



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y DE LA SALUD CARRERA
DE ENFERMERÍA**

TÍTULO DEL TEMA

**NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE GELOTOLOGÍA EN LA
RECUPERACIÓN EMOCIONAL DEL USUARIO HOSPITALIZADO.
HOSPITAL BÁSICO DR. JOSÉ CEVALLOS RUIZ. YAGUACHI, 2023**

**PROYECTO DE INVESTIGACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN
DEL TÍTULO DE LICENCIADO EN ENFERMERÍA**

AUTOR

MAGALLÁN MAGALLÁN ELIOT GEOVANNY

TUTOR

LIC. YOSBEL HERNÁNDEZ DE ARMAS, Mgtr.

PERIODO ACADÉMICO 2023-1

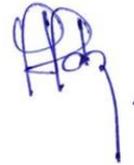
TRIBUNAL DE GRADO

Lic. Milton Marcos González Santos, Mgt.
**DECANO DE LA FACULTAD DE
SOCIALES Y DE LA SALUD**

Lic. Nancy M. Domínguez Rodríguez, MSc.
**DIRECTORA DE LA CIENCIAS
CARRERA DE ENFERMERIA**

**CESAR
EUBELIO
FIGUEROA
PICO**

Firmado digitalmente
por CESAR EUBELIO
FIGUEROA PICO
Nombre de
reconocimiento (DN):
c=EC, l=GUAYAQUIL,
serialNumber=0917519
2.41, cn=CESAR
EUBELIO FIGUEROA
PICO Fecha: 2023.10.12
23:04:37 -05'00'



Lic. César Figueroa Pico, PhD.
DOCENTE DE ÁREA

Lic. Yosbel Hernández De Armas, Mgr.
TUTOR

Ab. María Rivera González, Mgr.
SECRETARIA GENERAL

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Proyecto de Investigación: NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE GELOTOLOGÍA EN LA RECUPERACIÓN EMOCIONAL DEL USUARIO HOSPITALIZADO. HOSPITAL BÁSICO DR. JOSÉ CEVALLOS RUIZ. YAGUACHI, 2023. Elaborado por MAGALLÁN MAGALLÁN ELIOT GEOVANNY, estudiante de la CARRERA DE ENFERMERÍA. FACULTAD CIENCIAS SOCIALES Y DE LA SALUD perteneciente a la UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA, previo a la obtención del Título de LICENCIADO EN ENFERMERÍA, me permito declarar que luego de haber orientado, estudiado y revisado, lo APRUEBO en todas sus partes.

Atentamente



Lcdo. Yosbel Hernández De Armas, Mgtr.

TUTOR

DEDICATORIA

Este trabajo de investigación, le dedico primeramente al Dios Todopoderoso, que, por medio de su gracias, he culminado mi formación académica de tercer nivel, en segundo, le dedico a mis padres, que gracias a ellos soy la persona que soy ahora y al no rendirse conmigo durante este largo camino y por haber confiado en mí.

De igual manera, dedico también mi proyecto de investigación a mi abuelito José que está en los cielos, que gracias a sus consejos pude lograr mi meta de ser un gran enfermero.

Eliot Geovanny Magallán Magallán

AGRADECIMIENTO

Agradezco infinitamente a nuestro Padre Celestial Dios, por haberme brindado sabiduría e inteligencia, y guiarme en este arduo camino durante toda la carrera universitaria, de igual manera agradezco a mis padres Ubaldo y Cristina, por haberme inculcado valores como el amor, la honestidad, el respeto, la puntualidad, la generosidad y el amor hacia el prójimo que, gracias a ellos, no podría haberlo logrado y ser la persona que soy hoy en día.

Agradezco en lo particular, a la Lic. Sonia Del Pezo, la Lic. Anabel Sarduy Lugo y a la Exdirectora de la carrera de enfermería, la Lic. Alicia Cercado, por ese apoyo incondicional durante una crisis en lo personal que tuve en la carrera por lo académico.

Al Hospital Dr. José Cevallos Ruíz, Yaguachi, por haberme permitido realizar el levantamiento de información y poder finalizar con éxitos esta hermosa etapa en mi vida. Hago mención al personal tanto de enfermería como médicos, que con sus enseñanzas he adquirido habilidad y destreza en el ámbito hospitalario. Además, agradezco a mi gran amigo Allan Cuesta, por demostrarme el verdadero significado de ser amigo y acompañarme durante este proceso universitario.

Eliot Geovanny Magallán Magallán

DECLARACIÓN

El contenido del presente estudio de graduación es de mi responsabilidad, el Patrimonio intelectual del mismo le pertenece únicamente a la Universidad Estatal Península de Santa Elena.

Magallán Magallán Eliot Geovanny

CI: 2450388620

ÍNDICE GENERAL

TRIBUNAL DE GRADO	I
APROBACIÓN DEL TUTOR	II
DEDICATORIA	III
AGRADECIMIENTO	IV
DECLARACIÓN	V
ÍNDICE GENERAL.....	VI
ÍNDICE DE TABLAS.....	VIII
ÍNDICE DE GRÁFICOS.....	IX
RESUMEN.....	X
ABSTRACT	XI
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I	2
1. El problema	2
1.1. Planteamiento del problema	2
1.2. Formulación del problema	4
2. Objetivos de estudio	4
2.1. Objetivo general.....	4
2.2. Objetivos específicos	4
3. Justificación.....	5
CAPÍTULO II.....	6
2. Marco teórico.....	6
2.1 Fundamentación referencial	6
2.2 Fundamentación Teórica	8
2.2.1 Gelotología.....	8
2.2.2 Nivel de conocimiento que debe tener un enfermo en Gelotología.....	9
2.2.3 Aplicación de la risoterapia en los Hospitales.....	10
2.2.4 Aplicación de la risoterapia en Enfermería	11
2.2.5 Formas más comunes de aplicación de la risoterapia	13
2.2.6 Enfermería y Humor	14
2.2.7 Campos de Aplicación del Humor	16
2.2.8 Risoterapia.....	17
2.2.8.1 Beneficios de la risa	17
2.2.8.2 Beneficios físicos	17
2.2.8.3 Beneficios psicológicos	19
2.2.8.4 Beneficios sociales	21
2.2.8.5 Características fundamentales de la risa.....	24

2.2.8.6	<i>Tipos de risa</i>	25
2.2.8.7	<i>Risa espontánea</i>	25
2.2.8.8	<i>Risa planificada o ensayada</i>	26
2.2.8.9	<i>Risa provocada o estimulada</i>	27
2.2.8.10	<i>Estímulos humorísticos</i>	28
2.2.8.11	<i>Risa patológica</i>	30
2.2.9	Teoría de enfermería – Hildegard Peplau	31
2.2.9.1	<i>Teoría del bienestar enfocada a la psicología positiva - Martin Seligman</i>	32
2.3	Fundamentación Legal.....	32
2.3.1	Constitución de la República del Ecuador 2008.	32
2.4	Formulación de la hipótesis.....	33
2.5.	Identificación y Clasificación de variables	33
2.5.1	<i>Variable independiente</i>	33
2.5.2	<i>Variable dependiente</i>	33
2.6.	Operacionalización de variables.....	2
CAPITULO III		3
3.	Diseño Metodológico	3
3.1	Tipo de investigación.....	3
3.2	Métodos de investigación	3
3.3	Población y muestra	4
3.4	Tipo de muestreo.	4
	Criterios de inclusión.	4
	Criterios de exclusión.....	4
3.5.	Técnicas recolección de datos.....	5
3.5.1	Observación	5
3.5.2	Encuesta.	5
3.6.	Instrumento de recolección de datos.	5
3.6.1	Técnica de interpretación de la información	6
3.7	Aspectos éticos	6
CAPÍTULO IV.....		7
4.	Presentación de Resultados.....	7
4.1.-	Análisis e interpretación de resultados	7
4.2	Comprobación de hipótesis	10
5.	Conclusiones	11
6.	Recomendaciones	12
7.	Referencias Bibliográficas.....	13
8.	Anexos	19

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Matriz de operacionalización de la variable independiente y dependiente.....	2
Tabla 2 Población	4
Tabla 3. Perfil Sociodemográfico personal y laboral	7

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1. Nivel de conocimiento enfermero en la liberación de inulina y testosterona.....	9
Gráfico 2. Competencias de enfermería de la gelotología en beneficio de lo social, psicológico y físico.....	10

RESUMEN

En el presente trabajo de investigación, en donde se tiene como título principal tener una apreciación real y científica de cuál es el nivel de conocimiento sobre gelotología en la recuperación emocional del usuario hospitalizado. Teniendo como objetivo principal Demostrar el nivel de conocimiento enfermero, con el esto se pudo esclarecer cuales son los factores a tomar en cuenta para poder aplicar actividades vinculadas con la risoterapia, y como esta ayuda a fomentar un clima armónico entre los pacientes, el personal de enfermería y los familiares, se identifica el problema en torno al cual va a desenvolverse todo el proceso de indagación y relación directa con las personas que integran el hospital, a calidad de enfermeros, tanto internos como residentes, para fortalecer los criterios se busca analizar de manera clara y precisa las fuentes teóricas de doctores que en su época sustentaron el uso de la gelotología dentro del proceso hospitalario, tales como Patch Adams, quien fue una de las personas que impulsó este movimiento, dentro de la producción metodológica se establece un estudio de carácter cuantitativo, usando así técnicas y herramientas de recolección de datos como son las encuestas y entrevistas, para lo cual se utiliza una población de 21 profesionales los cuales forman parte del hospital donde se realiza el proceso de extracción de datos científicos, llegando a la conclusión de que el 67% del personal no conoce sobre las bases científicas de gelotología con respecto a las necesidades el paciente, puesto que regularmente no la aplican por el hecho de no existir un estudio previo de su uso en este lugar, se deja claro que no es necesario convertirse en un enfermero clowns para que la risoterapia puede ayudar de manera significativa a su proceso de recuperación tanto física como emocional.

Palabras claves: Gelotología, enfermeros recuperación del paciente

ABSTRACT

In this research work, the main objective is to have a real and scientific appreciation of the level of knowledge about gelotology in the emotional recovery of the hospitalized user. Having as its main objective Demonstrate the level of nursing knowledge, with this it was possible to clarify what are the factors to take into account to be able to apply activities related to laughter therapy, and how this helps to promote a harmonious climate among patients, the nursing staff. nursing and family members, the problem around which the entire process of inquiry and direct relationship with the people who make up the hospital will develop, as nurses, both interns and residents, is identified. To strengthen the criteria, we seek to analyze them clearly and precisely the theoretical sources of doctors who in their time supported the use of gelotology within the hospital process, such as Patch Adams, who was one of the people who promoted this movement, within the methodological production a study of quantitative nature, thus using data collection techniques and tools such as surveys and interviews, for which a population of 21 professionals is used who are part of the hospital where the scientific data extraction process is carried out, reaching the conclusion that 67% of the staff does not know about the scientific bases of gelotology with respect to the needs of the patient, since they do not regularly apply it due to the fact that there is no prior study of its use in this place, it is made clear that they do not It is necessary to become a clown nurse so that laughter therapy can significantly help your recovery process, both physically and emotionally.

Keywords: Gelotology, nurses patient recovery

INTRODUCCIÓN

La gelotología suele parecer un término poco conocido y de uso irrelevante, pero al conocer a fondo cada una de las bondades que la risoterapia tiene en los pacientes, tanto en niños como adultos que estén pasando por una situación delicada tal como es un cáncer que desgasta tanto la parte física como mental, causando no solo que se resquebraje la salud sino también que se pierda el sentido de la vida y su propósito de lucha constante. El enfermero o doctor que esté a cargo de un cuadro clínico complicado debe realizar estudios previos al paciente con el fin de establecer una recepción clara y positiva de este tratamiento, ya que no todos se encuentran en condiciones psicológicas necesarias para ser incluidos en un proceso en donde la risoterapia busque aportar de manera significativa en la estadía del paciente dentro del hospital, el personal de la salud que está ligado con el área de atención directa a los familiares también deben ser partícipes del tratamiento con el fin de tener su aprobación y constante apoyo.

El presente trabajo de investigación está dividido en cuatro capítulos que recogen; tanto el problema identificado, los apartados teóricos e investigaciones previas sobre el tema, la metodología seleccionada con técnicas y herramientas, para culminar con la presentación de los resultados que ayudan a comprobar las hipótesis en base a la secuencia de los objetivos. En el **capítulo uno** se muestra la identificación del problema desde su expresión internacional, estableciendo esquemas citados por la OMS, quienes emiten teorías de uso de la risoterapia dentro del proceso de recuperación del paciente, la formulación clara del problema, con sus respectivos objetivos y su justificación literaria del por qué es importante realizar este proceso de estudio. En el **capítulo dos** se citan teorías e investigaciones previas, las mismas que apoyan la búsqueda de un criterio final, de la misma manera se establecen las teorías significativas que aportan a que el uso de la risoterapia aporte como analgésico natural creando las famosas hormonas de la felicidad, que favorece a la recuperación paulatina de los pacientes. En el **capítulo tres**, se pone en consideración la modalidad de investigación, dependiendo de lo que se busca investigar en este caso se utiliza un modelo no experimental, documental y de campo, con el método cuantitativo se establece el uso de las técnicas de recolección de dato que se aplicará a la población objeto de estudio, para finalizar en el **capítulo cuatro** se presentan los resultados obtenidos junto a las conclusiones y recomendaciones que evidencian la comprobación de la hipótesis mediante la secuencia de los objetivos planteados en una primera instancia.

CAPÍTULO I

1. El problema

1.1. Planteamiento del problema

Desde la antigüedad, se viene practicando esta actividad del humor y la risa en todas las culturas, así se registra en las civilizaciones como cultura clásica. En Oriente, la espiritualidad y los beneficios de la risa se conocen desde la antigüedad, esto también está probado por la filosofía taoísta china y hay evidencia de que, para Hace más de 4.000 años, el antiguo imperio chino tenía unos templos de los que reírse para equilibrar tu salud (Thalman, 2018).

Hunter Doherty, también conocido como "Patch Adams", fue un médico estadounidense Activista, diplomático y autor, es considerado el mayor defensor de la risoterapia. Hoy, gracias a su trabajo, ¡el "Gesundheit! Institute" que lo protagonizó en el año 1998, varios usuarios de aquel entonces pudieron recuperarse a través de este programa, la cual tuvo una hazaña muy amable y beneficiosa para las personas enfermas (Adams, 2020).

