



UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA  
INSTITUTO NACIONAL DE ENFERMERÍA  
DEPARTAMENTO DE SALUD MENTAL

**CONCEPCIÓN DEL TIEMPO LIBRE DE LAS  
LICENCIADAS EN ENFERMERÍA DEL TURNO  
MATUTINO DEL HOSPITAL DE CLÍNICAS PERÍODO  
COMPRENDIDO ENTRE EL PRIMERO Y EL QUINCE  
DE AGOSTO DE 1996**

**AUTORES:**

Br. Delorrio, Fabiana  
Br. Gamarra, Claudia  
Br. Pallares, Elena  
Br. Ruiz, Alejandra  
Br. Salvo, Lourdes

**TUTORES:**

Lic. Enf. Grove, Rosario  
Br. Meliá, Silvia

Facultad de Enfermería  
BIBLIOTECA  
Hospital de Clínicas  
Av. Italia s/n 3er. Piso  
Montevideo - Uruguay

**Montevideo, 1996**

## **ÍNDICE**

- Resúmen .....	pág. 1
- Summary .....	pág. 2
- Introducción .....	pág. 3
- Marco Conceptual .....	pág. 4
- Marco Referencial .....	pág. 9
- Problema .....	pág. 10
- Objetivos .....	pág. 10
- Diseño Metodológico. Muestra. ....	pág. 10
- Instrumento .....	pág. 10
- Análisis .....	pág. 12
- Conclusiones .....	pág. 22
- Propuesta .....	pág. 23
- Bibliografía .....	pág. 24

## **ÍNDICE DE ANEXOS**

**Anexo I .....pág. 1**

**Anexo II.....pág. 5**

## RESUMEN

El presente trabajo se realizó por cinco estudiantes de la generación '90 como requisito curricular de la carrera Licenciatura en Enfermería. El mismo fue llevado a cabo en el Hospital de Clínicas "Dr Manuel Quintela", Montevideo, en el período comprendido entre el primero y el quince de agosto de 1996.

El objetivo de este trabajo es conocer la concepción que tiene la Licenciada en Enfermería sobre el *tiempo libre*. Es una investigación de tipo descriptivo que aborda un tema que muy pocas veces se cuestiona. Se aplicó un cuestionario a las Licenciadas del turno matutino.

La existencia de *tiempo libre* en nuestras vidas es algo fundamental para poder alcanzar un equilibrio bio-psico-social, creemos necesario el disfrute del tiempo que dispone el individuo, una vez que deja las actividades condicionadas por factores que no son de su voluntad, este disfrute puede funcionar como canalizador de las tensiones que vive, en este caso, la enfermera en su rol profesional, familiar y social.

La búsqueda de información que nos acercara al tema *tiempo libre de la enfermera* se hizo difícil. No existen estudios que sirvan de apoyo para orientar este trabajo por lo cual consideramos oportuno indagar que concepción tienen algunas personas vinculadas a nuestra profesión, con la finalidad de rescatar respuestas que nos orientaran acerca del tema.

Se realizó un sondeo informal a trabajadores de la salud en áreas públicas y privadas para obtener algún indicio empírico empleando la siguiente pregunta: *¿Qué entiende usted por tiempo libre?*

Fueron veinte las personas indagadas; a la mayoría la pregunta le provocó risa y alguna respuesta irónica: "¿qué es eso?", "no existe". Otras respuestas desviaron el sentido de la pregunta: "no tengo tiempo libre". Esto nos permitió obtener una primera impresión ante las pocas posibilidades de las entrevistadas de hacer uso del tiempo libre, no aportan un criterio meditado sobre el mismo. La sola mención del tema orienta a la burla, en lo que interpretamos una manifestación de imposibilidad de acceder a algo que parecería ideal. No se le da al tiempo libre la importancia que tiene en la vida del individuo.

*¿Cómo puede la Licenciada en Enfermería acceder a su tiempo libre si no hay primero reconocimiento de su importancia?*

Para abordar el *tiempo libre* se tomó una muestra de conveniencia de cuarenta y <sup>65</sup>nueve Licenciadas. Según las respuestas pudimos distinguir que las Licenciadas correspondientes a los grupos etáreos mayor de cuarenta años y entre treinta y cuarenta años, brindaron respuestas favorables al compararlas respecto a nuestra concepción de tiempo libre. En el grupo entre treinta y cuarenta años las encuestadas contaban con más obligaciones familiares (pareja estable, hijos menores de doce años) y obligaciones laborales (multiempleo).

En cambio en las Licenciadas mayores de cuarenta años se observó que no tienen en su mayoría pareja estable, sus hijos son mayores de doce años (con menor nivel de dependencia), tienen un solo empleo y cuentan con apoyo en las tareas domésticas. Todo esto les da una mayor posibilidad de acceder a su tiempo libre. ¿Podrá ser esto consecuencia de que a los cuarenta años la mujer se encuentra en una etapa adulta y pueda valorar más la necesidad de tiempo libre en su vida?

*Pensamos que sería necesario hacer un corte en nuestras vidas para reflexionar acerca de la importancia que le estamos dando al tiempo libre, y cuál es nuestra calidad de vida.*

## SUMMARY

This investigation was made by five students of generation '90 as a curricular requirement of the Nurse's career. It was developed in the Clínicas Hospital " Dr Manuel Quintela " , (Montevideo), in the period from the first to the fifth of August.

The main objective of our work is to know the nurses's thought about spare time. It is a descriptive investigation about a topic that nurses forget very often. A questionnaire was applied in the nurses's group that works in this place during the morning. We thought spare time is very important in human life in the way to reach a bio-psyco-social equilibrium. We believe it works as a way of control of professional and family tensions.

It was very difficult to find information about the topic *nurses's spare time*. There are not investigations about this topic so we decided to investigate the nurses and other people vinculated to this profession's thoughts about spare time.

We asked them in public and private institutions. The question was: *What do you understand as spare time ?* We asked twenty people to answer this question. A high rate of people started to smile and showed an ironical expression.

Some people told that they had not got spare time. So we can say that our first impression was that nurses do not recognise the importance of the spare time in the human being's life.

*How can the nurse accede to her spare time if she can not recognise its importance ?*

The group of nurses that works in the Clínicas Hospital (forty nine nurses) was divided into three groups (people under thirty years, between thirty and forty years, and over forty years). We saw that people over forty years and nurses between thirty and forty years gave favourable answers (they had the same spare time's conception than us). Nurses between thirty and forty years had her own families with children under twelve years, and two works. On the other hand, nurses over forty years had children over twelve years (being more independent), had only one work, had help to do the chores, and some of them are divorced. As a result nurses over forty years had a bigger possibility to accede to their free time. Could it be the fact's consequence that women of forty years are in an adult stage, and they can value more the necessity of spare time in their lives?

*We thought that it is necessary to stop our activities in order to think about the importance of spare time in our life's quality.*

## INTRODUCCION

Este trabajo es realizado por un grupo de cinco estudiantes de la Generación Noventa del Instituto Nacional de Enfermería ( I.N.D.E.) que cursan cuarto año de la carrera Licenciatura en Enfermería. El I.N.D.E. está ubicado en el tercer piso del Hospital de Clínicas "Dr. Manuel Quintela", Montevideo, República Oriental del Uruguay.

Es un estudio de tipo descriptivo que se propone conocer que entiende la Licenciada en Enfermería por *tiempo libre*. Sus resultados pueden ser base y referencia de otros trabajos que aborden esta temática.

Al pensar en *tiempo libre* como tema a investigar, generalmente impresiona como algo banal, y se le resta importancia, cuando en realidad a nuestro criterio el tiempo libre es fundamental para conservar el equilibrio bio-psico-social, obrando como canalizador de las tensiones que se viven cotidianamente. Las características de la vida cotidiana en la actualidad imponen un ritmo acelerado en la búsqueda de satisfacción de necesidades. La enfermería como profesión incorpora además las características propias de su actividad vinculada a la relación directa con la salud, la enfermedad y la muerte.

A los fines de nuestra investigación, consideramos que *tiempo libre* es el que dispone el individuo para sí mismo, determinado libre y voluntariamente ya sea para descansar, divertirse o para satisfacer su desarrollo personal en áreas de su interés, que no estén relacionadas directamente con obligaciones profesionales, familiares y/o sociales.

Se tomó una muestra de Licenciadas en Enfermería (de conveniencia), conformada por las Licenciadas en Enfermería que trabajan en el Hospital de Clínicas en el turno matutino, en el período comprendido entre el primero y el quince de agosto de 1996. Se pudo llegar al 71 % del total, (cuarenta y nueve Licenciadas), dado que el resto tenían certificación médica, estaban con licencia o habían cambiado de turno.

Los datos se recopilaron a través de la aplicación de un cuestionario en entrevista directa a los profesionales.

Con el objetivo de conocer la concepción de las Licenciadas en enfermería sobre el *tiempo libre*, se planteó un objetivo específico: - Identificar aquellas características (como la edad, multiempleo, número de hijos, y la convivencia o no en pareja ) que puedan incidir en la concepción que tiene la Enfermera sobre *tiempo libre*.

Las mayores dificultades que tuvimos para desarrollar la investigación fue la ausencia de material bibliográfico que sirviera de apoyo en los antecedentes sobre este tema. No lo encontramos a nivel de bibliotecas, Internet, ni de personas que desarrollaran trabajos sobre esto.

Material - D. Quintela

## MARCO CONCEPTUAL

El concepto de tiempo se concibe desde diferentes ópticas, es necesario conocerlas para acercarnos a la idea de *tiempo libre* y vincularlo al significado que puede tener para las enfermeras.

