



Desarrollo personal y habilidades blandas: pilares para el cuidado holístico en enfermería

Personal development and soft skills: pillars for holistic care in nursing

<https://doi.org/10.70069/RVE.2025.12.1.003>

Reinaldo A. Zambrano G. Guevara.

Orcid.org/0009-0004-1046-747X

Lic. Enfermería | Lic. Psicología.

Maestría En Asesoramiento Y Desarrollo Humano.

Docente | Pregrado Y Postgrado | Escuela De Enfermería

Facultad De Medicina | Universidad Central De Venezuela.

Artículo recibido:20-03-2025

Artículo aceptado: 10-05-2025

RESUMEN

La enfermería moderna necesita un enfoque integral que vaya más allá de las habilidades técnicas. En Venezuela, debido a las complejidades del sistema de salud, es fundamental que los profesionales incorporen el desarrollo personal y las habilidades blandas para proporcionar una atención eficiente, oportuna y de calidad a la persona sana o enferma o también a la comunidad que requiere sus cuidados. El presente artículo reflexiona sobre la urgencia de transformar la formación académica, pasando de un modelo reduccionista a uno que fomente la

autoconciencia y la comprensión de la persona en su totalidad. El desarrollo personal es un pilar fundamental, al promover el autoconocimiento y el autocuidado, que son determinantes para gestionar el estrés y prevenir el síndrome burnout. Las habilidades blandas, como la comunicación asertiva, el trabajo en equipo, y el liderazgo, son electos clave para mejorar el desempeño profesional y establecer relaciones terapéuticas efectivas. Estas competencias no cognitivas, que combinan el “saber hacer” con el “saber ser y convivir”, son vitales para la adaptabilidad y toma de decisiones en entornos cambiantes como es el de salud. Se sugiere que la formación de profesionales de enfermería en Venezuela incluya estrategias de aprendizaje experiencial y promueva activamente el autocuidado profesional. Al priorizar estas competencias humanas además, de las cognitivas y técnicas se podrá gestionar un cuidado que fomente el bienestar integral de la persona en su compleja realidad y cosmovisión

Palabras clave: enfermería, cuidado, holístico, habilidades blandas, desarrollo personal, autocuidado.

ABSTRACT

Modern nursing requires a comprehensive approach that goes beyond technical skills. In Venezuela, due to the complexities of the healthcare system, it is essential that professionals incorporate personal development and soft skills to provide efficient, timely, and quality care to healthy or sick people, as well as to the community that requires their care. This article reflects on the urgency of transforming academic training, moving from a reductionist model to one that fosters self-awareness and understanding of the whole person. Personal

development is a fundamental pillar, promoting self-knowledge and self-care, which are crucial for managing stress and preventing burnout syndrome. Soft skills, such as assertive communication, teamwork, and leadership, are key to improving professional performance and establishing effective therapeutic relationships. These non-cognitive competencies, which combine "know-how" with "knowing how to be and how to live together," are vital for adaptability and decision-making in changing environments such as the healthcare industry. It is suggested that the training of nursing professionals in Venezuela include experiential learning strategies and actively promote professional self-care. By prioritizing these human competencies, in addition to cognitive and technical competencies, it will be possible to provide care that promotes the integral well-being of the individual in their complex reality and worldview.

Keywords: nursing, care, holistic, soft skills, personal development, self-care.

INTRODUCCIÓN

La enfermería, como disciplina esencial de la salud, se centra en el cuidado humano integral y trasciende la mera aplicación de técnicas clínicas. Para garantizar un abordaje verdaderamente holístico del paciente, los profesionales de enfermería deben integrar, además de sus competencias técnicas, un sólido desarrollo personal y un robusto conjunto de habilidades blandas. En el contexto venezolano actual, marcado por complejos desafíos en el sistema de salud, la demanda de resiliencia, empatía, pensamiento crítico y trabajo colaborativo en el personal de enfermería es más apremiante que nunca. Este artículo tiene como propósito reflexionar sobre la necesidad de una formación y práctica de enfermería

que priorice un enfoque humanista, profundizando en cómo el desarrollo personal y las habilidades blandas constituyen pilares fundamentales para el cuidado integral.

