



IV Congreso Internacional de Promoción de la Salud

Actas del congreso



Universidad de
Oviedo



Reconocimiento-No Comercial-Sin Obra Derivada (by-nc-nd): No se permite un uso comercial de la obra original ni la generación de obras derivadas.



Usted es libre de copiar, distribuir y comunicar públicamente la obra, bajo las condiciones siguientes:



Reconocimiento – Debe reconocer los créditos de la obra de la manera especificada por el licenciador:

María del Mar Fernández Álvarez y Rubén Martín Payo (coords.) (2022). IV Congreso Internacional de Promoción de la Salud. Libro de actas. Universidad de Oviedo.

La autoría de cualquier artículo o texto utilizado del libro deberá ser reconocida complementariamente.



No comercial – No puede utilizar esta obra para fines comerciales.



Sin obras derivadas – No se puede alterar, transformar o generar una obra derivada a partir de esta obra.

© 2022 Universidad de Oviedo

© Los autores

Algunos derechos reservados. Esta obra ha sido editada bajo una licencia Reconocimiento-No comercial-Sin Obra Derivada 4.0 Internacional de Creative Commons.

Se requiere autorización expresa de los titulares de los derechos para cualquier uso no expresamente previsto en dicha licencia. La ausencia de dicha autorización puede ser constitutiva de delito y está sujeta a responsabilidad.

Consulte las condiciones de la licencia en: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/legalcode.es>

Servicio de Publicaciones de la Universidad de Oviedo

Edificio de Servicios - Campus de Humanidades

ISNI: 0000 0004 8513 7929

33011 Oviedo - Asturias

985 10 95 03 / 985 10 59 56

servipub@uniovi.es

www.publicaciones.uniovi.es

ISBN: 978-84-18482-66-3

ÍNDICE

Comunicaciones orales

Los mayores y el uso de internet. Un análisis de los efectos sobre el bienestar 6-12
Ana Suárez Álvarez, María Rosalía Vicente.

Adherencia a recomendaciones relacionadas con alimentación y actividad física en personas con diagnóstico de diabetes tipo 2 del área sanitaria 6 de Asturias. 13-18
Sara Padrino Ojea, Cristina Suárez Lada, Cristina Papín Cano, Rubén Martín Payo.

Empoderamiento y promoción de la salud del trabajador. Consejo médico y digitalización 19-50
Patricia Sirgo Granda.

Eficacia de un programa para dejar de fumar dirigido a personas con sobrepeso u obesidad: resultados secundarios de un estudio controlado aleatorizado. 51-59
Gloria García-Fernández, Andrea Krotter, Ángel García-Pérez, Gema Alonso- Diego, Sara Weidberg-López, Roberto Secades-Villa.

No estás solo. Formación continuada un reto en tiempos de Covid. 60-79
Mayda Mercedes Martínez Miranda, José Antonio Cernuda Martínez.

Promocionar la lactancia materna desde la escuela. Estudio piloto. 80-90
Marta Costa Romero, Teresa González Martínez, Purificación de Lucas Valbuena, Elena Méndez Trelles.

Póster

- Promoción de la Salud Mental en el alumnado de Marina Civil.** 92-95
D. Menéndez-Teleña, L. A. Díaz-Secades, F. Crestelo Moreno, V. Soto-López, A. Tablón-Vega, C. Roces Montero.
- PEDIACTIVA: Proyecto de promoción de actividad física desde la consulta de enfermería pediátrica.** 96-100
Sheila María Martínez Tahoces, Raúl Majo García, Raisia Navarro Fernandez, Ana María Rivero Rodriguez, Cristina Díez Flecha, Eva Galván Grande.
- Es el tiempo de la Promoción de la Salud en los Trabajadores Sanitarios.** 101-104
Raúl Majo García, Cristina Díez Flecha, Sheila María Martínez Tahoces, Rosa María León Andrés, María Paredes Serrano.
- Detección temprana de enfermedades asociadas a la marcha mediante tecnología edge computing en entorno extraclínico.** 105-108
Fidel Díez Díaz, Pelayo Quirós, Sonia García Fernández, Ignacio Pedrosa.
- Prevalencia de riesgo cardiovascular en la población adulta joven de 4 zonas básicas de salud del área sanitaria III.** 109-112
María Concepción Martínez Sexto, Laura Crespo Fernández, Beatriz Sánchez Pérez, Rocío Magdaleno García.
- Mejora continua del programa Escuela de Salud Navarra a través de la autoevaluación de la calidad en Promoción de la Salud.** 113-116
Luisa Iribarren López, Mikele Jauregui Elso, Alba Gasque Satrústegui.