Según diferentes autores :

**" El tiempo libre puede facilitar la concecución de los objetivos, pero también puede convertirse en una fuerza opresora a la hora de finalizar las tareas. Puede poner nerviosa a una persona en un contexto y relajarla en otro distinto... Relojes, calendarios, estaciones, vacaciones, aniversarios, todo sirve para indicar el tiempo".\*1**

Consideramos que la Licenciada en Enfermería como todo ser humano se rige por horarios, calendarios, tiempos, y estos pueden afectarla positivamente en el cumplimiento de sus metas y/o negativamente cuando el tiempo parece personalizarse y perseguirla en su trabajo, ambiente familiar, sueño, y la toma prisionera sin poder decidir sus propios criterios para emplearlo.

**" El tiempo reviste tal importancia que a menos que se administre satisfactoriamente no es posible administrar nada más ".\*2**

Pensamos que si no se organizan las actividades diarias teniendo en cuenta los tiempos con que se cuenta, menos se le va a dar a éste la importancia que realmente tiene. El tiempo no se puede acumular ni reservar, por lo cual sería ideal utilizarlo en forma óptima .

**"Cada persona dispone de todo el tiempo que existe, y sin embargo pocas tienen tiempo suficiente".\*3**

Estando de acuerdo con esta afirmación, llegamos a que si las personas no disponen de tiempo suficiente, menos podrán acceder al tiempo libre, el cual creemos que es fundamental en la calidad de vida del individuo para conservar su equilibrio y por ende su bienestar. En este sentido puede tornarse como inalcanzable.

Según Max Neef el ser humano además de necesitar tiempo libre, también tiene la necesidad de subsistencia que se satisface a través de la alimentación, abrigo y trabajo.\*4 Considera que el ocio es otra necesidad del individuo, que debe ser satisfecha para lograr una mejor calidad de vida . Sostiene que para tener ocio se debe tener privacidad, intimidad, espacios de encuentro, tiempo libre, ambientes y paisajes.

\*1 Elaine L. La Mónica . " Dirección y Administración en Enfermería, un enfoque práctico ". " Gestión del tiempo" Editorial Doyma. España 1994. Capítulo 17. Páginas 298-299.

\*2 Drucker 1967.

\*3 Mackenzie 1972.

\*4 Max Neef. " Desarrollo a Escala Humana ". Editorial Nordan. Montevideo 1993.

También en la Declaración Universal de Derechos Humanos, se expresa entre otras cosas que el disfrute del tiempo libre es un derecho del ser humano.\*1

El tiempo libre y el trabajo están concebidos dentro de las necesidades que tiene el individuo para desarrollarse.

Etimológicamente la palabra *trabajo* proviene del latín *tripaliare* : " tortura " derivado de *tripalium* : una especie de cepo o instrumento de tortura, y aún hoy conserva el sentido etimológico de "sufrimiento, dolor". ¿ Existe en el trabajo de enfermería una cuota importante de sacrificio y de sufrimiento ?.

La concepción de trabajo ha venido cambiando a lo largo del tiempo y en la época moderna el " trabajar para vivir " pasó a ser "vivir para trabajar", siendo despreciado el descanso, el ocio y el placer.

De acuerdo a toda esta concepción asumimos para nuestro trabajo la siguiente definición de *tiempo libre*:

**Es el que dispone el individuo para si mismo, determinado libre y voluntariamente, ya sea para descansar, divertirse o para satisfacer su desarrollo personal en áreas de su interés que no estén relacionadas directamente con obligaciones profesionales, familiares y/o sociales.**

*Nota*

El tiempo libre tendría la misión de canalizar las tensiones que la enfermera soporta en su vida cotidiana.

" Las actividades tales como pasear, no hacer nada, distenderse, son generalmente censuradas, y si se llevan a cabo son reconocidas en un contexto de culpa . El trabajo es asociado al bien, el ocio a la culpa y el tiempo destinado a actividades no rentables es considerado como tiempo mal usado". \*2

Enfermería es definida de la siguiente manera: " Es una disciplina científica encaminada a fortalecer la capacidad reaccional del ser humano, (persona, familia, grupo poblacional). La capacidad reaccional del hombre está dada por la lucha continua del mismo por mantener su equilibrio con el medio; es una respuesta individual o grupal frente a alteraciones bio-psico-sociales. Enfoca la atención a través de un proceso integral, humano, continuo, interpersonal, educativo y terapéutico en los diferentes niveles de atención , primario, secundario y terciario".\*3

Creemos que esta definición muestra claramente el rol de enfermería pues la enfermera es la profesional que brinda atención integral a las personas promocionando la salud , previniendo enfermedades, recuperando y rehabilitando; desempeñando tareas de asistencia, docencia, administración e investigación.

\*1 Declaración Universal de Derechos Humanos, aprobada y proclamada por la Asamblea General de las Naciones Unidas el 10 de diciembre de 1948, artículo 24 ( Ver anexos página )

\*2 Licenciada en Enfermería Alma Carrasco. " Sobre el trabajo ... del trabajador de la salud ". Montevideo 1990.

\*3 Definición aprobada por el Claustro ampliado de la Escuela Universitaria de Enfermería el día 8/11/90.



Dadas las características de la Enfermería como profesión , **" Enfermería trabaja en la trastienda del ser humano con lo más íntimo de sus emociones y sentimientos y/o con sus pertenencias más cercanas - su cuerpo doliente en las circunstancias más penosas que le toca vivir, en torno a la enfermedad, la vida y la muerte".\*1**

Existen factores de riesgo que podrían afectar el equilibrio mental de quienes desarrollan esta profesión. Es muy importante la salud mental en enfermería pues en cada relación enfermera - paciente nos involucramos como técnicos - seres humanos, lo cual implica compromiso e inevitablemente movilización de sentimientos. En la relación asistencial se da el entrecruzamiento de la historia personal, de la historia de vida de esos dos seres humanos. De esa historia personal y del momento que estemos atravesando en nuestra vida, dependerá el encare de la situación que tengamos que vivir con el paciente. Por ello nos parece importante mencionar las siguientes palabras: **" La enfermera deberá aprender a poner límites entre lo que son sus conflictos y los del paciente, de otro modo perderá eficacia "**. \*1

Lo ideal sería que la enfermera pudiera elaborar favorablemente todas las vivencias dolorosas, de la frustración e impotencia que experimenta en la relación con sus pacientes, de manera de que toda esa carga afectiva no incidiera en su vida privada, pero dado que somos seres integrales bio-psico-sociales resulta difícil hacerlo y sin duda todo ello incide en nuestras vidas. De ahí se desprende la importancia que tiene para la enfermera el hecho de disponer de tiempo libre para lograr un equilibrio bio-psico-social, de modo de que ese tiempo oficie como válvula de escape, como atenuante ante esa carga emocional que vive en el desempeño de su profesión .

A través del hecho de comprender al otro y de ponerse en el lugar del otro, la enfermera aprende a tratar a cada paciente como un ser único que atraviesa un momento crítico de su vida. Comprende que todas las personas desarrollan mecanismos de defensa diferentes frente a la situación de enfermedad, por lo cual a veces tendrá que relacionarse con pacientes que se tornan muy dependientes, con otros que niegan su enfermedad, otros que se vuelven agresivos verbalmente e incluso agreden a la enfermera, etc... Ella debe saber como manejar la relación enfermera-paciente, enfermera-familia, enfermera-equipo multidisciplinario, enfermera-Institución.

También debe saber decir no cuando se le delegan funciones que no le competen, pues si las asume estaría aumentando su carga. En el mismo artículo se expresa que la enfermera **"se ve sobrepasada por esta carga y desarrolla conductas defensivas..."**. Esto se vincula al Síndrome de Burn-out que es la consecuencia del ejercicio de profesiones como enfermería dado el estrés e insatisfacción que puede llegar a experimentar la enfermera. Cuando la presión comienza a acumularse ocasiona un efecto negativo tanto emocional como físico, que puede perjudicar el desempeño y la salud e incluso deteriorar la capacidad de hacer frente al medio laboral . Surgen así síntomas, que son para la persona más tolerables que admitir su fracaso, o que el reconocer la imposibilidad de cambiar las condiciones de trabajo.

Los síntomas psicosomáticos son: cansancio excesivo y estado de fatiga durante y después del trabajo, y más tarde precedente al mismo. Se asocia falta de concentración, sensación de "vacío mental", trastornos del sueño, cefalea, trastornos gastrointestinales.

Los síntomas psicológicos son: sentimientos de rabia y culpa, reacciones de pérdida de autoestima, negativismo y angustia .

\*1 Artículo de las autoras Carrasco, Gorrasi, Meliá, Probst, Pérez y Rocha. "Una profesión potencialmente alienante". R.U.E. Año 1. Nº 2. Diciembre 1989. Página 31.

Dentro de las características laborales existen condiciones desfavorables tales como:

- bajos salarios que determinan alta frecuencia de doble empleo.
- horarios extensos.
- regimenes de descanso interferentes con el modo habitual de vida de las familias (todo lo cual supone superar las capacidades físicas y mentales de cualquier trabajador).
- falta de equipos y materiales.
- limitadas posibilidades para asumir diferentes formas de educación continuada. Todo esto trae como consecuencia un desgaste prematuro del personal de enfermería. \*1

Enfermería es una profesión que en su mayoría está constituida por mujeres. A pesar de la existencia de un modelo patriarcal predominante en la familia muchas mujeres ingresaron al mercado laboral, y la realidad que vemos en la mayoría de los hogares es que las mujeres se ocupan de los dos roles ( rol ama de casa y rol profesional ). La enfermera además de cumplir su rol como profesional, tiene otros roles que cumplir, por ejemplo independientemente de su estado civil muchas mujeres realizan las tareas domésticas, y a las mujeres con hijos, se le suma la tarea de criarlos y educarlos. Todo esto que se da a nivel del ámbito familiar suma aún más tensión a la enfermera.

