

## Percepción del uso del humor por parte de enfermeras y pacientes en los servicios de salud mental

Sergi Piñar-Rodríguez<sup>1</sup>, Montserrat Puig-Llobet<sup>2</sup>, David Corcoles-Martínez<sup>3</sup>, Diana Tolosa-Merlos<sup>4</sup>, Miriam Leñero-Cirujano<sup>5</sup>, Dolors Rodríguez-Martín<sup>6</sup>

<sup>1</sup>Enfermero especialista en Salud Mental. Instituto de Salud Mental del Hospital del Mar. Barcelona (España)

<sup>2</sup>Doctora por la Universidad de Barcelona. Departamento de Salud Pública, Salud Mental y Materno-Infantil. Escuela de Enfermería. Universidad de Barcelona. Barcelona (España)

<sup>3</sup>Licenciado en Medicina. Instituto de Salud Mental del Hospital del Mar. Barcelona (España)

<sup>4</sup>Doctora por la Universidad de Barcelona. Instituto de Salud Mental del Hospital del Mar. Barcelona (España)

<sup>5</sup>Doctora por la Universidad Complutense de Madrid. Licenciatura de Enfermería de la Universidad Alfonso X el Sabio. Madrid (España).

<sup>6</sup>Doctora por la Universidad Autónoma de Barcelona. Departamento de Enfermería Fundamental y Médico-Quirúrgica. Campus de Ciencias de la Salud de Bellvitge. Universidad de Barcelona. Barcelona (España)

Fecha de recepción: 15 de abril de 2023. Fecha de aceptación: 11 de noviembre de 2023.

### Resumen

**Objetivo:** conocer, en función de la literatura disponible, el significado del sentido del humor entre enfermeras y pacientes en el contexto de servicios de salud mental, así como determinar los factores que facilitan o dificultan el uso del sentido del humor en las unidades de salud mental.

**Métodos:** se llevó a cabo una revisión narrativa en el periodo 2022-2023. Las búsquedas se realizaron en Pubmed, PsycINFO, LILACS y CINAHL, usando los descriptores: "Nurse-patient relations", "mental health", "wit and humor as topic", "psychiatric nursing". Se incluyeron todo tipo de documentos que abordaran el tema según los objetivos, publicados desde 2012 hasta noviembre de 2022 en inglés, español o portugués. Se añadió un artículo traducido del coreano por su relevancia.

**Resultados:** se incluyeron 10 manuscritos en la revisión. Los hallazgos sugieren que el sentido del humor se percibe como una herramienta esencial para fortalecer la relación entre enfermeras y pacientes en entornos psiquiátricos. No obstante, se destaca la existencia de factores que podrían conducir a un uso inapropiado del humor, llevando a la deshumanización de la atención y la posible ruptura del vínculo terapéutico.

**Conclusiones:** es importante considerar cuidadosamente el empleo del humor en el contexto de la salud mental, para garantizar su efectividad sin comprometer la calidad asistencial.

### Palabras clave

Relación enfermera-paciente; salud mental; ingenio y humor; Enfermería psiquiátrica.

### Abstract

#### Perception of the use of humour by nurses and patients at Mental Health Units

**Objective:** based on the literature available, to understand the meaning of sense of humour between nurses and patients in the setting of Mental Health Units, as well as to determine the factors that facilitate its use, or make it difficult.

**Methods:** a narrative review was conducted during the 2022-2023 period. Searches were conducted in Pubmed, PsycINFO, LILACS and CINAHL, using the descriptors: "Nurse-patient relations", "mental health", "wit and humor as topic", "psychiatric nursing". All type of documents addressing this matter according to the objectives were included, published from 2012 until November 2022 in English, Spanish or Portuguese. An article translated from Korean was added due to its relevance.

**Results:** ten (10) manuscripts were included in the review. Findings suggested that sense of humour was perceived as an essential tool in order to strengthen the relations between nurses and patients in psychiatric settings. However, it was highlighted that there are factors which could induce an inadequate use of humour, leading to dehumanization in care and a potential breach in the therapeutic link.