IV Congreso Internacional de Promoción de la Salud

17-18 junio 2022

Promoción de la Salud Mental en el alumnado de Marina Civil

**Menéndez-Teleña, D.¹, Díaz-Secades, L. A.², Crestelo Moreno, F.³, Soto-López, V.⁴,
Tablón-Vega, A.⁵, Rocés Montero, C.⁶.**

¹ Departamento de Ciencia y Tecnología Náutica, Universidad de Oviedo; menendezdeva@uniovi.es

² Departamento de Ciencia y Tecnología Náutica, Universidad de Oviedo; secadesalfonso@uniovi.es

³ Departamento de Ciencia y Tecnología Náutica, Universidad de Oviedo; crestelofernando@uniovi.es

⁴ Departamento de Ciencia y Tecnología Náutica, Universidad de Oviedo; sotoveronica@uniovi.es

⁵ Departamento de Ciencia y Tecnología Náutica, Universidad de Oviedo; tablionalberto@uniovi.es

⁶ Departamento de Psicología, Universidad de Oviedo; croces@uniovi.es

Resumen:

Introducción y Objetivos

El sector del transporte marítimo es una de las áreas ocupacionales con mayor prevalencia de problemas de salud mental, y presenta índices muy elevados de depresión, ansiedad y pensamientos suicidas (1). Las características físicas y sociológicas del buque y la fuerte jerarquización son algunas de las causas (2,3). Poco se han estudiado, sin embargo, las características de personalidad que pueden actuar como factores de riesgo o de protección (4).

Tras constatar que en el ámbito formativo tampoco se abordan a fondo estas temáticas, se ha introducido en la Escuela Superior de Marina Civil de Gijón la experiencia piloto "Psicología en Marina". Objetivos: Introducir la Psicología Marítima; desarrollar percepciones sobre su interés y utilidad; incrementar el conocimiento de las variables personales y detectar necesidades formativas.

Metodología

Se aplicó un test de personalidad, proporcionando *feedback* individual y formación grupal. Se realizó una evaluación final con un cuestionario diseñado *ad hoc*.

Resultados

Teniendo presente la *Estrategia para la Promoción de la Salud* del Ministerio de Sanidad (5), que destaca el bienestar emocional como pilar fundamental, se han analizado los factores emocionales. Los resultados muestran que el 36,4% del alumnado tiene nivel alto de estabilidad emocional, 63,6% nivel medio y 0% bajo; por otro lado, el 100% muestra un nivel medio de sensibilidad. En las escalas negativas, 0% muestra aprensión elevada, 81,8% media y 18,2% baja; y 0% tensión elevada, 63,6% media y 36,4% baja.

La formación psicológica es valorada positivamente: el 84,6 % del alumnado la considera interesante, el 84,6% piensa que es útil para su futuro profesional, y el mismo porcentaje recomendaría la experiencia.

Conclusiones

El cuestionario proporciona información útil como línea de base para trabajar la optimización personal, y para diseñar un programa de formación basado en las necesidades detectadas. Sería interesante introducir más instrumentos de medida centrados en las problemáticas frecuentes en el sector marítimo.

La Psicología resulta de interés para el alumnado, que la considera útil para su profesión. Consideramos conveniente el diseño de un plan formativo; para el curso 2022-23 se propone un proyecto de innovación vinculado a un aula de extensión universitaria.

Palabras clave: Psicología Marítima, Marina Mercante, personalidad, desarrollo emocional.