**"Un concepto esencial para la organización familiar patriarcal es el de la complementariedad de los roles por el que las tareas instrumentales como ganar dinero a través del trabajo corresponden a los hombres, y las tareas emocionales, tales como fomentar, crear y mantener las relaciones, y criar a los hijos corresponden a la mujer. En este modelo, la organización del poder está basada en la jerarquía masculina".\*2**

En contraste con ese modelo las autoras hablan de un modelo feminista de la familia y dicen lo siguiente: "Aunque muchas personas reconocen que el modelo feminista de la familia sería más satisfactorio desde el punto de vista humano para ambos sexos, es evidente que los hombres tendrían que resignar poder, el que implica status y a menudo dinero, a cambio de recompensas menos tangibles, y que con suma frecuencia no están dispuestos a hacerlo". También nos pareció palpable esta realidad que se menciona: " Pese a la desigualdad de oportunidades y de remuneración y a la falta de respaldo social, las mujeres están trabajando más fuera de su casa; algunas por necesidad y otras por libertad de opción y la autorrealización que eso les brinda...

Cualquiera sean las razones, ahora las mujeres se han ganado la libertad de trabajar a tiempo completo en dos ocupaciones - su carrera y su familia - y han perdido la expectativa social de que ella y sus hijos serán económicamente mantenidos por un hombre. Lo que se necesita para completar este cambio en un sentido que beneficie a toda la familia es que los hombres compartan la responsabilidad de la crianza de los hijos, tanto brindando un apoyo económico como a través de su propia participación, y abandonen la idea de que el objetivo central al que deben dirigir sus energías está en el trabajo fuera del hogar. Esto sin duda implicaría una pérdida de status, dinero y poder para los hombres".

Aquí se ve claramente como la enfermera al poder elegir su profesión, lo cual le puede brindar gratificaciones, también siente el peso de tener que desempeñar dos ocupaciones que le insumen tiempo y que le generan tensiones.

\*1 Artículo escrito por Soledad Sánchez. " Situación de Enfermería en América Latina ". R.U.E. Año 4 . N°2. Julio 1992. Página 4-7.

\*2 S. Walters, Carter, Papp y Silverstein. "La red invisible ". Capítulo: " Hacia una perspectiva feminista en la terapia familiar ". Edición 1991.

Por otro lado es muy difícil que cuenten con el apoyo de su pareja para criar a los hijos, lo cual aumenta aún más el grado de responsabilidad que debe asumir la mujer y por lo tanto aumentan sus tensiones. Todo esto parte del hecho de que la familia como sistema social está basada en la diferencia de roles de acuerdo al género.

Referido al género según las autoras del libro *La Red Invisible*: "Su misión es estructurar las relaciones y organizar las vidas sociales de los dos sexos que habitan el planeta, de modo de asegurar que se cumplan ordenadamente las funciones de procrear, proteger y criar a los niños y garantizar la continuidad social entre las distintas generaciones. Por supuesto, también tiene un fundamento económico, el que está basado, asimismo en el género. Para que los hombres pudieran tener la libertad de explorar, hacer descubrimientos, desarrollar nuevas sociedades o salir a trabajar en oficinas, necesitaban que alguien manejara sus hogares en los que ellos residirían con sus hijos y se ocuparan de las necesidades cotidianas".

Se puede pensar en el incremento de la consolidación familiar, laboral y económica en relación al aumento de la edad.

En la conformación de la familia no solo influye la diferencia de roles, sino también la edad de quienes la conforman. Pensamos que una persona que se encuentra en la edad entre 25 y 55 años es un adulto que tiene establecido su proyecto de vida, en una etapa en la cual ya puede o no tener definida su familia. Se puede haber logrado cubrir necesidades que hacen a la estabilidad del individuo y en una etapa posterior a los 40 años, la vitalidad para emprender el ritmo de la vida va disminuyendo.

## **MARCO REFERENCIAL**

El Hospital de Clínicas lugar donde se desarrolló esta investigación, es Hospital de referencia Nacional, Universitario que atiende a la población más carenciada de todo el país.

La Licenciada en Enfermería del Hospital de Clínicas a diferencia de las Licenciadas de otras Instituciones, además de cumplir la función asistencial, administrativa y de investigación tiene un peso importante en la función docente, por su constante contacto con estudiantes.

La Licenciada del Hospital de Clínicas tiene características especiales tales como:

- Recibe un salario bajo.
- Esta a cargo de todo un piso (que puede llegar a tener hasta 108 pacientes), dada la falta de personal lo que implica una mayor responsabilidad, tensiones y cansancio físico.
- Cuenta con escaso número de Auxiliares de Enfermería, de los cuales alguno puede estar en período de orientación o haciendo práctica honoraria.
- Tiene los siguientes regímenes de trabajo: cinco días de trabajo y dos de descanso, cuatro días de trabajo y dos de descanso, tres días de trabajo y tres días de descanso, dependiendo del Servicio.
- Existen beneficios como por ejemplo la posibilidad de franquear días u horas, vacaciones de julio, día de la Universidad, premio estímulo, dos horas para poder llegar tarde por mes, cuatro horas por mes para tomarlas libres, posibilidad de cambios de turno y descanso. A esto se le suma la posibilidad de licencias: reglamentaria, social, por duelo, mudanza, enlace y estudiantil.

Todo ello incide en la frecuencia con que las Licenciadas acceden a otro empleo, cubriendo necesidades económicas y haciendo uso de un mayor tiempo disponible. Cada vez va quedando menos posibilidad de destinar el tiempo para disponerlo a las actividades de ocio y descanso.

**PROBLEMA:** El problema detectado es que el no reconocimiento del tiempo libre como uno de los satisfactores en la calidad de vida, limita el acceso al mismo.

## **OBJETIVOS:**

**Objetivo General:** Conocer la concepción de las Licenciadas en Enfermería sobre el tiempo libre.

**Objetivo Específico:** Identificar aquellas características ( como la edad, multiempleo, número de hijos y la convivencia o no en pareja ) que pueden incidir en la concepción que tiene la Enfermera sobre el tiempo libre.

**DISEÑO METODOLÓGICO:** Es un estudio de tipo descriptivo. Se eligió este tipo de estudio porque permite dar cuenta de un tema, a nuestro criterio de interés, así como incentivar nuevas líneas de investigación dado que no existen trabajos específicos sobre este tema.

**MUESTRA:** La población objeto de estudio está conformada por el cien por ciento de las Licenciadas en Enfermería que trabajan en el Hospital de Clínicas en el turno matutino en el período comprendido entre el primero y el quince de agosto de 1996. La muestra de conveniencia está conformada por cuarenta y nueve Licenciadas en Enfermería de esa población.

**INSTRUMENTO:** La forma de recopilar datos es a través de una entrevista personal a las enfermeras, en la cual se utilizó un cuestionario (estructurado) instrumento que permitió recolectar y registrar en forma ordenada la información. El cuestionario es seleccionado dado su bajo costo y por su capacidad para obtener, cuantificar, analizar e interpretar datos estadísticos en un menor período de tiempo.

Dicho cuestionario se aplicó con la finalidad de obtener información acerca del tiempo libre de la Licenciada en Enfermería. Para el mismo se concibieron preguntas estructuradas, mayoritariamente cerradas con el objetivo de lograr precisión y poner a prueba las concepciones que teníamos desde nuestra base teórica.

Si bien también existen preguntas abiertas, fueron planteadas así para favorecer el diálogo, pero teníamos previstas las posibles respuestas.

Al elaborar las preguntas establecimos un período de tiempo de "el último mes" para precisar las respuestas y para facilitarle a las personas el recuerdo de los hechos. La finalidad fue que el instrumento tuviera suficiente sensibilidad, que midiera lo que se pretendía medir.

Al iniciar el planteo del cuestionario presentamos una pregunta abierta, con el propósito de poner en situación al entrevistado para reflexionar sobre el tema, sin haber tocado previamente aquellos elementos que consideramos vitales para hablar de tiempo libre. Se establece así un mínimo de diálogo para establecer el *raport* y habilitar e interesar al entrevistado a pensar y a hablar sobre el tema planteado.

En base al Instrumento aplicado la primera pregunta permite agrupar las respuestas de los entrevistados en favorables o no en función de nuestra base conceptual.

Al plantear las preguntas número dos a la número cinco se le ofrecen al entrevistado una serie de respuestas elaboradas a priori en base a nuestro Marco Conceptual.

En la pregunta número nueve se abordan áreas más amplias. por lo cual el período de tiempo manejado es un año.

*Para mi entender la pregunta 9 es importante del cuestionario de seguir las objeciones*

De acuerdo al Marco Conceptual con el que se trabajó , tomamos ciertas características pues resulta difícil abordar una temática como esta que involucra la concepción socio-cultural que tiene cada individuo. Esta serie de características funciona en conjunto, no se pueden deslindar, y es necesario analizar las relaciones de cada persona ( estado civil, edad, relaciones de convivencia, número de trabajos, etc.).

En la pregunta número diez se tomaron tres grupos de edades, diferentes etapas de la vida, con la finalidad de poder comparar a posteriori las diferentes concepciones que manejan estos grupos con respecto al tema.

El final del cuestionario incluye, con un criterio de respeto hacia el entrevistado, un agradecimiento por su colaboración.

## ANÁLISIS:

Respecto al criterio de *tiempo libre*, el mismo fue catalogado en respuestas favorables si se correspondía con nuestra definición conceptual de tiempo libre: es aquel tiempo del cual dispone el individuo para si mismo determinado libre y voluntariamente ya sea para descansar, divertirse o para satisfacer su desarrollo personal en áreas de su interés que no estén relacionadas directamente con obligaciones profesionales familiares y/o sociales.

Como respuestas de las entrevistadas que se consideran favorables obtuvimos: "Es algo necesario", "Es un tesoro muy importante", "Es oro", "Es aquello que nos produce placer", "Es el tiempo dedicado a descansar y disfrutar". Otras tales como "Cuando estoy en mi casa fuera de la Institución", "El que queda luego de trabajar profesionalmente" son consideradas respuestas no favorables en relación a nuestro Marco Conceptual.

