



**UNIVERSIDAD METROPOLITANA DE EDUCACIÓN
CIENCIA Y TECNOLOGÍA**

DECRETO Ejecutivo 575 del 21 de julio de 2004

Acreditada mediante Resolución No 15 del 31 de octubre de 2012

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESPECIALIZACION EN GERENCIA DE LOS SERVICIOS DE SALUD**

**EMPODERAMIENTO EN EL CUIDADO HUMANIZADO DE
ENFERMERÍA, GARANTIZARÁ UNA GESTIÓN DE CALIDAD**

MAITÉ MEJÍA

PANAMÁ ABRIL ,07, 2018

PANAMÁ ABRIL ,07, 2018



UNIVERSIDAD METROPOLITANA DE EDUCACIÓN
CIENCIA Y TECNOLOGÍA

**EMPODERAMIENTO EN EL CUIDADO HUMANIZADO DE
ENFERMERÍA, GARANTIZARÁ UNA GESTIÓN DE CALIDAD**

AUTOR: MAITÉ MEJÍA

TUTOR: MGTRA. SOFIA VÁSQUEZ MOLINA

DEDICATORIA

Otra meta cumplida y no quiero dejarla pasar, sin antes dedicarle este logro al que ha sido mi apoyo incondicional en este viaje que emprendí, impulsada por su seguridad y confianza en mi capacidad para alcanzar mis sueños.

A mi pequeña princesa que ha sido mi fuente de inspiración y fuerza para seguir.

A mis padres y hermanos por creer en mí, y por brindarme su apoyo en el cuidado de mi hija mientras yo no pude estar con ella.

A todas las enfermeras y enfermeros de mi querida unidad hospitalaria para que esta pequeña semilla pueda servir en su crecimiento profesional.

Con mucho amor

Maité

INDICE GENERAL

INTRODUCCIÓN	5
A. Contextualización del problema	7
B. Objetivos	9
General	9
Específicos.	9
C. Importancia o Justificación	10
D. Maco referencial	11
F. RECOMENDACIONES	18
G. BIBLIOGRAFÍA	19
H. ANEXOS	20

INTRODUCCIÓN

El Empoderamiento, define los elementos que proveen a las personas de autoeficacia, competencias, autonomía y un camino de sentido a la propia existencia; por otro lado, Kanter relaciona la provisión de recursos, apoyos y oportunidades de aprendizaje para el cumplimiento de las metas personales y profesionales; estos modelos conciben el Empoderamiento como un “proceso y un resultado”, los cuales capacitan al personal de salud en aplicar el juicio clínico y la defensa de su paciente. **(Castañeda Valencia, Orozco Giraldo, & Rincón Mancera, 2015)**

El cuidado es la esencia de Enfermería, estos debieran estar constituidos por acciones transpersonales e intersubjetivas para proteger, mejorar y preservar la humanidad ayudando a la persona a hallar un significado a la enfermedad, sufrimiento, dolor y existencia y ayudar a otro a adquirir autocontrol, autoconocimiento y autocuración **(Poblete Troncoso & Valenzuela Suazo, 2007)**

Actualmente vemos en nuestras unidades hospitalarias que lo humano se ha traducido a lo biológico, donde olvidamos a esa persona como un ser integral y solamente se centra en curar, rehabilitar o paliar una enfermedad, debemos ser conscientes que la parte espiritual, mental y emocional también debe ser considerada dentro de su plan terapéutico y si no lo es por parte del médico, no debe pasar por alto para la enfermera(o), ya que nuestro código de ética debe imperar ante toda situación.

Es por esta razón que una teorista se enfoca en el cuidado humanizado, la cual refiere que el cuidado es para la enfermería su razón moral, no es un procedimiento o una acción, el cuidar es un proceso interconectado, intersubjetivo, de sensaciones compartidas entre la enfermera y paciente. El cuidado humano debe basarse en la reciprocidad y debe tener una calidad única y auténtica. La enfermera es la llamada a ayudar al paciente a aumentar su armonía dentro de la mente, del cuerpo y del

alma, para generar procesos de conocimiento de sí mismo. **(Poblete Troncoso & Valenzuela Suazo, 2007).**

En el proceso de brindar atención, la enfermera es la que concentra mayor esfuerzo y dedicación a los cuidados que brinda esta disciplina a los individuos de una manera individualizada y personalizada tomando en cuenta sus creencias, costumbres, religión, cultura, conocimientos que lo hacen único y especial. De esta manera se podrá lograr un empoderamiento del profesional y por ende, ser agente que brindará un trato humanitario donde imperaran el conocimiento científico, académico y clínico.