A nivel mundial, según la Organización Mundial de la Salud (OMS), indica que más del 25% de la población acude a estas terapias y reconocen el peso que tienen las medicinas tradicionales por lo que se recomienda a enfermeros y enfermeras que utilicen este recurso para lograr el desarrollo de ejercicios de felicidad o bienestar, destinados a promover y desplegar recursos positivos en la persona. La OMS nos informa, que no tiene una posición oficial, pero algunos estudios sugieren que la risa y el humor pueden tener beneficios para la salud mental y física, incluyendo la reducción del estrés, la mejora del sistema inmunológico, la reducción del dolor y la mejora de la calidad de vida (Ben & Itano, 2021).

En países latinoamericanos como Colombia, Brasil, Argentina, Chile, Uruguay y México, hay un grupo de estudios formados por Clown Care que significa "cuidado del payaso", que involucra a los participantes en la gelotología, una forma de vida por lo cual el humor se usa con mayor frecuencia en las escuelas como una herramienta terapéutica, el impresionante autor racional Albert Ellis, quien afirma: "los trastornos

del estado de ánimo a menudo se asocian con una percepción excesiva de las cosas” y por eso hay que mantener el profesionalismo de las intervenciones sin limitar la calidad de los cuidadores (Rafael, Ramos, Susanibar, & Balarezo, 2018).

Este contexto, está impulsado por el conocimiento, es decir, quién lo posee, domina, establecer las reglas limita, pero lo más importante, mucho control, por lo que Ecuador considera el poder de la risa (risoterapia) como alternativa motivación y desarrollo personal. Se ha comprobado que al realizar actividades de gelotología, se mejora la resistencia al SIDA y al cáncer. Por ello, participaron en Ecuador y otros países la terapia de risa, para mantener a estas personas motivadas y resilientes a sus condiciones de vida. Dado que este tipo de terapia ha tenido éxito, sin embargo, aún no ha sido aceptada, se puede utilizar como una alternativa a la motivación infantil en la educación. Según el MIES y el Ministerio de Salud de la Provincia de Tungurahua, se considera que hay risas de origen de salud e incluso aparece en la Biblia donde dice: “Un corazón alegre es como una buena medicina, pero un espíritu deprimido seca los huesos” (Proverbios) (Alarcón, 2019).

En la Unidad de Salud, Hospital Básico Dr. José Cevallos Ruíz, se evidenció la falta de motivación y conocimiento por parte del personal de enfermería, que este pueda repercutir en la recuperación de los pacientes ingresados por procesos de mejora en su estado de salud. Realizando mi proceso de Prácticas Pre Profesionales – Internado Rotativo, sentí la necesidad de realizar mi investigación para conocer el apego enfermero – paciente, e incluir como técnica terapéutica. Siendo esta la razón importante de valorar el nivel de conocimiento enfermero que tienen los profesionales de la salud, este aporte ayudaría a mejorar la salud mental, reducir el estrés, mejorar la salud física, y disminuir el dolor, cada una de estas es importante porque puede ayudar a una mejor recuperación y mantener una calidad de vida óptima.

1.2. Formulación del problema

¿Cuál es el nivel de conocimiento enfermero sobre gelotología en la recuperación emocional del usuario hospitalizado del Hospital Básico Dr. José Cevallos Ruíz Yaguachi, en el año 2023?

2. Objetivos de estudio

2.1. Objetivo general

Demostrar el nivel de conocimiento enfermero sobre gelotología en la recuperación emocional de usuario hospitalizado del Hospital Básico Dr. José Cevallos Ruíz. Yaguachi, 2023.

2.2. Objetivos específicos

1. Caracterizar la población de estudio según el perfil sociodemográfico.
2. Determinar el nivel de conocimiento enfermero sobre gelotología en la liberación de insulina y testosterona.
3. Evaluar la competencia de enfermería que influyen en el bienestar físico, psicológico y social con respecto a la gelotología.

3. Justificación

El desarrollo de la investigación, es de relevancia práctica, porque gracias a la implementación de terapias complementarias basadas en la risa y el humor en los entornos médicos puede ser de gran ayuda para los pacientes que se encuentran en situaciones difíciles y estresantes, como lo son las hospitalizaciones.

El apoyo emocional de los familiares es fundamental para la recuperación de los pacientes críticos en las unidades de cuidados intensivos de los hospitales. De hecho, un estudio encontró que los pacientes que recibieron apoyo emocional de sus familiares tenían un 30 % menos de probabilidades de desarrollar trastorno de estrés postraumático (TEPT) que aquellos que no recibieron dicho apoyo.

La relevancia teórica del estudio, radica en la posibilidad de desarrollar una comprensión más profunda de cómo la risa y el humor pueden influir en el bienestar emocional de las personas, lo que puede tener implicaciones importantes en la teoría y práctica de la atención médica/enfermería.

La relevancia social del estudio, radica en la capacidad para mejorar la calidad de vida de los pacientes y así promover un enfoque más humanizado en la atención médica, así como en su capacidad para crear conciencia y comprensión pública sobre los beneficios de la risa y el humor para la salud en general.

La relevancia académica del estudio, radica en la capacidad para contribuir al conocimiento y comprensión en el área de investigación, además, puede contribuir a la identificación de las mejores prácticas y estrategias para la aplicación de terapias basadas en la risa y el humor en entornos médicos, lo cual puede resultar de gran interés para los profesionales de la salud y otros investigadores.

El proyecto es viable debido a varios factores como el acceso al personal de enfermería que participarán en el estudio de investigación, y por otro lado es factible debido a la calidad de la investigación, utilizando una metodología adecuada, usando la validez y confiabilidad de los datos de inversión científica existente y la competencia de los resultados en la práctica médica.

CAPÍTULO II

2. Marco teórico

2.1 Fundamentación referencial

La gelotología se define como una técnica psicoterapéutica que se basa principalmente en fomentar la risa. Definida como terapia porque no cura la enfermedad, sino que funciona a ayudar a mejorar el estado emocional del individuo clínico hospitalizado, por lo tanto, la gelotología pertenece al denominado tratamiento complementario en lugar de alternativo.

Según el estudio desarrollado por (Rod, 2007), un psicólogo canadiense que ha realizado importantes contribuciones a la comprensión de la relación entre la risa y el bienestar emocional, éste presenta en su libro “The Psychology of Humor: An Integrative Approach”, una revisión exhaustiva de la literatura existente sobre la terapia del humor y su impacto en la salud emocional.

Todo el mundo sabe que la vida es humorística, en la que nos hace sentir el placer de sonreír que viene acompañado de agradables sensaciones de bienestar emocional y alegría, recalcando que esta actividad es tan divertida y lúdica que mucha gente ya lo entiende, principalmente los usuarios hospitalizados.

Investigaciones realizadas por (Norman, 2019), que es uno de los pioneros en la investigación sobre el impacto de la risa y el buen humor en la salud, refiere en su libro “Anatomy of an Illness as Perceived by the Patient” cómo utilizó la risa para tratar su propia enfermedad y cómo la risa puede ser una herramienta terapéutica efectiva. Ya que nos menciona, que la terapia de la risa le salvo de una enfermedad parálitica, médicos y personal de salud de aquel entonces se dieron cuenta que el efecto de la risa le hizo despertar y salir adelante de ese problema de salud que padecía.

Un estudio realizado por (Villegas, 2017), nos plantea que en el campo de la gelotología, es importante recordar que la risa y el buen humor tienen un impacto positivo en la salud emocional y física, y que la gelotología es un campo de estudio valioso que merece más investigación en el futuro, como estas pueden ser: la psicogénesis de la risa, la relación entre la risa y la salud/enseñanza/aprendizaje, la risoterapia y su efecto en la ansiedad y el estrés, y el uso de la risa como estrategia para el cuidado de personas mayores.

Estudios abarcados en Ecuador, destacamos a (Abajo, 2020), en la que menciona los efectos del humor y la risa en la salud emocional de pacientes con trastornos de ansiedad, ya que la gelotología ha incorporado un tratamiento que puede tener un impacto positivo en la mejora del bienestar de los pacientes, como es en la función cognitiva, la calidad de vida y el sueño.

En otro estudio, mencionamos a (García, Blanco, García, Rebaque, & De Caso, 2019), la cual manifiesta que la importancia del humor es fundamental en la recuperación emocional de usuarios con diferentes tipos de trastornos. El objetivo del estudio fue de examinar la relación entre el humor y la recuperación del estado emocional en pacientes con trastornos depresivos, en la cual, el autor argumenta que, al aplicar esta terapia de la risa, aumenta un impacto positivo en la práctica clínica.

Se puede recalcar que la gelotología, es una disciplina en constante evolución y que cada vez hay más investigaciones y estudios sobre su aplicación en diferentes contextos, sin embargo, no existe información específica sobre esta aplicación a nivel del lugar de estudio.

Según la entrevista al director del Hospital donde se llevará a cabo el estudio, (Dr. Loor, 2022), nos manifiesta que el proyecto a aplicar es muy interesante, porque se verá un antes y un después en el conocimiento enfermero en cómo es la evolución de los pacientes hospitalizados al aplicar la gelotología y así después mantener ese margen de asistencial en la práctica clínica.

2.2 Fundamentación Teórica

2.2.1 Gelotología.

La gelotología es la ciencia que estudia los efectos de la risa en el cuerpo y en la mente, así como sus causas, funciones y aplicaciones. El término gelotología proviene del griego gelos, que significa "risa". El fundador de la gelotología fue el psiquiatra William F. Fry, quien en 1964 comenzó a investigar las consecuencias fisiológicas de la risa en la Universidad de Stanford (Spiegato, s.f.). Otros investigadores destacados en este campo son Lee Berk, Paul Ekman, Robert Provine, Willibald Ruch y Michael Titze. (Ben & Itano, 2021)

La gelotología, un campo de estudio interdisciplinario, se centra en explorar los efectos beneficiosos de la risa y el humor en la salud y el bienestar humano. La risa, al liberar endorfinas, hormonas asociadas con la sensación de bienestar, brinda múltiples beneficios físicos y mentales. Reduce el estrés, la ansiedad, la depresión y el aburrimiento, fortalece el sistema inmunológico, mejora la circulación sanguínea, alivia el dolor, favorece la digestión y ayuda en la prevención de enfermedades.

El término "gelotología" proviene del griego y combina las palabras "gelos", que significa "risa", y "logos", que hace referencia a un estudio concreto. Los gelotólogos suelen dedicarse a realizar procesos de investigación que relacione a cómo la risa y el buen humor influirán en diferentes aspectos de la vida cotidiana, incluyendo en estos procesos la salud relacionada al bienestar físico y mental que mejoren las relaciones entre un grupo de trabajo, aportando a tener una mejor calidad de vida. (Bordás C. , 2019)

Dentro de la gelotología, se busca indagar como la terapia de la risa o risoterapia, aporta con técnicas de utilización específicas, buscando inducir tanto la risa como la sensación de buen humor direccionándola a fines terapéuticos. Esta forma de terapia se la puede aplicar en las diferentes áreas médicas, tales como centros de rehabilitación, hospitales, y asilos, que tengan la meta de ayudar a mejoramiento de la calidad de vida de los pacientes internos. (Cardona J. L., 2019)

La gelotología se basa en una amplia gama de enfoques teóricos y metodológicos, que incluyen investigaciones científicas, análisis psicológicos y sociológicos, y enfoques terapéuticos. Los gelotólogos trabajan en colaboración con profesionales de distintas disciplinas, como psicólogos, médicos, terapeutas y sociólogos, para comprender de manera

más completa los beneficios y aplicaciones de la risa y el humor en diferentes contextos. (Calabrese, 2019)

La gelotología se la ha aplicado en distintas ramas de la medicina, con el objeto de mejorar la calidad de vida de las personas y mejorar el estado de ánimo que ayude a su recuperación progresiva, regularmente la gelotología se la ha puesto en práctica principalmente en el campo pediátricos con el fin de ayudar a los menores y puedan hacer frente a la ansiedad, estrés y la presencia constante del dolor; a causa de su enfermedad, dependiendo de la gravedad de esta y el riesgo con el que cuenta el tratamientos médico. Las investigaciones que ha sido elaboradas por (Tirigall, 2021) manifiesta que la risa ayuda a los niños a tolerar el dolor excesivo, reduciendo el proceso de la ansiedad en los niños internos de los hospitales.

En los procesos de atención geriátrica, el uso de la risa ha podido establecer características beneficiosas con el fin de mejorar el proceso hospitalario y a su vez el estado de ánimo y reduciendo la peligrosa sensación de soledad, con la que los adultos mayores tienen que lidiar diariamente. Una investigación dirigida por (Callejo, 2018), manifiesta que el uso de la risoterapia, ayudo a mejorar el bienestar físico, social y emocional de los adultos mayores residentes, mejorando su relación con los cuidadores, mejorando progresivamente su calidad de vida.

2.2.2 Nivel de conocimiento que debe tener un enfermo en Gelotología

El nivel de conocimiento requerido para un enfermero especializado en Gelotología se refiere a la comprensión y aplicación de los principios, técnicas y beneficios terapéuticos relacionados con la utilización de la risa y un sentido de buen humor, que se contagie con los pacientes, en el proceso hospitalario y de atención en el cuidado de la salud. Se vuelve indispensable que el personal de enfermería tenga nociones significativas del uso de la Gelotología, pudiendo así apoyar en potencializar los efectos psicológicos y fisiológicos que tiene la risa como reacción en el cuerpo de los pacientes, es de esta forma como de los pacientes tienen acceso a las estrategias y enfoques de carácter terapéuticos que brinda el hospital, y la risoterapia es una actividad complementaria en la atención de los pacientes. (Barrios & Torales, 2019)

Para poder aplicar un proceso de risoterapia dentro del hospital se debe establecer una investigación previa, lo cual respaldará cada actividad que se proponga en bien de la salud mental de los pacientes; por parte de los enfermos, los mismos que deben poseer la capacidad para demostrar que a través del uso adecuado de la Gelotología estará contribuyendo con el alivio de problemas vinculados al estrés, mejorando así de una manera gradual el estado de ánimo; lo cual apoyará en el mejoramiento del bienestar emocional de las personas que tiene un tratamiento hospitalario. Los enfermeros deben poseer la capacidad para identificar en qué situación es apropiado la utilización de la terapia de la risa y adaptarla de acuerdo a las necesidades individuales de cada paciente. (De los Heros, 2019)

Asimismo, es importante que los enfermeros en Gelotología tengan habilidades prácticas para aplicar técnicas específicas que induzcan la risa, como el uso de chistes, juegos y actividades lúdicas. Esto les permitirá crear un ambiente positivo y de apoyo para los pacientes. Sin embargo, es crucial que estos profesionales mantengan un enfoque ético y sensible al utilizar el humor en el cuidado de los pacientes, evitando cualquier forma de ofensa o falta de respeto. (Doherty H. , 2019)

2.2.3 Aplicación de la risoterapia en los Hospitales.

Para que los pacientes puedan tener beneficios de la risa que les suele ofrecer el profesional en salud, se debería romper principalmente la barrera existente en los parámetros que maneja naturalmente medicina convencional, con el fin de que el paciente pueda recuperar su propio sentido del humor es decir la risa espontánea y; lograr aprender las diversas técnicas para que el proceso de reír sea más sencillo. Es bajo esta perspectiva que se puede manifestar que la risa es merecedora de un lugar privilegiado en la práctica médica diariamente.