DESARROLLO

Transformando la Formación Académica en Enfermería

Las tendencias actuales en la formación académica de enfermería exigen trascender los modelos tradicionales, que a menudo se centran de forma reduccionista en el abordaje de la enfermedad y el tecnicismo en el uso de dispositivos de soporte biomédico. La formación de las enfermeras y enfermeros debe ir más allá de una mirada atomizada e incorporar, de forma crítica y práctica, las tendencias hacia el cuidado holístico de la persona. Este cambio de paradigma implica un currículo que promueva la reflexión, la autoconciencia y la aplicación de conocimientos en situaciones complejas de la vida real, preparando a los profesionales para comprender a la persona en su totalidad: biológica, psicológica, social y espiritual.

El Desarrollo Personal como Fundamento del Autocuidado Profesional y la Práctica Holística

Para lograr esta visión holística en la formación y práctica, el desarrollo personal se erige como un pilar fundamental. Entendido como el proceso continuo de autoconocimiento y búsqueda del pleno potencial humano, permite asumir voluntariamente propósitos significativos para la vida y la profesión. Asumir la

enfermería como la ciencia del cuidado es también reconocer que quienes la ejercen son personas susceptibles a las eventualidades de la complejidad profesional¹. En este sentido, la conciencia y práctica del autocuidado emerge como una de las primeras y más esenciales competencias transversales a ser aprendidas durante la formación disciplinar². Para los profesionales de enfermería, desarrollar estas competencias de autoconocimiento continuo, en la búsqueda del "yo ideal" personal y profesional, los capacita para contar con recursos internos firmes para gestionar adecuadamente las situaciones de estrés y agotamiento que son comunes en las ciencias de la salud. Esto, a su vez, les permite mantener la congruencia entre su vida personal y profesional, previniendo el síndrome de *burnout* y promoviendo una práctica sostenible y humana.

Habilidades Blandas: Catalizadores del Desempeño y la Relación Terapéutica

Las habilidades blandas, consisten en un conjunto de competencias no técnicas que permiten a la enfermera y al enfermero ampliar su adaptabilidad ante los cambios disruptivos de los entornos de salud³. Estas, también conocidas como habilidades no cognitivas, interpersonales o transferibles, deben ser desarrolladas activamente durante la formación académica en enfermería, pues son concebidas como catalizadoras esenciales para mejorar el desempeño personal y profesional, facilitando el rendimiento óptimo de los equipos dentro de entornos multidisciplinarios.

El desarrollo de actitudes como la autoconfianza, la seguridad, el control emocional y la automotivación para alcanzar objetivos profesionales son de primer orden.. Asimismo, la capacidad de comprender los sentimientos de los demás (empatía) para establecer relaciones terapéuticas efectivas es indispensable⁴ .

Las habilidades blandas engloban la cualificación para la comunicación asertiva, la escucha activa, la gestión emocional, el trabajo en equipo, el liderazgo y una profunda comprensión de la dimensión ética profesional, todas determinantes para establecer relaciones de cuidado significativas y de confianza⁵ .

La práctica de los cuidados de enfermería demanda el desarrollo de competencias mediante una formación específica, rigurosa y científica que posibilite, además de los conocimientos técnicos, las habilidades y actitudes propias de la profesión⁶ . Por tanto, las competencias blandas son un componente esencial para la enfermería y una dimensión determinante para establecer una relación de cuidado enfermera-paciente efectiva y humanizada. Se conciben estas, como habilidades cognitivas, sociales y recursos personales que complementan las habilidades técnicas, e incluyen competencias para la toma de decisión, resolución de problemas, liderazgo, comunicación efectiva y la gestión del estrés y la fatiga⁷ .