En base a esto se obtuvieron 41 respuestas favorables (83%) y 8 respuestas desfavorables (17%), de la muestra total (49 Licenciadas). Con la finalidad de ver la relación entre las edades de las personas y las respuestas favorables o no las separamos en tres grupos etáreos para su análisis. La mayoría de las respuestas favorables, 23 (56%) corresponden al grupo etáreo entre 30 y 40 años, 8 (20%) a menores de 30 años y 10 (24%) a mayores de 40 años.

Encontramos que el mayor número de entrevistadas, 26, correspondiente al 53% pertenecen al grupo etáreo entre 30 y 40 años. De ese total de entrevistadas, 23 personas (94%) brindaron respuestas favorables y 3 personas (6%) dieron respuestas no favorables.

¿Tendrá alguna relación el hecho de que la mayoría de las respuestas favorables corresponden al grupo etáreo comprendido entre 30 y 40 años?

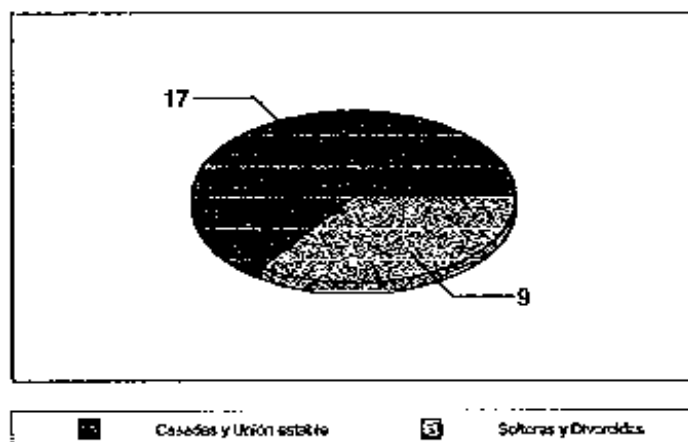
El grupo etáreo menor de 30 años está conformado por 10 personas, 8 de las cuales tuvieron respuestas favorables (80%) y 2 (20%) respuestas desfavorables.

El grupo de Licenciadas mayores de 40 años, constituido por 13<sup>3</sup> personas, brindaron 10 respuestas favorables (76%) y 3 respuestas desfavorables (24%).

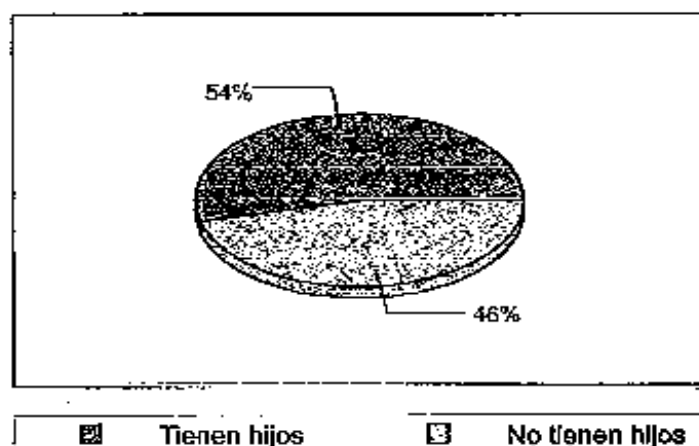
Cómo se puede observar encontramos una distribución heterogénea.

**Características de cada grupo etáreo:** Para analizar las diferencias según las características de convivencia de las entrevistadas agrupamos por un lado a las casadas y a las uniones estables y por otro a las solteras y divorciadas, bajo el supuesto de que la mujer además de cumplir su rol profesional, ocupa parte de su tiempo en la realización de tareas domésticas. Esta sobrecarga de obligaciones se ve incrementada en el grupo de mujeres que conviven con una pareja y más aún si tienen hijos, razón por la cual es imprescindible que cuente con tiempo libre para canalizar esas tensiones y para si misma.

*Segundo*  
El primer grupo es de 9 personas (34%) y el segundo grupo mencionado es de 17 personas (66%).



Encontramos que 12 personas (46%) no tienen hijos, mientras que 14 personas (54%) sí los tienen.



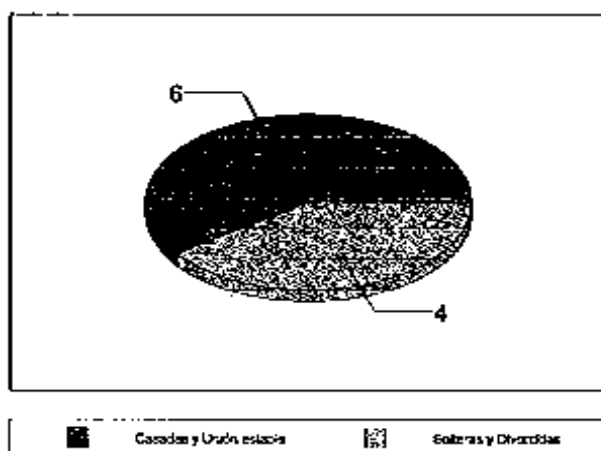
De las mujeres con hijos (14), 3 tienen hijos mayores de 12 años, 7 tienen hijos menores de 12 años y 4 tienen tanto mayores como menores de 12 años.

Según nuestra base conceptual las madres que tienen hijos menores de 12 años tienen mayor demanda de atención y por lo tanto de tiempo por parte de sus hijos.

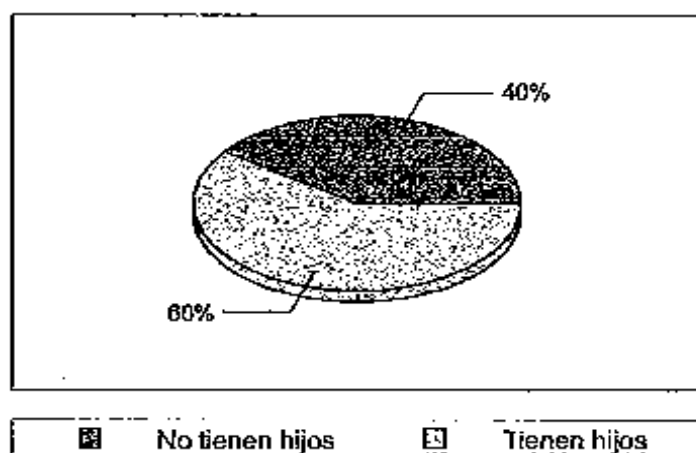
Analizando al grupo etáreo menor de 30 años encontramos que, en el primer grupo ( solteras, viudas y divorciadas ) hay 4 personas ( 40 % ), y en el segundo grupo ( casadas y unión estable )



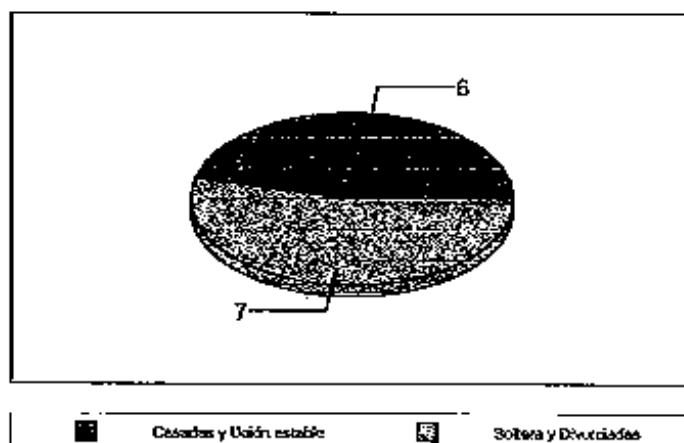
hay 6 personas ( 60% ).



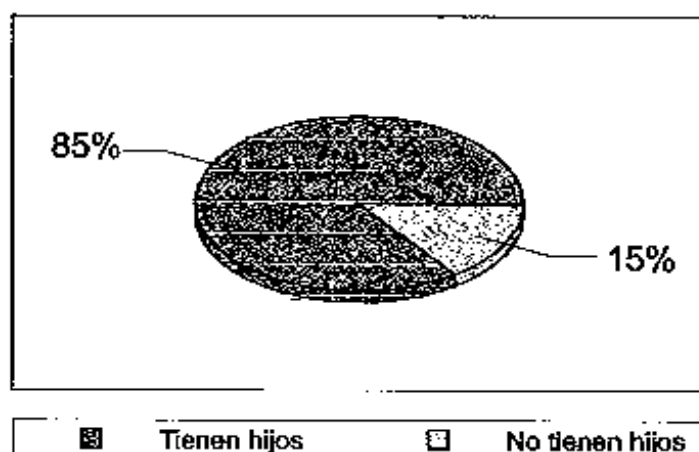
Encontramos que hay 6 personas con hijos (60%), menores de 12 años y 4 personas sin hijos (40%) .



Con respecto al grupo etáreo mayor de 40 años, en el grupo de solteras, viudas y divorciadas hay 7 personas (54%), y en el grupo de casadas y unión estable hay 6 personas (46%).



Hay 11 personas con hijos (85%), y 2 sin hijos (15%).



De las 11 personas con hijos, 10 los tienen mayores de 12 años, y una tiene hijos mayores y menores de 12 años.

Diez de las personas entrevistadas (38%) del grupo entre 30 y 40 años poseen un solo trabajo, mientras que las 16 restantes (62%) tienen más de uno. De estas Licenciadas que respondieron favorablemente al ser preguntadas sobre su criterio de *tiempo libre*, el 62% cuenta con multiempleo lo cual les quita más tiempo para realizar tareas fuera de horario profesional y más aún para dedicárselo a sí misma; y reconocen la necesidad de disponer de tiempo libre en sus vidas como válvula de escape frente a lo que viven diariamente.

De las 10 personas que integran el grupo menor de 30 años, 7 (70%) cuentan con más de un empleo y 3 (30%) cuentan con uno solo.

De las 13 personas correspondientes al grupo etáreo mayor de 40 años, 6 (46%) poseen más de un empleo, y 7 (54%), tienen uno sólo.