En el contexto clínico, se puede considerar a la Risoterapia como una herramienta que se puede utilizar con el fin de ser una orientación preventiva, de la misma manera como una opción de carácter terapéutico a fin de ser complementaria o como una herramienta alternativa para aportar en otras terapias establecidas. En el camino hacia la forma de ser aplicada, los principios de la Risoterapia se llegan a enfrentar a grandes amenazas; que son un factor común en las diversas disciplinas alternativas o complementarias de la medicina tradicional, que se ven apartadas de la evidencia científica. (Bordás, 2019)

En consecuencia, con el fin de aportar la integración de la Risoterapia en los parámetros médicos convencionales, se vuelve necesario de la incorporación de estas herramientas en la formación técnica de los futuros profesionales en el ámbito de la salud ya que en los actuales momentos es fundamental, que la investigación clínica se pueda apoyar en factores de interés comunitario y así poder obtener una gran cantidad de recursos necesarios, que aporten a esta rama del conocimiento médico tanto de organizaciones públicas como privadas.

También se puede decir que esta favorece a gestionar los servicios generales de enfermería a través de la reducción tanto de costos, como la optimización de materiales biomédicos que son productos para presentar al paciente una actitud positiva y colaboradora, sobre todo direccionado a los niños que son sometidos a procedimientos de recuperación muy dolorosos; además de la disminución del lapso de tiempo prolongado dentro del hospital, permitiendo así que el ingreso común de los niños que busquen un cuidado integral, se encuentren con un equipo humanístico que aporten a su salud y bienestar. (Barber, 2019)

2.2.4. Aplicación de la risoterapia en Enfermería

Los diversos beneficios que son aportados por las terapias alternativas, se han vuelto muy relevantes, tanto así que, desde el campo de la enfermería, el personal de la salud puede llevar a cabo un desempeño importante con el fin de ponerlas en práctica, de esta manera se podrá favorecer tanto la prevención, promoción, y recuperación paulatina de la salud, de esta manera se podrá aportar de manera significativa a los tratamientos y más técnicas que busquen aliviar el dolor y mejorar el autoestima de los pacientes. Por todo esto, suele resultar muy interesante que dentro de los parámetros de formación profesional, en referencia al tratamiento a base terapias, que se puedan llevar a cabo en el desarrollo diario mediante el cuidado de los pacientes que se puedan encontrar en atención de forma especializada de forma primaria, mediante estas también es necesario el reclutamiento de personal especializado que realizase este tipo de talleres. (Cardona, 2019)

- Se debe tener claro, además de adquirir este tipo de técnicas que es necesario crear una especie de rutina que busque llevar al éxito de la risoterapia dentro del hospital.
- Es fundamental conocer a profundidad sus propios sentimientos y así lograr el desarrollo de sus capacidades para poder demostrarlos.

- Se trabaja para el mejoramiento de su automotivación.
- Construir un clima de empatía, entre el doctor, el paciente y los miembros de su núcleo familiar y realizando un periodo de escucha activa, que aporte para mejorar el clima de confiabilidad entre ellos.
- es fundamental reconocer cuales son los sentimientos de los pacientes en cada área depende de sus necesidades y respetarlos, aunque estos tengan un sistema de creencias diferentes.

Con relación a la risoterapia, en la actualidad existen varios campos de acción en donde el personal de enfermería suele utilizar la aplicación de esta psicoterapia como forma complementaria de un tratamiento. Los campos más conocidos son:

- **Pediatría:** en el área de los niños es necesario utilizar herramientas alternativas ya que ellos son muy receptivos, por lo tanto, el empleo paulatino del humor les proporcionara una gran ayuda, que aportara con el fin de superar de una buena forma el proceso que conlleve su enfermedad.
- **Cirugía:** La risoterapia ayudará de manera significativa para disminuir o elimina el dolor.
- **Enfermos terminales:** Ayudara a que al paciente pueda aceptar, cuáles son sus limitaciones, y de esta forma logre descubrir la vulnerabilidad de la vida de una manera tolerante, con la finalidad de disminuir severamente la depresión, ansiedad y estrés, y alivia el dolor.

El humor su uso progresivo de él y sus capacidades empáticas, ayudan en la mejora tanto de la comprensión de la realidad de los pacientes, lo cual favorecerá a las actitudes de carácter positivas, optimistas, trabajando con la confianza y relajación, para de esta forma facilitar la conexión humana que debe existir entre profesional de la salud, los pacientes y la familia. Sin embargo, es necesario recalcar que el uso del humor no debe emplearse de igual manera a todos los pacientes, por lo que se vuelve necesario la realización previa de un sistema de valoración de los efectos con relación al problema; identificando aquellos puntos en donde pueda incidir, conociendo también cuando es el momento más apropiado para su aplicación. (Leininger, 2020).

2.2.5 Formas más comunes de aplicación de la risoterapia

Terapia de la risa regular: Este conocido como un método de tratamiento médico que logra implicar el diagnóstico previo de un psicólogo, que avale la predisposición de los pacientes, tanto de forma grupal o individual, en donde las personas logren de manera espontánea reír entre sí, mediante la narración de chistes, historias o anécdotas divertidas, que sean interesantes, una sesión de chistes, hasta llegar a proyectar una película, o serie de comedia. Actualmente la risoterapia es considerada como un método usando cada vez de forma más común en el tratamiento de pacientes con alguna patología compleja, los expertos en el área psicológica, la direccionan en mayor frecuencia hacia las víctimas de la violencia intrafamiliar, cuyas reacciones han generado trastornos sexuales. Es necesario entender que, si bien la risa tiene un gran aporte, esta no puede sustituir el tratamiento farmacológico diagnosticado por los doctores. Se ha podido comprobar que los pacientes que logren experimentar emociones de carácter positivo, aumentaran paulatinamente la inmunidad de su organismo, y al utilizar un carácter negativo como contraste, suelen dar lugar a una gran cantidad de enfermedades. (Maltesse, 2019).

Médico payaso: Este método es menos común, pero todavía se conoce para muchos. El personal médico tiene actuaciones regulares ante pacientes enfermos. Especialmente eficaz es este método para los niños gravemente enfermos. Este colorido uso de mascarada es capaz de levantar al menos brevemente el estado de ánimo de los niños y hacerles creer en los milagros. (Plaza, 2020).

Yoga (risas) Es considerada como una interesante técnica, en donde al personal médico se les logra enseñar a reír de manera correcta, de una manera natural y en abundante frecuencia. También se la conoce como una forma de gimnasia para el rostro. Para obtener resultados apropiados al momento de realizar este ejercicio se debe utilizar una secuencia de respiración similares a de las clases de yoga, en síntesis, se puede entender que al momento de una persona ríe; el proceso de respiración llega a ser más profunda y se exhalar de una manera más corta, pero de manera más intensa. (Puñal, 2019).

Las personas que están inmersas en una sesión de risoterapia se inclinan en estas para poder cambiar su estado emocional y la percepción de mundo que los rodea, o la realidad que están pasando, esta terapia de la risa llega a convertirse como un proceso estimulante dando optimismo y mejorando el humor. La sonrisa es la parte principal de esta terapia, un

individuo que trate de aprender realmente esta técnica o manejo de esta forma de terapia, deberá saber manejar sus estímulos y saber reír en los momentos difíciles que es donde más se necesita hacerlo, tales como en los momentos de crisis. En la risoterapia se vuelve muy importante la espontaneidad ya que la risa deberá nacer desde lo más profundo del ser humano. Esta forma de terapia suele ser importante al momento de fortalecer las fases de desarrollo y crecimiento integral de la personalidad, mejorando los procesos de autoestima, generando confianza, en sí mismo, obtener la satisfacción, y el bienestar integral. (Rodríguez Q. F., 2020)

2.2.6 Enfermería y Humor

Al estudiar los principios tanto de la enfermería y el humor se puede visualizar una cantidad de característica que se relacionan entre si ya que ambas tienen mucho que aportar a la salud del paciente, puede ser antes, en el transcurso o después haber sufrido una enfermedad, ya que, al poseer un buen sentido del humor de forma positiva, ayudara a beneficiar al paciente y lo guiara hacia una recuperación más acelerada o hacer de su enfermedad un proceso mucho más llevadero. Esto se da porque el uso del humor; tiende a aportar para la consecución de una relación de empatía entre los pacientes, doctores y las familias, de esta manera el proceso alimenticio no se verá truncado, ya que está comprobado que en el proceso de una enfermedad el paciente deprimido suele perder el apetito. (Sánchez., 2020)

En cuanto al humor dentro de la enfermería también se visualizan fuertes aportaciones que ayudan a beneficiar el mejoramiento de la salud de los pacientes, permitiéndole a este el poder resolver los conflictos mediante el uso de ideas claras, utilizando una gran variedad de información que los doctores le suelen aportar con relación al tratamiento de su enfermedad, y de esta manera no se verá segado por el malestar, dolor y la angustia y desesperación que al ser diagnosticado con una enfermedad, de la misma manera también sirve de ayuda para el paciente con el fin de identificar cuáles son las acciones que más debe preocuparle, en relación a la forma como se va a tratar su enfermedad y la duración del proceso de recuperación.

Según la autora (Maltesse, 2018), profesional en la rama de médico cirujano, dentro de su proyecto de indagación previo a obtener su título, recoge las siguientes versiones referente a la risoterapia, proporcionando que esta forma parte de un sistema de apoyo dirigido por

profesionales en el área psicológica para pacientes que han sido catalogados con un alto nivel de estrés, depresión y ansiedad o que están propensos a sufrir estas patologías. Enunciando así que existe una estrecha relación muy enmarcada sobre las emociones, así como también referente al comportamiento de los pacientes, lo cual tiene un alto grado de influencia en el desarrollo o progreso del estudio médico.

Actualmente la licenciada en enfermería (Salinas, 2019). dentro de su tesis “Efectividad de la risoterapia en el estado de ánimo y percepción del dolor en niños hospitalizados” cuya investigación se la desarrollo previo a la obtención de su título de enfermera, pudo presentar como resultado que los niños suelen poseer actitudes diferentes al momento de afrontar la situación hospitalaria, en donde muchos de ellos están más propensos a sufrir crisis de depresión, cuyo factor principal es el encierro, esto nace por la falta de actividad física dirigida, lo cual es imposible llevar a cabo, ya que dentro del hospital se encuentran ciertas limitaciones.

Sin embargo, es necesario establecer que la risoterapia suele formar una parte fundamental e importante, dando un apoyo significativo cuanto a su proceso de recuperación y el efectivo tratamiento médico, según los datos numéricos presentados de una población general, en un 100% los niños hospitalizados son entes que muestran un evidente estado de depresión y una acumulación de emociones negativas, al momento de aplicar las actividades recreativas como dinámicas o sesiones de teatros humorísticos con la finalidad de terapia, se ha logrado observar un aumento significativo e importante en el proceso de recuperación, en cuanto el uso del humor ha permitido disminuir la hostilidad, mejorando el tratamiento médico utilizado.

De igual manera Hunter Doherty (Doherty, 2018), a quien se lo conoce como “Patch Admas”, el mismo que es un reconocido e importante médico de nacionalidad estadounidense cuya actividad ha sido la de activista social, se ha enfocado principalmente en métodos y técnicas que ayuden a llevar el humor dentro de los hospitales, a los cuales visita regularmente, debido a que este cuenta con tesis de que la risa aporta de manera significativa al mejorar no solo el estado de ánimo de un enfermo sino también aporta mucho en su bienestar físico, por esta razón anualmente organiza grupos de médicos voluntarios que apoyen de la misión visitando de hospitales de niños que padecen algún tipo de cáncer con el fin de inyectar actividades que den risa, a través del juego y sus afectos positivos.

2.2.7 Campos de Aplicación del Humor

Pediatría: generalmente los niños son seres emocionales y de la misma manera que logran alegrarse con facilidad con lo perciben a su alrededor, es también fácil adquirir un estado de depresión en una situación difícil, deprimiéndose con facilidad, y llegan a sentirse solos, triste agobiados, perdiendo el apetito, esto logra hacer que empeore su situación de salud, sin embargo, se ha logrado establecer que con el uso en una terapia de humor tal como el uso de la risoterapia, permitirá que las sensaciones y emociones de carácter positivo se logren restaurar y logren superar con una mayor facilidad y agilidad el proceso que transcurre como estrago de su enfermedad o su recuperación. (Martínez, 2019)

Cirugía: en el ambiente antes y post cirugía, una terapia basada en el humor, o la conocida risoterapia propiamente utilizada en términos médicos, ha permitido poder eliminar o a su vez la disminución del dolor ya que se ha logrado comprobar que regularmente la generación emociones positivas tales como la incorporación de la alegría o el carácter de euforia va creando paulatinamente una forma de anestesia de manera natural, puesto que el paciente se logrará sentir inmerso en la terapia o centrando su atención en lo que le produce la sensación de reír y se logrará olvidar de lo que le está sucediendo o puede suceder consigo en un futuro próximo, que se dará durante o después de la aplicación de la cirugía. Pero también se debe tener en cuenta que existe un grupo de pacientes dentro de un hospital que se resiste al uso de esta terapia, normalmente es aquel universo de pacientes que han llegado a poseer enfermedades mucho más complicadas como puede ser el caso de padecer cáncer o el sida, en etapas muy avanzadas, produciendo regularmente un estado emocional negativo, lo que vuelve difícil introducir a su cuadro clínico una terapia de humor, pero no se la puede catalogar como imposible. (Pardines, 2019)

Enfermos terminales: Cuando existen pacientes con enfermedades catastróficas en etapa terminal normalmente se vuelve mucho más complejo la introducción de la terapia de la risa, sin embargo el personal médico debe comprender que no es imposible, ya que este tratamiento de carácter terapéutico ayudará a facilitar el trabajo de los doctores y enfermeros pues con esta al informarle la situación real que padece en el momento, cuáles son las limitaciones del paciente se volverán más tolerantes para aceptar su realidad y bajaran los riesgos de quedarse sumergidos en emociones o entrar a un estado de ánimo de depresión de manera negativa para sus intereses. Al crear un estado de resiliencia por la aceptación, le

permitirá al paciente podrá mejorar su calidad de vida en los últimos momentos de una enfermedad, haciendo los momentos junto a sus familias puedan ser más placenteros y menos doloroso, la familia aceptará la situación y podrá brindar apoyo al paciente para sobrellevar la enfermedad. (Puñal J. M., 2019)

