EXPERIENCIA DE ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA EN SIMULACIÓN CLÍNICA CON PACIENTE SIMULADO: APLICACIÓN DE UN ENFOQUE COMPASIVO EN BRIEFING Y DEBRIEFING

NURSING STUDENTS' EXPERIENCE IN CLINICAL SIMULATION WITH A SIMULATED PATIENT: APPLICATION OF A COMPASSIONATE APPROACH IN BRIEFING AND DEBRIEFING

Andrés Gutiérrez-Carmona
Enfermero
Doctor en Psicología
Departamento de Enfermería, Universidad de Antofagasta, Chile
andres.gutierrez.carmona@uantof.cl
https://orcid.org/0000-0001-7323-0884

Yenny Valdivia-Rojas
Enfermera
Doctora en Enfermería
Departamento de Enfermería, Universidad de Antofagasta, Chile
yenny.valdivia@uantof.cl
https://orcid.org/0000-0002-8154-4557

Camila Garollo Piran
Enfermera
Doctora en Enfermería
Departamento de Enfermería, Universidad Estadual de Maringá, Brasil
camilagarollo@gmail.com
https://orcid.org/0000-0002-9111-9992

Camila Segovia Vega
Enfermera
Licencia en Enfermería
Departamento de Enfermería, Universidad de Antofagasta, Chile
camila.segovia@uantof.cl
https://orcid.org/0009-0007-8522-3818

Ángela Ortega Galán
Enfermera
Doctora en Ciencias de la Salud
Departamento de Enfermería, Universidad de Huelva, España
angela.ortega@denf.uhu.es

Correspondencia Email: andres.gutierrez.carmona@uantof.cl

https://orcid.org/0000-0001-5073-0499

María Dolores Ruiz-Fernández
Enfermera
Doctora en Educación
Departamento de Enfermería, Fisioterapia y Medicina Universidad de Almería, España
mrf757@ual.es
https://orcid.org/0000-0002-6454-4723

Artículo recibido el 28 de agosto de 2024. Aceptado en versión corregida el 14 de marzo de 2025.

RESUMEN
INTRODUCCIÓN. Diversos estudios han destacado la importancia de fortalecer la humanización de los cuidados en el ámbito sanitario desde el pregrado. La simulación clínica es crucial en la formación en salud, permitiendo la práctica segura y el desarrollo de competencias no técnicas como la comunicación y el trabajo en equipo. Sin embargo, puede generar ansiedad y estrés en los estudiantes. OBJETIVO. Explorar la experiencia de estudiantes de enfermería que participan en simulación clínica con un enfoque compasivo en el briefing y el debriefing. MÉTODOS. Se realizó un estudio cualitativo exploratorio en la Universidad de Antofagasta con 10 estudiantes de enfermería. Se llevaron a cabo entrevistas semiestructuradas, las cuales fueron grabadas y transcritas íntegramente. Posteriormente, se realizó un análisis de contenido, que fue sometido a revisión por pares para garantizar su rigor y validez. RESULTADOS. La simulación fue vista por los estudiantes como una innovación que mejoró su autoeficacia y participación en el aprendizaje. La meditación compasiva previa a los escenarios calmó a los participantes y los preparó emocionalmente para la experiencia clínica, además de fortalecer sus habilidades de comunicación y empatía. Esto resultó en una reducción de la ansiedad y el estrés percibidos, mejorando su bienestar emocional. CONCLUSIONES. El estudio indica que el entrenamiento en compasión puede mejorar el bienestar de los estudiantes y prepararlos para los desafíos clínicos. El briefing compasivo y el debriefing compasivo se consolidan como estrategias clave en la simulación clínica, no solo por su capacidad para promover la calma, la reflexión, la empatía y la autoeficacia, sino también por su impacto en el bienestar de los estudiantes.

Palabras clave: Autocompasión, Compasión, Educación en Enfermería, Enseñanza Mediante Simulación de Alta Fidelidad, Estudiantes de Enfermería, Simulación de Paciente.

ABSTRACT
INTRODUCTION. Various studies have highlighted the importance of strengthening the humanization of care in the healthcare field from the undergraduate level. Clinical simulation is crucial in health training, allowing safe practice and the development of non-technical skills such

as communication and teamwork. However, it can generate anxiety and stress in students. OBJECTIVE. To explore the experience of nursing students participating in clinical simulation with a compassionate approach in briefing and debriefing. METHODS. An exploratory qualitative study was conducted at the University of Antofagasta with 10 nursing students. Semi-structured interviews were conducted, recorded, and fully transcribed. Subsequently, a content analysis was conducted and subjected to peer review to ensure rigor and validity. RESULTS. Simulation was seen by students as an innovation that improved their self-efficacy and participation in learning. Compassionate meditation prior to the scenarios calmed participants and emotionally prepared them for the clinical experience, as well as strengthening their communication and empathy skills. This resulted in a reduction in perceived anxiety and stress, improving their emotional well-being. CONCLUSIONS. The study indicates that compassion training can improve students' well-being and prepare them for clinical challenges. This strategy, which promotes calm, reflection, empathy, and self-efficacy, includes two elements: "Compassionate Briefing," which prepares participants through generative compassion practices, and "Compassionate Debriefing," which encourages reflection on the experience from a compassionate attitude to promote well-being and avoid destructive self-criticism.

Keywords: Compassion, Education, Nursing, Nursing Students, Patient Simulation, Self-compassion, Teaching Through High Fidelity Simulation.

http://dx.doi.org/10.7764/Horiz_Enferm.36.1.49-71

INTRODUCCIÓN

Diversos estudios han destacado la importancia de fortalecer la humanización del cuidado en el ámbito sanitario [(1)]. En este sentido, resulta esencial implementar estrategias formativas en el pregrado que fomenten una práctica profesional con un enfoque más humanizado.

Dentro de estas estrategias, la simulación clínica ha cobrado relevancia en los últimos años como una metodología educativa clave. Esta herramienta es particularmente crucial en la formación en enfermería, ya que proporciona un entorno seguro para la adquisición de habilidades, minimiza el riesgo de errores con pacientes reales y favorece el aprendizaje activo [(2)]. Además, permite desarrollar competencias esenciales como la comunicación, el trabajo en equipo y la relación de ayuda, ofreciendo evaluación y retroalimentación inmediata para preparar a los estudiantes ante escenarios complejos e inusuales [(2)].

Son elementos fundamentales de la simulación clínica el briefing y el debriefing. El briefing también llamado brief, según la Agencia para la Investigación y la Calidad de la Atención Sanitaria [(3)], consiste en proporcionar información esencial a los participantes antes de iniciar la simulación, incluyendo antecedentes del paciente, signos vitales, instrucciones e indicaciones. Por su parte, el debriefing es una sesión posterior al evento de simulación en la que educadores, instructores o facilitadores, junto con los estudiantes, analizan y reflexionan sobre la experiencia vivida durante la simulación,

identificando áreas de mejora y aprendizajes [4].

El briefing desempeña un rol fundamental en la simulación clínica, ya que permite clarificar los objetivos de la actividad, reducir la ansiedad de los participantes, establecer el contexto de la experiencia, garantizar el cumplimiento de normas y protocolos, así como preparar a los estudiantes tanto a nivel mental como emocional [5]. Además, promueve la reflexión previa, lo que contribuye a mejorar el desempeño y optimizar el aprendizaje [5]. Por su parte, el debriefing es un componente clave en el proceso formativo, ya que facilita la reflexión sobre la experiencia, permitiendo a los participantes identificar tanto aciertos como oportunidades de mejora. Asimismo, favorece la consolidación del aprendizaje mediante la retroalimentación constructiva, fortaleciendo tanto las habilidades clínicas como las no técnicas [4,5]. Diversos estudios han evidenciado que el debriefing incrementa la autoeficacia y la confianza del estudiante, promoviendo así una formación más integral y efectiva [6].