**Conclusions:** it is important to carefully consider the use of humour in the mental health setting, in order to guarantee its effectiveness without compromising the quality of care.

### Keywords

Nurse-patient relations; mental health; wit and humor as topic; psychiatric Nursing.

### Introducción

El sentido del humor se considera una actitud relevante en el cuidado del paciente, ya que contribuye a crear un ambiente de confianza que facilita la comunicación y fomenta un entorno cómodo y relajado con el propósito de

promover intervenciones efectivas (1). La utilización estratégica del humor mejora las relaciones interpersonales y la comunicación (2). El sentido del humor no se limita a la mera compartición de risas, sino que abarca un concepto vinculado a un contenido específico, situación o respuesta

### Autor de correspondencia:

Sergi Piñar Rodríguez. Avda. del Amor, 8. 08784 Can Bonastre, Piera, Barcelona (España). Email: spinar@psmar.cat

### Cómo citar este artículo:

Piñar-Rodríguez S, Puig-Llobet M, Corcoles-Martínez D, Tolosa-Merlos D, Leñero-Cirujano M, Rodríguez-Martín D. Percepción del uso del humor por parte de las enfermeras y pacientes en servicios de salud mental. Metas Enferm feb 24; 27(1):35-44. Doi: <https://doi.org/10.35667/MetasEnf.2024.27.1003082208>

particular, y se manifiesta en diversos contextos clínicos, como servicios oncológicos, cuidados paliativos o residencias geriátricas (3,4).

En la antigüedad, figuras como Hipócrates (460-377 a. C.) y Aristóteles (383-322 a. C.) exploraron cómo el equilibrio de los humores o fluidos corporales (sangre, bilis amarilla, bilis negra y flema) influían en la salud y la estabilidad de la personalidad (5). El concepto amplio del humor busca promover un mundo más amable, humano y divertido (6). Sin embargo, se desconoce cómo se relaciona el humor con la salud. Un ejemplo es el caso de Cousins, quien en la década de 1970 padeció de espondilitis anquilosante y, mediante la utilización de su fuerza interior y el deseo de reír, descubrió que 10 minutos de risa le proporcionaban hasta dos horas de sueño sin dolor, lo que puso de manifiesto la influencia de la risa no solo en la inmunidad química y biológica, sino también en la salud mental y emocional (7,8). La literatura científica presenta divergencias en la definición del concepto de "sentido del humor", aunque se pueden resumir en tres teorías principales: a) la teoría de la incongruencia, que se refiere a cómo ciertos absurdos o incoherencias resultan en situaciones cómicas; b) la teoría de la superioridad, que se centra en la risa surgida de las desgracias ajenas; y c) la teoría de la liberación de tensión, que sostiene que la risa busca aliviar el malestar y aumentar la actividad del sistema nervioso en un contexto de constante tensión y estrés (9).

El uso del sentido del humor se revela como una estrategia valiosa en el contexto de la relación terapéutica, ya que facilita la aproximación al paciente dentro del vínculo terapéutico. La relación enfermera-paciente es reconocida como un pilar fundamental en la atención de salud, que trasciende la simple prestación de apoyo. Durante esta relación, la inclusión de elementos humorísticos, como una frase humorística o un gesto afectuoso en momentos específicos, puede desempeñar un papel crucial en el fortalecimiento de dicho vínculo. Para desempeñar su rol, las enfermeras deben poseer competencias en diversos aspectos de su profesión, que incluyen la empatía, la autenticidad, la congruencia, la disponibilidad, la escucha sin juicio, además de mantener su propia sensibilidad, sinceridad y ecuanimidad (10,11). En el ámbito de la relación enfermera-paciente, el uso del sentido del humor desempeña una función de vital importancia en la humanización de la atención.

