Usted no recibirá ninguna recompensa o incentivo monetario o material por su participación en este estudio. Tampoco existe ningún costo que usted deba cubrir.

Participación voluntaria: Su participación en esta investigación es voluntaria por lo que usted puede elegir participar o no hacerlo.

Derecho a retirarse: Usted tiene derecho a retirarse en cualquier momento, incluso si aceptó participar y sin necesidad de expresar razón alguna para ello.

Comunicación y transferencia de resultados: Los resultados que se obtengan de la investigación serán presentados a quienes participaron en el estudio en un evento académico específico y otro para el público en general. Si usted lo desea, también se le puede socializar mediante correo electrónico, para lo cual será necesario nos indique su correo electrónico. Además, los resultados se utilizarán para elaborar artículos y ponencias, así como base para la elaboración de una guía de atención en salud.

Si usted tiene alguna pregunta sobre el estudio por favor llame al siguiente número de teléfono 0999235725 que pertenece a Miryam E. Toapanta C. (1709462996) o envíe un correo electrónico a miryamtoapanta91@gmail.com

Estudiante de Doctorado de la Universidad de Carabobo

Parte II: FIRMA DEL CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, _____ declaro que he leído este consentimiento informado, que cuento con la información necesaria y he comprendido en qué consiste mi participación en la investigación: *Cuidar de Si de los Estudiantes de Enfermería en situación de migración interna académica desde una Visión Holística*.

Declaro que la/el investigador me ha explicado:

- El objetivo del estudio propuesto.
- Los procedimientos que se emplearán en esta investigación.
- La duración de mi participación.
- Los posibles riesgos y beneficios de mi participación.
- Los mecanismos para garantizar la confidencialidad de los datos, su almacenamiento y los resultados.
- Mi derecho a participar libre y voluntariamente en la investigación, y a retirarme en cualquier momento si lo deseo, sin ninguna consecuencia.
- La confidencialidad de los datos que proporcionaré.

Confirmo que conozco que mi participación es voluntaria e incluso que puedo retirarme cuando lo desee; que la información que proporcione se mantendrá confidencial, es decir que mis respuestas no se divulgarán de ninguna forma que permitan identificar mi identidad.

Confirmo que he hecho preguntas y que me han sido respondidas. Además, en caso de tener dudas conozco que puedo comunicarme con la Mgtr. Miryam E. Toapanta C.

Por lo tanto, ACEPTO participar en la investigación.

Nombre:

Firma:

A los ____ días, del mes de _____ del 2023

Si usted tiene alguna pregunta sobre el estudio por favor llame al siguiente número de teléfono 0999235725 que pertenece a Miryam E. Toapanta C. (1709462996) o envíe un correo electrónico a miryamtoapanta91@gmail.com

Estudiante de Doctorado de la Universidad de Carabobo

ANEXO 3 GUÍA DE ENTREVISTA PARA INFORMANTES CLAVE

GUIA DE ENTREVISTA A PROFUNDIDAD A INFORMANTES CLAVE

Se realizará las entrevistas a profundidad a los estudiantes migrantes internos, docentes de enfermería y familiares de los estudiantes, que desean voluntariamente participar en el proyecto de investigación, teniendo como guía las siguientes preguntas:

- ¿Qué significado tiene el cuidar de sí para el estudiante de enfermería migrante interno académico?
- ¿Qué acciones o qué prácticas adopta para cuidarse a sí mismo en su salud física: en cuanto a la alimentación, el descanso, el sueño, la realización de actividad física y en su salud espiritual?
- ¿Cuál es la percepción que tiene el estudiante de enfermería migrante interno académico sobre el alcance de sus objetivos de enseñanza-aprendizaje?

ANEXO 4 GUÍA DE ENTREVISTA PARA AGENTES EXTERNOS DOCENTES

GUIA DE ENTREVISTA A PROFUNDIDAD A LOS AGENTES EXTERNOS DOCENTES

Se realizará las entrevistas a profundidad a los estudiantes migrantes internos, docentes de enfermería y familiares de los estudiantes, que desean voluntariamente participar en el proyecto de investigación, teniendo como guía las siguientes preguntas:

1. Como docente ¿cómo cree usted que los estudiantes migrantes internos viven el cuidar de sí mismos desde que migró por razones académicas?
2. A partir de su experiencia docente, ¿qué importancia le ve usted al cuidado de si mismo por parte de los estudiantes migrantes por lo que respecta a la salud física respecto al cuidado de su alimentación, descanso, sueño, actividad física y el aspecto espiritual?
3. Me podría decir ¿Qué percepción tiene usted en los estudiantes migrantes sobre el alcance de los objetivos de enseñanza-aprendizaje? ¿cree usted que los alcanzó durante el semestre?

ANEXO 5 GUÍA DE ENTREVISTA PARA AGENTES EXTERNOS FAMILIARES

GUIA DE ENTREVISTA A PROFUNDIDAD A LOS AGENTES EXTERNOS FAMILIARES

Se realizará las entrevistas a profundidad a los estudiantes migrantes internos, docentes de enfermería y familiares de los estudiantes, que desean voluntariamente participar en el proyecto de investigación, teniendo como guía las siguientes preguntas:

1. Como familiar ¿qué significa para usted el cuidarse así mismo en lo relacionado a su estado de salud física (alimentación, descanso, sueño, actividad física), y aspectos espirituales desde que su hija migró como estudiante de enfermería migrante interno? Por favor, describa lo que ha observado.
2. ¿De qué manera apoya usted a su familiar en su proceso de estudio y adaptación como estudiante de enfermería migrante interno, especialmente en lo relacionado con su bienestar y salud física y emocional?
3. ¿Cree usted qué su hija después que migró internamente ha alcanzado las metas académicas? ¿Usted cree que este proceso de migración ha influido en su núcleo familiar positiva o negativamente?