Catorce personas (53%) correspondientes al grupo etáreo entre 30 y 40 años, cuentan con apoyo en las tareas de la casa, y 12 personas no poseen apoyo. De las que cuentan con apoyo, 5 (35%) cuentan con empleada y 9 (65%), cuentan con apoyo por parte de un familiar. La mayor parte de las personas que cuentan con apoyo en las tareas de la casa (65%) disponen de la ayuda de un familiar. Quizás esto se deba a la situación socioeconómica del momento pues de esa manera no destina parte de sus ingresos al pago de esa ayuda.

Del grupo etáreo menor de 30 años, 4 personas (40%), cuentan con apoyo en las tareas domésticas y 6 (60%), no lo tienen. De las 4 personas que cuentan con apoyo, 3 cuentan con apoyo de tipo familiar y una cuenta con empleada doméstica.

En el grupo mayor de 40 años, 8 personas cuentan con apoyo en las tareas domésticas, y 5 no lo tienen. De las que cuentan con apoyo, 2 lo tienen de tipo familiar, 5 de tipo empleado y uno en calidad de amigo.

Tomando el grupo de Licenciadas de 30 a 40 años que cuentan con multiempleo, que son 16 personas, 9 (56%) integran el grupo de las casadas o unión estable y 7 (44%) pertenecen al grupo de las solteras-viudas-divorciadas.

Dentro del grupo que cuenta con multiempleo, 8 personas tienen hijos y 8 no los tienen. De las ocho que tienen hijos 4, los tienen mayores de doce años, y 4 menores de doce años. Al considerar las 8 Licenciadas que tienen hijos encontramos que 6 (75%), son casadas y 2 (25%), son divorciadas.

En el grupo etáreo menor de 30 años, con multiempleo, encontramos tres Licenciadas (43%) correspondientes al grupo de las casadas y unión estable, y 4 (57%) en el grupo de las solteras viudas o divorciadas. En este grupo 4 personas (57%) tiene hijos menores de 12 años, y 3 (43%) no los tienen. De las que tienen hijos, 2 personas (50%) son divorciadas, una (25%) es casada, y una (25%) está en unión estable.

En el grupo de Licenciadas mayores de 40 años, y que poseen multiempleo, 3 son casadas, 3 son divorciadas, y todas tiene hijos mayores de 12 años.

En la siguiente tabla se puede observar cuales fueron para los distintos grupos etáreos, las actividades realizadas fuera de la jornada laboral, que le ocuparon mayor tiempo en el último mes.

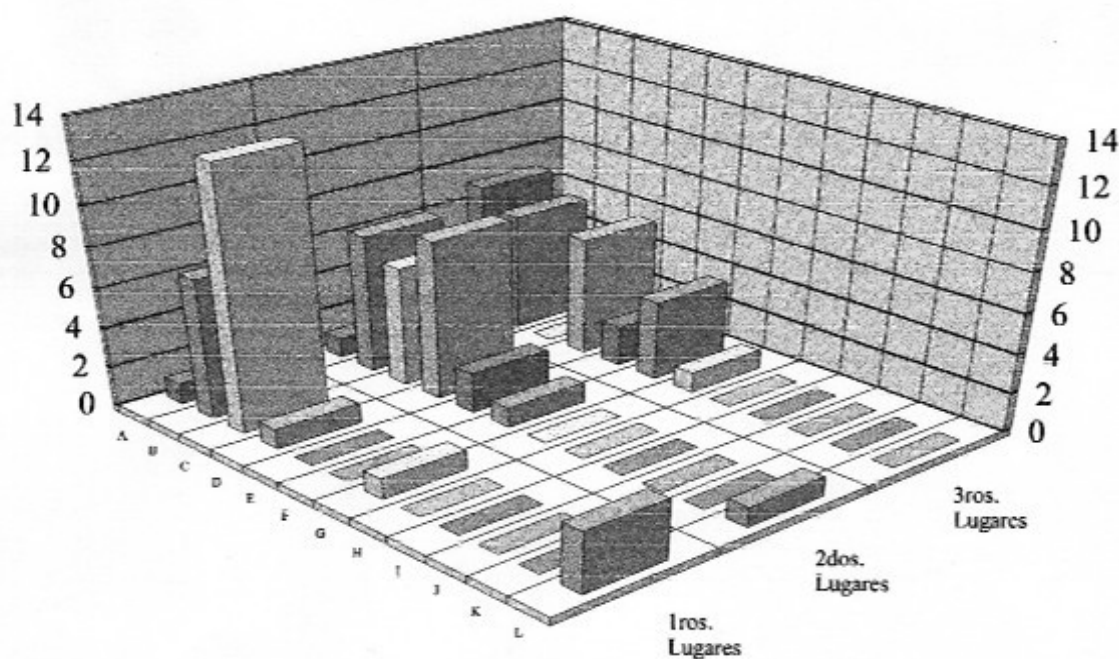
**Actividades realizadas fuera de la jornada laboral que le ocuparon mayor tiempo en el último mes.**

	<b>Lic. 30-40 años</b>	<b>Lic. menores 30 años</b>	<b>Lic. mayores 40 años</b>
<b>1er. lugar</b>	Tareas domésticas	Tareas domésticas	Tareas domésticas
<b>2do. lugar</b>	Higiene personal y fliar.	Elaborac. de alimentos y tareas domésticas	Elaborac. de alimentos
<b>3er. lugar</b>	Traslado	Higiene personal y fliar.	Descansar

Cuando aparece más de una actividad es porque comparten la misma ubicación según las respuestas de las entrevistadas

A continuación se pueden observar gráficas que muestran las actividades que realizó cada grupo etáreo y que les ocupó mayor tiempo en el último mes.

**Gráfica para el grupo etáreo entre 30 y 40 años.**

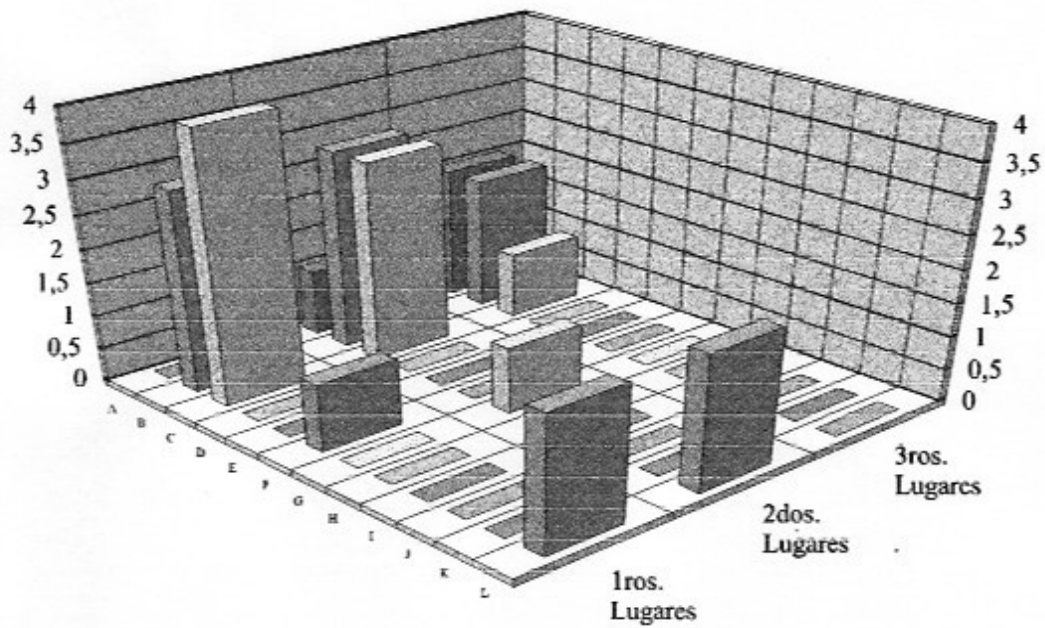


- a- Traslado
- b- Elaboración de alimentos
- c- Tareas domésticas
- d- Higiene personal y familiar

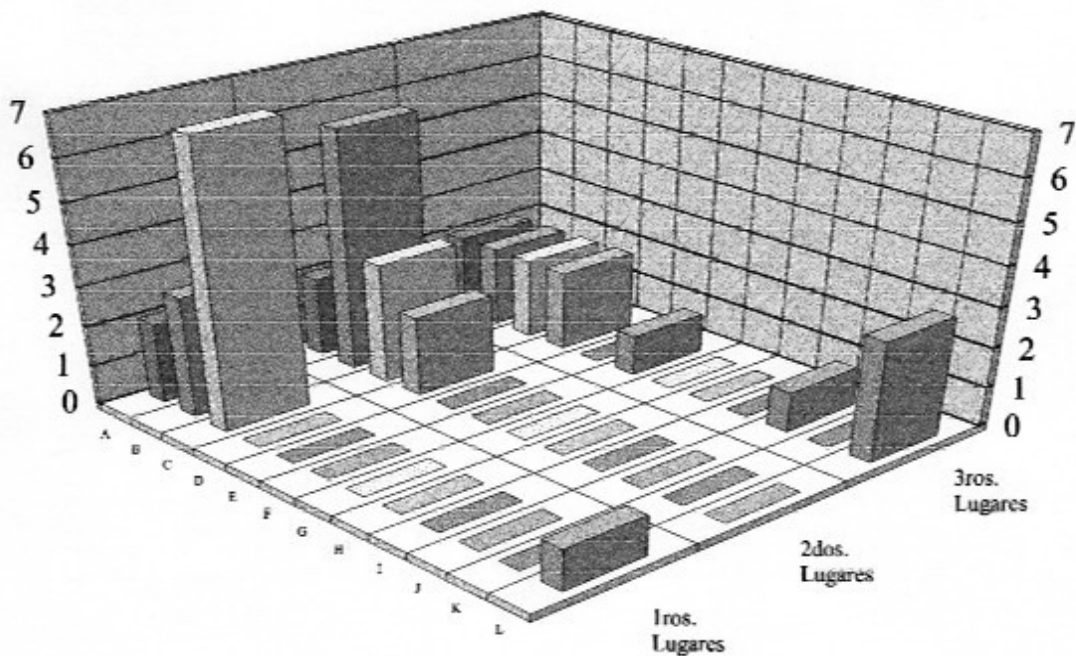
- e- Alimentación
- f- Reuniones con amigos
- g- Actividades al aire libre
- h- Concurrir al cine

- i- Concurrir al teatro
- j- Actividades deportivas
- k- Ocio
- l- Descansar

**Gráfica para el grupo etáreo menor de 30 años.**



**Gráfica para el grupo etáreo mayor de 40 años.**



Consideramos que actividad placentera es aquella actividad que se realiza por propia voluntad y deseo; en cambio es actividad productiva toda aquella que implica trabajo para obtener algo a

cambio, que no es placer. De las actividades mencionadas en el cuestionario consideramos que *traslado, elaboración de alimentos y tareas domésticas*, son actividades productivas; *higiene personal y familiar y alimentación* pueden ser concebidas bajo ambos criterios; *reuniones con amigos, actividades al aire libre, concurrir al cine, concurrir al teatro, actividades deportivas, ocio, descansar*, son actividades placenteras.