2.2.8 Risoterapia

La risoterapia, también conocida como terapia de la risa o terapia del humor, es una práctica que utiliza la risa de manera intencionada como herramienta terapéutica. Se cree que la risa tiene efectos positivos en la salud física y mental, y su aplicación en entornos hospitalarios busca mejorar la calidad de vida de los pacientes, reducir el estrés y la ansiedad, fortalecer el sistema inmunológico y fomentar una actitud positiva (Tirigall, 2021)

2.2.8.1 Beneficios de la risa

De acuerdo con el autor, (Villamil, Quintero, & Henao, 2013), la risoterapia es una técnica que utiliza la risa como herramienta para mejorar la salud y el bienestar emocional de las personas, y es por eso que encontramos beneficios importantes para su estado, la cual relataremos lo siguiente:

2.2.8.2 Beneficios físicos

Fortalecimiento muscular: La risa involucra diferentes grupos musculares, especialmente los abdominales, el diafragma y los músculos faciales. Esto puede contribuir al fortalecimiento muscular y tonificación corporal, de la misma manera se le puede atribuir el rejuvenecimiento y elasticidad de la piel, la risa logra tener en las personas un efecto tonificante, que logra eliminar arrugas, ya que cuando una persona se ríe su corazón empieza a bombear de una manera más rápida y a su vez ingresa más aire hacia los pulmones, mejorando la oxigenación y la circulación, así como la eliminación de toxinas. (Callejo, 2018)

Estimulación del sistema cardiovascular: La risa tiene efectos beneficiosos en el sistema cardiovascular. Durante la risa, se produce un aumento en la frecuencia cardíaca y se mejora el flujo sanguíneo en el cuerpo. Estos efectos pueden contribuir al fortalecimiento del sistema cardiovascular y promover la salud del corazón. (Donado Mazarrón, 2020)

Aumento de endorfinas, dopamina, serotonina y adrenalina, esto ayuda a mejorar el bienestar físico. Las endorfinas, inclusive, tienen incidencia en los receptores del dolor que están ubicados en el cerebro y de esta manera actúan como especie de analgésicos naturales.

Descenso de los niveles de la hormona del estrés, el cortisol. El proceso de vibración que emite la cabeza hace que se despeje tanto la nariz como el oído, los efectos causados por la risa son relajantes, llegando incluso que las personas puedan dormir mejor, existiendo así una paulatina reduciendo del insomnio.

Otro punto importante es la reducción de los efectos de la presión arterial y mejorando la capacidad respiratoria, lo que ayudará a prevenir unos posibles infartos, logra una buena oxigenación de los órganos, ya que cuando una persona reír a carcajadas, se adquiere el doble de aire que en un proceso de respiración tradicional. (García, Blanco, García, Rebaque, & De Caso, 2019)

Fortalecimiento el sistema inmunológico, la risa genera la producción de más anticuerpos que luchan contra virus y bacterias, reforzando nuestro organismo.

Activación de las neuronas espejo, este tipo de neuronas se encargan de la imitación, lo cual ayuda a que la risa sea contagiosa.

Mejora de la digestión y la eliminación de grasas y desechos, la risa tiene una acción de contraer el abdomen, lo cual ayuda mejorar el proceso digestivo.

La relajación que se produce en la tensión muscular que ayuda al fortalecimiento y tonificación de los músculos, que habitualmente son poco utilizados, cuando una persona ríe a carcajadas se logran activar más de 400 músculos.

Esto también aumenta de la esperanza de vida, ya que genera consecuencias positivas para los seres humanos. (Van der Wal & Kok, 2019)

Reducción de la tensión muscular: La risa tiene un efecto relajante en los músculos, permitiendo que se libere la tensión acumulada. Este proceso de relajación puede ayudar a aliviar la rigidez muscular y reducir los síntomas de la tensión muscular crónica.

Estimulación del sistema linfático: La risa tiene la capacidad de estimular el sistema linfático, el cual desempeña un papel crucial en la eliminación de toxinas y desechos del cuerpo. Al activar este sistema, la risa puede mejorar la circulación linfática y fortalecer el sistema inmunológico. (Demir Doğan, 2020)

Mejora de la función pulmonar: Durante la risa, se realizan inhalaciones y exhalaciones profundas y rítmicas, lo cual contribuye a expandir los pulmones y mejorar su capacidad funcional. Esta acción de respiración profunda y vigorosa ayuda a promover una mejor ventilación pulmonar y una mayor oxigenación del cuerpo. (González, 2020)

Estimulación del sistema nervioso: La risa tiene un efecto estimulante en el sistema nervioso, lo que puede promover la coordinación motora y la agilidad. Además, se ha observado que la risa mejora la respuesta neuronal y facilita la comunicación entre diferentes áreas del cerebro. (Ramos, 2019)

Fortalecimiento del sistema inmunológico: La risa, activa y estimula el sistema inmunitario, lo que favorece una respuesta más eficaz frente a enfermedades y patógenos. La investigación muestra que la risa aumenta la producción de células protectoras que fortalecen la capacidad del cuerpo para combatir infecciones y enfermedades. (Solano Silva, 2021)

2.2.8.3 Beneficios psicológicos

La risa es considerada como expresión humana, la cual se ha logrado mantener como una de las formas de socialización y comunicación espontánea. Además, que aporta obvias y significativas ventajas sociales que ayuda a crear vínculos importantes, la risa también aporta varios beneficios psicológicos. Entre los cuales, se ha identificado que reduce la ansiedad, la tristeza y el estrés aumentando el bienestar, las causas de felicidad, mejorando la memoria y produciendo al máximo el pensamiento creativo y finalmente el fortalecimiento del sistema inmunológico. (Poncela, 2020)

Reducción del estrés y la ansiedad: La risa ayuda a liberar tensiones y reduce los niveles de cortisol, la hormona del estrés. También estimula la liberación de endorfinas, que son neurotransmisores asociados con la sensación de bienestar. Esto puede contribuir a reducir el estrés y la ansiedad, (Abajo, 2020).

Mejora del estado de ánimo: La risoterapia puede aumentar los niveles de dopamina, un neurotransmisor asociado con la felicidad y el placer. Participar en sesiones de risoterapia puede ayudar a mejorar el estado de ánimo, reducir los sentimientos de tristeza y aumentar la sensación general de bienestar, (Abajo, 2020).

Beneficios para las relaciones sociales: La risoterapia se suele realizar en grupo, lo que fomenta la interacción y el vínculo entre los participantes. La risa compartida y las actividades lúdicas promueven un ambiente de camaradería, lo que facilita la formación de nuevas amistades y fortalecer las relaciones sociales, también se puede mencionar que la risa y las actividades lúdicas pueden ser herramientas utilizadas en terapia y trabajo psicológico para mejorar la comunicación y las relaciones interpersonales.

Aquí hay algunas formas en las que estas actividades pueden contribuir a ese proceso:

1. **Liberación de endorfinas:** el proceso de la risa, cuando puede ser compartida con las personas cercanas, logra generar una especie de sensación que llena de felicidad y bienestar, lo cual se da gracias a que logra liberar de endorfinas en el cerebro. este tipo de respuesta química, ha logrado en ayudar a construir un ambiente de carácter agradable y positivo, que pueda fomentar tanto la conexión como la formación de nuevos lazos de amistades (Dunbar, 2021).
2. **Reducción del estrés:** El factor que representan las risas, así como también las actividades de función lúdicas, las mismas que puede garantizar acciones de liberación de tensión acumulada y exceso de estrés, ya que la crear un ambiente relajado las personas logran sentirse se forma cómoda para realizar actividades grupales. (Rómero, 2014).
3. **Romper barreras y crear vínculos emocionales:** la risa compartida, ayuda a romper barreras sociales y emocionales, permitiendo que las personas se sientan más cercanas y conectadas entre sí, cabe mencionar que la risa en un lenguaje que trasciende las barreras culturales y lingüísticas, lo que facilita la comunicación y la formación de amistades, (Provine, 2017).

Promoción de la resiliencia: La risa y el humor pueden ayudar a desarrollar una actitud más positiva y flexible frente a los desafíos y adversidades de la vida. La risoterapia puede fortalecer la capacidad de adaptación y la resiliencia emocional, permitiendo a las personas afrontar situaciones difíciles de manera más efectiva, (Abajo, 2020).

Mejora de la autoestima: La risoterapia puede ayudar a aumentar la confianza y la autoestima al proporcionar un ambiente seguro y de apoyo donde los participantes pueden expresarse libremente y sentirse aceptados. La risa y la diversión pueden generar sentimientos de empoderamiento y autoaceptación, (Abajo, 2020).

Reducción de la tensión emocional: La risoterapia puede ayudar a aliviar la tensión emocional acumulada, la necesidad un escape momentáneo de preocupaciones y pensamientos negativos. La risa y la diversión pueden generar un sentido de ligereza y alegría, permitiendo a las personas liberar emociones reprimidas y experimentar un alivio emocional, (Pérez, 2022).

Mejora de la capacidad de adaptación: La risoterapia fomenta la flexibilidad mental y emocional al ayudar a las personas a encontrar un enfoque más positivo y optimista frente a los desafíos y cambios en la vida. Participar en actividades de risa y humor, puede cultivar una mentalidad más abierta y adaptable, lo que facilita la capacidad de adaptarse a nuevas situaciones y superar obstáculos, (Pérez, 2022).

Estimulación cognitiva: La risoterapia implica participar en actividades que desafíen y estimulen el cerebro, como juegos, chistes o ejercicios de improvisación. Estas actividades pueden mejorar la concentración, la memoria, la agilidad mental y la capacidad de resolución de problemas. Participar regularmente en actividades de risa puede promover la salud cognitiva y mantener la mente activa, (Pérez, 2022).

2.2.8.4 Beneficios sociales

Fortalecimiento de las relaciones interpersonales: La risoterapia se suele realizar en grupo, lo que fomenta la interacción social y la conexión entre los

participantes. La risa compartida crea un ambiente positivo y de camaradería, lo que facilita la formación de nuevas amistades y fortalece las relaciones existentes, (Royo, 2013).

Promoción del trabajo en equipo: La risoterapia involucra actividades grupales que requieren cooperación y colaboración. Estas dinámicas fomentan el trabajo en equipo, ayudando a los participantes a desarrollar habilidades de comunicación, resolución de problemas y apoyo mutuo. Esto puede mejorar tanto en entornos laborales como en otros contextos sociales, (Royo, 2013).

Fomento de la empatía y la conexión emocional: La risa es contagiosa y puede generar un sentido de unidad y conexión entre las personas. Participar en sesiones de risoterapia puede ayudar a desarrollar la empatía, ya que compartimos y nos conectamos a través del humor. Esto puede mejorar la comprensión mutua y fortalecer las relaciones sociales, (Royo, 2013).

Promoción de un ambiente positivo: La risoterapia crea un ambiente de alegría y positividad, lo cual puede tener un efecto contagioso en los demás. Participar en actividades de risa y humor puede ayudar a romper el hielo, reducir la tensión y crear un ambiente más relajado y amigable en diversos contextos sociales, como en el trabajo, en eventos comunitarios o en reuniones sociales, (Royo, 2013).

Promoción de la inclusión y la diversidad: La risoterapia se basa en la diversión y el juego, lo que puede romper las barreras sociales y promover un sentido de inclusión. Al participar en actividades de risa y humor, las personas pueden enfocarse en la diversión compartida en lugar de las diferencias individuales, lo que fomenta un ambiente de aceptación y respeto hacia los demás, (Royo, 2013).

Promoción de la cohesión grupal:

La cohesión grupal hace referencia al grado o la fuerza de unión que llega a existir entre los integrantes de un grupo de trabajo. Es considerado como un elemento de manera fundamental dentro de la funcionalidad de un determinado equipo, esto se puede dar tanto el ámbito laboral, como también en los grupos deportivo, y congresos

académicos o el desarrollo grupal de la sociedad. La cohesión grupal su importancia suele radicar en una gran cantidad de aspectos clave: **Mejorar del rendimiento:** se lo puede denominar cuando los miembros de una agrupación se llegan a sentir cohesionados, se caracterizan por estar dispuestos a trabajar y colaborar para conseguir los objetivos del equipo, ya que se presenta un sentido de compromiso general y compartido, lo mismo que logra llevar a subir el nivel de productividad y eficiencia que existe dentro del grupo. En otros aspectos se puede precisar que la cohesión grupal llega a fomentar un sistema de comunicación e intercambio regular de ideas, lo que puede generar soluciones más creativas y mejores resultados, **Motivación y satisfacción:** dentro de la cohesión grupal se puede crear un ambiente pasivo y positivo de mutuo apoyo. Dentro de una organización los miembros se logran sentir respaldados, así como también valorados, esto va a aumentar su motivación y el compromiso hacia la consecución de los objetivos y el cumplimiento de los mismos, lo que deriva en la satisfacción profesional y el sustento emocional derivado de la pertenencia y comodidad de un grupo cohesionado donde se mejora el bienestar personal y colectivo. (Muñis, R, & Ojeda, 2018)

Resolución de conflictos: En los grupos cohesionados, existe un mayor nivel de confianza y respeto entre los miembros. Esto facilita la resolución constructiva de conflictos, ya que se promueve el diálogo abierto y la búsqueda de soluciones consensuadas. La cohesión grupal actúa como un mecanismo de apoyo durante situaciones de tensión, logrando superar obstáculos y mantener la armonía en el grupo.

Resistencia al estrés: Los grupos cohesionados son más resistentes a las situaciones de estrés y presión. La existencia de vínculos sólidos entre los miembros ayuda a mitigar el impacto negativo del estrés, ya que se comparten las cargas emocionales y se brinda apoyo mutuo. Además, la cohesión grupal promueve la confianza en las habilidades y fortalezas de los demás, lo que aumenta la confianza en la capacidad del grupo para superar las adversidades (Meise, 2019)

La risoterapia fomenta un sentido de unidad y cohesión entre los participantes. Al reír juntos y disfrutar de actividades divertidas, se crea un vínculo emocional y se fortalece el sentido de pertenencia a un grupo. Esto puede ser especialmente mejorado

en entornos como equipos de trabajo, grupos terapéuticos o actividades comunitarias, donde la risoterapia puede ayudar a construir relaciones más sólidas y efectivas, (Royo, 2013).