A pesar de los evidentes beneficios de la simulación clínica, se ha reportado que esta metodología puede provocar ansiedad, miedo a lo desconocido y frustración en los estudiantes, especialmente cuando no están familiarizados con los escenarios de simulación y/o no reciben una adecuada orientación previa [7]. Asimismo, se ha observado que algunos estudiantes han experimentado bloqueos cognitivos durante los escenarios de simulación clínica, lo cual les impide demostrar plenamente sus habilidades y competencias [7]. Estos hallazgos pueden indicar que la participación en un escenario de simulación, activa el sistema de amenaza y protección en los estudiantes, desencadenando respuestas de lucha, huida o parálisis, e inhibiendo el sistema de calma y afiliación. La activación de este último es crucial para establecer una relación de ayuda efectiva [8].

En este escenario, es pertinente preguntarse: ¿Realmente se está proporcionando un espacio que permita la práctica de cuidados humanizados? ¿Qué tan humanizada es la docencia de simulación clínica?

Al examinar esta cuestión, es crucial considerar los hallazgos de diversos estudios que evidencian una alta prevalencia del síndrome de burnout académico [9] y problemas psicoemocionales en estudiantes de enfermería [10,11]. Estos problemas no solo reflejan la exigencia inherente a la formación en enfermería, sino que también sugieren la existencia de dinámicas formativas que podrían alejarse de un enfoque verdaderamente humanizado, descuidando el bienestar de quienes se están formando para brindar cuidado a otros [12].

Sin embargo, frente a estos indicadores preocupantes relacionados con el burnout académico y los problemas psicoemocionales en estudiantes de enfermería, han surgido enfoques alternativos que buscan contrarrestar sus efectos. En este sentido, el entrenamiento en compasión ha mostrado resultados prometedores, al asociarse con mayores niveles de bienestar y una reducción significativa de la ansiedad y el estrés en este grupo estudiantil [13]. Además, se ha evidenciado que esta formación no solo fortalece la capacidad de afrontar situaciones difíciles en la práctica clínica, sino que también promueve una mayor empatía hacia los pacientes, lo que favorece una atención

más centrada en la persona [13]. Así, integrar estrategias de entrenamiento en compasión dentro de la educación en enfermería se presenta como una vía esencial para humanizar tanto la enseñanza como la práctica del cuidado [13].

La compasión se puede definir como una sensibilidad al sufrimiento de uno mismo y de los demás, unida a la motivación de prevenirlo y aliviarlo [14,15].

Se han descrito tres flujos de la compasión: hacia uno mismo, hacia los demás y la compasión recibida [14,15]. La compasión hacia uno mismo implica ser amable y comprensivo con uno mismo durante momentos de sufrimiento, reconociendo nuestras limitaciones y cuidando nuestra salud emocional [16]. La compasión hacia los demás implica la capacidad de experimentar empatía y ofrecer apoyo a otras personas, desempeñando un papel fundamental en la construcción de relaciones interpersonales y en el fortalecimiento de comunidades solidarias [14]. La compasión recibida es aceptar el apoyo y la bondad de los demás, lo que fortalece nuestra conexión y sentido de pertenencia [15]. Estos flujos están interconectados y se refuerzan mutuamente, fomentando una práctica compasiva integral [15].

La compasión, más que una virtud moral, es una capacidad que puede ser desarrollada y fortalecida a través de la práctica, según revelan investigaciones en el campo de la neurociencia [14,17]. Estudio reciente, ha demostrado que el entrenamiento en compasión no solo induce cambios funcionales, sino también alteraciones anatómicas en el cerebro, evidenciando la neuro plasticidad de nuestro sistema nervioso [17]. La práctica constante de la compasión se asocia con una activación incrementada y una mayor conectividad en regiones del cerebro implicadas en la empatía y la regulación emocional, tales como la corteza prefrontal y el sistema límbico [17]. Estos cambios contribuyen a mejorar nuestra habilidad para reaccionar de forma empática y altruista, y están vinculados con un aumento en el bienestar psicológico y una mayor resistencia frente al estrés [17,18].

Además, la compasión juega un rol esencial en el sistema de recompensa cerebral, estimulando la liberación de neurotransmisores como la oxitocina y la dopamina, lo que resulta en una experiencia de bienestar y felicidad. Esta respuesta bioquímica no solo fomenta una mejor salud mental y reduce el estrés, sino que también refuerza los lazos emocionales entre individuos [17,18] y fortalece el sistema de calma y filiación, necesario para una relación de ayuda [8,14].

Este reconocimiento ha impulsado el desarrollo de diversos programas y métodos estandarizados basados en la evidencia para el cultivo de la compasión en distintas poblaciones humanas, incluyendo estudiantes de enfermería [19].

Los programas de entrenamiento de la compasión utilizan diversas técnicas arraigadas tanto en tradiciones ancestrales como en la psicología contemporánea [14]. Entre las más destacadas se encuentran la Meditación de Compasión (Metta Bhavana), que enfatiza el cultivo de sentimientos de bondad y amor hacia uno mismo y los demás, extendiendo esta benevolencia incluso a aquellos con quienes se tienen desacuerdos; la Atención Plena (Mindfulness), que promueve la conciencia del momento

presente y facilita actitudes más compasivas al intensificar la percepción del sufrimiento propio y ajeno; y los Ejercicios de Autocompasión, que fomentan una postura de amabilidad hacia uno mismo en momentos de adversidad, en lugar de la autocrítica [19]. Además, la imaginación guiada, los diarios de gratitud y la escucha activa y empatía son claves para fortalecer la compasión [14,16].

El desarrollo tanto científico como formativo de la compasión representa una oportunidad significativa para la educación en enfermería, dada la relación intrínseca entre los conceptos de compasión y cuidado, que constituyen la esencia fundamental de esta profesión [20]. Además, los beneficios reconocidos del cultivo de la compasión en el bienestar personal, así como en la reducción del estrés, la fatiga por compasión, el síndrome de burnout y la ansiedad tanto en estudiantes como en profesionales de la enfermería [19, 20, 21], refuerzan la importancia de su integración en los programas educativos y en la simulación clínica.

Sin embargo, no se han encontrado estudios ni experiencias docentes que integren la compasión en la simulación clínica.

En base a lo antes analizado, se podría sugerir que integrar la simulación clínica y el entrenamiento en compasión en un enfoque unificado es clave para fortalecer la formación en enfermería. Más allá de desarrollar competencias técnicas y relacionales, es fundamental promover una enseñanza que considere el bienestar de quienes brindan cuidados, favoreciendo así una práctica más humanizada. Sin embargo, persiste la preocupación sobre cómo la simulación clínica, tal como se implementa actualmente, puede generar altos niveles de ansiedad y estrés en los estudiantes, afectando su desempeño y bienestar emocional. Esto plantea la necesidad de estrategias que reduzcan estas reacciones negativas y optimicen el aprendizaje en un entorno más humanizador.

El problema de investigación radica en que la simulación clínica, a pesar de ser una metodología esencial en la formación en enfermería, puede activar el sistema de amenaza en los estudiantes, generando estrés y ansiedad que impactan su experiencia de aprendizaje. Ante esto, surge la interrogante de si incorporar un enfoque compasivo en las fases de briefing y debriefing podría mitigar estos efectos negativos y, a su vez, fortalecer el desarrollo de competencias clínicas, comunicacionales y de autocuidado. Esto subraya la necesidad de explorar estrategias que no solo preparen a los estudiantes para la atención de pacientes, sino que también promuevan su propio bienestar dentro del proceso formativo.

Por ello, el objetivo de esta investigación es analizar la experiencia de estudiantes de enfermería en la simulación clínica con paciente simulado, en la que se incorpora un enfoque compasivo en las fases de briefing y debriefing. A través de este análisis, se busca comprender el impacto de esta estrategia en el aprendizaje, el bienestar emocional y el desarrollo de competencias relacionales y clínicas. El supuesto de esta investigación es que los estudiantes perciben positivamente el entrenamiento en compasión integrado en la simulación clínica.