La Licenciada en Enfermería Alma Carrasco manifiesta claramente lo que la sociedad tiende a pensar respecto a esto en las siguientes palabras: " las actividades tales como pasear, no hacer nada, distenderse son generalmente censuradas, y si se llevan a cabo son reconocidas en un contexto de culpa, y el tiempo destinado a actividades no rentables es considerado como tiempo mal usado".

Si bien las respuestas de las entrevistadas apuntan a actividades productivas, al comparar estas respuestas con los criterios expresados por ellas al definir tiempo libre, vemos que lo aprecian de la siguiente manera, por ejemplo es: "Oro", "Un tesoro muy preciado".

La próxima tabla muestra las actividades que más les gusta realizar a las Licenciadas en Enfermería correspondientes a cada grupo etáreo.

	Lic. 30-40 años	Lic. menores 30 años	Lic. mayores 40 años
<b>1er. lugar</b>	Actividades al aire libre y descansar	Descansar	Actividades al aire libre
<b>2do. lugar</b>	Elaboración de alimentos y reuniones con amigos	Reuniones con amigos, elab. de alimentos y ocio.	Reuniones con amigos y actividades al aire libre.
<b>3er. lugar</b>	Tareas domésticas e higiene personal y fliar.	Concurrir al cine	Reuniones con amigos.

Cuando aparece más de una actividad es porque comparten la misma ubicación según las respuestas de las entrevistadas.

Al comparar las actividades que más le gusta realizar a cada grupo etáreo con las que les llevaron mayor tiempo en el último mes, en su mayoría son las actividades productivas las que ocuparon mayor tiempo, y las actividades placenteras surgen como las que más les gusta realizar.

Al analizar específicamente al grupo etáreo entre 30 y 40 años, observamos que al irnos alejando del primer lugar se van seleccionando actividades que menos les agradan tales como elaboración de alimentos y tareas domésticas. Quizás esto pueda deberse a que dada nuestra cultura ellas pueden estar condicionadas a mencionar actividades productivas, debido a los prejuicios sociales que pueden considerar las actividades placenteras como algo censurado e improductivo. Estas actividades que aparecen en los últimos lugares por ser no deseadas, son las prioritarias al momento de elegir las que le llevaron mayor tiempo en el último mes.

A continuación se observan las actividades seleccionadas por cada grupo etáreo para realizarlas por propio deseo.

	Lic. 30-40 años	Lic. menores 30 años	Lic. mayores 40 años
<b>1er. lugar</b>	Actividades al aire libre	Reuniones con amigos	Descansar
<b>2do. lugar</b>	Descansar	Descansar	Reuniones con amigos y actividades deportivas
<b>3er. lugar</b>	Reuniones con amigos	Ocio	Actividades al aire libre

Cuando aparece más de una actividad es porque comparten la misma ubicación según las respuestas de las entrevistadas.

Las actividades elegidas para realizarlas por su propio deseo son coincidentes en todos los grupos etáreos con las actividades que más les gusta realizar. Los mismos se contraponen con las actividades mencionadas como las que le insumieron mayor tiempo en el último mes, que es evidente son las que hicieron por no tener otra alternativa para solucionar las situaciones de la vida cotidiana.

La siguiente tabla muestra el número de actividades que pudo realizar en el último mes cada grupo etáreo, de las tres que habían elegido anteriormente.

	Lic. 30-40 años		Lic. menor 30 años		Lic. mayor 40 años	
	F.A.	F. R. %	F.A.	F.R.%	F.A.	F.R.%
<b>Realizaron 3 actividades</b>	5	19	2	20	3	23
<b>Realizaron 2 actividades</b>	12	46	6	60	3	23
<b>Realizaron 1 actividad</b>	8	31	2	20	6	46
<b>Realizaron 0 actividad</b>	1	4	---	---	1	8
	26	100	10	100	13	100

Las personas que integran los grupos etáreos menor de 30 años y entre 30 y 40 años pudieron realizar en su mayoría dos de las tres actividades elegidas por su propio deseo. Mientras que el grupo de las personas mayores de 40 años pudieron realizar en su mayoría al menos una de las actividades mencionadas anteriormente. **"El tiempo reviste tal importancia que a menos que se administre satisfactoriamente no es posible administrar nada más"**.

#### **Motivos por los que no les fue posible realizar las actividades seleccionadas por su propio deseo en el último mes**

	Lic. 30-40 años	Lic. men. 30 años	Lic. may. 40 años	Total
<b>Escaso tiempo</b>	21	5	9	35
<b>Problemas económicos</b>	5	3	4	12
<b>Obligaciones familiares</b>	4	2	1	7
<b>Falta de compañía y cansancio</b>	2	4	3	9
<b>No quiere</b>	1	1	---	2
<b>Total</b>	33	15	17	

Según las entrevistadas de los tres grupos etáreos, el motivo prioritario que no les permitió llevar a cabo las actividades seleccionadas por su propio deseo fue *escaso tiempo*. Esto se vincula a lo expresado en nuestro Marco Conceptual por Mackenzie **" Cada persona dispone de todo el tiempo que existe y sin embargo pocas tienen tiempo suficiente "**.

A continuación se observa cuales fueron las actividades que mas le desagradan a cada grupo etáreo. La suma de los totales de las respuestas no es equivalente al total de las personas, ya que cada una pudo optar por más de una respuesta.

<b>Actividades</b>	Lic. 30-40 años	Lic. men. 30 años	Lic. may. 40 años
<b>Traslado</b>	17	9	12
<b>Elaboración de alimentos</b>	18	6	6
<b>Tareas domésticas</b>	21	10	14
<b>Otras</b>	14	4	10

Las tres actividades más mencionadas coinciden con las actividades que le insumieron mayor tiempo en el último mes.

Las siguientes tablas muestran las mayores limitaciones que han tenido los tres grupos etáreos en el último mes y año.

<b>Limitaciones en el último mes</b>	<b>Lic. 30-40 años</b>	<b>Lic. men. 30 años</b>	<b>Lic. may. 40 años</b>	<b>Total</b>
Problemas económicos	8	4	7	19
Problemas familiares	3	3	2	8
Escaso tiempo	25	10	10	45
No tiene ánimo	5	4	4	13
No tiene compañía	2	2	3	7
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>23</b>	<b>26</b>	

<b>Limitaciones en el último año</b>	<b>Lic. 30-40 años</b>	<b>Lic. men. 30 años</b>	<b>Lic. may. 40 años</b>	<b>Total</b>
Problemas económicos	9	4	9	22
Problemas familiares	4	2	---	6
Escaso tiempo	23	9	11	43
No tiene ánimo	6	3	5	14
No tiene compañía	1	1	2	4
<b>Total</b>	<b>37</b>	<b>19</b>	<b>27</b>	

Observamos que la principal limitación que tuvieron los tres grupos etáreos en el último mes y año fue *escaso tiempo*. Esto coincide con el principal motivo que no les permitió llevar a cabo las actividades seleccionadas por su propio deseo. La mujer por su condición de género tiene que asumir además del rol profesional el rol de ama de casa, y la responsabilidad se incrementa en aquellas que tienen hijos pues se les suma la tarea de criarlos y educarlos.

**TABLA COMPARATIVA ENTRE LOS TRES GRUPOS ETÁREOS.**

	<b>Lic. 30 a 40 años</b>	<b>Lic menores 30 años</b>	<b>Lic mayores 40 años</b>
<b>Respuesta favorable</b>	94%	80%	76%
<b>Respuesta desfavorable</b>	6%	20%	24%
<b>Soltera-Viuda-Divorciada</b>	34%	40%	54%
<b>Casada-Unión estable</b>	66%	60%	46%
<b>Tiene hijos</b>	54%	60%	84%
<b>No tiene hijos</b>	46%	40%	16%
<b>Hijos menores de 12 años</b>	7 personas	6 personas	ninguna
<b>Hijos mayores de 12 años</b>	3 personas	ninguna	10 personas
<b>Hijos may. y men. 12 años</b>	4 personas	ninguna	1 persona
<b>Un trabajo</b>	38%	30%	54%
<b>Más de un trabajo</b>	62%	70%	46%
<b>Apoyo en tareas domest.</b>	53%	40%	61%
<b>No apoyo en t. domest.</b>	47%	60%	39%
<b>Empleada doméstica</b>	5 personas	1 persona	5 personas
<b>Apoyo de un familiar</b>	9 personas	3 personas	2 personas
<b>Apoyo de un amigo</b>	ninguna	ninguna	1 persona



## CONCLUSIONES

Con respecto a la concepción que tienen las Licenciadas en Enfermería sobre el *tiempo libre* a partir del análisis vemos que el 83% de la muestra lo valora.