2.2.8.5 Características fundamentales de la risa

Según el autor, (Tirigall, 2021), menciona que existen características fundamentales en la que el usuario hospitalizado hay recuperación más rápida de lo habitual, en las cuales mencionamos los siguientes:

Respuesta emocional positiva: La risa es una respuesta emocional asociada principalmente a sentimientos de alegría, diversión y felicidad. Es una expresión de bienestar y puede ser desencadenada por situaciones cómicas, divertidas o placenteras, (Tirigall, 2021).

Expresión facial y vocalización: La risa suele ir acompañada de expresiones faciales distintivas, como una sonrisa amplia, muecas y arrugas alrededor de los ojos. Además, se caracteriza por vocalizaciones específicas, como el sonido "ja-ja" o "ja-ja-ja". Estas expresiones y vocalizaciones son universales y reconocidas en diferentes culturas, (Tirigall, 2021).

Liberación de energía acumulada: La risa implica una liberación de energía acumulada en el cuerpo. Cuando nos reímos, nuestra respiración se vuelve más rápida y profunda, lo que ayuda a oxigenar el cuerpo y liberar la tensión física y emocional, (Tirigall, 2021).

Efecto terapéutico: La risa tiene un efecto terapéutico en el cuerpo y la mente. Está asociada con la liberación de endorfinas, las "hormonas de la felicidad", que generan una sensación de bienestar y alivio del estrés. La risa puede reducir la ansiedad, mejorar el estado de ánimo y promover una actitud positiva, (Tirigall, 2021).

Efecto socializador: La risa es un poderoso facilitador de la interacción social. Cuando nos reímos junto a otras personas, se crea un sentido de conexión y camaradería.

La risa compartida fortalece los lazos sociales, promueve la empatía y crea un ambiente de positividad y diversión en el grupo, (Tirigall, 2021).

Estimulación del sistema inmunológico: Se ha demostrado que la risa tiene un efecto positivo en el sistema inmunológico. Durante la risa, se liberan sustancias químicas en el cuerpo que pueden fortalecer el sistema inmunológico, mejorar la función de los glóbulos blancos y aumentar la resistencia a enfermedades, también aumentan la producción de Inmunoglobulinas A (IgA) e Inmunoglobulinas E (IgE) que son células protectoras que se encargan en eliminar células infectadas, (Pérez, 2022).

2.2.8.6 Tipos de risa

La risa puede manifestarse de diferentes formas y estilos, y cada tipo de risa puede transmitir diferentes emociones o situaciones cómicas, (Tirigall, 2021). Aquí tenemos algunos ejemplos de tipos de risa:

2.2.8.7 Risa espontánea

La risa espontánea es aquella que surge de forma natural, sin esfuerzo ni intención consciente. Se produce cuando algo parece genuinamente divertido, gracioso o sorprendente. La risa espontánea suele ser rápida y efímera, y puede variar en intensidad, desde una leve sonrisa hasta una risa más pronunciada. Este tipo de risa refleja una respuesta auténtica y sincera ante algo que nos resulta realmente divertido o agradable. Es una forma de expresar nuestra alegría y bienestar en el momento presente.

La risa espontánea es una respuesta humana natural y universal que se produce en situaciones percibidas como humorísticas o placenteras. Es una expresión emocional que implica una serie de cambios fisiológicos y cognitivos. La risa espontánea se considera un comportamiento socialmente contagioso y desempeña un papel importante en la comunicación interpersonal. (Osorio & Torres, 2019)

La investigación ha demostrado que la risa espontánea tiene varios beneficios para la salud y el bienestar. Por un lado, se ha asociado con la liberación de endorfinas y la

reducción del estrés, lo que puede tener efectos positivos en el sistema inmunológico y en la salud cardiovascular. Además, la risa espontánea fortalece las relaciones interpersonales, promueve el vínculo social y mejora la cohesión grupal.

En el ámbito psicológico, la risa espontánea se ha estudiado en relación con el humor y la felicidad. El humor y la capacidad de reírse de uno mismo están relacionados con la resiliencia emocional y la capacidad de afrontar el estrés de manera efectiva. La risa espontánea también puede tener efectos positivos en la cognición, como el aumento de la creatividad y la mejora de la memoria. (García Pérez & Mora Quintero, 2019)

Además, cuando se experimenta la risa espontánea, el cuerpo se relaja y se produce una serie de cambios fisiológicos. Se liberan endorfinas, que son neurotransmisores asociados con la sensación de bienestar, lo que hace que la persona se pueda sentir más felices y relajados. Además, la risa espontánea puede aumentar el flujo sanguíneo, mejorar la función cardiovascular y fortalecer el sistema inmunológico.

La risa espontánea puede ser también un síntoma patológico, cuando se produce sin causa aparente o de forma desproporcionada. La risa patológica puede indicar un trastorno neurológico o psiquiátrico que afecta al control emocional o a la percepción de la realidad. Algunas enfermedades que pueden causar risa patológica son el síndrome pseudobulbar, el accidente cerebrovascular, la demencia o la esquizofrenia (Zaragozano J. F., 2020).

2.2.8.8 Risa planificada o ensayada

Este tipo de risa tiene como objetivo principal mejorar el estado de ánimo de los pacientes, reducir el estrés y la ansiedad, promover la relajación, fortalecer el sistema inmunológico y facilitar el proceso de curación. La risa puede tener efectos positivos en el bienestar físico, emocional y social de los pacientes, y se considera una forma complementaria de terapia en el ámbito de la salud. (Hernández prieto, 2019)

Es importante destacar que la risa planificada o ensayada en hospitales se realiza dentro de un marco profesional y ético, y está respaldada por investigaciones que avalan sus beneficios terapéuticos.

Estas actividades pueden incluir la participación de profesionales de la risa, como payasos de hospital o terapeutas de la risa, que se dedican a proporcionar momentos de humor y risa a los pacientes. Estos profesionales utilizan técnicas de improvisación, juegos, chistes y otras estrategias humorísticas para crear un ambiente alegre y estimulante. (Rojas, 2019)

2.2.8.9 Risa provocada o estimulada

La risa provocada o estimulada tiene como objetivo mejorar el estado de ánimo, aliviar el estrés y la ansiedad, fomentar la conexión social y promover un ambiente positivo y de bienestar en el entorno clínico. Sin embargo, es importante tener en cuenta las necesidades y preferencias individuales de los pacientes, respetar sus límites y garantizar un enfoque terapéutico adecuado en cada caso.

Este enfoque se basa en la idea de que la risa tiene beneficios para la salud y puede contribuir a la recuperación y el bienestar de los pacientes, en un entorno hospitalario, se pueden utilizar diversos métodos para estimular la risa de los pacientes. Estos pueden incluir:

- **Visualización de contenido humorístico:** Se pueden proyectar películas cómicas, programas de televisión divertidos o videos humorísticos que pueden hacer reír a los individuos en el entorno clínico.

A continuación, se proporcionan estudios relevantes:

- ✓ **Mejora del estado de ánimo:**
“La exposición a estímulos humorísticos puede aumentar la producción de endorfinas y neurotransmisores asociados al placer y la felicidad, lo que puede mejorar el estado de ánimo”, (Gil, 2018).
- ✓ **Alivio del estrés:**

“La risa inducida por el humor puede ayudar a reducir los niveles de cortisol, una hormona asociada al estrés, y promover la liberación de endorfinas que tienen efectos relajantes”, (Abajo, 2020).

✓ **Promoción de la relajación:**

“La visualización de contenido humorístico puede distraer la mente de las preocupaciones y tensiones cotidianas, permitiendo un estado de relajación mental y física”, (Rodríguez, García, & Cruz, 2005).

- **Intervenciones de profesionales de la risa:** Payasos de hospital, terapeutas de la risa y artistas de la comedia pueden visitar a los pacientes para brindar momentos de humor y risa a través de la improvisación, los chistes y la interacción. (Céspedes, Gaviria, Olivier, & Sartor, 2019).
- **Terapia del humor:** Se pueden realizar sesiones estructuradas de terapia del humor, que pueden incluir ejercicios de respiración, técnicas de relajación y estímulos humorísticos para provocar la risa, (Castellví, 2011).

2.2.8.10 Estímulos humorísticos

Lo que se conoce como estímulos humorísticos son aquellas sensaciones que logran provocar una respuesta asertiva de humor en un grupo de personas, es decir, una reacción emocional y fisiológica que se manifiesta en la risa o la sonrisa. Estos estímulos pueden ser verbales (chistes, bromas, ironías, etc.), visuales (caricaturas, memes, vídeos, etc.) o situacionales (parodias, imitaciones, juegos de palabras, etc.). Los estímulos humorísticos pueden tener diferentes efectos en las personas, dependiendo del tipo de humor, del contexto y de la personalidad de cada uno. (Cuzco, 2019)

Se puede catalogar como estímulos humorísticos aquellas actividades beneficiosas para la rama de enfermería, que guarden una estrecha relación con la forma de cuidar al paciente y sirva para mejorar la relación entre este y el profesionales. Por otro lado, el buen humor suele mejorar el desarrollo del proceso terapéutico, es decir crea una armonía entre el personal de enfermería y los pacientes, al generar un clima de empatía, confianza y

cercanía. El humor es un factor importante para lograr romper el hielo, y a su vez disminuir el grado de ansiedad y el miedo a afrontar una determinada enfermedad, facilitando así la comunicación y la presentación espontánea de sentimientos, y al aumentar la confiabilidad entre los integrantes del círculo médico, puedan aportar de manera real y rápida a la adaptación al tratamiento, mejorando la calidad de vida y la estancia en el hospital de los enfermos. Según (Zaragozano J. , 2017), la risa es conocida como una forma de actividad de carácter lúdico cuyos efectos son positivos para la salud y bienestar físico y mental.

En otro aspecto se puede conocer al humor como una de las principales estrategias para que el enfermero pueda afrontar problemas relacionados tanto a su enfermedad como a su tratamiento, dentro de la sociedad regular sirve para disminuir el estrés laboral, llegando a prevenir el conocido síndrome de desgaste profesional o también llamado científicamente como burnout. El humor llega a permitir que el paciente logre comprender los problemas, la liberación gradual de tensión, generando endorfinas y para lograr reforzar la autoestima y la motivación para sobrellevar algún problema referente a su enfermedad. Según (Ben & Itano, 2021).

Se refiere a la aplicación de técnicas específicas para provocar o desencadenar la risa en los pacientes con fines terapéuticos. Esta técnica se utiliza como parte de la risoterapia o terapia de la risa en el entorno clínico.

Los estímulos humorísticos pueden lograrse mediante diferentes enfoques, como:

- **Estímulos humorísticos:** Se utilizan chistes, anécdotas graciosas, historias divertidas, videos cómicos u otros estímulos humorísticos para provocar la risa en los pacientes. Estos estímulos pueden ser presentados por profesionales de la salud o mediante el uso de tecnología, como pantallas de televisión o dispositivos móviles.
- **Juegos y actividades interactivas:** Se llevan a cabo juegos o actividades lúdicas que fomentan la participación activa de los pacientes y promueven la risa. Estos pueden incluir juegos de palabras, improvisaciones, juegos de roles o actividades creativas.

- **Terapia del humor estructurada:** Se realizan sesiones estructuradas de terapia del humor, donde se utilizan técnicas específicas, como la respiración de la risa, ejercicios de yoga de la risa o la práctica de gestos y expresiones faciales humorísticas.

2.2.8.11 Risa patológica

Según el autor (Arias, 2011), la risa patológica, también conocida como risa inapropiada o risa involuntaria, es un síntoma neurológico que se caracteriza por la emisión de risas o sonrisas sin motivo o en situaciones inapropiadas. Puede presentar como resultado de ciertas condiciones médicas o trastornos neurológicos.

En el contexto hospitalario, la risa patológica puede ser un síntoma de enfermedades neurológicas como:

1. Risa patológica en accidente cerebrovasculares:

- “La risa patológica es un síntoma frecuente después del accidente cerebrovascular, afectado aproximadamente al 15% de las personas”, (Arias, 2011).
- “La lesión en la región del cerebro llamada protuberancia puede causar la risa patológica después de un accidente cerebrovascular”, (Raimondi, 2015).

2. Risa patológica en esclerosis múltiple:

- “La risa patológica se observa en aproximadamente el 10-20% de los pacientes con esclerosis múltiple”, (Zaragozano, 2017).
- “Las áreas cerebrales involucradas comúnmente incluyen la corteza prefrontal, los ganglios basales y la sustancia blanca periventricular”, (Miller, Thompson, Filippi, Scotti, & Mumford, 2009).

3. Risa patológica en enfermedad de Parkinson:

- “La risa patológica se observa en aproximadamente el 10% de los pacientes con enfermedad de Parkinson”, (Zaragozano, 2017).

4. **Risa patológica en tumores cerebrales:**

- “La risa patológica puede ser un síntoma presente en pacientes con tumores cerebrales, especialmente aquellos que afectan áreas cerebrales como el tronco encefálico”, (Abajo, 2020).

Cuando se identifica la presencia de risa patológica en un hospitalizado, los profesionales de la salud trabajan en conjunto para determinar la causa subyacente y establecer el tratamiento adecuado. Esto puede incluir el uso de medicamentos para controlar los síntomas, terapia física y ocupacional, terapia de conversación o terapia ocupacional, según sea necesario.

2.2.9 Teoría de enfermería – Hildegard Peplau

Según Hildegard Peplau, la salud está integrada por distintas condiciones de carácter psicológicas e interpersonales, las cuales son promovidas e interactúan para convertir a la persona en un ente sano que pueda usar las facultades tanto físicas como mentales. Peplau basa su criterio de enfermería en los modelos de psicodinámicas, que según sus premisas se los utiliza para comprender la conducta interna de uno mismo, de forma interna, a través de su aplicación progresiva se puede identificar las dificultades que no dejan a la persona producir un placer espontáneo. El personal de enfermería, que utilice la psicodinámica busca establecer los principios de condescendencia y relaciones humanas, lo cual ayuda a luchar contra los problemas que surgen progresivamente en la existencia humana. (Céspedes P. R., 2020)

Asimismo, Peplau recalca que “el sistema de enfermería es considerado como un instrumento de perfil educativo, así como también una fuente de maduración con el fin de favorecer y ayudar a que la personalidad avance hacia una vida de ayuda comunitaria y preparación personal, en relación a la creatividad, tanto constructiva como productiva” (Zaragozano J. F., 2020). Los enfermeros suele asumir diferentes roles, y que al adaptar el modelo de Peplau en el cuidado del paciente, los enfermeros deben ser capaz de ayudar en el control de las emociones que el paciente suele emanar al momento de estar a cargo, y tanto ellos como los pacientes deben mantener un autocontrol capaz de mejorar la reacción,

proporcionando un soporte terapéutico, para esto se puede usar dinámicas individuales o grupales apropiados, para que estas sean aplicadas de manera acertada es necesario que el personal de enfermería haya desarrollado la capacidad para poder comunicar con eficiencia y eficacia los insumos apropiados para apoyar a mejorar la salud.