METODOLOGÍA

Tipo de estudio

Se trata de un estudio exploratorio de carácter cualitativo. La elección de la

metodología cualitativa se fundamenta en la necesidad de explorar en profundidad la experiencia subjetiva de los estudiantes de enfermería en la simulación clínica con briefing y debriefing compasivo. Este enfoque permite captar percepciones, emociones y significados, facilitando la comprensión del impacto de la compasión en su aprendizaje y bienestar.

Para garantizar el rigor metodológico y la transparencia en el reporte, se siguieron los criterios de la lista de verificación Consolidated Criteria for Reporting Qualitative Research (COREQ). Estos criterios guiaron el diseño del estudio, la selección de participantes, la recolección y análisis de datos, así como las estrategias para asegurar la validez y confiabilidad de los hallazgos, aspectos que se detallan en los siguientes apartados.

Lugar del estudio y participantes

El escenario fue el Departamento de Enfermería de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Antofagasta (UA), la cual es una institución estatal ubicada en la comuna de Antofagasta, ciudad del norte de Chile.

Los participantes del estudio fueron estudiantes de enfermería reclutados para componer una muestra por conveniencia, del Taller denominado “Paciente simulado con enfoque compasivo: el caso de Alejandro”.

Los criterios de inclusión fueron: ser mayor de 18 años, estar matriculado en el segundo año de la carrera de enfermería de la UA, y haber participado en el taller. Como criterio de exclusión se consideraron aquellos estudiantes que no quisieron participar en las entrevistas. Se invitó a 10 estudiantes de enfermería a participar en el estudio, y todos aceptaron.

Taller denominado “Paciente simulado con enfoque compasivo: el caso de Alejandro”

El objetivo del taller de simulación clínica de alta fidelidad fue cultivar una actitud compasiva tanto hacia el paciente como hacia uno mismo. Se desarrolló en tres momentos: Briefing, Escenario y Debriefing.

Durante el briefing, los estudiantes realizaron prácticas generativas de compasión, como poner las manos sobre el corazón y recordar algún evento de su vida en el que se sintieron contenidos y amados, con el fin de estimular un estado mental y emocional de calma y filiación. Posteriormente, se llevó a cabo una práctica inspirada en la meditación Metta Bhavana de compasión universal, en la cual los estudiantes comenzaron enviándose compasión hacia sí mismos para luego enviar pensamientos y sentimientos compasivos a sus compañeros de taller, profesores y pacientes simulados. Una vez finalizada esta preparación, que tuvo una duración aproximada de 15 minutos, los estudiantes participaron en el escenario de simulación clínica.

El escenario de simulación tuvo como objetivo que el estudiante estableciera una relación de ayuda con un paciente simulado que interpretaba a Alejandro, un joven con diabetes insulinodependiente descompensada que ingresó a un servicio de medicina. Alejandro no tenía adherencia al tratamiento y se encontraba en la etapa precontemplativa del cambio, según la teoría sustantiva de Prochaska y DiClemente.

El Debriefing se estructuró de la siguiente manera:

1. Atención plena: Se realizó un breve ejercicio de atención plena centrado en la respiración, emociones y pensamientos.
2. Descripción de la simulación: Se resumió brevemente la simulación clínica que acababa de tener lugar, destacando los objetivos de aprendizaje y los eventos clave.
3. Narración de eventos: Se invitó a los estudiantes a relatar sus experiencias y percepciones durante la simulación. Cada estudiante compartió lo que hizo, por qué tomó ciertas decisiones y cómo se sintió en ese momento.
4. Análisis compasivo: Se profundizó en el análisis de lo que ocurrió durante la simulación. El facilitador y los participantes exploraron las acciones, decisiones y comunicaciones que funcionaron bien, así como las que podrían haberse mejorado. También identificaron posibles "voces críticas" que podrían estar detrás de algunas dificultades en la relación de ayuda.
5. Síntesis y resumen: Se resumió lo aprendido durante el debriefing. Los participantes identificaron puntos clave que deseaban llevar consigo y aplicar en situaciones reales. Se establecieron objetivos de aprendizaje para futuras simulaciones.
6. Cierre: El facilitador cerró la sesión de debriefing agradeciendo la participación de los estudiantes y reiterando la importancia del aprendizaje continuo a través de la simulación clínica, así como el desarrollo de la compasión y la autocompasión como una actitud fundamental para su práctica profesional.

Recolección de datos

La recolección de datos se realizó en diciembre de 2023. Las entrevistas se llevaron a cabo de manera presencial, programadas previamente de acuerdo con la disponibilidad de cada participante tras recibir la invitación. Para garantizar la fidelidad en la recolección de datos, todas las entrevistas fueron grabadas en audio y guiadas por un instrumento semiestructurado, previamente validado por tres expertos en docencia e investigación en el área de la salud.

Antes de la aplicación definitiva, se realizó una prueba piloto con dos entrevistas, las cuales no fueron incluidas en el análisis final. La entrevista se estructuró en torno a una pregunta orientadora: “¿Podría describir su experiencia en la asignatura en el taller de simulación clínica con enfoque compasivo?”. Para profundizar en las respuestas, se utilizaron preguntas de apoyo, tales como: “¿Podría contarme más sobre eso?”, “¿Cómo se sintió en ese momento?”, “¿Podría darme un ejemplo de esa experiencia?” y “¿Qué significó eso para usted?”, entre otras. Estas preguntas facilitaron una exploración más detallada de las vivencias de los participantes, permitiendo captar matices y significados en sus relatos.

Para cada participante se realizó una única entrevista, con una duración promedio de 20 minutos. La recolección de datos fue realizada por dos investigadores, un doctor en Psicología y una doctora en Enfermería, ambos con experiencia en investigación cualitativa. Ninguno de ellos participó como profesor en el escenario de simulación clínica, lo que permitió garantizar una mayor objetividad en la recopilación de datos. Además, se promovió un ambiente de

confianza mediante la presentación e interacción previa de los investigadores con los participantes, facilitando así su comodidad y disposición para compartir sus experiencias en la investigación.

Las entrevistas fueron transcritas íntegra y posteriormente enviadas a los participantes para validar el contenido relatado e incluyeran nueva información cuando fuera necesario. La recolección de datos finalizó cuando, luego de discusión y consenso entre los investigadores, se alcanzó la saturación de datos [22].

Análisis de datos

Después de que los datos fueron transcritos con la ayuda del Microsoft Word 2019® se realizó análisis de contenido, modalidad temática [23] sin el uso de software.

El análisis se realizó en tres etapas: I) preanálisis, se organizan y preparan los datos para identificar el tema central, siguiendo los principios de exhaustividad, representatividad, relevancia y homogeneidad; II) fase de exploración material: hay una profundización de los datos, donde se realiza la codificación para elegir las unidades de significado (corte de los enunciados); III) Categorización de datos: a través de un proceso de aproximación y distanciamiento, se reagruparon contenidos con significados similares para formar categorías temáticas, así, con los resultados generados se realizó inferencia e interpretación desde la perspectiva de la literatura nacional e internacional, buscando que los resultados sean relevantes y válido [23].

Posteriormente, los análisis fueron revisados por pares antes de la presentación de los resultados finales. Esta estrategia fortaleció la validez del estudio, ya que la revisión por pares permitió identificar posibles interpretaciones sesgadas, asegurar la coherencia en la categorización de datos y garantizar que los hallazgos reflejaran fielmente la experiencia de los participantes.

Aspectos éticos

Se cumplieron todos los preceptos éticos y legales y el estudio fue aprobado por el Comité de Ética de la institución firmante con Nº de folio 402/2022. Los participantes que aceptaron participar en el estudio firmaron el Formulario de Consentimiento Libre e Informado, en dos copias de igual contenido. Para garantizar el anonimato de los participantes, los informes fueron identificados por nombres en clave con la letra “EE” de Estudiante de Enfermería, seguido de un número arábigo que hace referencia al orden de las entrevistas (por ejemplo, EE 01).