El grupo etáreo entre 30 y 40 años fue el que brindó el mayor porcentaje de las respuestas favorables, también es el que cuenta con mayor número de personas casadas y en unión estable (66%), e hijos tanto mayores como menores de 12 años (11 Licenciadas). El 68% del mismo cuenta con más de un empleo. Este grupo se ve más exigido en cuanto a la responsabilidad en la atención y cuidado de los hijos con un total de 7 personas con hijos menores de 12 años, y 4 personas tienen hijos mayores y menores de 12 años.

Como conclusión de los datos obtenidos, vimos que este grupo etáreo es el de mayor número de Licenciadas casadas o en unión estable, con hijos y con multiempleo, lo cual le debe dificultar el disponer de tiempo libre. Sin embargo el 94 % tuvo una respuesta favorable con respecto al *tiempo libre*.

El grupo etáreo menor de 30 años tiene un 60 % de personas casadas o en unión estable y es el que cuenta con más alto porcentaje de multiempleo (70%).

En el grupo etáreo mayor de 40 años hay un 46 % de Licenciadas casadas o en unión estable, con hijos mayores de 12 años, y en su mayoría cuentan con un solo empleo. El 61 % de estas Licenciadas cuentan con apoyo en las tareas domésticas siendo éste en su mayoría de tipo empleada doméstica. Esto puede deberse a que las personas mayores de 40 años tengan otra óptica acerca de sus vidas pues ya han tenido posibilidad de trabajar, ahorrar, y quizás tenga más peso en su vida cotidiana hacerse un tiempo libre. El 76 % de dicho grupo tuvo una respuesta favorable con respecto al tiempo libre. Las características de este grupo le dan la posibilidad de acceder al tiempo libre.

Vemos un contraste al comparar los grupos etáreos mayor de 40 años y menor de 30 años, pues de este último un 60 % no cuentan con apoyo en las tareas domésticas, siendo el grupo que menos dispone del mismo.

En los grupos etáreos menor de 30 años y de 30 a 40 años, el apoyo en las tareas domésticas es de tipo familiar lo cual puede ser consecuencia de la imposibilidad de destinar parte de sus ingresos a su pago dada la problemática socioeconómica del país.

Al observar la relación existente entre las distintas edades y la existencia o no de multiempleo se ve claramente que al ir aumentando la edad de las Licenciadas van disminuyendo el número de empleos; quizás esto pueda deberse a que con el paso de los años se han logrado cubrir necesidades que hacen a la estabilidad del individuo, la vitalidad para emprender el ritmo de nuestra vida va disminuyendo y quizás se valore aún más la necesidad de disponer de tiempo libre.

## **PROPUESTA**

Las propuestas que planteamos son las siguientes:

- Motivar la reflexión del colectivo de las Licenciadas en Enfermería sobre el significado que tiene hacer uso del tiempo libre en una profesión donde se viven tantas tensiones. Si pensamos en alimentación no cabe duda de que es algo necesario, pero si se piensa en tiempo libre parece algo banal, pero en realidad eleva nuestra calidad de vida.
- Los resultados de esta investigación pueden servir de utilidad para el desarrollo de talleres dirigidos al personal de Enfermería .

## **BIBLIOGRAFÍA**

- Declaración Universal de Derechos Humanos. Artículo N° 24. 1948.
- Elaine L. La Mónica. Dirección y administración en Enfermería un enfoque práctico. Capítulo 17, Gestión del tiempo. Ed. Doyma. España 1994. Páginas 298-299.
- Gestal Otero J. J. Riesgos del trabajo del personal sanitario. Capítulo 39, Estres en los profesionales sanitarios. Capítulo 40, Burnout. Trabajo en unidades de alto riesgo. Ed. Interamericana. España. 1993.
- Max Neef Manfred A. Desarrollo a Escala Humana. Ed. Nordan. Montevideo 1993.
- Roselló. Diccionario de Psicología. Ed. Elicien. España. 1980.
- Sobrado Enrique. Ser Sujeto. Capítulo, Edad Adulta.
- Walters, Carter y otros. La Red Invisible. Capítulo, Hacia una perspectiva feminista en la terapia familiar. Edición 1991.
- Carrasco Alma. Sobre el trabajo... del trabajador de la salud. Montevideo. 1990.
- R.U.E. N° 2, Año 4. Soledad Sanchez Puñales. Situación de Enfermería en América Latina. Julio 1992. Páginas 4-7.
- R.U.E. N° 2, Año 1. Alma Carrasco, Silvia Meliá y otros. Enfermería una profesión potencialmente alienante. 1989. Página 31.
- Revista Salú N° 5. Trabajadores de los C.T.I. Impermeabilizados?. Mayo-Junio 1994. Página 13-15.

*¿Qué autores?*

**ANEXOS**

# ANEXO I

# DECLARACION UNIVERSAL *de* DERECHOS HUMANOS

Aprobada y proclamada por la Asamblea General  
de las Naciones Unidas el 10 de diciembre de 1948



El 10 de diciembre de 1948 la Asamblea General de las Naciones Unidas aprobó y proclamó la Declaración Universal de Derechos Humanos, cuyo texto completo aparece en las siguientes páginas. A continuación de ese acto histórico, recomendó la Asamblea a todos los estados miembros que publicaran el texto de la Declaración y procuraran que fuese "divulgado, expuesto, leído y comentado, principalmente en las escuelas y demás establecimientos de enseñanza, sin distinción alguna, basada en la situación política de los países o de los territorios."

OFICINA DE INFORMACION PUBLICA  
DE LAS NACIONES UNIDAS

## DECLARACION UNIVERSAL de DERECHOS HUMANOS

### PREAMBULO

CONSIDERANDO que la libertad, la justicia y la paz en el mundo tienen por base el reconocimiento de la dignidad intrínseca y de los derechos iguales e inalienables de todos los miembros de la familia humana;

CONSIDERANDO que el desconocimiento y el menosprecio de los derechos humanos han originado actos de barbarie ultrajantes para la conciencia de la humanidad; y que se ha proclamado, como la aspiración más elevada del hombre, el advenimiento de un mundo en que los seres humanos, liberados del temor y de la miseria, disfruten de la libertad de palabra y de la libertad de creencias;

CONSIDERANDO esencial que los derechos humanos sean protegidos por un régimen de Derecho, a fin de que el hombre no se vea compelido al supremo recurso de la rebelión contra la tiranía y la opresión;

CONSIDERANDO también esencial promover el desarrollo de relaciones amistosas entre las naciones;

CONSIDERANDO que los pueblos de las Naciones Unidas han reafirmado en la Carta, su fe en los derechos fundamentales del hombre, en la dignidad y el valor de la persona humana y en la igualdad de derechos de hombres y mujeres; y se han declarado resueltos a promover el progreso social y a elevar el nivel de vida dentro de un concepto más amplio de la libertad;

CONSIDERANDO que los Estados Miembros se han comprometido a asegurar, en cooperación con la Organización de las Naciones Unidas, el respeto universal y efectivo a los derechos y libertades fundamentales del hombre; y

CONSIDERANDO que una concepción común de estos derechos y libertades es de la mayor importancia para el pleno cumplimiento de dicho compromiso;

(2)

## LA ASAMBLEA GENERAL

### proclama

LA PRESENTE DECLARACION UNIVERSAL DE DERECHOS HUMANOS como ideal común por el que todos los pueblos y naciones deben esforzarse, a fin de que tanto los individuos como las instituciones, inspirándose constantemente en ella, promuevan, mediante la enseñanza y la educación, el respeto a estos derechos y libertades, y aseguren, por medidas progresivas de carácter nacional e internacional, su reconocimiento y aplicación universales y efectivos, tanto entre los pueblos de los Estados Miembros como entre los de los territorios colocados bajo su jurisdicción.

ARTICULO 1 Todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos y, dotados como están de razón y conciencia, deben comportarse fraternalmente los unos con los otros.

ARTICULO 2 1. Toda persona tiene todos los derechos y libertades proclamados en esta Declaración, sin distinción alguna de raza, color, sexo, idioma, religión, opinión política o de cualquier otra índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento o cualquier otra condición.

2. Además, no se hará distinción alguna fundada en la condición política, jurídica o internacional del país o territorio de cuya jurisdicción dependa una persona, tanto si se trata de un país independiente, como de un territorio bajo administración fiduciaria, no autónomo o sometido a cualquier otra limitación de soberanía.

ARTICULO 3 Todo individuo tiene derecho a la vida, a la libertad y a la seguridad de su persona.

ARTICULO 4 Nadie estará sometido a esclavitud ni a servidumbre; la esclavitud y la trata de esclavos están prohibidas en todas sus formas.

ARTICULO 5 Nadie será sometido a torturas ni a penas o tratos crueles, inhumanos o degradantes.

ARTICULO 6 Todo ser humano tiene derecho, en todas partes, al reconocimiento de su personalidad jurídica.

ARTICULO 7 Todos son iguales ante la ley y tienen, sin distinción, derecho a igual protección de la ley. Todos tienen derecho a igual protección contra toda discriminación que infrinja esta Declaración y contra toda provocación a tal discriminación.

ARTICULO 8 Toda persona tiene derecho a un recurso efectivo, ante los tribunales nacionales competentes, que la repare contra actos que violen sus derechos fundamentales reconocidos por la constitución o por la ley.

ARTICULO 9 Nadie podrá ser arbitrariamente detenido, preso ni desterrado.

ARTICULO 10 Toda persona tiene derecho, en condiciones de plena igualdad, a ser oída públicamente y con justicia por un tribunal independiente e imparcial, para la determinación de sus derechos y obligaciones o para el examen de cualquier acusación contra ella en materia penal.

ARTICULO 11 1. Toda persona acusada de delito tiene derecho a que se presuma su inocencia mientras no se pruebe su culpabilidad, conforme a la ley y en juicio público en el que se le hayan asegurado todas las garantías necesarias para su defensa.