2.2.9.1 Teoría del bienestar enfocada a la psicología positiva - Martin Seligman

Según Martín Seligman, hace referencia a la psicología positiva a través del estudio científico sobre el comportamiento humano y el bienestar social, recogiendo las fortalezas y habilidades del personal de la salud que permitirán que los pacientes puedan avanzar en su tratamiento regular. Seligman establece que la psicología positiva es una ciencia que busca enfatizar tanto la comprensión hacia los problemas de los demás, y la formación de una gran gama de cualidades que sirvan de manera positiva en la vida del individuo, uno de ellos es el optimismo, la ética del trabajo, el coraje, las destrezas interpersonal, y una de las más importantes es la capacidad para comprender la responsabilidad social que recae sobre sus hombros y llegar a experimentar placer por lo que hace. (Domínguez Bolaños & Ibarra Cruz, 2019)

2.3 Fundamentación Legal

2.3.1 Constitución de la República del Ecuador 2008.

Capitulo II Derechos del Buen Vivir, sección séptima, Salud.

Art. 32, la salud es un derecho que garantiza el estado, cuya realización se vincula al ejercicio de otros derechos, entre ellos el derecho al agua, la alimentación, la educación, la cultura física, el trabajo, la seguridad social, los ambientes sanos y otros que sustentan el buen vivir. (Asamblea Nacional del Ecuador, 2008)

El estado garantizará este derecho mediante políticas económicas, sociales, culturales, educativas y ambientales; y el acceso permanente, oportuno y sin exclusión a programas, acciones y servicios de promoción y atención integral de salud, salud sexual y salud reproductiva. La prestación de los servicios de salud se regirá por los principios de equidad, universalidad, solidaridad, interculturalidad, calidad, eficiencia, eficacia,

precaución y bioética, con enfoque de género y generacional. (Asamblea Nacional del Ecuador, 2008)

2.4 Formulación de la hipótesis

¿EL Nivel de conocimiento enfermero sobre gelotología tiene repercusión en la mejora de su estado de salud para la recuperación emocional del usuario hospitalizado, Hospital básico Dr. José Cevallos Ruíz, Yaguachi?

2.5. Identificación y Clasificación de variables

2.5.1 Variable independiente

Nivel de conocimiento enfermero sobre gelotología

2.5.2 Variable dependiente

Recuperación emocional

2.6.Operacionalización de variables

Tabla 1 Matriz de operacionalización de la variable independiente y dependiente

DEFINICIÓN			DEFINICIÓN OPERACIONAL		
HIPÓTESIS	VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIONES	INDICADORES	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
<p>Nivel de conocimiento sobre gelotología en la recuperación emocional del usuario hospitalizado. Hospital básico Dr. José Cevallos Ruíz. Yaguachi, es deficiente.</p>	<p>Independiente: Nivel de conocimiento sobre gelotología.</p>	<p>La gelotología, es una técnica basada en conseguir primordialmente las emociones a través de fomentar la risa en los usuarios.</p>	Risoterapia	<ul style="list-style-type: none"> • Tipos de humor. • Cambios en el estado de ánimo • Reducción del estrés 	<p>Entrevista, cuestionarios, observación, Escala de Medición del Sentido del humor (EMS).</p>
			Beneficios	<ul style="list-style-type: none"> • Promoción • Fortalecimiento 	
	<p>Dependiente: Recuperación emocional.</p>	<p>Intervención que realiza el personal enfermero, cuyo objetivo de brindar un apoyo emocional a los usuarios hospitalizados.</p>	Observación clínica	<ul style="list-style-type: none"> • Autopercepción del bienestar emocional. • Expresiones faciales • Postura corporal 	

Elaborado por: Magallán Magallán Eliot Geovanny

CAPITULO III

3. Diseño Metodológico

3.1 Tipo de investigación

El tipo de investigación que se empleó dentro de este estudio, es no experimental, puesto que al emplear el estudio no hubo manipulación en la variable. Así también se pudo estudiar a través de un tipo de investigación longitudinal, ya que, por la intervención oportuna del investigador en este estudio, se puso en consideración la manera de recaudar información necesaria que demuestre el conocimiento que tiene el personal de enfermería en el uso de las técnicas y estrategias vinculadas con la gelotología, aportando en el proceso de recuperación del paciente.

El complemento para despejar toda duda y poder entregar datos reales se utilizó la investigación descriptiva y de campo, al ser un proceso de estudio del nivel de conocimiento del personal de salud con la finalidad de recopilar y entregar de datos cuantificables que fueron, analizados para ser posteriormente presentados y comparados con la información que se ha obtenido antes de la aplicación práctica y posterior análisis, clasificando así las cualidades que hacen de este trabajo original y cuyo aporte es significativos para la comunidad de profesionales de la salud.

3.2 Métodos de investigación

Esta investigación se llevó a cabo utilizando un enfoque cuantitativo, con el objetivo claro de ayudar en la interpretación de los resultados, cuantificables y medibles, los mismos que se obtuvieron a través de la aplicación de técnicas y herramientas que se aplicaron en el proceso de recolección de datos; hacia la colectividad o universo investigado, ya que este estudio está relacionado con un fenómeno de carácter hospitalario, el enfoque será cuantitativo, una de sus principales características es la forma de presentar de manera estandarizada a manera de cuadros y gráficos estadísticos los efectos de los fenómenos dentro de un ámbito de estudio. Este enfoque se basa en el análisis deductivo de los términos teóricos que estructuran cada variable, con el objetivo de presentar resultados tabulados por el investigador para presentar a la comunidad investigativa las conclusiones y

recomendaciones que evidencien en nivel de conocimiento del enfermero sobre la gelotología (Bernal, 2010, pág. 56)

Al enfoque cuantitativo se le sumó la identificación del universo que sería intervenido en el proceso de estudio, las características presentadas por el fenómeno desde un tiempo relativo hasta los actuales momentos, la muestra de los resultados se realizó de la manera más objetiva posible, real y medible, con el uso de los instrumentos de recolección de datos en donde intervinieron los enfermeros que son la parte medular de este estudio.

3.3 Población y muestra

La población intervenida está compuesta por una totalidad de 21 personas distribuidas por áreas y por cargo en el Hospital Básico Dr. José Cevallos Ruiz.

3.4 Tipo de muestreo.

Está constituida por el 100% de la población, ya que se tomará como referencia al personal de enfermería del Hospital Básico Dr. José Cevallos Ruiz de Yaguachi, los cuales están dividido de la siguiente manera:

Tabla 2 Población

N°	Salas	Cantidad
1	Licenciadas	6
2	Auxiliares	5
3	Internos de enfermería	10
	Total	21

Elaborado por *Magallán Magallán Eliot*

Criterios de inclusión.

- Personal de enfermería, que se encuentran en las diferentes áreas.

Criterios de exclusión.

- Internos y personal auxiliar que no sea permanente dentro del hospital.

3.5. Técnicas recolección de datos.

3.5.1 Observación

La técnica de observación permitió que el investigador pudiera, analizar el comportamiento principal de la población objeto de estudio, sin poner en práctica aun los insumos o herramientas destinadas a cumplir con las hipótesis y variables planteadas al iniciar el proceso investigativo. Con esto se pudo dar respuestas a las preguntas principales que influyen directamente con el problema tales como son: ¿Cuál es la influencia del problema?, ¿Desde dónde empieza nace esta situación?, ¿Quiénes son los involucrados? y ¿Qué está sucediendo?

3.5.2 Encuesta.

Esta herramienta de recolección de datos servirá para obtener la apreciación los profesionales de la salud, tanto médicos como enfermeros y personal auxiliar sobre las sensaciones que han presentado antes durante y después de una terapia de risas aplicada a un determinado grupo de pacientes, de esta manera se podrá medir el grado de conocimiento hacia la aplicación de la gelotología sí que esta actividad ayuda realmente a la recuperación de los pacientes, mejorando su autoestima y de esta forma lograr el establecimiento de un ambiente armónico, entre el paciente, la familia y el personal médico, lo cual ha aportado de manera significativa en el progreso de la medicina.

3.6. Instrumento de recolección de datos.

Diseño de ficha de observación y encuesta que se elaboró bajo el uso de La Escala Multidimensional del Sentido del Humor la misma que ha sido creada inicialmente por Thorson y Powell en el año 1993, el mismo que sugirió que el sentido del humor era una construcción multidimensional, lo elementos que constituyen esta escala son los siguientes:

- a) Reconocerse como persona humorosa,
- b) Identificar el sentido del humor de las otras personas,
- c) Apreciar el sentido del humor.
- d) risa espontanea en todo momento.

- e) perspectiva poder apreciar situaciones absurdas que trascurren en la vida.
- f) Mecanismo adaptativo en uso del humor como una forma de adaptarse a diversas situaciones.

El uso de esta escala es válido, para identificar la realidad de la población a la cual fue aplicada, esta ocasión al ser una población manejable se utilizará todo el universo para ser intervenido, el mismo que está compuesto de 21 personas que se encuentran dentro del área de enfermería.

3.6.1 Técnica de interpretación de la información

Se aplica encuestas para realizar un proceso de investigación cuantitativo, bajo el proceso de la tabulación y análisis de datos para luego interpretar las características y el conocimiento del personal de enfermería sobre el tema planteado, al ser esta técnica seleccionada para recolectar datos, los mismo que son analizados y presentados bajo un comentario objetivo sobre cada una de las preguntas, prosiguiendo con las conclusiones y finalizando con las recomendaciones que ayuden a sustentar el punto de vista real al cual llegó el investigador.

3.7 Aspectos éticos

3.7.1 Principio de Justicia: este principio de derecho se refiere a la forma de realizar un trato justo, cordial y respetuoso, el mismo que ayude fomentar la espontaneidad del individuo para acogerse a nuevas técnicas que ayuden a su bienestar personal, al implementar un trato amigable, afable y sin la intervención de discriminación ni prejuicios. En la realización de este proceso de investigación se realizó una explicación práctica del proceso a los pacientes que se integraron a esta actividad. (Mora Guillart, 2018)

3.7.2 Principio de Beneficencia: Se trata de buscar hacer el bien a los pacientes involucrados en la investigación, reduciendo riesgos de toda clase que son derivado tanto de daños, como de lesiones, dejando claro que el investigador se vuelve un ser responsable del bienestar tanto físico, social y el más importante en este caso el mental tanto del personal médico como de los pacientes. (Mora Guillart, 2018)

3.7.3 Principio de Respeto: Ayuda a que se pueda reconocer cual es la capacidad que cada una de las personas poseen al momento de tomar decisiones. A través del conocimiento informado se fomenta el respeto a la diversidad que se encuentra en el proceso. Este principio busca respetar cada una de las limitaciones, las ideas y formar de respuestas de los pacientes, con toda libertad para elegir las respuestas de las herramientas de recolección de datos. (Mora Guillart, 2018)

CAPÍTULO IV

4. Presentación de Resultados

4.1.- Análisis e interpretación de resultados.

El presente trabajo de investigación, se realizó a base con un total de muestras de 21 profesionales en el área de enfermería (licenciadas, auxiliares e internos) que trabajan en el Hospital Básico Dr. José Cevallos Ruíz, la misma que se aplicó una entrevista sobre los conocimientos que poseían acerca de la gelotología sin antes haberlo hecho lectura del consentimiento informado para el respectivo levantamiento de información, posterior a ello, se les realizaba la tabulación en la aplicación Microsoft Excel para su interpretación.

Tabla 3. Perfil Sociodemográfico personal y laboral

Variable	Rango	Frecuencia	Porcentaje	Total
Sexo	Masculino	5	24%	100%
	Femenino	16	76%	
Edad	20 a 30	14	67%	100%
	31 a 40	3	14%	
	41 a 50	3	14%	
	51 en adelante	1	5%	
Estado civil	Soltero	9	43%	100%
	Casado	9	43%	
	Viudo	0	0%	
	Unión Libre	3	14%	
Estudios	Divorciado	0	0%	100%
	Licenciado en enfermería	6	28%	
	Auxiliar en enfermería	5	24%	

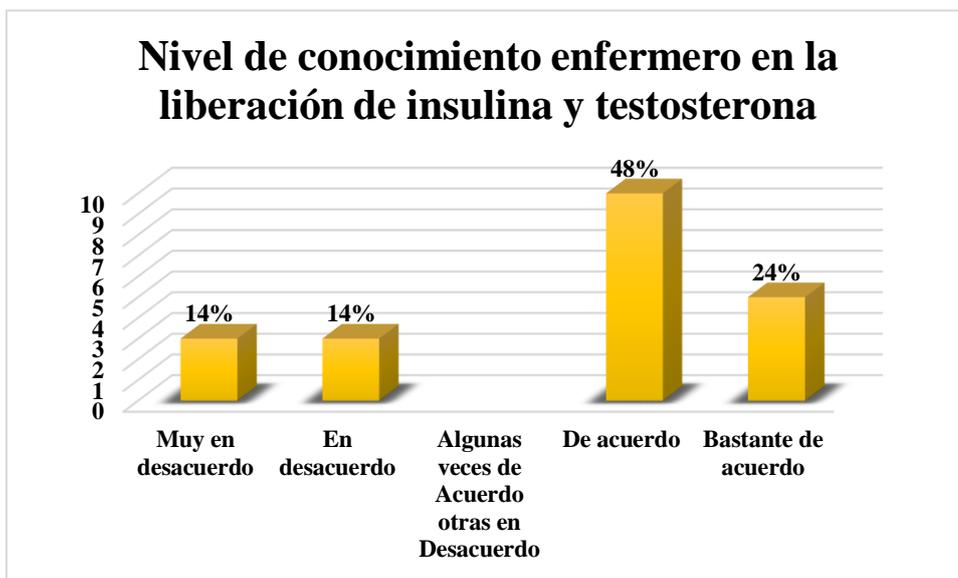
Interno en enfermería	10	48%
Menos de 1 año	14	67%
1 – 5 años	3	14%
Antigüedad en la institución		100%
6 – 10 años	3	14%
11 años en adelante	1	5%

Fuente: Encuesta de datos sociodemográficos dirigidos a profesionales de salud que laboran en la Institución para la recopilación del levantamiento de información para el proyecto de investigación.

Elaborado por: Magallán Magallán Eliot Geovanny.