Las habilidades blandas se han convertido en una herramienta fundamental para formar un personal íntegro que evolucione y se adapte a las necesidades de las organizaciones y las situaciones cambiantes de la sociedad actual. Las principales habilidades blandas requeridas por las organizaciones en el ámbito de la salud incluyen: trabajo colaborativo, comunicación efectiva, liderazgo, creatividad,

habilidad hacia el aprendizaje continuo, habilidad para la toma de decisiones, adaptabilidad y la habilidad para el manejo de las emociones⁸ .

Para el desarrollo integral de una persona no basta solo con el conocimiento académico; es necesario un complemento de habilidades que le permitan comunicarse, tener autocontrol, confianza en sí mismo. Las habilidades blandas, combinan el "saber hacer" con el "saber ser" y el "saber convivir"⁹ . Asimismo, estas habilidades, también denominadas como habilidades para la vida o competencias psicosociales, representan "la habilidad de una persona para enfrentarse exitosamente a las exigencias y desafíos de la vida diaria"¹⁰ . Se adquieren a lo largo de la vida a través de la experiencia directa, por medio de un entrenamiento intencional, o mediante el modelado y la imitación. Actualmente, se denominan habilidades transferibles e incluyen: cognitivas, sociales y emocionales que operan de manera coordinada con otras habilidades. En este orden de ideas, se puede argumentar que las habilidades blandas, si bien reciben diferentes denominaciones, todas tienen en común el propósito de un significado unificado que conjuga el "saber hacer con el saber ser y saber convivir"¹¹.

Recomendaciones para la Formación en Enfermería en Venezuela

En el contexto venezolano, la formación en enfermería debe priorizar la integración del desarrollo personal y las habilidades blandas mediante la implementación de estrategias de aprendizaje vivenciales. Es fundamental establecer políticas institucionales que fomenten activamente el autocuidado del profesional de enfermería, reconociendo su bienestar como un pilar indispensable

para garantizar la calidad y sostenibilidad del cuidado ofrecido a la población. Desde esta perspectiva, los nuevos diseños curriculares para enfermería tienen que favorecer la inserción de contenidos innovadores y estrategias de enseñanza prácticas, con un estímulo constante a la reflexión y la acción crítica. Se debe sensibilizar a los estudiantes para una práctica humanizada mediante la creación de escenarios simulados, juegos de roles, debates y discusiones dialógicas que viabilicen el desarrollo de competencias personales y profesionales como garantía en la práctica del cuidado humanizado. El cuidado humano implica valores, deseo y compromiso de cuidar, conocimiento, acciones de cuidado y sus consecuencias. Se debe saber quién es el otro, sus necesidades, limitaciones y fortalezas, lo que conduce a su crecimiento y bienestar¹¹.

Hacia un Cuidado Holístico Auténtico en Enfermería

Finalmente, el cuidado del paciente no debe ser esencialmente instrumental en detrimento de los aspectos psicosociales y emocionales que permean la relación enfermero-paciente¹². Debe ser comprendido a partir de una visión desde la totalidad y complejidad del ser humano, abarcando tanto las dimensiones del cuidado físico, el psicológico y el instrumental-tecnista (asociado a medicación, curativos, higiene, entre otros), así como el cuidado expresivo, que engloba los aspectos psicosociales, relacionales y el apoyo emocional. Significar el cuidado holístico en enfermería solo es posible cuando la enfermera y el enfermero son capaces de reconocer su humanidad compartida con la del paciente, reconociéndolo como una persona dotada de potencialidades para su autocuidado y con redes de apoyos familiares y sociales.