2. Nadie será condenado por actos u omisiones que en el momento de cometerse no fueron delictivos según el Derecho nacional o internacional. Tampoco se impondrá pena más grave que la aplicable en el momento de la comisión del delito.

ARTICULO 12 Nadie será objeto de ingerencias arbitrarias en su vida privada, su familia, su domicilio o su correspondencia, ni de ataques a su honra o a su reputación. Toda persona tiene derecho a la protección de la ley contra tales ingerencias o ataques.

(3)

(4)

**ARTICULO 13** 1. Toda persona tiene derecho a circular libremente y a elegir su residencia en el territorio de un Estado.

2. Toda persona tiene derecho a salir de cualquier país, incluso del propio, y a regresar a su país.

**ARTICULO 14** 1. En caso de persecución, toda persona tiene derecho a buscar asilo, y a disfrutar de él, en cualquier país.

2. Este derecho no podrá ser invocado contra una acción judicial realmente originada por delitos comunes o por actos opuestos a los propósitos y principios de las Naciones Unidas.

**ARTICULO 15** 1. Toda persona tiene derecho a una nacionalidad.

2. A nadie se privará arbitrariamente de su nacionalidad ni del derecho a cambiar de nacionalidad.

**ARTICULO 16** 1. Los hombres y las mujeres, a partir de la edad núbil, tienen derecho, sin restricción alguna por motivos de raza, nacionalidad o religión, a casarse y fundar una familia; y disfrutarán de iguales derechos en cuanto al matrimonio, durante el matrimonio y en caso de disolución del matrimonio.

2. Sólo mediante libre y pleno consentimiento de los futuros esposos podrá contraerse el matrimonio.

3. La familia es el elemento natural y fundamental de la sociedad y tiene derecho a la protección de la sociedad y del Estado.

**ARTICULO 17** 1. Toda persona tiene derecho a la propiedad, individual y colectivamente.

2. Nadie será privado arbitrariamente de su propiedad.

**ARTICULO 18** Toda persona tiene derecho a la libertad de pensamiento, de conciencia y de religión; este derecho incluye la libertad de cambiar de religión o de creencia, así como la libertad de manifestar su religión o su creencia, individual y colectivamente, tanto en público como en privado,

(5)

por la enseñanza, la práctica, el culto y la observancia.

**ARTICULO 19** Todo individuo tiene derecho a la libertad de opinión y de expresión; este derecho incluye el de no ser molestado a causa de sus opiniones, el de investigar y recibir informaciones y opiniones, y el de difundirlas, sin limitación de fronteras, por cualquier medio de expresión.

**ARTICULO 20** 1. Toda persona tiene derecho a la libertad de reunión y de asociación pacíficas.

2. Nadie podrá ser obligado a pertenecer a una asociación.

**ARTICULO 21** 1. Toda persona tiene derecho a participar en el gobierno de su país, directamente o por medio de representantes libremente escogidos.

2. Toda persona tiene el derecho de acceso, en condiciones de igualdad, a las funciones públicas de su país.

3. La voluntad del pueblo es la base de la autoridad del poder público; esta voluntad se expresará mediante elecciones auténticas que habrán de celebrarse periódicamente, por sufragio universal e igual y por voto secreto u otro procedimiento equivalente que garantice la libertad del voto.

**ARTICULO 22** Toda persona, como miembro de la sociedad, tiene derecho a la seguridad social, y a obtener, mediante el esfuerzo nacional y la cooperación internacional, habida cuenta de la organización y los recursos de cada Estado, la satisfacción de los derechos económicos, sociales y culturales, indispensables a su dignidad y al libre desarrollo de su personalidad.

**ARTICULO 23** 1. Toda persona tiene derecho al trabajo, a la libre elección de su trabajo, a condiciones equitativas y satisfactorias de trabajo y a la protección contra el desempleo.

2. Toda persona tiene derecho, sin discriminación alguna, a igual salario por trabajo igual.

(6)



3. Toda persona que trabaja tiene derecho a una remuneración equitativa y satisfactoria, que le asegure, así como a su familia, una existencia conforme a la dignidad humana y que será completada, en caso necesario, por cualesquiera otros medios de protección social.

4. Toda persona tiene derecho a fundar sindicatos y a sindicarse para la defensa de sus intereses.

**ARTICULO 24.** Toda persona tiene derecho al descanso, al disfrute del tiempo libre, a una limitación razonable de la duración del trabajo y a vacaciones periódicas pagadas.

**ARTICULO 25.** 1. Toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado que le asegure, así como a su familia, la salud y el bienestar, y en especial la alimentación, el vestido, la vivienda, la asistencia médica y los servicios sociales necesarios; tiene asimismo derecho a los seguros en caso de desempleo, enfermedad, invalidez, vejez u otros casos de pérdida de sus medios de subsistencia por circunstancias independientes de su voluntad.

2. La maternidad y la infancia tienen derecho a cuidados y asistencia especiales. Todos los niños, nacidos de matrimonio o fuera de matrimonio, tienen derecho a igual protección social.

**ARTICULO 26.** 1. Toda persona tiene derecho a la educación. La educación debe ser gratuita, al menos en lo concerniente a la instrucción elemental y fundamental. La instrucción elemental será obligatoria. La instrucción técnica y profesional habrá de ser generalizada; el acceso a los estudios superiores será igual para todos, en función de los méritos respectivos.

2. La educación tendrá por objeto el pleno desarrollo de la personalidad humana y el fortalecimiento del respeto a los derechos humanos y a las libertades fundamentales; favorecerá la comprensión, la tolerancia y la amistad entre todas las naciones y todos los grupos étnicos o religiosos; y promoverá

(7)

el desarrollo de las actividades de las Naciones Unidas para el mantenimiento de la paz.

3. Los padres tendrán derecho preferente a escoger el tipo de educación que habrá de darse a sus hijos.

**ARTICULO 27.** 1. Toda persona tiene derecho a tomar parte libremente en la vida cultural de la comunidad, a gozar de las artes y a participar en el progreso científico y en los beneficios que de él resulten.

2. Toda persona tiene derecho a la protección de los intereses morales y materiales que le correspondan por razón de las producciones científicas, literarias o artísticas de que sea autora.

**ARTICULO 28.** Toda persona tiene derecho a que se establezca un orden social e internacional en el que los derechos y libertades proclamados en esta Declaración se hagan plenamente efectivos.

**ARTICULO 29.** 1. Toda persona tiene deberes respecto a la comunidad puesto que sólo en ella puede desarrollar libre y plenamente su personalidad.

2. En el ejercicio de sus derechos y en el disfrute de sus libertades, toda persona estará solamente sujeta a las limitaciones establecidas por la ley con el único fin de asegurar el reconocimiento y el respeto de los derechos y libertades de los demás, y de satisfacer las justas exigencias de la moral, del orden público y del bienestar general en una sociedad democrática.

3. Estos derechos y libertades no podrán en ningún caso, ser ejercidos en oposición a los propósitos y principios de las Naciones Unidas.

**ARTICULO 30.** Nada en la presente Declaración podrá interpretarse en el sentido de que confiere derecho alguno al Estado, a un grupo o a una persona, para emprender y desarrollar actividades o realizar actos tendientes a la supresión de cualquiera de los derechos y libertades proclamados en esta Declaración.

Reprinted in U.N. OP/15-14452-June 1963-10CM

# ANEXO III

Mi nombre es ....., soy estudiante del *Instituto Nacional de Enfermería (INDE)* y estoy realizando la tesis final de la carrera *Licenciatura en Enfermería*; la cual consiste en un estudio sobre el tiempo libre de los Profesionales de Enfermería. Quisiera hacerle algunas preguntas; sus respuestas nos ayudarán a realizar este trabajo.

Su nombre no quedará registrado, todos los datos serán usados con fines estadísticos.

### Cuestionario

1- Según su criterio el tiempo libre es:

.....  
 .....  
 .....

2- A continuación le voy a mencionar algunas actividades posibles de realizar fuera de la jornada laboral, para que Ud. las ordene según las que le ocuparon mayor tiempo en el último mes.

3- Con respecto a las mismas actividades, ¿qué orden les daría si fuera según las que más le gusta realizar?

4- De las actividades mencionadas seleccione tres que Ud. realizaría por su propio deseo.

5- ¿Pudo realizar alguna de éstas en el último mes?

	Preg. N° 2	Preg. N° 3	Preg. N° 4	Preg. N° 5
a) Traslado				
b) Elaboración de alimentos				
c) Tareas domésticas				
d) Higiene personal y familiar				
e) Alimentación				
f) Reuniones con amigos				
g) Actividades al aire libre				
h) Concurrir al cine				
i) Concurrir al teatro				
j) Actividades deportivas				
k) Ocio				
l) Descansar				
leer -				
bañarse				
comer -				
relajarse - otros				
aprovecharse				

Cada casillero de las preg. N° 2 y N° 3 deben tener un número.

Debe haber una cruz en 3 casilleros

Pasa a preg. N° 6 si tiene 2 o menos cruces.



FE DE ERRATAS

- Pág. 1 - La muestra de conveniencia fué de 69 Licenciadas en Enfermería de las cuales pudimos entrevistar a 49.
- Pág. 4 - En el primer párrafo escrito en negrita, donde dice tiempo Libre debería decir tiempo.
- Pág. 5 - En el asterisco número uno, falta el nº de página a ver en anexos.
- Pág. 10- La muestra de conveniencia está conformada por 69 Licenciadas en Enfermería , pudiendo entrevistar a 49 de ellas.
- Pág 12 - El grupo de Licenciadas mayores de cuarenta años está constituido por trece personas en vez de doce.
- Pág 13- Al explicar el primer diagrama sectorial , el primer y segundo grupos están invertidos.
- Pág 22- Donde dice 61% que cuenta con más de un empleo en el grupo de 30 a 40 años, debe decir 62%.