Análisis de interpretación: En referencia al primer objetivo específico la cual es caracterizar el perfil sociodemográfico observamos en primera instancia que la variable **sexo** tiene más predominio en el rango de las femeninas, dando un total del **76%**, a diferencia del masculino con un **24%**. En la variable **edad**, podemos apreciar que, entre los 21 participantes, la mayoría se encuentra en un rango de edad 20 a 30 años con un porcentaje del **67%**, seguido de entre las edades del 31 al 40 y 41 a 50 años con un **14%** en ambos casos y un **5%** de 51 años en adelante. Continuando con la tercera variable que es el **estado civil**, en qué tiene mayor predominio en este rango es del soltero y casado como porcentaje de **43%** en ambos casos, siguiendo con un **14%** en el rango de unión libre. Como cuarta variable que es el **estudio**, como porcentaje mayoritario está en primera instancia el rango interno de enfermería con **48%**, seguido con el del licenciado enfermería con **28%** y por último auxiliar de enfermería con un **24%**. Y, por último, encontramos el rango de **antigüedad en la institución**, siendo menos de un año con mayor porcentaje **67%** seguido del año 1 hasta el año 10 con un **14%** laborando en la institución y con menos rango tenemos de 11 años en adelante con un **5%**.

Gráfico 1. Nivel de conocimiento enfermero en la liberación de insulina y testosterona.

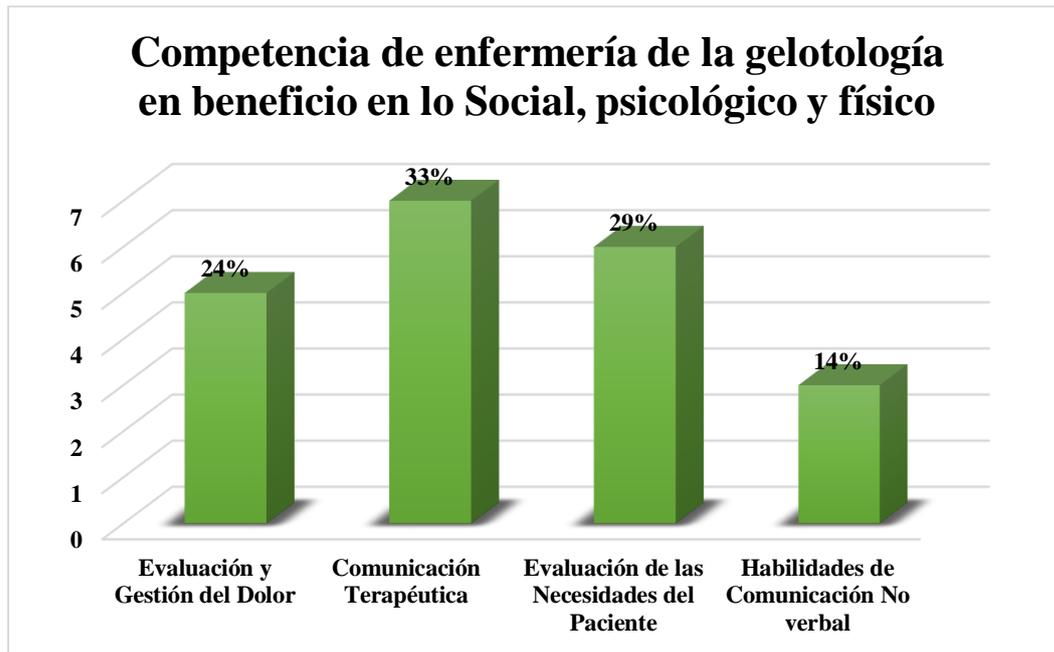


Fuente: Encuesta del nivel de conocimiento enfermero en relación a la liberación de insulina y testosterona

Elaborado por: Magallán Magallán Eliot Geovanny.

Análisis de interpretación: En relación al segundo objetivo específico, cuyo es Determinar el nivel de conocimiento enfermero sobre gelotología en la liberación de insulina y testosterona, la cual evidenciamos que un **48%** personal de enfermería está totalmente **de acuerdo** con el conocimiento que segrega la liberación de insulina y testosterona al practicar la gelotología. Seguido con un **24%** que personal de enfermería está **bastante de acuerdo**, y como porcentaje del **14%** está en **muy en desacuerdo** y así mismo el **14%** el personal de enfermería en el nivel de conocimiento de estas hormonas, están **en desacuerdo**.

Gráfico 2. Competencias de enfermería de la gelotología en beneficio de lo social, psicológico y físico



Fuente: Cuestionario de competencias sobre gelotología en beneficios de lo social, psicológico y físico a profesionales en enfermería.

Elaborado por: Magallán Magallán Eliot Geovanny.

Análisis de interpretación: En relación al tercer objetivo específico, cuyo es, Evaluar la competencia de enfermería que influyen en el bienestar físico, psicológico y social con respecto a la gelotología. Podemos evidenciar que un **33%** del personal encuestado manifestó que tienen **comunicación terapéutica** sacando en cuenta que el **67%** en esta competencia no lo sabe, dando así una debilidad en el campo de la enfermería, ahora, por otra parte, un **29%** apelan una **evaluación de las necesidades del paciente**, porque determina como la gelotología puede abordar estas necesidades de manera adecuada, por otro lado, un **24%** del personal en enfermería tienen el conocimiento de cómo **evaluar y gestionar el dolor**, puesto que, al fomentar la gelotología alivia este síntoma puesto que libera endorfinas y ayuda a reducir el mismo dolor, y, por último, el **14%** restante, observamos que existe **habilidades de comunicación No verbal** con respecto al cuidado y trato al paciente.

4.2 Comprobación de hipótesis

Con base a los resultados expuestos en la aplicación de la herramienta de recolección de datos para la obtención de los resultados de los objetivos, manifiesto que la hipótesis propuesta: El Nivel de conocimiento enfermero sobre gelotología tiene repercusión en la mejora de su estado de salud para la recuperación emocional del usuario hospitalizado. Hospital básico Dr. José Cevallos Ruíz. Yaguachi, es verdadera.

5. Conclusiones

En referencia al primer objetivo específico, el trabajo investigativo fue realizado en el Hospital Básico Dr. José Cevallos Ruíz a un total de 21 profesionales de enfermería, la misma que fue generado gracias a la población de estudio, las cuales fueron, licenciadas, auxiliares e internos en enfermería, donde se buscó información de carácter integral para determinar la importancia que aporta la gelotología en el cuidado de la salud de los pacientes.

En referencia al segundo objetivo específico, en base a la herramienta de recolección de datos, evidenciamos que el nivel de conocimiento enfermero en la liberación de insulina y testosterona, hubo 10 personas siendo esta el mayor porcentaje con un 48% que estaban de acuerdo que la gelotología puede resultar al aplicar en los pacientes, puesto que, determina una mejoría en su estado de ánimo, y dando a conocer este hecho, el enfermero pueda aplicar estos conocimientos para tratar a los enfermos que presenten problemas complicados de salud, determinando la importancia de su aplicación; al realizar análisis comparativos de como aporta la Gelotología en el cuidado de la salud de la población actual.

Para concluir, en referencia al tercer objetivo específico, la competencia de enfermería en la gelotología en el estudio de estos tres aspectos (físico, psicológico y social), se ha evidenciado que los profesionales, enfrentan dificultades en el desarrollo de habilidades y conocimientos en gelotología, lo que se traduce en la limitación de su capacidad para la aplicación terapéutica en la práctica clínica.

6. Recomendaciones

Se sugiere a la directora del Hospital Básico Dr. José Cevallos Ruíz, en realizar coordinaciones de talleres de gelotología (risoterapia) por lo menos dos veces al mes, con el fin que conozcan sobre el uso adecuado de las bondades del uso del sentido del humor para que al momento de establecer el periodo de prácticas en el campo sepa actuar de manera progresiva y sepa usar técnicas, estrategias que aporten de manera real en el cuidado y tratamiento de los pacientes.

De manera general, se sugiere al personal en enfermería, que inviertan tiempo y espacio en proceso de investigación y aplicación de nuevas y modernas técnicas que aporten en el bienestar físico y psicológico de los pacientes, y de esta manera crear un ambiente de trabajo diferente para que las personas que están siendo atendidas junto a sus familias en sala de espera se sientan en constante conexión con los integrantes que está a cargo del cuidado de la salud.

7. Referencias Bibliográficas

- Abajo, C. (2020). Beneficios de la risa. *Aesthesis Psicólogos* .
- Adams, P. (2020). Parche Adams. *The Gesundheit Insitute*. Obtenido de <https://www.patchadams.org/patch-adams/>
- Alarcón, D. (2019). La risoterapia. *UTA*. Obtenido de https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/4024/1/tp_2011_221.pdf
- Arias, M. (2011). Neurología de la risa y del humor: risa y llanto patológicos. *Servicio de neurología. Complejo Hospitalario Universitario de Santiago de Compostela*.
- Asamblea Nacional del Ecuador. (2008). *Constitución de la República del Ecuador. Registro Oficial 449 de 20 de octubre de 2008 [Archivo PDF]*. Obtenido de https://www.asambleanacional.gob.ec/sites/default/files/documents/old/constitucion_de_bolsillo.pdf
- Barber, M. (2019). El humor como una provincia finita de sentido del mundo de la vida. *Negociando normas en la intersección de diferencias interraciales. Diferencias*, 46.
- Barrios, I., & Torales, J. (2019). Manejo del estrés en situaciones académicas. *Medicina Clínica y Social*, 41-42.
- Ben, L., & Itano, S. (2021). *Aplicação da Gelotologia em idosos: o riso como estratégias do cuidar*. Sao Paulo: Dialectica .
- Bernal, A. c. (2010). *Metodología de la investigacion tercera edicion* . Bogota: Pearson .
- Bordás, C. (2019). Sentido del humor, afectos y personalidad Estudio en estudiantes universitarios. *Avances en psicología latinoamericana*, 83.
- Bordás, C. S. (2019). Sentido del humor, afectos y personalidad Estudio en estudiantes. *Avances en psicología latinoamericana*, 25.
- Calabrese, G. (2019). Me gusta divertir a la gente haciéndola pensar”. El recurso de la ironía humorística en la poesía femenina actual. *Cuadernos AISPI*, 182.
- Callejo, A. (2018). Beneficios de reír para la salud. *Cuidateplus*, 15.

- Cardona, J. L. (2019). Cambios en el nivel de cortisol después de la aplicación de terapia de. *Investigación Clínica*, 60.
- Cardona, J. L. (2019). Cambios en el nivel de cortisol después de la aplicación de terapia de la risa, en adultos hospitalizados con diagnóstico de enfermedad cerebrovascular. *Investigación Clínica*, 233.
- Castellví, E. (2011). *El taller de la risa*. Alba.
- Céspedes, P. R. (2020). Susana, narrativa de enfermería y relato hacia el final de su vida: reflexiones desde el pensamiento de Hildegard Peplau. *Universidad de Santander, facultad Ciencias de la Salud*, 54.
- Céspedes, X., Gaviria, A., Olivier, V., & Sartor, G. (2019). *APORTES DE LAS INTERVENCIONES DE LOS PAYASOS HOSPITALARIOS, AL EQUIPO INTERDISCIPLINARIO DE SALUD*. Córdoba.
- Cuzco, L. (2019). *Efectos emocionales que produce la risoterapia en pacientes*. Cuenca : Hogar Miguel León.
- De los Heros, M. A. (2019). Neurociencias, educación y salud mental. *Propósitos y representaciones*, 14.
- Demir Doğan, M. (2020). The Effect of Laughter Therapy on Anxiety. *A Meta-analysis. Holistic Nursing Practice*, 35.
- Doherty, H. (2018). Fundamentals of Complementary, Alternative, and Integrative Medicine-E-Book. *LAUGHTER, HEALING SOUNDS*, 75.
- Doherty, H. (2019). Fundamentals of Complementary, Alternative, and Integrative Medicine-E-Book. *LAUGHTER, HEALING SOUNDS*, 54.
- Domínguez Bolaños, R. E., & Ibarra Cruz, E. (2019). La psicología positiva: Un nuevo enfoque para el estudio de la felicidad. *Razón y Palabra*, vol. 21, núm. 96, 75.
- Donado Mazarrón, A. (2020). *Humor y sintomatología depresiva*. España: Jaen.
- Dr. Loor, L. (22 de Diciembre de 2022). Estudios sobre la gelotología en el Hospital Básico "Dr. José Cevallos Ruíz" Yaguachi. (I. M. Geovanny, Entrevistador)

- Dunbar, R. (2021). La ciencia de los amigos: por qué y cómo evolucionaron las personas para tener amigos. *Mente científica americana*, 32-39.
- García Pérez, L., & Mora Quintero, M. (2019). El Efecto De Los Payasos De Hospital Y Otras Intervenciones. *El Contexto Hospitalario Infantil*, 26.
- García, M., Blanco, J., García, R., Rebaque, A., & De Caso, A. (2019). Motivación, emociones y pensamiento positivo en el campo de la salud y la adherencia terapéutica. *alud, psicología y educación*, 345.
- Gil, J. (2018). *Neurocomunicación audiovisual*. Madrid.
- González, M. I. (2020). La eficacia de la risoterapia para el tratamiento de síntomas ansioso-depresivos. *Residente de Psiquiatría*, 16.
- Hernández prieto, I. (2019). detrás de la nariz del clown: la experiencia del profesional clown como aporte para la humanización de la atención en salud. *Slus y vida* , 74.
- Leininger, M. (2020). La salud mediante el buen humor. Parkstone International. Irelad. *DVE AGENCY*, 56.
- Maltesse. (2018). Efecto Inmunologico De La Risoterapia En Adultos Mayores Hospital I Luis Albrecht Essalud De Trujillo. *Revista Medica*, 45.
- Maltesse, C. G. (2019). Efecto Inmunologico De La Risoterapia En Adultos Mayores. *Hospital I Luis Albrecht Essalud De Trujillo. Revista Medica*, 45.
- Martínez, G. (2019). Gestación por sustitución: reflexiones desde la perspectiva pediátrica. *Pediatría Atención Primaria*, 203.
- Meise, V. (2019). El efecto de los payasos de hospital en el malestar psicológico y las conductas. *Illes Balears*, 15.
- Miller, D., Thompson, A., Filippi, M., Scotti, G., & Mumford, C. (2009). Magnetic resonance studies of abnormalities in the normal appearing white matter and grey matter in multiple sclerosis. *Journal of Neurology*, 112-119.
- Mora Guillart, L. (2018). Los principios éticos y bioéticos aplicados a la calidad de la atención en enfermería. *Revista Cubana de Oftalmología*.28(2), 228-233.