RESULTADOS

De acuerdo con el objetivo general y en base al análisis de las entrevistas realizadas, los resultados se agrupan en tres categorías centrales: 1) Simulación innovadora que permite un enfoque compasivo; 2) Desarrollo profesional y personal; 3) Fortalecimiento de la autocompasión.

1. Simulación Innovadora que permite un Enfoque Compasivo

La simulación clínica en enfermería es una herramienta educativa invaluable que contribuye significativamente a la formación de profesionales competentes, seguros y capaces de brindar atención de alta calidad. Además, la integración de prácticas

generativas de compasión en las fases de briefing y debriefing, junto con la implementación de estrategias basadas en la evidencia, es esencial para el desarrollo de actitudes y habilidades tanto de cuidado como de autocuidado en los estudiantes.

Considerando lo anterior y en base a los discursos de los estudiantes, surge la primera categoría: Simulación Innovadora que Permite un Enfoque Compasivo. En la Tabla 1 se presentan las subcategorías de esta categoría, para proceder posteriormente con el análisis detallado de cada una de ellas. (Tabla 1)

Tabla 1. *Subcategorías de la Simulación Innovadora con Enfoque Compasivo.*

Subcategorías	**Descripción**
Nuevas oportunidades de aprendizaje	Experiencias novedosas en simulación comparadas con laboratorios prácticos tradicionales.
Alta fidelidad	Realismo en la simulación que ayuda a los estudiantes a sentirse en situaciones auténticas.
Enfoque innovador	Valoración positiva e innovación percibida por los estudiantes.
La meditación compasiva como práctica para fortalecer el sistema de calma	Uso de la meditación para calmar nervios y prepararse mentalmente antes de las prácticas.
Aumento de la percepción de autoeficacia	Incremento en la autoestima y confianza de los estudiantes en sus habilidades.
Protagonismo en el aprendizaje	Enfoque en la reflexión individual y protagonismo de los estudiantes en su proceso de aprendizaje.
Docencia menos instrumentalizada	Experiencia educativa más humana y fluida, alejándose de enfoques rígidos y estructurados.

Las/os estudiantes señalaron que la simulación con este enfoque metodológico les permitió nuevas oportunidades de aprendizaje, siendo interpretada como una experiencia novedosa y enriquecedora en comparación con los laboratorios prácticos e incluso de simulación tradicional. Destacaron el valor del Briefing con enfoque en la comunicación con el paciente, lo cual no habían experimentado previamente de manera tan realista. Esto concuerda con estudios que afirman que la simulación clínica con pacientes simulados brinda experiencias realistas y significativas de aprendizaje [(6)].

Testimonios de Estudiantes sobre nuevas oportunidades de aprendizaje:

- *"Fue una experiencia nueva que no había tenido la oportunidad de hacer porque siempre son laboratorios más prácticos, más técnicos; en cambio, hablar con un paciente..."* (P1)
- *"Muy diferente hacer la simulación con una persona real (en vez de un simulador tecnológico)."* (P2)
- *"Nunca antes habíamos hecho algo así, y fue muy rico en términos de conocimiento."* (P3)

Asimismo, los discursos de las/os estudiantes indican que se enfrentaron a un

escenario de alta fidelidad. Estos escenarios, bien montados y realistas, permiten a los estudiantes sentir que enfrentan situaciones auténticas, lo cual influye positivamente en el desarrollo de competencias y resultados de aprendizaje profesionales, además de incrementar la confianza al realizar prácticas clínicas con pacientes reales [7,2].

Testimonios de Estudiantes sobre Alta Fidelidad:

- *"Realmente era súper realista, te hacía entrar en escena dentro de la situación que estaba viviendo."* (P1)
- *"Creo que eso es lo que sentí, una persona real, también te da la motivación para ser una persona y poder mostrarte a ti mismo y lo que puedes hacer."* (P2)
- *"Fue una experiencia muy real porque el paciente tomó su posición y, a mí particularmente, me resulta muy difícil hablar con los pacientes. Entonces, cuando vi a la persona que no se reía ni nada y de verdad estaba contándome su problema de diabetes, quedé sorprendida. Yo estaba como, ¡oh! Fue una experiencia muy real."* (P4)
- *"Realmente sentí esa conexión que creo que debería haber entre una enfermera y un paciente. Entonces creo que se desarrolló muy bien, que realmente pude vivirlo."* (P10)

Por otro lado, este enfoque que incorpora prácticas generativas de compasión y autocompasión en el briefing y debriefing fue percibido como innovador por los estudiantes. Al comparar su experiencia en simulación con la de sus compañeros de niveles más avanzados, los estudiantes destacaron la novedad y el impacto positivo de esta metodología.

Testimonios sobre el Enfoque Innovador:

- *"Lo encontré muy positivo, muy innovador."* (P4)
- *"Es súper innovador porque he hablado con otros compañeros mayores y no lo habían hecho así."* (P4)

La meditación compasiva practicada durante el briefing y el debriefing permitió a los estudiantes fortalecer su sistema de calma. Esto concuerda con la teoría de Paul Gilbert (2014), que sostiene que la meditación compasiva activa el sistema parasimpático, reduce el estrés, incrementa las emociones positivas, mejora la regulación emocional y fomenta la conexión social. Estos efectos promueven un estado mental y físico más equilibrado y sereno [24].

Testimonios sobre la Meditación Compasiva como práctica para fortalecer el sistema de calma:

- *"La profesora que nos hizo meditar antes, eso ayudó mucho. Para calmar nuestros nervios. Ese era el proceso, entonces primero hacíamos una meditación la maestra explicaba lo que se iba a hacer, luego hacía la meditación y luego iba repasamos los grados de contemplación. […] Hizo la meditación antes de entrar, así que todo fue tierno, por así decirlo."* (P5)
- *"Lo que hizo la profesora, fue como ya cierren los ojos, respiren, concéntrense en esta situación o hagamos estos movimientos con las manos o algo, cosa de que nos ayuda al tema de la respiración y todo a poder soltar tensiones entonces claramente si yo tenía nervios, con estos ejercicios de meditación, boté el nervio que tenía y pude entrar con más seguridad hacer lo que correspondía."* (P7)

- *"Pero al haber tenido una reflexión antes y haber hecho un ejercicio de respiración antes de entrar, lo encontré súper necesario. Incluso lo llevé a cabo en mis dos prácticas que tuve que realizar con los pacientes. Antes de entrar en la habitación del paciente, intenté calmarme, respirar. Intenté repetir lo mismo que hice con la profesora Camila antes de entrar al taller. Entonces, habiendo tenido esa actividad previa, me pareció súper necesaria. Lo encontré preciso."* (P8)

Los estudiantes también indicaron que esta metodología aumentó su sentido de autoeficacia profesional, lo cual también ha sido descrito en otros estudios sobre la simulación clínica en futuros profesionales de ciencias de la salud [25]. La percepción de autoeficacia es crucial para el desarrollo de competencias clínicas y la confianza en la práctica profesional [25, 26].

Testimonios sobre el Aumento de la Autoeficacia:

- *"Es que nada más me toma la confianza, porque me ayudó a ver que yo ¡sí puedo, no tengo por qué estar nerviosa en ningún lado! [...] eso entonces más que nada con la confianza y como que más demostrarme que sí puedo hacer las cosas por mí misma."* (P7)
- *"Cuando lo hice, me sentí más, por así decirlo, más preparada para hacerlo en la vida real. Me sentía más cómoda con la persona real, que con un fantoma que tenga un mensaje escrito. Me sentí más cómoda y me desarrollé más… me influyó mucho, en cierto modo, estar más segura de cuándo tendré que pasar a otra situación, ya sé que puedo hacerlo. Aumentó mi capacidad […] Me sentí mucho mejor y mejoré mucho más segura."* (P2)
- *"Saber que puedo cuidar a un paciente y me siento cómoda sabiendo que el paciente se sentirá cómodo conmigo porque en ningún momento le faltaré el respeto y que esta relación terapéutica se crea de una buena forma."* (P1)

En este proceso, los estudiantes se sintieron protagonistas de su aprendizaje, lo cual es vital en la docencia orientada a resultados de aprendizajes y competencias [6].