La monografía realizada a continuación espera cumplir con los criterios solicitados y que la misma sea de mucha ayuda para todos los profesionales de enfermería.

A. Contextualización del problema

la ciencia de la enfermería viene de muchos años atrás, cuando se iniciaron los primeros cuidados en la época medieval, no se conocía el termino como tal, pero la esencia se formo en la atención a los heridos y enfermos, actualmente se ha modificado demográficamente y epidemiológicamente la sociedad lo que ha hecho que la disciplina evolucione y este en constantes cambios para lograr administrar, planificar, evaluar los cuidados orientados hacia la promoción, prevención y rehabilitación de los pacientes.

El arte de gestionar cuidados supone el uso de conocimiento a partir de la práctica asistencial, es aquí donde el empoderamiento tiene un origen emancipador, lo que implica la liberación de uno mismo para lograr la transformación necesaria para el alcance de la práctica efectiva y deseable.

Actualmente, se observa la necesidad de que las enfermeras se empoderen de los cuidados que ellas brindan en base a conocimientos científicos, ética y pensamiento crítico, disminuyendo la manera mecánica en la realización de los procedimientos y cumplimientos de indicaciones de esta manera, se disminuirá la mala praxis y por ende el paciente recibirá una atención humana, segura y de calidad.

Las instituciones hospitalarias como subsistemas sociales, cumplen la función de socializar a los individuos con pautas, normas establecidas, adaptándolos e integrándolos al sistema, de esta forma el cuidado holístico se vea dificultado por las múltiples tareas delegados de tipo biomédica, quedando relegado acciones como la comunicación eficaz y el interactuar con el paciente y familia en forma cercana denominado por Watson cuidado transpersonal, dichas acciones valorizadas por los usuarios **(Poblete Troncoso & Valenzuela Suazo, 2007)**.

El empoderamiento Tiene diferentes enunciados e interpretaciones en las distintas ramas de estudios. Según Paulo Freire en los años 60 da una visión de educación pública, representativa y autogestión de donde se toman las bases para el empoderamiento. También consiste en un paso de reducción de la inseguridad y de aumento de las capacidades de las secciones indigentes y rechazadas, que conlleva a originar entre ellos un progreso humano y sostenible **(Pineda, 2015)**.

Las enfermeras (os) de Panamá cuentan con una preparación académica completa, lo que le permite una toma de decisiones segura, sin embargo, se ha observado en la práctica diaria que falta un poco de empeño, amor y conocimiento en algunos momentos de cuidado, por lo que se puede decir que falta una chispa de entrega, y empoderamiento frente a la atención.

Según Blanchart y Randolph, quienes enseñan una frase “el empoderamiento no es darle poder a la enfermera, es dejar que este poder salga a flote y se exprese”. Una enfermera que está empoderada se siente dueña de sus destrezas, habilidades ante los pacientes, a través que se siente capaz de aplicar todos sus conocimientos propios y adquiridos para llegar encontrar cualquier tipo de solución antes un problema ya sea en el área hospitalaria **(Pineda, 2015)**.

Es por esto que nace la inquietud y todo esto lleva a plantearme ¿Cómo lograr que las enfermeras se empoderen de sus cuidados para garantizar una gestión humana y de calidad?

B. Objetivos

General

Describir la importancia del empoderamiento en el cuidado de las enfermeras para garantizar una gestión humana y de calidad.

Específicos.