En las unidades de salud mental, donde la relación con los pacientes es especialmente estrecha y se producen numerosas interacciones e impactos emocionales, el sentido del humor contribuye al fortalecimiento del vínculo entre

el paciente y la enfermera lo que, a su vez, humaniza la prestación de cuidados (12). La relevancia de este vínculo se refleja en investigaciones que sugieren que el humor, y más específicamente ciertos estilos de humor, pueden conllevar beneficios significativos para la salud mental. Estos beneficios incluyen la capacidad para lidiar con emociones negativas, enfrentar problemas, fomentar la resiliencia y mejorar la calidad de vida en personas enfermas (5,13-15). La risa, como efecto del empleo del humor, se considera un conjunto de características actitudinales con influencia en la interacción humana. Compartir risas con el paciente se experimenta como una vivencia empática y de difícil descripción, aunque es evidente que fortalece la relación entre la enfermera y el paciente (16).

La literatura científica refleja que la utilización del sentido del humor en la relación de ayuda es un aspecto poco estudiado en enfermeras de salud mental, a pesar de existir numerosos estudios en otras áreas, como pacientes oncológicos, pediátricos y psicogerítricos. Los pacientes perciben positivamente que las enfermeras empleen el sentido del humor (17), ya que el humor se revela como una herramienta de comunicación significativa que humaniza a las enfermeras, establece vínculos y facilita la apertura de canales de comunicación (18). Por tanto, para mejorar la atención enfermera en las unidades psiquiátricas es pertinente valorar la percepción que tienen enfermeras y pacientes sobre el sentido del humor y su influencia en la relación terapéutica enfermera-paciente.

Por todo ello, el objetivo de este estudio fue conocer, en función de la literatura disponible, el significado del sentido del humor entre enfermeras y pacientes en el contexto de servicios de salud mental, así como determinar los factores que facilitan o dificultan el uso del sentido del humor en las unidades de salud mental.

## Métodos

Se llevó a cabo una revisión de la literatura (19), en el periodo 2022-2023.

Las búsquedas se realizaron en las bases de datos Pubmed, Literatura Latinoamericana y del Caribe en Ciencias de la Salud (LILACS), Base de datos de la *American Psychological Association* (PsycNet), *Cumulative Index of Nursing and Allied Literature Complete* (CINAHL) y *Web of Science*. Se hizo uso de literatura gris, a través del motor de búsqueda Google Académico y de las secciones de referencia de otros artículos. En cada una de ellas se han desarrollado estrategias de búsqueda empleando distintas palabras clave, teniendo en cuenta los descriptores

MeSH (20): "Nurse-patient relations", "mental health", "wit and humor as topic" y "psychiatric nursing". Asimismo, se ha utilizado el operador booleano AND para conectar dichos descriptores en las búsquedas (Tabla 1). La búsqueda estuvo comprendida entre los meses de agosto a noviembre de 2022, y la selección de artículos se realizó en los tres meses siguientes.

**Tabla 1.** Base de datos y términos de búsqueda

Bases de datos	Términos de búsqueda
PUBMED	(Nurse-patient relations [Mesh]) and (Wit and humor as topic [Mesh]) and (Psychiatric nursing [Mesh])
CINALH	(Psychiatric nursing [M]) and (Nurse-patient relations [M]) and (humor)
LILACS	(Humor and Psychiatric nursing [M]) y (Nurse-patient relations)
APA PsycNet	Humor and (Nurse-patient relations) and (mental health)

Se incluyeron todos los artículos publicados desde 2012 hasta noviembre de 2022, publicados en inglés, español o portugués. Se agregó un artículo en coreano por su importancia en relación con el tema, el cual fue traducido con la aplicación *Naver Dictionary*. La revisión abarcó artículos procedentes de diversos entornos de servicios de salud mental, ya fueran comunitarios u hospitalarios, y aquellos en los que los pacientes tenían una edad igual o superior a 18 años, independientemente de su diagnóstico o problema de salud mental. La población podía estar constituida por pacientes,