- Muñis, J. D., R, J., & Ojeda, A. (2018). Alternativa psicopedagógica para potenciar la resiliencia en pacientes oncopediátricos. *Maestros y Sociedad*, 14.
- Norman, C. (2019). Anatomy of an illness (as perceived by the patient). *National Library of Medicine*. Obtenido de https://www.nejm.org/doi/10.1056/NEJM197612232952605?url_ver=Z39.88-2003&rfr_id=ori:rid:crossref.org&rfr_dat=cr_pub%20%20pubmed
- Osorio, J., & Torres, A. (2019). Efectividad de la risaterapia en manejo el dolor en pacientes pediátricos postoperados de apendicetomía. *Journal Healths*, 15.
- Pardines, F. H. (2019). Síndrome de misdirección del humor acuoso tras cirugía filtrante de glaucoma en paciente con síndrome de transiluminación aguda iridiana bilateral(BAIT). *Archivos de la Sociedad Española de Oftalmología*, 93.
- Pérez, S. (2022). Risoterapia en Centro de Salud de Morales.
- Plaza, C. M. (2020). LA RISOTERAPIA COMO COMPLEMENTO A OTRAS TERAPIAS MÉDICAS. *Erevista Enfermedía CyL*, 16.
- Poncela, A. (2020). humor viral o pandemia de expresiones humorísticas . *Proqueest*, 15.
- Provine, R. (2017). La risa: una investigación científica. *Científico estadounidense*, 198-214.
- Puñal, J. M. (2019). El poder paliativo del humor y la risa en los pacientes oncológicos. *Universidad de Jaén. Psicología*, 45.
- Puñal, J. M. (2019). El poder paliativo del humor y la risa en los pacientes oncológicos. *Universidad de Jaén. Psicología*, 75.
- Rafael, C., Ramos, J., Susanibar, C., & Balarezo, G. (2018). Risoterapia: Un nuevo campo para los profesionales de la salud. *Laugh Therapy: A new field for healthcare professionals*. Obtenido de <http://www.scielo.org.pe/pdf/rspmi/v17n2/a05v17n2.pdf>
- Raimondi, E. (2015). Enfermedades cerebrovasculares. *Cátedra de Neurología*.
- Ramos, R. (2019). Un nuevo campo para los profesionales de la salud. *Revista de la Sociedad Peruana de Medicina Interna*, 16.
- Rod, M. (2007). *The Psychology of Humor: An Integrative Approach*. Canadá.

- Rodríguez, Q. F. (2020). Risa y Risoterapia en el campo de la salud y sus beneficios en algunos contextos: Una breve revisión Laughter and Laughter therapy in the field of health and its benefits in some contexts. *Revista Killkana Salud y Bienestar*, 45.
- Rodríguez, T., García, C., & Cruz, R. (2005). Técnicas de relajación y autocontrol emocional. *MediSur*, 55-70.
- Rojas, P. (2019). *El humor como técnica de comunicación, para generar emociones positivas en niños hospitalizados con cáncer. Caso "PAYASOS DE EMERGENCIA"*. Perú: Universidad Tecnología de Perú.
- Rómero, J. (2014). El humor como estrategia comunicativa en la generación de bienestar. *Razón y palabra*, 198-214.
- Royo, A. (2013). La risoterapia y su aplicación en la Atención Primaria. *upna*.
- Salinas, M. C. (2019). Efectividad de la risoterapia en el estado de ánimo y percepción del dolor en niños hospitalizados. *Universidad Nacional de Trujillo*, 45.
- Sánchez. (2020). El humor como estrategia de afrontamiento en dolor crónico. *Revista de psicología de la salud*, 47.
- Solano Silva, M. d. (2021). Influencia de la risoterapia en la salud mental de familias disfuncionales en Buenos Aires Centro. *Salud mental*, 57.
- Thalmann, Y.-A. (2018). Risoterapia. *Obelisco*. Obtenido de <https://www.risoterapia.es/historia-de-la-risoterapia.html>
- Tirigall, R. (2021). Risoterapia: La risa y sus beneficios. *Salud*. Obtenido de <https://robertotirigall.com/salud/risoterapia-la-risa-y-sus-beneficios/>
- Van der Wal, C., & Kok, R. (2019). Laughter-inducing therapies. *Systematic review and meta-analysis. Social Science & Medicine*, 75.
- Villamil, M., Quintero, Á., & Henao, E. (2013). Terapia de la risa en un grupo de mujeres adultas. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*, 202-208. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/120/12028113005.pdf>
- Villegas, C. (2017). Psicogénesis de la risa. *Gelia, sociedad y cultura*.

Zarozano, J. (2017). La risa: de la patología a los efectos terapéuticos. *PediatríaIntegral*, 436.

Zarozano, J. F. (2020). La risa: de la patología a los efectos terapéuticos. *Pediatría Integral*, 436.

8. Anexos

Anexo 1. Aprobación del tema en la institución donde realizará la investigación



FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y DE LA SALUD

CARRERA DE ENFERMERÍA

Oficio No.359- CE-UPSE-2023

Colonche, 13 de Julio de 2023

Obst.
Janeth Vásconez
DIRECTORA TÉCNICA DEL HOSPITAL
BÁSICO DR. JOSÉ CEVALLOS RUIZ YAGUACHI

En su despacho. –

De mi consideración:

Reciba un cordial saludo de parte de quienes conformamos la Carrera de Enfermería de la Universidad Estatal Península de Santa Elena.

La presente es para comunicar a usted que, en sesión de Consejo Académico de la Facultad de Ciencias Sociales y de la Salud, fue aprobado el tema para el desarrollo del trabajo de investigación previa a la obtención al título de Licenciada en Enfermería, como consta en se siguiente detalle:

No.	TEMA	ESTUDIANTE	TUTOR
1	Nivel de conocimiento sobre gelotología en la recuperación emocional del usuario hospitalizado. Hospital Básico Dr. José Cevallos Ruíz. Yaguachi, 2023	Magallán Magallán Eliot Geovanny	Lcdo. Yosbel Hernández de Armas, M.Sc

Por lo antes expuesto, solicito a usted se sirva autorizar el ingreso a las áreas correspondientes al Sr. Magallán Magallán Eliot Geovanny, con la finalidad que proceda al levantamiento de información dentro de la Institución a la cual usted dignamente representa, a fin de desarrollar el trabajo de investigación antes indicado

Particular que comunico, para los fines pertinentes

Atentamente,



Lic. Nancy Domínguez Rodríguez, M.Sc
DIRECTORA DE CARRERA

C.C ARCHIVO
NDR/PO

mpus matriz, La Libertad - Santa Elena - ECUADOR
igo Postal: 240204 - Teléfono: (04) 781 - 732

UPSE ¡CRECE SIN LÍMITES!

f @ t v www.upse.edu.ec

Anexo 2. Consentimiento informado



Facultad de
Ciencias Sociales y de la Salud
Enfermería

CONSENTIMIENTO INFORMADO

PARTICIPACIÓN DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN "NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE GELOTOLOGÍA EN LA RECUPERACIÓN EMOCIONAL DEL USUARIO HOSPITALIZADO. HOSPITAL BÁSICO DR. JOSÉ CEVALLOS RUÍZ. YAGUACHI, 2023".

Le invito a ser partícipes de un proyecto de titulación, cuyo objetivo principal es *Determinar el nivel de conocimiento enfermero sobre gelotología en la recuperación emocional de usuario hospitalizado del Hospital Básico Dr. José Cevallos Ruíz. Yaguachi, en el año 2023.*

Confidencialidad de la información:

Toda la información obtenida en el marco del presente trabajo, será manejada con total confidencialidad y reserva. En este sentido, solo el estudiante investigador tendrá acceso a la información que sea provista y los resultados obtenidos al final de la investigación serán plasmados en un documento en el cual la identificación de los participantes será omitida.

Información adicional:

Toda la información obtenida será solamente analizada en el marco de este trabajo de investigación. Si decide participar, también puede retirarse del proyecto sin ninguna consecuencia. Por último, tan pronto le surjan incógnitas, no dude en realizar las preguntas que desee, el estudiante investigador estará disposición a responder todas sus inquietudes.

Aceptación de participación:

Yo, Gisella Vanessa Lovella Harzo, portador de la cédula de identidad 1921497532, certifico que he sido informado de manera clara y completa en el cual el estudiante Magallán Magallán Eliot Geovanny con C.I. 245038862-0 me esta siendo participe.

Por medio de la firma de este documento, confirmo que he leído y entendido la información previa.

Finalmente, confirmo mi participación en el presente estudio.


Firma de participante.

Anexo 3. Instrumento aplicado (encuesta, entrevista estructurada, entre otros)



**Facultad de
Ciencias Sociales y de la Salud**
Enfermería

INSTRUMENTO A UTILIZAR EN LA INVESTIGACIÓN
Ficha de observación.

Bajo el modelo de Quintanilla Morales, Luz Karen Pérez Grandez, Sleyter Marciano

Nivel de conocimiento de la Gelotología en los profesionales de Enfermería

Dimensiones e Ítems	Muy en Disacuerdo	En Disacuerdo	Algunos veces de Acuerdo como en Disacuerdo	De Acuerdo	Distante de Acuerdo
Gelotología					
La Risoterapia tiene alguna relación con la Teoría de Hildegard Peplau					X
La Risoterapia tiene alguna relación con la Teoría del Bienestar enfocada a la Psicología Positiva					X
La Risoterapia no tiene beneficio en lo Social, psicológico ni físico		X			
La Risoterapia tiene una aplicación únicamente para los payasos		X			
Bienestar Físico					
Cuando nos reímos activamos y relajamos 430 músculos					X
Cuando nos reímos disminuye la inflamación vascular y aumenta el colesterol HDL				X	
Cuando nos reímos mejora el Sistema Digestivo facilitando la digestión, elimina grasas y toxinas					X
Bienestar Psicológico					
La Risoterapia favorece a la liberación de Hormonas que alivian el estrés					X
La Risoterapia favorece a la liberación de Catecolamina que ayuda a un mejor rendimiento cerebral					X
Bienestar Social					
La Risoterapia favorece a perder la vergüenza en situaciones tensas e incómodas					X

Fuente: Elaborado por: (Pérez, 2022)



Encuesta.

Bajo el modelo de la revista Sanitaria de investigación RSI, Zaragoza España

Nivel de conocimiento de la Gelotología en los profesionales de Enfermería

1. ¿La Risoterapia es una Técnica de Psicoterapia Complementaria que puede llegar a curar el Cáncer?
Muy en desacuerdo
En desacuerdo
De acuerdo
Bastante de acuerdo
2. ¿La Risa es muchas veces una expresión natural e involuntaria?
Muy en desacuerdo
En desacuerdo
De acuerdo
Bastante de acuerdo
3. ¿Cuándo nos reímos mejora a nivel pulmonar nuestra concentración de O₂?
Muy en desacuerdo
En desacuerdo
De acuerdo
Bastante de acuerdo
4. ¿Cuándo nos reímos disminuye en nuestro Sistema Inmunológico la IgA e IgE?
Muy en desacuerdo
En desacuerdo
De acuerdo
Bastante de acuerdo
5. ¿La Risoterapia favorece a liberación de Insulina y Testosterona que nos dan la emoción de Felicidad?
Muy en desacuerdo
En desacuerdo
De acuerdo
Bastante de acuerdo



6. ¿La Risoterapia favorece a la liberación de Endorfinas que alivian el sentir hambre y a veces el dolor?

Muy en desacuerdo

En desacuerdo

De acuerdo

Bastante de acuerdo

7. ¿La Risoterapia favorece en permitimos exteriorizar nuestras emociones y pensamientos?

Muy en desacuerdo

En desacuerdo

De acuerdo

Bastante de acuerdo

8. ¿La Risoterapia favorece a la unión debido a su carácter natural y contagioso?

Muy en desacuerdo

En desacuerdo

De acuerdo

Bastante de acuerdo

9. La Risoterapia puede llegar a dificultar la expresión de palabras por ello no se le considera una adecuada forma de comunicación.

Muy en desacuerdo

En desacuerdo

De acuerdo

Bastante de acuerdo

10. ¿La Risoterapia favorece en hacemos ver atractivos ante otras personas?

Muy en desacuerdo

En desacuerdo

De acuerdo

Bastante de acuerdo

Anexo 4. Figuras o gráficos estadísticos

Tabla 3 Risoterapia favorece a liberación de Insulina

Datos	Cantidad	Porcentaje
Muy en desacuerdo	3	14.29
En desacuerdo	3	14.29
De acuerdo	10	47.62
Bastante de acuerdo	5	23.81
Total	21	100.00

Elaborado por Magallán Magallán Eliot

Tabla 4 Risoterapia favorece a la liberación de Endorfinas

Datos	Cantidad	Porcentaje
Muy en desacuerdo	4	19.05
En desacuerdo	9	42.86
De acuerdo	6	28.57
Bastante de acuerdo	2	9.52
Total	21	100.00

Elaborado por Magallán Magallán Eliot

Anexo 5. Evidencias fotográficas



Figura 1: Firma del consentimiento informado al personal licenciada en enfermería que trabajan en el Hospital Básico Dr. José Cevallos Ruíz.



Figura 2: Explicación del llenado de la encuesta al personal auxiliar que trabajan en el Hospital Básico Dr. José Cevallos Ruíz.



Figura 3: *Aplicación de encuesta al personal interno de enfermería que labora en la institución del Hospital Básico Dr. José Cevallos Ruíz.*



Figura 4: *Aplicación de encuesta al personal interno de enfermería que labora en la institución del Hospital Básico Dr. José Cevallos Ruíz.*

Anexo 6. Reporte del sistema antiplagio COMPLILATIO.

CERTIFICADO ANTIPLAGIO

Colonche, 12 de septiembre del 2023

001-TUTOR (YHA)-2023

En calidad de tutor del trabajo de titulación denominado: **NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE GELOTOLOGÍA EN LA RECUPERACIÓN EMOCIONAL DEL USUARIO HOSPITALIZADO. HOSPITAL BÁSICO DR. JOSÉ CEVALLOS RUIZ. YAGUACHI, 2023**, elaborado por

MAGALLÁN MAGALLÁN ELIOT GEOVANNY estudiante de la Carrera de Enfermería. Facultad de Ciencias Sociales y de la Salud perteneciente a la Universidad Estatal Península de Santa Elena, previo a la obtención del título de Licenciado en Enfermería, me permito declarar que una vez analizado en el sistema antiplagio URKUND, luego de haber cumplido los requerimientos exigidos de valoración, el presente trabajo de titulación, se encuentra con el 7% de la valoración permitida, por consiguiente, se procede a emitir el presente informe.

Adjunto reporte de similitud.

Atentamente,



Lic. YOSBEL HERNÁNDEZ DE ARMAS, MSc.

Nombres y apellidos
Tutor de trabajo de titulación