1. Definir el termino Empoderamiento en el cuidado de Enfermería para garantizar una gestión humana y de calidad.
2. Distinguir el papel de la enfermera y el empoderamiento para garantizar una gestión humana y de calidad.
3. Señalar la participación del individuo en el empoderamiento de sus cuidados para garantizar una gestión de calidad.
4. Enumerar las estrategias que impulsaran el empoderamiento en las enfermeras para garantizar una gestión humana y de calidad.
5. Sugerir la presentación de la monografía en la unidad hospitalaria.

C. Importancia o Justificación

La principal función de la enfermera es el cuidado del paciente, partiendo de ese principio, las mismas deben ser las responsables del cuidado y la última barrera de protección para la persona.

La importancia de esta monografía radica en concientizar a las enfermeras (os) sobre el empoderamiento en sus actitudes frente al trabajo para que puedan ofertar servicios de calidad cumpliendo con los altos estándares de eficiencia, eficacia y efectividad en la atención humanizada.

Los beneficiados del resultado de este tema serán las enfermeras (os) ya que tendrán la capacidad de una buena toma de decisiones frente a una situación y por ende el paciente podrá recibir cuidados humanos y éticos que cumplan con principios de autonomía beneficencia justicia, no maleficencia.

De igual manera será de gran utilidad para el departamento de enfermería, ya que se podrá utilizar como referencia para docencias dentro de la unidad hospitalaria y de esta manera capacitar al personal sobre el empoderamiento en sus cuidados.

D. Maco referencial

Historia de la Palabra Empoderamiento

Según las autoras Bacque y Biewener (2013) en su libro “Empoderamiento Una acción progresiva que ha revolucionado la política y la sociedad”, nos dice que los orígenes del termino son antiguos: el verbo to empower aparece en Gran Bretaña a mediados del siglo XVII para designar un poder o una autoridad formal. Pero solo a mediados del siglo XIX se formó la palabra empowerment, que define a la vez un estado y una acción, la de dar poder.

Sin embargo, hay que esperar a los años de 1970 para que sea utilizada de manera difusa por la sociedad civil en diferentes contextos: en particular, por militantes feministas comprometidas con asociaciones locales en Asia del Sur y en los Estados Unidos, por el movimiento de educación popular y por militantes de los movimientos negros que reivindicaban la representación pública de su comunidad. **(Bacque & Biewener, 2013).**

En los estados unidos el movimiento de las mujeres golpeadas que emerge a comienzos de los años de 1970, parece haber sido de los primeros en emplear este término. Allí caracteriza entonces, un proceso presentado como igualitario, participativo y local, por el cual las mujeres desarrollan una conciencia social o una conciencia crítica, que les permite desarrollar un poder interior y adquirir capacidades de acción **(Bacque & Biewener, 2013).**

No cabe duda que el termino data de muchos años, el cual se ha modificado según los cambios globales que vive la sociedad, pero el principio se mantiene que es hacer que las personas tengan autonomía en sus acciones e incrementen su capacidad cognitiva, social, espiritual, cultural que le permitirá educar, orientar, administrar, planificar y evaluar cuidados y conocimientos a los individuos que estén a su alrededor.

Los frecuentes cuestionamientos de la práctica de la enfermería nos llevan a plantear posibles escenarios para la misma, sin dejar de lado la profunda convicción de que el verdadero futuro es impredecible, dada la velocidad de los cambios que presenta nuestra sociedad. Nos acompaña, sin embargo, la esperanza de tener un

día una enfermería que posea un trabajo conjunto en la región, con una identidad profesional fortalecida y un desarrollo fundamentado en el propio conocimiento y el empoderamiento **(Sanchez Herrera, 2002)**.

No escapa de la realidad que son varios los fenómenos sociales que han marcado el inicio del nuevo milenio en los diferentes países de América Latina y Panamá no escapa de la misma, ya que la desigualdad en la distribución de la riqueza marca una brecha en la población donde se ve golpeada en su sistema de salud, sus ingresos económicos, la alta tasa de alimentación y la falta de infraestructuras para escuelas que puedan brindar una educación continua y avanzada, lo que conlleva a un descenso en las determinantes de la salud Pública.