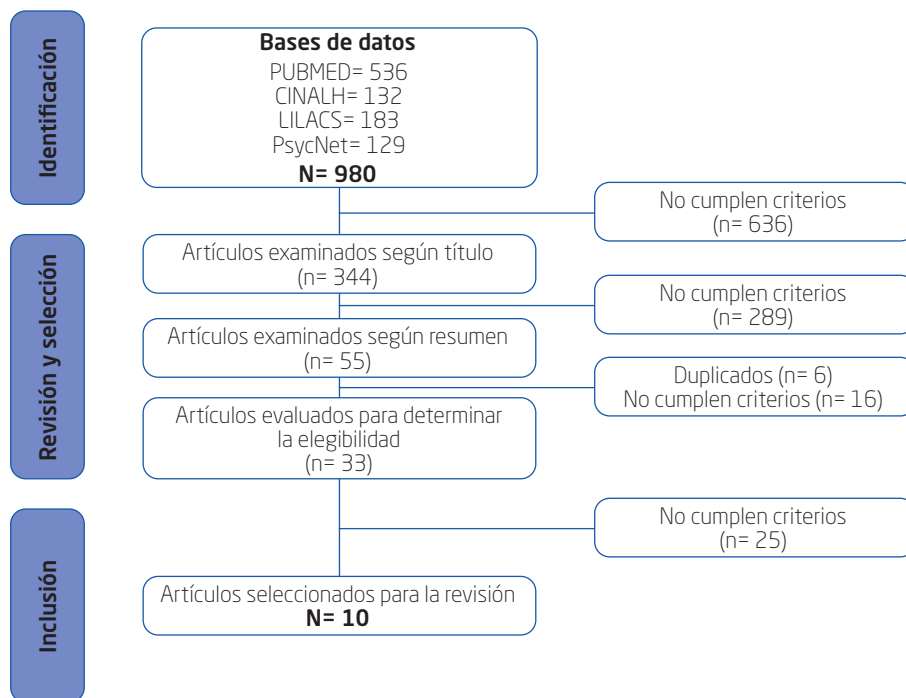
enfermeras o estudiantes de Enfermería. Se excluyeron aquellos artículos que no se enfocaban en el uso del sentido del humor en la relación entre la enfermera y el paciente.

En el proceso de selección se eliminaron duplicados y aquellos que no cumplían con los criterios de selección según el título, el resumen y, posteriormente, el texto completo. Se desarrolló un formulario de extracción de datos que incluyó información sobre autor/es, año de publicación, país, objetivos, diseño, sujetos y resultados principales (21). Los artículos seleccionados se revisaron en profundidad para poder llevar a cabo análisis de contenido (22), valorando las aportaciones en función de la tipología documental (23,24).

## Resultados

Se localizaron 980 artículos, de los cuales se eliminaron 970, seleccionando 10 artículos que se ajustaron a los criterios de inclusión (25-34) (Figura 1). Nueve artículos pertenecían al ámbito internacional (Estados Unidos, Túnez, Corea, Polonia, Irán, Portugal y Dinamarca), excepto uno que se llevó a cabo en España. De los diez estudios seleccionados, únicamente dos aportaron información sobre la perspectiva de los pacientes y su experiencia con el uso del humor, mientras que los restantes se centraron en la perspectiva de las enfermeras. Seis artículos pertenecen al campo de la Enfermería de salud mental, mientras que cuatro son de otros ámbitos de la práctica enfermera.

**Figura 1.** Diagrama de flujo del estudio



Estos últimos fueron incluidos en la revisión dada sus aportaciones en el contexto de la atención de Enfermería desde la perspectiva del sentido del humor.

En la Tabla 2 se pueden observar las características de los estudios incluidos en la revisión.

Uno de los hallazgos más relevantes de la revisión es que el sentido del humor se considera como un instrumento terapéutico valioso cuando el estilo utilizado es ético, afectuoso, de calidad y va en sintonía con el paciente, pues permite proporcionar ánimo e introducir temas que

potencialmente pueden provocar miedo o ansiedad, siendo, además, un elemento que favorece la seguridad y comodidad tanto del paciente como de la enfermera, si la experiencia es positiva durante su uso (25). Se evidencia la importancia de la comunicación desde la perspectiva del humor por parte de las enfermeras, ya que es un tema recurrente en la mayoría de los artículos incluidos en la revisión (26-31). A pesar de este hecho, en la revisión se pueden identificar aspectos o conductas que, dentro de la comunicación en la relación entre la enfermera y el paciente, pueden comprometer la calidad de la relación enfermera-paciente (32-34).