Testimonio sobre el Protagonismo en el Aprendizaje:

- *"Se podía hacer una reflexión más individual. […] Los profesores siempre nos dejaban a nosotros encargarnos de la experiencia en el sentido de qué viste que te faltaba, qué viste que hiciste bien y si hacía falta te decían, mira, esto lo puedes hacer, pero siempre fuimos los protagonistas de todo lo que pasaba dentro del taller."* (P1)

En años anteriores, los profesores de la asignatura observaron que los estudiantes se enfocaban más en la preparación y actuación instrumental antes de enfrentar un escenario con un paciente simulado, priorizando el guion preparado sobre la relación humana. Con este nuevo enfoque, el énfasis se desplazó hacia la relación entre dos seres humanos, tal como lo describe Joyce Travelbee en su obra sobre el cuidado de enfermería. Según Travelbee [27], la esencia del cuidado de enfermería reside en la interacción humana, considerando la experiencia vital, emociones, pensamientos y temores desde una perspectiva de humanidad compartida. Esta aproximación busca fomentar una comprensión más profunda y

empática en las interacciones de los estudiantes con los pacientes simulados, mejorando así la calidad del cuidado proporcionado.

Testimonios sobre la Docencia Menos Instrumentalizada:

- *"...el taller me benefició mucho porque, como le digo nuevamente, yo soy muy estructurada a veces, entonces el taller me ayuda mucho a no seguir tanto la estructura. No sé, a creer más en mí, creerme más el cuento y que todo salga de forma más natural."* (P8)
- *"Siento que fue muy humano, muy real. Me gusta eso. Fue muy fluido."* (P6)
- *"Porque yo ya había diseñado mi paso a paso y una vez que entré a la habitación con el paciente en el taller, todo se me desordenó, pero salió todo de manera natural."* (P8)
- *"En el poder hablar y desarrollarme más con los pacientes porque no sea como un guion, del 'hola, buenas, ¿cómo estás?, ya, ¿qué tienes?, ¿hace cuánto estás acá?', el foco era poder conectar más allá con los pacientes y que los pacientes se sientan seguros con nosotros. [...] el tema de abrirnos la puerta a las prácticas, a relacionarlas con un paciente."* (P7)

En resumen, la categoría "Simulación Innovadora que Permite un Enfoque Compasivo" reveló enfáticamente que este enfoque proporciona una experiencia de aprendizaje enriquecedora y realista para los estudiantes, superando las limitaciones de los laboratorios prácticos tradicionales. Destacaron la alta fidelidad de los escenarios, la incorporación de la meditación compasiva, y la percepción de un enfoque innovador. Los estudiantes señalaron un aumento en la autoeficacia y un mayor protagonismo en su aprendizaje, describiendo la experiencia como más humana y fluida en comparación con metodologías rígidas y estructuradas. Dieckmann (2020) [33], menciona que es relevante considerar la simulación como una práctica social que permita señalar y expresar las emociones, estereotipos, estigmas y sensaciones que nos produce la experiencia con el objetivo de proyectar la simulación más allá del escenario [33].

2. Desarrollo profesional y personal

El desarrollo personal del estudiante de enfermería está directamente relacionado con su desarrollo profesional, ya que las competencias de cuidado y afiliación son inherentes al desarrollo humano y constituyen la base del cuidado profesional en enfermería. En este contexto, y considerando los discursos de los estudiantes, surge la categoría "Desarrollo profesional y personal". En la Tabla 2 se presentan las subcategorías de esta categoría, seguidas de un análisis detallado de cada una de ellas. (Tabla 2)

Tabla 2. *Subcategorías del Desarrollo Profesional y Personal*

Subcategoría	**Descripción**
Habilidades de Comunicación	Mejora en la capacidad de escucha y comunicación efectiva con los pacientes.
Empatía	Desarrollo de la capacidad de ponerse en el lugar del paciente y conectar con sus sentimientos.

Las habilidades de comunicación son esenciales tanto a nivel personal como profesional. Una buena comunicación se ha relacionado con relaciones interpersonales satisfactorias [28] y con una mejor relación de ayuda [27, 28]. Los estudiantes señalaron que este taller les permitió mejorar sus habilidades de comunicación, lo cual influye positivamente en su desarrollo profesional y personal.

Testimonios sobre Habilidades de Comunicación:

- *"Ahora soy una persona que puede escuchar más a la otra persona y llegar más a ella porque creo que esa habilidad se quedó en mí."* (P2)
- *"Uno al inicio no sabía cómo hablar con el paciente, cómo reaccionar, cómo ayudarlo a lograr lo que quería. Pero luego del taller ya uno se siente capaz de dar una orientación."* (P5)
- *"Siento que me caracterizo por saber cómo llevar la conversación con personas como si fueran desconocidos. Si hay alguien desconocido, es muy natural tener una conversación. Y pensé que sería muy fácil para mí tener conversaciones con los pacientes."* (P8)
- *"Vi cómo mejoraron mis habilidades comunicativas."* (P9)

Por otro lado, la empatía se posiciona como una habilidad necesaria también para mejorar las relaciones interpersonales y la relación de ayuda. Personas empáticas pueden establecer mejores relaciones personales y profesionales [29]. Los estudiantes reportaron que esta experiencia fortaleció su empatía.

Testimonios sobre Empatía:

- *"Y uno iba expresando lo que yo pensaba, obviamente ni juzgando ni criticando, solo intentaba orientarlo para que se sintiera mejor con lo que él sentía en ese momento. […] y con mayor razón, nos metimos en el papel de, es decir, empatizamos con el paciente."* (P3)
- *"Porque en verdad los pacientes están ahí, ya la mayoría quieren que los escuchen un rato. […] Entonces igual es como que tú cómo te sientes afecta mucho en tu salud, a fin de cuentas, entonces nosotros estar ahí con la sonrisa, preguntándole cómo está, cómo está su día, cómo se siente, que nos cuente él de su vida o algo, ayuda igual a poner como el desahogo de esta persona y que pueda como liberarse para poder estar mejor."* (P7)
- *"Y pude empatizar de mejor manera porque pude entender cómo se sentía o qué palabras podía decir. […] yo creo que sería la empatía, porque realmente me puse en el lugar de la persona y conecté, por así decirlo, con los sentimientos que tenía en ese momento."* (P9)

En resumen, los estudiantes reportaron que el taller mejoró

significativamente su capacidad de escucha y comunicación efectiva con los pacientes, lo que benefició sus relaciones interpersonales y competencia profesional. Además, la experiencia fortaleció su empatía, permitiéndoles conectar mejor con los sentimientos de los pacientes y mejorar la calidad de la atención brindada. Los testimonios reflejan un aumento en la capacidad de relacionarse de manera efectiva y empática con los pacientes, subrayando la importancia de estos talleres en su formación integral.

3. Fortalecimiento de la autocompasión

Se ha descrito la importancia de la compasión en enfermería [30] y los factores protectores de la autocompasión para los estudiantes de enfermería como futuros profesionales sanitarios [31]. En este contexto, los estudiantes de enfermería destacaron el fortalecimiento de su autocompasión después de participar en el taller de simulación clínica que incluía sesiones de briefing y debriefing compasivo. Esta experiencia subrayó el papel de la compasión no solo en el cuidado del paciente, sino también en fomentar la resiliencia y el bienestar emocional entre los propios estudiantes. Las subcategorías se encuentran explicitadas en la Tabla 3. (Tabla 3).