Enfermería y Empoderamiento

Desde la antigüedad se viene escuchando el término de cuidado, el mismo se cumplía por ser funciones delegadas, y la misma se inició a practicar con las atenciones que se le brindaban a los soldados enfermos y heridos en la época medieval, sin embargo, no es sino hasta la época de Florence Nightingale, que “cuidar” toma un sentido holístico viendo a la persona de manera biopsicosocial, es aquí donde nacen todos los modelos teóricos y filosóficos para poder entender enfermería y el cuidado. Actualmente esta ciencia, dio un giro extraordinario, ya que, ha tenido que evolucionar por las crecientes demandas en un mundo globalizado donde la tecnología, innovaciones y cultura han jugado un papel preponderante en el ser humano.

Hoy por hoy, la enfermera posee competencias cognitivas, sociales, espirituales que le han permitido realizar estrategias basadas en el proceso administrativo, desde la planificación del cuidado que se le brinda a el individuo, familia, comunidad o población necesitada, seguida de la organización de sus intervenciones ya elaboradas, las cuales estarán muy encaminadas a la dirección que se quiere llegar, mediante la aplicación de las estrategias ya establecidas, lo que nos

permitirá un control seguro para tomar las decisiones de manera eficiente y efectivas.

Para Beatriz Sánchez Herrera (2002) en su artículo “Identidad y empoderamiento de la profesión de enfermería”, habla sobre como la enfermera(o) debe ejercer control y elección frente a la vida y a las acciones que toma a diario implicando un compromiso para cumplir con sus responsabilidades. Ella dice que el empoderamiento sin responsabilidades no tiene sentido, no existe. La respuesta es individual, y como lo señalan Blanchard, Carlos y Randolph (1996), el empoderamiento no es mágico, consiste de algunos pasos sencillos y una gran dosis de persistencia.

Por otro lado, los retos de la enfermería para el nuevo milenio, son la necesidad de posicionarse en los diferentes escenarios donde habrá de darse cuidados humanos, en el marco de los avances científicos y donde se dé respuesta a los requerimientos de la población para contribuir, eficaz y eficientemente, al desarrollo de políticas públicas saludables vigentes, donde las comunidades sean las protagonistas del cuidado de la salud y de la vida **(Sanchez Herrera, 2002)**.

Por lo tanto, en una organización empoderada, las enfermeras traen sus mejores ideas e iniciativas al trabajo con alegría, con sentimiento de pertenencia y orgullo. Crear un lugar de trabajo empoderado requiere pasar del dominio y el control de unos pocos a la responsabilidad y el soporte entre todos, para que cada uno tenga la oportunidad de hacer lo mejor. Para ello, el pensamiento de los administradores o líderes debe ser lo primero en modificarse **(Sanchez Herrera, 2002)**.

No debemos olvidar que nos debemos a los pacientes por lo que deben recibir cuidados humanos con alta eficiencia, respondiendo a sus interrogantes, haciéndoles partícipes de sus cuidados. Es aquí donde el profesional de enfermería debe estar capacitado con juicio crítico para poder establecer prioridades y proactividad en la atención integral del ser humano, viéndolo desde un punto de vista social, espiritual, cultural.

El empoderamiento no es darle poder a la enfermera(o), ella cuenta con suficiente saber y motivación para hacer su trabajo de excelente forma. Es dejar que este poder salga a flote y se exprese. Una enfermera(o) que está empoderada(o) tiene un sentido de pertenencia, se siente propietaria de su práctica, se muestra comprometida con sus usuarios, sabe para donde va. Pero sabiendo que estas enfermeras(os) pueden hacer lo mejor y dar todo de sí, muchas veces el problema es que tienen miedo de hacerlo **(Sanchez Herrera, 2002)**.

Cabe resaltar que la mayor parte de las organizaciones, de los sistemas y de los procesos con que nos vinculamos, están establecidos para captar gente que comete errores más que para recompensarlas por hacer bien las cosas. Resulta bastante llamativo, por ejemplo, pensar en cuantas cosas buenas hacemos las enfermeras(os) a diario, cuanto dolor aliviarnos, cuanto temor calmamos, cuanto frío evitamos, cuanta soledad acompañamos, pero un error, cuesta una poderosa crítica social **(Sanchez Herrera, 2002)**.