Referencias:

1. Lefkowitz RY, Slade MD. Seafarer Mental Health Study. ITF Seafar Trust Yale Univ ITF House, 40-60 [Internet]. 2019;(October). Available from: https://seafarerstrust.org/sites/default/files/node/publications/files/ST_MentalHealthReport_Final_Digital-1.pdf
2. Rodríguez-Martos R. El buque mercante. Un análisis sociológico. Edicions UPC, editor. 1996.
3. McVeigh J, MacLachlan M, Cox H, Stilz IR, Fraser A, Galligan M, et al. Effects of an on-board psychosocial programme on stress, resilience, and job satisfaction amongst a sample of merchant seafarers. *Int Marit Health*. 2021;72(4):268–82.
4. Zolotas Y, Kalafati M, Tzannatos E, Rassias D. Psychometric Assessment: A Case Study of Greek Merchant Marine Officers Using the MMPI-2. In: *Maritime Psychology* [Internet]. Cham: Springer International Publishing; 2017. p. 201–22. Available from: http://link.springer.com/10.1007/978-3-319-45430-6_9
5. Ministerio de Sanidad. Bienestar Emocional [Internet]. [cited 2022 Apr 6]. Available from: <https://bemocion.sanidad.gob.es/>

PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL EN EL ALUMNADO DE MARINA CIVIL

Menéndez-Teleña, D.¹; Díaz-Secades, L. A.¹; Crestelo Moreno, F.¹; Soto-López, V.¹; Tablón-Vega, A.¹; Rocés Montero, C.²

¹Dpto. de Ciencia y Tecnología Náutica, Universidad de Oviedo; ²Dpto. de Psicología, Universidad de Oviedo.

INTRODUCCIÓN Y OBJETIVOS

El sector del transporte marítimo es una de las áreas ocupacionales con mayor prevalencia de problemas de salud mental, y presenta índices muy elevados de depresión, ansiedad y pensamientos suicidas (1). Las características físicas y sociológicas del buque y la fuerte jerarquización son algunas de las causas (2, 3). Poco se han estudiado, sin embargo, las características de personalidad que pueden actuar como factores de riesgo o de protección de la salud mental de los trabajadores del mar. Zolotas *et al.* recogen, en 2017, las investigaciones referidas a la personalidad de los marinos hasta esa fecha, y constatan su limitado número (4).

El campo de la Psicología Marítima ha ido desarrollando una entidad propia y cada vez suscita mayor interés, tanto por parte de las empresas empleadoras y aseguradoras y del personal, como por parte de los académicos e investigadores (5). Sin embargo, todavía existen escasas acciones de prevención e intervención en este campo. No están generalizadas las evaluaciones psicológicas previas a la contratación, ni las pruebas psicológicas periódicas, que sí se realizan en el ámbito naval militar (6).

Por lo que se refiere al ámbito formativo universitario, a nivel europeo, pocos planes de estudio abordan temáticas específicas de este campo. Si nos circunscribimos a los estudios de grado y máster de las Escuelas Superiores de Marina Civil de nuestro país, no incluyen en el plan de estudios preparación psicológica específica para el desarrollo de la profesión. Sí se incluyen, en algunas materias, contenidos relacionados con la psicología de las organizaciones y con la gestión de crisis.

Con el objetivo de ir introduciendo la Psicología Marítima en la Escuela de Marina de Gijón, se ha realizado durante el segundo semestre del curso 2021-22 la experiencia piloto de innovación docente "Psicología en Marina". Participó el alumnado del Máster de Náutica y Gestión del Transporte Marítimo y del Máster en Tecnología Marina y de Mantenimiento.

METODOLOGÍA

Con la colaboración del Departamento de Psicología se aplicó una versión adaptada del cuestionario de personalidad 16-PF.

Cada estudiante obtuvo un informe personal con el detalle de sus puntuaciones en cada factor, la explicación de su significado, y orientaciones de cómo podría trabajar para la mejora en las áreas en las que presenta mayor necesidad. A continuación, se impartió una formación grupal centrada en los distintos tipos de personalidad y en el desarrollo emocional.

Una vez finalizada la experiencia de innovación docente, se pasó a los alumnos una escala de evaluación de la experiencia, diseñada *ad hoc*, y se realizaron los análisis de las respuestas a ambos cuestionarios.

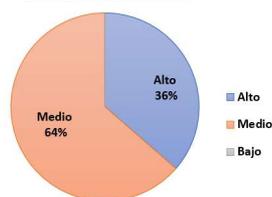
RESULTADOS

Teniendo presente la *Estrategia para la Promoción de la Salud del Ministerio de Sanidad* (7), que destaca el bienestar emocional como pilar fundamental de la salud mental, en este estudio nos hemos centrado en el análisis de los factores emocionales. Los resultados muestran que el 36,4% del alumnado tiene nivel alto de estabilidad emocional, 63,6% nivel medio y 0% bajo; por otro lado, el 100% muestra un nivel medio de sensibilidad. En las escalas negativas, 0% muestra aprensión elevada, 81,8% media y 18,2% baja; y 0% tensión elevada, 63,6% media y 36,4% baja.