Tabla 3. *Subcategorías de fortalecimiento de la autocompasión*

Subcategoría	**Descripción**
Amabilidad consigo mismo	Desarrollo de la autocompasión, promoviendo una visión más amable y comprensiva hacia uno mismo.
Humanidad compartida	Experiencias de sentirse acompañado y en sintonía con los demás, fomentando una sensación de comunidad.
Mindfulness	Uso de técnicas de atención plena para manejar situaciones emocionales y mejorar el autocontrol y autoconocimiento.

Los estudiantes indicaron que el taller de simulación clínica incentivó un trato más amable consigo mismos. La amabilidad consigo mismo, es crucial ya que reduce el estrés y mejora el bienestar emocional al promover una actitud positiva hacia nuestros errores y desafíos. Además, fomenta una motivación saludable, mejora nuestras relaciones interpersonales al incentivar la empatía y la compasión, y nos hace más resilientes ante la adversidad [16].

Testimonios sobre Amabilidad consigo mismo:

- *Siento que este ramo es fundamental y creo que es genial que ahora estemos desarrollando estas habilidades para nosotros, porque al final nos funciona. Y también, personalmente, cambió mi manera de verme, o de tratarme, en diferentes situaciones. Ahora en lo personal aplico todos mis conocimientos de lo que aprendí. Entonces siento que fue*

un gran aporte. Y por eso quiero agradecerles, porque realmente cambiaron mi vida. (P9)

- *"La verdad es que no solo ha influido en mi a nivel de mi formación profesional, sino también a nivel personal…me pongo en la situación si me hubiera pasado la misma situación del chascarro, el semestre o el año pasados me hubiera condenado, hubiera llorado…hubiera dicho, ¿cómo puedes ser tan estúpida? y todo…"* (P9)
- *Ella [la profesora] nos estaba apoyando todo el tiempo. Ella nos hizo un ejercicio de meditación para prepararnos para estar más calmados…que confiáramos que podíamos hacerlo. Entonces eso me dejó súper tranquila. Y al final, me tocó salir primero. Entonces eso me dejó súper tranquila. Entonces al entrar a la simulación y me dije a mi misma, tú puedes, ¡vamos!* (P10)
- *El taller marcó un antes y después, creo que este trabajo marcó un antes y un después no solo en mi vida profesional sino también en mi vida personal siento que es genial. […] hicieron un cambio en mi vida, sobre todo en la forma en que trataba a la gente y también la forma en que me trataba a mí misma.* (P9)
- *Ser más compasivo con uno mismo en el sentido de que parte de lo importante profesional, se basa en esta capacidad de realizarse, de acogerse a sí mismo.* (P9)

La humanidad compartida es fundamental para la autocompasión, ya que nos recuerda que no estamos solos en nuestras experiencias de sufrimiento y fracaso. Este reconocimiento reduce la sensación de aislamiento, fomenta la empatía y la compasión hacia los demás, y nos ayuda a mantener una perspectiva equilibrada sobre nuestras dificultades [16].

Testimonios sobre Humanidad Compartida:

- *"…la meditación que tuve me gustó mucho. Me hizo sentir acompañada…estábamos como respirando, y me sentí como en sintonía. Me gustó mucho esta preparación"* (P9)
- *Me daba mucha vergüenza que alguien me viera haciendo algo. Entonces, al saber que mis compañeros y mis profesores estaban allí, y en la misma que yo, pensé, no me importa, tengo que hacerlo.* (P6)

Asimismo, los estudiantes indicaron haber desarrollado una actitud de mindfulness durante el taller. El mindfulness, o atención plena, es crucial para la autocompasión, ya que nos permite estar presentes y conscientes de nuestros pensamientos y emociones sin juicio [16].

Testimonios sobre Mindfulness:

- *"Porque uno vive muchas situaciones que a veces uno no sabe cómo afrontar y con este taller una logra identificar que está pasando, y uno puede saber que hacer, me tomo un rato, respiro, me controlo y listo".* (P1)
- *"…la práctica y el autoconocimiento hicieron que todo fuera más fluido. [...] te enseña sobre el autoconocimiento, sobre tus debilidades, sobre tus fortalezas, sobre el autocuidado, sobre el autocontrol de las emociones, sobre conocer las emociones que estás viviendo, entonces creo que eso ayuda mucho ahora que nos seguimos formando como profesionales".* (P1)

En resumen, los estudiantes reportaron una mayor amabilidad hacia sí mismos, reduciendo el estrés y mejorando el bienestar emocional; una mayor sensación de comunidad y acompañamiento; y el

desarrollo de técnicas de mindfulness para manejar mejor las situaciones emocionales. Estas mejoras contribuyeron a su resiliencia y bienestar emocional, impactando positivamente tanto en su vida personal como profesional.

DISCUSIÓN

Los resultados de esta investigación revelan que la incorporación de un enfoque compasivo en la simulación clínica tiene un impacto positivo en la formación de estudiantes de enfermería, tanto a nivel profesional como personal. Lo anterior concuerda con el supuesto planteado en esta investigación.

La simulación clínica es ampliamente reconocida como una metodología efectiva para la formación de profesionales de la salud, permitiendo la práctica segura de habilidades técnicas y de comunicación [2, 25]. En este estudio, los discursos de los estudiantes respaldan esta afirmación, destacando que el enfoque compasivo en la simulación clínica ofreció nuevas oportunidades de aprendizaje y potenciando las habilidades para la relación de ayuda [32].

Además, las prácticas generativas de compasión contribuyeron a reducir la ansiedad y mejorar el estado mental y emocional de los estudiantes. Estos hallazgos son consistentes con estudios previos que demuestran que las prácticas generativas de compasión favorecen la regulación emocional, fortalecen el sistema de calma emocional y propician un estado mental adecuado para la relación de ayuda [8, 14, 16, 19, 20, 21, 34]. En este contexto, a diferencia del estudio de Cabrera y Kempfer (2020) [7], en esta investigación no se reportaron estados de estrés y temor durante el desarrollo de los escenarios de simulación.

Al igual que en otros estudios [2, 7], la presente investigación ha demostrado que la simulación clínica fortalece el desarrollo de habilidades de comunicación y empatía. Estas competencias son esenciales en la formación de enfermería, ya que son fundamentales para proporcionar una atención centrada en el paciente [27,29]. Los testimonios de los estudiantes indican que el taller efectivamente mejoró estas habilidades, lo cual puede contribuir a una relación de ayuda más efectiva y a una mayor satisfacción del paciente [28].

Por otro lado, los resultados obtenidos en esta investigación no solo evidencian beneficios psicológicos y educativos del briefing y debriefing compasivo, sino que también pueden estar vinculados a mecanismos fisiológicos que favorecen la regulación emocional y la respuesta al estrés en los estudiantes. Investigaciones previas han demostrado que la práctica de la compasión puede inducir cambios neurobiológicos, incluyendo una reducción en los niveles de cortisol, lo que sugiere una menor activación del eje hipotalámico-hipofisario-adrenal [14,18]. Este efecto podría explicar la disminución de la ansiedad reportada por los participantes antes y después de la simulación, así como la mejora en su autoeficacia percibida.

Asimismo, se ha identificado que las prácticas de compasión estimulan la liberación de oxitocina y modulan el sistema nervioso autónomo, facilitando estados de calma y conexión social [17]. Esto podría estar relacionado con el aumento en las habilidades de comunicación y empatía descrito por los

estudiantes en sus testimonios, lo que sugiere que la preparación compasiva previa a la simulación no solo tiene un impacto subjetivo, sino que podría estar mediada por cambios fisiológicos que favorecen una mayor disposición al aprendizaje y la relación de ayuda.

Además, los estudiantes señalaron que la práctica de estrategias para el cultivo de la compasión en estas fases de la simulación contribuyó al fortalecimiento de la autocompasión. Estos hallazgos son consistentes con numerosos estudios que indican que el cultivo de la compasión fortalece la autocompasión [16,19] y predispone positivamente para establecer relaciones interpersonales más armoniosas [24].