El empoderamiento significa que la enfermera(o) tiene libertad de actuar, pero también que es responsable de los resultados. No mira a las jerarquías para responder sino que actúan allí donde está el problema.

La enfermería como parte de sus retos debe hacer una reconceptualización de la práctica que le exigen: buscar de manera constante la excelencia; retomar la identidad como cuidadores; desarrollar una ética del cuidado; revalorar el aporte profesional y hacerlo socialmente visible; demostrar que la enfermería es indispensable; establecer y operacionalizar convenios docentes asistenciales con visión de futuro; pasar de la especialización a la verdadera integralidad; fortalecer el empleo de redes y alianzas para el futuro de la enfermería; reorientar los servicios hacia modelos de cuidado; definir nuevos ámbitos de actuación; superar los límites entre necesidades sociales y de salud; evaluar y controlar procesos propios de enfermería; promover el autocuidado y la autorresponsabilidad por la salud y transformar la educación en enfermería **(Sanchez Herrera, 2002)**.

Empoderamiento e Individuo

El empoderamiento para la salud de la comunidad supone que los individuos actúen colectivamente con el fin de conseguir un mayor influencia y control sobre los determinantes de la salud y la calidad de vida y de su comunidad, siendo este un importante objetivo de la acción comunitaria para la salud **(Rubiales Paredes & Palmar Santos, 2011)**.

Como resultado del proceso de empoderamiento emerge en el individuo una "conciencia crítica", en tanto se vuelve crítico de las normas sociales que había aceptado previamente sin cuestionar (Kabeer, 1999b). Conforme las personas desarrollan la capacidad y adquieren los medios necesarios para elegir, comienzan a establecer valores y preferencias personales que pueden desafiar las normas sociales tradicionales.**(Pick, y otros, 2007)**.

Por ende, el empoderamiento no sólo implica tener acceso a recursos, sino que frecuentemente opera a través de la 'obtención de control' sobre los recursos (toma de decisiones, elección, propiedad, confianza en uno mismo) (Kishor, 1999; Za Sathar & Kazi, 1997). Si una persona o un grupo se empodera, posee la capacidad de elegir efectivamente (Alsop & Heinsohn, 2005). El concepto integra percepciones de agencia personal, un enfoque proactivo hacia la vida y la comprensión crítica del ambiente sociopolítico y económico **(Pick, y otros, 2007)**.

Participación activa de la mujer y el empoderamiento

Es el ejercicio del derecho de la mujer y los hombres a tomar control sobre sus vidas y su salud, sobre los factores que le afectan, según sus propios criterios, y no simplemente para desarrollar acciones prescritas por otros, aunque sea para su bien. Para ello, debe garantizarse el acceso a determinados recursos como la información, la toma de decisiones y otros recursos que fomenten su autoestima y empoderamiento **(Matínez Ortega & García Perea, 2011)**.

E. CONCLUSIONES

El empoderamiento es la capacidad que tiene el individuo para adaptarse a los constantes cambios y a utilizar los recursos disponibles para poder administrar, planificar, evaluar las funciones o competencias que posee en beneficio de las personas y comunidad.

Enfermería es el arte esencial del cuidado, el que exige reflexión, apoyo, confort y educación para una población vulnerable en constantes cambios en un mundo lleno de tecnología donde el ser integral, individual y holístico se ha perdido por un número más, un expediente más, una rutina o un procedimiento nuevo a realizar, no en un ser humano con cualidades y defectos sensible a la indiferencia del trato humano con esperanzas de encontrar en cada uno de nosotros esa madre, padre, hermano, hijo o hija que solo necesita unas palabras de amor, comprensión, y ayuda, hagamos honor a ese eslogan que nos dio la propia sociedad de ángeles blanco y hagamos reflexión sobre el trato que le damos a cada uno de los pacientes que nos encontramos en nuestro diario vivir. No seamos mecánicos en la atención, no trabajemos, vivamos con amor nuestra profesión que nos llena de orgullo el saber que ese paciente espera mucho de la “enfermera”.

