



I CONGRESO NACIONAL ENFERMERÍA CONSULTAS HOSPITALARIAS Y ATENCIÓN PRIMARIA.

“Innovación en la práctica asistencial.
Humanización de los cuidados”

**Auditorio Museo de la Ciencia de Valladolid.
6, 7 y 8 de Marzo 2019.**

www.enfermerinnova.es



TÍTULO: APRENDER A CUIDARSE PARA PODER CUIDAR.

AUTORES: Granja Garrán, Carmen*; Garcia Granja, Nerea**; Outeiriño Fernandez, Carmen***. *Enfermera A.P., C. S. Delicias II, Valladolid. **Enfermera A.P., C. S. Circunvalación, Valladolid. *** Enfermera A.P., C. S. Delicias II, Valladolid.
cgranja@saludcastillayleon.es

INTRODUCCIÓN:

Demostrar la importancia que tiene aplicar la inteligencia emocional para enriquecer la practica asistencial y alcanzar una mayor satisfacción y bienestar laboral.

OBJETIVO:

1. Aprender habilidades emocionales y destrezas para canalizar y utilizar las emociones ayudándonos a mitigar el desgaste que pueda surgir en nuestro ejercicio profesional.
2. Lograr transformar tu práctica profesional logrando resultados que te permitan disfrutar de tu jornada laboral ayudando de esta manera a resolver las múltiples exigencias diarias.

METODOLOGÍA:

Se ha realizado una búsqueda bibliográfica en bases de datos de Fistera, Google Académico, Biblioteca Metodológica de Investen utilizando palabras clave como emociones, enfermería, cuidado e inteligencia emocional. Se han consultado además, artículos ya publicados y resúmenes que abordan aspectos relacionados con el tema de la presentación.

RESULTADOS:

La actividad sanitaria además de los conocimientos técnicos para ele ejercicios profesional requieren de unas buenas habilidades de comunicación y de gestión emocional. Tomar conciencia de nuestras emociones para poder aceptarlas y gestionarlas posteriormente, es imprescindible para empatizar, escuchar y comunicar exitosamente con los pacientes, familiares y otros profesionales de la salud.

CONCLUSIONES:

Utilizar la inteligencia emocional consigue lograr:

- Aumentar tus recursos a nivel profesional para hacer frente a obstáculos y exigencias logrando un bienestar y satisfacción en tu puesto de trabajo y previniendo de esta forma, el estrés y desgaste profesional.
- Los pacientes a los que se atiende serán beneficiados de la relación con un profesional satisfecho que sea capaz de sacar el máximo provecho a cada encuentro terapéutico.
- Profesionales emocionalmente inteligentes consiguen equipos más cohesionados y saludables.