**Tabla 2.** Características de los estudios incluidos en la revisión

Autor. País, año	Objetivo	Diseño	Sujetos	Hallazgos
Aultman et al. (25) EE.UU., 2020	Explorar las razones para usar el humor despectivo y cínico	Caso y comentario	Profesionales y estudiantes de la salud	Promover la conciencia de los diferentes tipos de humor, así como los beneficios y las cargas del mismo. Los estudiantes deberían contar con modelos de comportamiento propios (evitar bromas despectivas y cínicas sobre los pacientes, usar el humor de forma positiva, nunca dañina). Conocer el contexto de trabajo, las emociones de los pacientes y los propios sentimientos como profesionales para abordar una buena relación terapéutica
Chelly et al. (26) Túnez, 2022	Identificar la importancia del uso del humor en la relación paciente-enfermera; así como factores, condiciones y barreras que pueden limitar su uso	Revisión	Pacientes y enfermeras	La mayoría de los estudios sobre el uso del humor en la relación enfermera-paciente admiten que tiene características específicas; puede ser espontáneo y situacional. El humor es considerado una poderosa herramienta de comunicación, promueve el bienestar, alivia la ansiedad y el estrés, ayuda a enfrentar situaciones estresantes. La relación cuidador/paciente debe basarse en la confianza entre ambas partes para que cualquier uso del humor o bromas pueda ser apreciado y no rechazado
Wyszomirska et al. (27) Polonia, 2020	Resumir el conocimiento científico disponible sobre los determinantes, las posibilidades y la eficacia en el uso del humor por parte de los pacientes con esquizofrenia	Revisión	Pacientes con diagnóstico de esquizofrenia	Las dificultades de los pacientes con esquizofrenia para entablar relaciones sociales se asocia a dificultades en los procesos cognitivos y afectivos relacionados con la percepción y el procesamiento de señales del entorno social. Se observan dificultades en estos pacientes para reaccionar de forma apropiada ante el humor y en su uso social. Realizar intervenciones terapéuticas a través del humor se considera adecuado al involucrar muchos procesos cognitivos, afectivos e interpersonales diferentes
Romeu-Labayen et al. (28) España, 2022	Describir cómo las personas diagnosticadas con trastorno límite de la personalidad (TLP), que han experimentado una mejoría, perciben el papel de las actitudes de las enfermeras de salud mental en la construcción de una relación terapéutica positiva	Investigación cualitativa	Pacientes con diagnóstico de TLP	Los participantes reaccionaron positivamente cuando la actitud de la enfermera expresó confianza en que podrían cambiar y recuperarse. Los participantes informaron que fue útil poder confiar en la enfermera sin ser juzgados. Estos describieron la importancia del humor para facilitar la relación terapéutica con su enfermera. Cuando las enfermeras utilizaron su sentido del humor, los participantes informaron que parecía auténtica y que se sentían cercanas a la enfermera y aceptadas y protegidas por ella. Los participantes refirieron una actitud de la enfermera que aseguraba a los participantes que serían atendidos cuando fuera necesario, brindándoles tranquilidad. Además de las visitas regulares con su equipo de salud mental asignado, las enfermeras ofrecieron a los participantes la posibilidad de llamar o pasar por el centro de atención de urgencia en caso de crisis. Los participantes destacaron el trato "muy humano" que recibieron por parte de las enfermeras de salud mental