Las enfermeras en su quehacer diario deben orientar a los individuos para que puedan tener el control de sus cuidados, en otras palabras, se hagan responsables de si mismos y de su actitud frente a los determinantes de la salud, sin embargo, esto no se logrará si la enfermera (o) no está empoderada (o) de su rol y sus capacidades que mejorarán la transacción de conocimientos y cuidados individualizados y personalizados para cada uno según su condición.

Como entes de cambios debemos capacitar a las enfermeras sobre el tema del “empoderamiento” resaltando que no es un tema nuevo, sin embargo, ha ido desapareciendo por la rutina seguida de los colaboradores, necesitamos con urgencias profesionales con una pizca de liderazgo y empoderamiento que permitan

educar a la población epidemiológicamente y demográficamente cambiante haciendo hincapié en las determinantes de la Salud. Actualmente se ve el aumento de pacientes con enfermedades no transmisibles y esto se debe a la poca orientación y falta de conciencia sobre las consecuencias de las mismas de parte de la persona y el sistema de salud. No debemos pasar por alto nuestro papel en la concienciación de la población vulnerable, seamos modelos para ellos con un alto sentido de responsabilidad y compromiso social, de esta manera no se verá afectada su calidad de vida y por ende su esperanza aumentará.

Como enfermera observo la necesidad de orientar, educar y motivar al personal de enfermería para que pueda crear conciencia sobre el papel del empoderamiento en sus competencias y de esta manera pueda brindar cuidados humanizados y de calidad, lo que redundara en ganancia tanto para el paciente, profesional y sistema sanitario.

El futuro no invita a hacer enfermería sino, a ser cada día mejores enfermeros(as) y a ser, como lo señala Alberdi, grandes en el arte, en la política, en la ciencia y en el negocio del cuidado.

F. RECOMENDACIONES

Elaborar un estudio descriptivo que pueda demostrar estadísticamente la actualidad del empoderamiento en las enfermeras para el cuidado humanizado del paciente.

Programar una docencia al personal que labora en la institución sanitaria para que tome conciencia de la importancia del empoderamiento en sus cuidados, haciéndoles ver que no somos máquinas y que nos debemos a seres humanos con dimensiones sociales, espirituales, culturales y biológicas.

Luego de impartida la docencia se dará seguimiento al personal de enfermería, para valorar sus actitudes frente al trabajo y su trato al cliente.

G. BIBLIOGRAFÍA

- Bacque, M. H., & Biewener, C. (2013). El empoderamiento: Una práctica emancipadora. En *Empoderamiento: Una acción progresiva que ha revolucionado la política y la sociedad*. Barcelona, España: GEDISA. doi:978-84-9784-847-3
- Castañeda Valencia, C. R., Orozco Giraldo, M. J., & Rincón Mancera, G. (Junio de 2015). Empoderamiento, una utopía posible para reconstruir la humanización en unidades de cuidado crítico. *Hacia la Promoción de la Salud*, 20(1), 13-34.
- Matínez Ortega, R. M., & García Perea, E. (2011). *Enfermería de la Mujer*. España: Editorial Universitaria Ramon Areces.
- Perez Fullerat, N. (Enero-Junio de 2015). Enfermería basada en Evidencia y Transferencia de conocimiento. *Index de Enfermería*, 24(1). Obtenido de http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1132-12962015000100001&script=sci_arttext&tlng=pt
- Pineda, M. (2015). *Rol del personal de enfermería en el empoderamiento comunitario para lograr el fomento de la salud*. Obtenido de Universidad Técnica de Machala: <http://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/3632/1/CD000019-TRABAJO%20COMPLETO-pdf>
- Poblete Troncoso, M., & Valenzuela Suazo, S. (2007). Cuidado humanizado: un desafío para las enfermeras en los. *Acta Paul Enferm*, 20(4). Obtenido de <http://www.scielo.br/pdf/ape/v20n4/18.pdf>
- Rubiales Paredes, D., & Palmar Santos, A. M. (2011). *Enfermería del Adulto* (Vol. 1). Madrid, España: Editorial Universitaria Ramón Areces.
- Sanchez Herrera, B. (2002). Identidad y empoderamiento de la profesión de enfermería. *Avances de Enfermería*.