Desde una perspectiva centrada en la compasión y sus tres flujos, este estudio evidencia que la simulación con enfoque compasivo contribuye al desarrollo de la compasión hacia los demás, la compasión recibida y la autocompasión en estudiantes de enfermería. La literatura enfatiza que estos flujos deben integrarse de manera armónica para garantizar una compasión auténtica, sostenible y efectiva en la práctica clínica [14, 15, 19].

El realismo y la alta fidelidad de la simulación permitieron a los estudiantes experimentar la compasión hacia los demás en un entorno seguro y controlado, lo que coincide con estudios previos que destacan la simulación como una estrategia eficaz para fortalecer la empatía y el cuidado humanizado [19].

En cuanto a la compasión recibida, esta se manifestó en la percepción de apoyo y seguridad emocional dentro del entorno de aprendizaje, reforzando la importancia de generar espacios educativos que fomenten la seguridad psicológica y la colaboración entre pares y docentes. Investigaciones previas han señalado que la sensación de respaldo dentro del equipo de salud es un factor protector contra la fatiga por compasión y el burnout, lo que sugiere que este componente debe considerarse dentro de la formación en enfermería para fortalecer la capacidad de los futuros profesionales de sostener su cuidado compasivo sin comprometer su bienestar [16, 19, 34].

Finalmente, en lo que respecta a la autocompasión, los estudiantes demostraron un fortalecimiento en las tres dimensiones propuestas en la literatura científica: amabilidad consigo mismo, humanidad compartida y mindfulness. La incorporación de técnicas generativas de compasión en el briefing y debriefing facilitó la reducción de la autocrítica y la mejora de la resiliencia emocional, en concordancia con estudios que destacan la autocompasión como un elemento clave en el bienestar psicológico y la autoeficacia de los futuros profesionales de enfermería [19, 30, 31, 34].

No obstante, a pesar de estos prometedores resultados, es importante considerar algunas limitaciones del estudio. Una de ellas radica en la subjetividad de las percepciones de los estudiantes, las cuales pueden haber estado influenciadas por factores como su estado emocional, experiencias previas en simulación clínica y familiaridad con enfoques de compasión. Asimismo, el sesgo de deseabilidad social podría haber llevado a algunos participantes a enfatizar los aspectos positivos del taller y minimizar desafíos o dificultades percibidas. Aunque los entrevistadores no participaron como docentes en el escenario de simulación, su rol como investigadores pudo haber

influido en la manera en que los estudiantes expresaron sus experiencias. Finalmente, debido al diseño cualitativo y a la utilización de una muestra por conveniencia, los hallazgos no pueden generalizarse a toda la población de estudiantes de enfermería. En este sentido, futuras investigaciones podrían abordar esta temática en muestras más amplias y en diversos contextos educativos, permitiendo una mayor extrapolación y comparación de resultados.

CONCLUSIÓN

La integración de la compasión en la simulación clínica ofrece múltiples beneficios, no solo en términos de competencias técnicas, sino también en el desarrollo de habilidades emocionales y sociales cruciales para una atención humanizada. Los estudiantes de enfermería que participaron en este estudio reportaron experiencias positivas, destacando la relevancia de un enfoque que promueve la calma, la reflexión, la empatía y la autocompasión.

La evidencia sugiere que el entrenamiento en compasión puede ser una estrategia efectiva para mejorar el bienestar de los estudiantes y prepararlos para enfrentar los desafíos emocionales y profesionales de la práctica clínica. Estos hallazgos tienen implicaciones significativas para el diseño curricular en enfermería, sugiriendo la necesidad de incorporar prácticas generativas de compasión de manera sistemática en la formación de los futuros profesionales de la salud.

En base a lo desarrollado y analizado, se proponen dos definiciones:

1. Briefing compasivo: Etapa esencial de la simulación clínica que prepara a los participantes proporcionando información sobre los objetivos de aprendizaje, el escenario clínico, las normas, los roles y la tecnología a utilizar. Además, incluye prácticas generativas de compasión, buscando un estado mental y emocional que propicie el sistema de calma y la relación de ayuda.
2. Debriefing compasivo: Etapa clave posterior al escenario de simulación, enfocada en la reflexión y análisis de la experiencia desde una actitud de atención plena y un enfoque compasivo y autocompasivo. Este proceso refuerza la idea de identificar las voces críticas y acogerlas con compasión, promoviendo el bienestar y el desarrollo personal y profesional, y evitando autocríticas destructivas.

Este estudio abre nuevas líneas de investigación en la intersección de la simulación clínica y el entrenamiento en compasión. Futuras investigaciones podrían explorar el impacto longitudinal de este enfoque en el desempeño profesional y bienestar emocional de los graduados, así como su aplicabilidad en otras disciplinas de la salud. Además, se podrían desarrollar estudios comparativos para evaluar la efectividad de diferentes técnicas generativas de compasión en la simulación clínica.

Finalmente se destaca la importancia de desarrollar espacios de aprendizaje humanizados que cuiden y protejan a quienes serán los futuros profesionales del cuidado.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

(1) Díaz Rodríguez M, Alcántara Rubio L, Aguilar García D, Puertas Cristobal E, Cano Valero M. Orientaciones formativas para un cuidado humanizado en enfermería: una revisión integrativa de la

literatura. Enferm glob. [Internet]. 2020 Mar [citado 2024 Mar 12];19(2):640-72. Disponible en: http://dx.doi.org/10.6018/eglobal.392321.

(2) Yusef Contreras VA, Sanhueza Ríos GA, Seguel Palma FA. Importancia de la simulación clínica en el desarrollo personal y desempeño del estudiante de enfermería. Cienc Enferm. [Internet]. 2021 Dic [citado 2024 Mar 20];27. Disponible en: http://dx.doi.org/10.29393/ce27-39isvf30039

(3) Agency for Healthcare Research and Quality. Healthcare simulation dictionary. [Internet]. Rockville, MD: Lioce L, editor; 2020 [citado 2024 mar 20]. Disponible en: http://dx.doi.org/10.23970/simulationv2.

(4) Lopreiato J O, Downing D, Gammon W, Lioce L, Sittner B, Slot V, Spain A. Healthcare Simulation Dictionary. [Internet]. Rockville, MD: Agency for Healthcare Research and Quality; 2016 Oct [citado 2024 mar 22];p.9. Disponible en: https://www.ahrq.gov/sites/default/files/publications/files/sim-dictionary.pdf

(5) Moreno-Cámara S, da-Silva-Domingues H, Parra-Anguita L, Gutiérrez-Sánchez B. Evaluating Satisfaction and Self-Confidence among Nursing Students in Clinical Simulation Learning. Nurs Rep. [Internet]. 2024 Abr. [citado 2024 mar 22];14(2):1037-1048. Disponible en: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38804411

(6) Cho MK, Kim MY. Factors Associated with Student Satisfaction and Self-Confidence in Simulation Learning among Nursing Students in Korea. Healthc (Basel). [Internet]. 2023 Abr. [citado 2024 mar 22];11(8):1060. Disponible en: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37107894/

(7) Alballay Cabrera TA, Silveira Kempfer S. Simulación clínica en la enseñanza de enfermería: experiencia estudiantil en Chile. Texto Contexto - Enferm. [Internet]. 2020 Nov. [citado 2024 mar 22];29(spe). Disponible en: http://dx.doi.org/10.1590/1980-265x-tce-2019-0295

(8) Brito-Pons G. Mindfulness y compasión en la relación de ayuda. [Internet]. Barcelona: Nau Llibres; 2022. Capitulo 7, La compasión como eje de la relación de ayuda [citado 2024 mar 23];p.119-138. Disponible en: https://naullibres.com/wp-content/uploads/2022/01/9788418047664_L33_23.pdf

(9) Kong LN, Yao Y, Chen SZ, Zhu JL. Prevalence and associated factors of burnout among nursing students: A systematic review and meta-analysis. Nurse Educ Today. [Internet]. 2023 Feb. [citado 2024 mar 26];121:105706. Disponible en: http://dx.doi.org/10.1016/j.nedt.2022.105706