CONCLUSIÓN

El cuidado holístico en enfermería, especialmente en un contexto desafiante como el venezolano, depende intrínsecamente de un enfoque que va más allá de las habilidades técnicas. El desarrollo personal y la integración de habilidades blandas emergen como elementos cruciales para formar profesionales capaces de ofrecer un cuidado centrado en la persona, con empatía, resiliencia y una comunicación efectiva. Es imperativo que las instituciones educativas y de salud en Venezuela asuman el compromiso de incorporar estas competencias en sus currículos y prácticas, fomentando el autocuidado profesional y preparando a las futuras generaciones de enfermeras y enfermeros para abordar la complejidad humana desde una perspectiva integral. Solo así se podrá asegurar un cuidado de enfermería que no solo cure, sino que también conforte y promueva el bienestar total del individuo y su entorno.

REFERENCIAS

1. Watson J. Ciencia Unitaria del Cuidado: Filosofía y Praxis de la Enfermería. Colorado: Editorial Universitaria de Colorado; 2018.
2. Rogers C. El proceso de convertirse en persona. Barcelona: Paidós; 1980.
3. Borja C, Benavides J. Caracterización del desarrollo de habilidades blandas de estudiantes de Enfermería para el empoderamiento hospitalario en Seguridad del Paciente [tesis]. Bogotá: Universidad El Bosque; 2020.

Disponible en: <https://repositorio.unbosque.edu.co/items/2e30d3fc-b858-4790-895f-a9a2a2f3bf97>

4. Goleman D. Inteligencia emocional. Barcelona: Editorial Kairós; 2020.
5. Sanches G. Las emociones en la práctica de la enfermera [tesis]. Barcelona: Universidad Autónoma de Barcelona; 2013.
6. Campos E. Una mirada para las habilidades no técnicas del enfermero: contribuciones de la simulación. Rev Latino-Am Enfermagem. 2016 [citado 2025 jun 3]. Disponible en: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/rfHkpPtvPg4x4Jy6rgmTyQx/?format=pdf&lang=es>
7. González M, Enciso B, Arciniegas L, Tovar P, Bonza P, Arévalo L. Importancia de las habilidades blandas para la empleabilidad y sostenibilidad del personal en las organizaciones. 2021 [citado 2025 jun 3]. Disponible en: https://www.academia.edu/105981728/Importancia_De_Las_Habilidades_Blandas_Para_La_Empleabilidad_y_Sostenibilidad_Del_Personal_en_Las_Organizaciones
8. Marrero O, Mohamed R, Xifra J. Habilidades blandas: necesarias para la formación integral del estudiante universitario. Revista Científica Ecociencia. 2018 [citado 2025 jun 3]. Disponible en: <https://revistas.ecotec.edu.ec/index.php/ecociencia/article/view/144>
9. Organización Mundial de la Salud “OMS”. Iniciativa Internacional para la Educación en Habilidades para la Vida en las Escuelas. 1993 [citado 2025 jun 3]. Disponible en: <https://www.habilidadesparalavida.net/modelo.php>

10. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. Importancia del desarrollo de habilidades transferibles en América Latina y el Caribe. Revista Unicef para cada niño. 2020 [citado 2025 jun 3]. Disponible en: https://www.unicef.org/lac/sites/unicef.org.lac/files/2020-07/Importancia-Desarrollo-Habilidades-Transferibles-ALC_0.pdf
11. García M, Cárdenas L, Arana B, Monroy A, Hernández Y, Salvador C. Construcción Emergente del Concepto: Cuidado Profesional de Enfermería. Texto Contexto Enfermagem. 2011 [citado 2025 jun 3]. Disponible en: <https://www.scielo.br/j/tce/a/wR7XfwWV7GkzCH9MkW6Xsfg/?format=pdf>
12. Zambrano A, Sotomayor M, Moncada J, Jacome F, Feijoo R, Requelme M, Masache J, Jaramillo J, Campoverde A. Cuidado Humanizado: La Esencia de la Enfermería. 1a ed. Quito: Mawil Publicaciones de Ecuador; 2025.