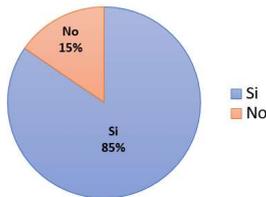
El análisis global no evidencia la existencia de perfiles de riesgo, dado que ninguna de las personas evaluadas manifiesta niveles elevados en los factores desadaptativos, y tampoco niveles bajos en los factores adaptativos.

La formación psicológica es valorada positivamente: el 84,6 % del alumnado la considera interesante, el 84,6% piensa que es útil para su futuro profesional, y el mismo porcentaje recomendaría la experiencia.

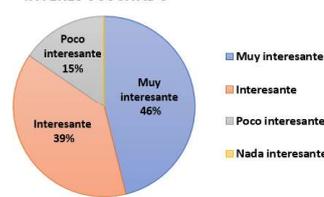
ESTABILIDAD EMOCIONAL



UTILIDAD PROFESIONAL



INTERÉS SUSCITADO



CONCLUSIONES

El cuestionario de personalidad proporciona información útil como línea de base para orientar a cada participante hacia la formación que optimizaría sus características personales, y para diseñar un programa de formación común basado en las necesidades detectadas. Planteamos, para futuros estudios, introducir más instrumentos de medida centrados en las problemáticas más frecuentes en el sector marítimo.

Los resultados de la encuesta final indican que la evaluación y la formación psicológica es valorada positivamente por el 84,6% de los participantes. Para el curso que viene se propone un proyecto de innovación docente vinculado a un aula de extensión universitaria o a unas jornadas impartidas por profesionales de la psicología.

Esta práctica de innovación docente suscitó varias cuestiones éticas. En primer lugar, la confidencialidad de los resultados no permite la publicación o exhibición pública detallada de los resultados, por tratarse de grupos pequeños de alumnos fácilmente identificables. Por otro lado, aunque el objetivo no era la evaluación de la personalidad, los datos obtenidos del test son *de facto* una evaluación, que puede poner de manifiesto características específicas o problemáticas de personas concretas. Esta experiencia piloto no tenía entre sus objetivos el abordaje de problemáticas a nivel individual, sin embargo, esta es una de las cuestiones a plantearse en futuras intervenciones.

BIBLIOGRAFÍA

1. Lefkowitz RY, Slade MD. Seafarer Mental Health Study. ITF Seafarer Trust Yale Univ ITF House, 40-60 [Internet]. 2019;(October). Available from: https://seafarertrust.org/sites/default/files/node/publications/files/ST_MentalHealthReport_Final_Digital-1.pdf
2. Rodríguez-Martos R. El buque mercante. Un análisis sociológico. Edicions UPC, editor. 1996.
3. McVeigh J, MacLachlan M, Cox H, Stiliz IR, Fraser A, Galligan M, et al. Effects of an on-board psychosocial programme on stress, resilience, and job satisfaction amongst a sample of merchant seafarers. *Int Marit Health*. 2021;72(4):268–82.
4. Zolotas Y, Kalafati M, Tzannatos E, Rassias D. Psychometric Assessment: A Case Study of Greek Merchant Marine Officers Using the MMPI-2. In: *Maritime Psychology* [Internet]. Cham: Springer International Publishing; 2017. p. 201–22. Available from: http://link.springer.com/10.1007/978-3-319-45430-6_9
5. MacLachlan M. Maritime Psychology: Definition, Scope and Conceptualization. In: *Maritime Psychology* [Internet]. Cham: Springer International Publishing; 2017. p. 1–17. Available from: http://link.springer.com/10.1007/978-3-319-45430-6_1
6. Bardera y Silgo. La evaluación psicológica en la Junta Médico Pericial Psiquiátrica: simulación y disimulación de síntomas. Ministerio de Defensa. 2012. 465–483 p.
7. Ministerio de Sanidad. Bienestar Emocional [Internet]. [cited 2022 Apr 6]. Available from: <https://bemocion.sanidad.gob.es/>