(10) Ardiles-Irarrázabal R, Pérez-Díaz P, Valencia-Contrera M, Villarroel-Yáñez L. Riesgo suicida e Inteligencia emocional de rasgo en el retorno presencial estudiantil. Índice enfermer. [Internet]. [citado 2024 mar 26];e14451. Disponible en: http://dx.doi.org/10.58807/indexenferm20235684

(11) Zhou L, Sukpasjaroen K, Wu Y, Wang L, Chankoson T, Cai E. Predicción del bienestar psicológico de los estudiantes de enfermería: análisis de redes basado en un modelo de prosperidad a través de las

relaciones. BMC Med Educ. [Internet]. 2022 Jun 16 [citado 2024 mar 27];22(1). Disponible en: http://dx.doi.org/10.1186/s12909-022-03517-1

(12) Erkin Ö, Şenuzun Aykar F. The effect of the yoga course on mindfulness and self-compassion among nursing students. Perspect Psychiatr Care. [Internet]. 2020 Sep 28 [citado 2024 mar 26];57(2):875–82. Disponible en: http://dx.doi.org/10.1111/ppc.12630

(13) Aryuwat P, Holmgren J, Asp M, Radabutr M, Lövenmark A. Experiences of Nursing Students Regarding Challenges and Support for Resilience during Clinical Education: A Qualitative Study. Nurs Rep. [Internet]. 2024 Jun 28 [citado 2024 mar 26];14(3):1604-1620. Disponible en: https://www.mdpi.com/2039-4403/14/3/120.

(14) Gilbert P, Van Gordon W. Compassion as a Skill: A Comparison of Contemplative and Evolution-Based Approaches. Mindfulness. [Internet]. 2023 Aug 3 [citado 2024 mar 20];14(10):2395–416. Disponible en: http://dx.doi.org/10.1007/s12671-023-02173-w

(15) Jinpa J. Fearless heart: How the courage to be compassionate can transform our lives. New York: Avery Pub Group; 2016 [citado 2024 mar 20].

(16) Neff KD, Knox MC, Long P, Gregory K. Caring for others without losing yourself: An adaptation of the Mindful Self-Compassion Program for Healthcare Communities. J Clin Psychol. [Internet]. 2020 Sep [citado 2024 mar 20];76(9):1543-1562. Disponible en: http://dx.doi.org/10.1002/jclp.23007

(17) Castellanos N. Neurociencia del cuerpo: Cómo el organismo esculpe el cerebro. Editorial Kairós; 2022 [citado 2024 mar 20].

(18) Hoehne K, Vrticka P, Engert V, Singer T. Does plasma oxytocin mediate stress reduction after compassion-based mental training? Psychoneuroendocrinology. [Internet]. 2021 Sep [citado 2024 mar 21];131:105476. Disponible en: http://dx.doi.org/10.1016/j.psyneuen.2021.105476

(19) Alcaraz-Córdoba A, Ruiz-Fernández MD, Ibáñez-Masero O, Miranda MIV, García-Navarro EB, Ortega-Galán ÁM. The efficacy of compassion training programmes for healthcare professionals: a systematic review and meta-analysis. Curr Psychology.[Internet]. 2024 Ene [citado 2024 mar 20];43:18534–18551. Disponible en: http://dx.doi.org/10.1007/s12144-024-05618-0

(20) Corrigan JP, Browne D, Gilsenan J, Irons C. Evaluating a brief online compassion-focused intervention for intensive care nurses. Nurs Crit Care. [Internet]. 2024 Mar [citado 2024 May 20];29(2):303-306. Disponible en: https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/nicc.12860, http://dx.doi.org/10.1111/nicc.12860

(21) Jacquet L, Paucsik M, Guy JB, Eve K, Ben-Taarit I, Lantheaume S. Self-compassion and psychological well-being of radiographers at work. Int J Qual Stud Health Well-being. [Internet]. 2023 Dec 6 [citado 2024 Mar 20];19(1). Disponible en: http://dx.doi.org/10.1080/17482631.2023.2287621

(22) Saunders B, Sim J, Kingstone T, Baker S, Waterfield J, Bartlam B, Burroughs H, Jinks C. Saturation in qualitative research: exploring its conceptualization and operationalization. Qual Quant. [Internet]. 2018 [citado 2024 Mar 20];52(4):1893-1907. Disponible en: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29937585

(23) Bardin L. Análise de conteúdo. Lisboa: Edições 70; 2016.

(24) Gilbert, P. The origins and nature of compassion focused therapy. Br J Clin Psychol [Internet]. 2014 Mar [citado 2024 Mar 22]; 53(1): 6-41. Disponible en: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24588760/

(25) Lee-Muñoz X, Vergara-Núñez C, Mejía-Díaz V, Garrido-Varela S, Álvarez-Bustamante S, Díaz-Pollak S. Efecto de la simulación háptica en la autoeficacia académica de odontólogos en formación. Int j of interdiscip dent [Internet]. 2023 Abr [citado 2024 Mar 26];16(1):30–3. Disponible en: http://dx.doi.org/10.4067/s2452-55882023000100030

(26) Moreno-Cámara S, da-Silva-Domingues H, Parra-Anguita L, Gutiérrez-Sánchez B. Evaluating Satisfaction and Self-Confidence among Nursing Students in Clinical Simulation Learning. Nurs Rep. 2024 Apr 25;14(2):1037-1048. doi: 10.3390/nursrep14020078. PMID: 38804411; PMCID: PMC11130807.

(27) Alligood MR. Teóricas de la enfermería de importancia histórica: Joyce Travelbee. En: Modelos y teorías en enfermería. Elsevier; 2022.

(28) Ganán K, Chasillacta F. La comunicación en el cuidado humanizado brindado por el profesional de enfermería. Salud cienc tecnol. [Internet]. 2023 Ago 23 [citado 2024 May 23]; 3:505. Disponible en: http://dx.doi.org/10.56294/saludcyt2023505

(29) Mufato LF, Gaíva MAM. Empatía en enfermería y el contexto de la relación enfermero-paciente: consideraciones críticas. Cult cuid rev enferm hum. [Internet]. 2019 Sep 21 [citado 2024 Mar 23];23(54):48-58. Disponible en: http://dx.doi.org/10.14198/cuid.2019.54.06

(30) Santana Ramos H, Morales Gázquez MJ. La importancia de la compasión en enfermería. Ene. [Internet]. 2021 [citado 2024 Ago 23];15(2). Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1988-348X2021000200010&lng=es.

(31) Salafi KA, Widianti E, Praptiwi A. Self-compassion among Undergraduate Nursing Students at a State University in Indonesia during the COVID-19 Pandemic. Rev bras enferm [Internet]. 2023 [citado 2024 May 22];76(4). Disponible en: http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2022-0585

(32) Hormazábal Lara J, Ortega Ortega T, Ureta Narváez I. Implementación de metodologías activo-participativas para el aprendizaje significativo del cuidado humanizado en la Carrera de Enfermería. Horiz enferm. [Internet]. 2024 Abr 27 [2024 ago 23];35(1):280-91. Disponible en: http://dx.doi.org/10.7764/Horiz_Enferm.35.1.280-291, https://horizonteenfermeria.uc.cl/index.php/RHE/article/view/67621

(33) Dieckmann P. The unexpected and the non-fitting - considering the edges of simulation as social practice. Adv Simul (Lond). [Internet]. 2020 Feb 5 [citado 2024 Ago 23];5:2. Disponible en: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7001270/

(34) Gutiérrez-Carmona A, González-Pérez M, Ruiz-Fernández MD, Ortega-Galán AM, Henríquez D. Effectiveness of Compassion Training on Stress and Anxiety: A Pre-Experimental Study on Nursing Students. Nurs Rep. [Internet]. 2024 Nov 27 [citado 2025 Mar 13];14(4):3667-3676. Disponible en: https://doi.org/10.3390/nursrep14040268