H. ANEXOS

POEMA

El Empoderamiento, proceso emancipatorio por demás transformador, brota de un océano de oportunidades por donde trasiega el Crucero del Cuidado, la nube sombría del extraviado poder del Cuidador eclipsa la paz del viaje; cada viento de rutinas y despersonalización, arrastra, despule en su cotidianeidad los valores de la humanización. Él, el empoderamiento: vindica el humanismo como sello indeleble de improntas éticas y humanas, que todo marinero de la salud decreta antes de embarcar. Ella, la humanización, es bálsamo que mitiga la vulnerabilidad del Ser Humano; cada barrera detectada es la razón para impulsar en todos sus tripulantes, la meta de nuevos viajes a la consciencia, rescatando el eslabón perdido del valor de la Otredad y así, devolverles a los viajeros enfermos, la extraviada credibilidad en aquellos humanos que timonean su largo viaje, por los senderos de la recuperación de su salud y bienestar. ¡Nadie paga un Crucero para naufragar en la deshumanización! **(Castañeda CR, 2013).**

Escala Para Medir el “Empoderamiento”

Según Pick et.al. (2007) en el estudio de la “Escala Para Medir Agencia Personal y Empoderamiento (ESAGE)” realizado en México, nos dice, en un primer esfuerzo de medición de la agencia y el empoderamiento de las personas, se diseñó la Escala de Agencia Personal y Empoderamiento (ESAGE) que incorporó reactivos agrupados en las siguientes variables: 1) Auto-eficacia, 2) Autodeterminación, 3) Control sobre mis conductas, 4) Pensamiento independiente, 5) Identificación de necesidad de cambio, 6) Miedo al éxito, 7) Reconocimiento de mi aprendizaje, 8) Percepción de mi contexto y 9) Control sobre mi entorno. La ESAGE es auto-aplicable y cada reactivo puede ser respondido en una escala tipo Likert de frecuencia con cuatro opciones: "nunca", "casi nunca", "casi siempre", "siempre".

Me siento inseguro con mis decisiones
Dejo las cosas a medias
Tengo iniciativa para hacer las cosas
Me cuesta trabajo terminar lo que estoy haciendo
Me es difícil saber qué esperar de la vida
Exijo mis derechos aunque otros no estén de acuerdo
Busco la solución a un problema, aunque otros me digan que no hay
Me da pena equivocarme
Cumplir con mis planes está fuera de mi control
Cuando tengo un problema, sé lo que necesito para solucionarlo
Me da pena hablar en público
Tapo mis errores para que nadie se dé cuenta
Encuentro soluciones novedosas a problemas difíciles
Me desespero ante situaciones difíciles
Me gusta planear mis actividades
Siento que tengo poco control sobre lo que me pasa
Hago menos cosas de las que soy capaz
Me siento incapaz de cumplir lo que me propongo
Me es difícil saber con quién cuento
Siento que tengo poco control sobre lo que me pasa
Sólo le echo ganas a lo que es fácil
Le doy demasiada importancia a las opiniones de los demás
Me da miedo que me elogien
Me gusta tener responsabilidades
Me quejo con las autoridades cuando hay un abuso
Es mejor tomar decisiones que esperar a ver lo que pasa
Sé por qué me pasan las cosas
Me gusta ser el primero en hacer cosas nuevas
Me es fácil tomar decisiones
Hago lo que creo que es mejor para mí sin importar lo que otros creen
Me da pena cobrar lo que me deben
Tengo que aguantarme la vida que me tocó
Conozco las leyes de mi país
Pienso que este mundo lo dirigen aquellos que tienen poder...
En mi colonia/comunidad ayudo a resolver los conflictos que se presentan
En mi colonia/comunidad participo en las asambleas o juntas vecinales
Opino sobre lo que debe hacerse para mejorar mi colonia/comunidad
En mi colonia/comunidad conozco a las autoridades que me representan
Se cuáles son los problemas de mi colonia/comunidad
Me quedan muy claros los planes que el gobierno tiene para mi colonia/comunidad
Quiero lograr cambios en mi colonia/comunidad

Figura 1. Peso de los reactivos en cada uno de los factores