**Tabla 2.** Características de los estudios incluidos en la revisión (cont.)

<b>Autor. País, año</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Diseño</b>	<b>Sujetos</b>	<b>Hallazgos</b>
Ji-Min et al. (29) Corea, 2015	Explorar las experiencias del uso del humor entre enfermeras de salud mental	Investigación cualitativa	Enfermeras de centros comunitarios de salud mental o unidades de agudos de Psiquiatría	Las enfermeras de las unidades de agudos de Psiquiatría experimentaron efectos tanto positivos como negativos al usar el humor con pacientes. Los efectos negativos incluyen un deterioro en la relación terapéutica, del estado de ánimo, del estado mental y del ambiente donde interactúan. El tipo de humor utilizado de forma más efectiva son palabras de moda, bromas, mimetismos y cumplidos, mientras que los estilos menos eficaces de humor son aquellas intervenciones que hablan sobre la apariencia de los pacientes, el humor irónico y agresivo. El uso del humor es más efectivo cuando se ha establecido una relación de confianza con el paciente y cuando su estado de ánimo y mental son estables. Las barreras para utilizar el humor fueron la falta de tiempo por altas cargas de trabajo, introversión de las enfermeras, preocupación por la reacción del paciente, preocupación por la afectación de su profesionalismo y actitud de trabajo centrada en el alivio de síntomas
Carvalho et al. (30) Portugal, 2019	Proporcionar una estructura conceptual del humor y su relación con la salud mental	Reflexión con revisión sobre el tema	No se especifica	El humor es una competencia individual compleja y subjetiva y los beneficios son vividos por cada persona de forma diferente, permitiendo gestionar sentimientos, superar el miedo, la angustia y la ansiedad. El humor puede ser utilizado como parte de los cuidados de Enfermería en la medida en que permite tratar situaciones delicadas. Es una buena estrategia de desarrollo en las relaciones interpersonales y permite la transmisión de mensajes de forma más divertida. El recurso del humor es una de las estrategias a utilizar por la enfermera y en particular en el área de la salud mental, y ha de ser fomentada en la práctica clínica y en la enseñanza de Enfermería. Las referencias al humor en salud mental se llevan a cabo desde hace un siglo aproximadamente. Su uso en la actualidad debería de ser incentivado por su claro beneficio en cuanto a la disminución de la angustia en momentos de crisis. La utilización del humor en los cuidados enfermeros debe tener un fin terapéutico. Además, se puede considerar un valor añadido y una forma de alcanzar el bienestar. En definitiva, el humor es un buen recurso para muchos de los trastornos de la salud mental
Canha (31) EE.UU., 2016	Identificar la importancia del uso del humor en la relación paciente/enfermero en el ámbito de la dependencia a drogas	Revisión	No se especifica	El efecto positivo del humor sobre la salud física y mental ha sido bien establecido en la literatura. Las formas de incorporar el humor en el tratamiento del trastorno por uso de sustancias se pueden explorar con el objetivo de mejorar las formas de promover cambios de comportamiento con esta población desafiante. Los esfuerzos para llegar a esta población pueden mejorarse a través del humor, presentando las consecuencias de los comportamientos adictivos y las vías de recuperación de manera divertida y más fácil de retener. Aquellos que ya están en programas de 12 pasos podrían reforzar su propia recuperación compartiendo experiencias con humor con los recién llegados. Aquellos con trastornos por uso de sustancias que están en tratamiento y recuperación pueden aprender a aceptar la responsabilidad de su propia recuperación. Las interacciones entre las personas con trastornos por consumo de sustancias y su entorno, incluido el humor, pueden reforzar los comportamientos saludables y merecen más estudios

**Tabla 2.** Características de los estudios incluidos en la revisión (cont.)

Autor. País, año	Objetivo	Diseño	Sujetos	Hallazgos
Pazargadi et al. (32) Irán, 2015	Conocer las experiencias de las enfermeras que trabajan en salas de Psiquiatría y las barreras en la relación enfermera-paciente	Investigación cualitativa	Enfermeras que trabajaban en unidades de Psiquiatría	Existen barreras que están relacionadas con la enfermera por "agotamiento laboral", "habilidades inadecuadas", "actitud negativa hacia el paciente" y "la frustración de no ver resultados a sus intervenciones con los pacientes psiquiátricos". Las barreras que están relacionadas con el paciente son las características del paciente que impiden la comunicación con él, como la "falta de conocimiento del paciente", "falta de comunicación con los demás". Las barreras organizacionales en la relación se refieren a las condiciones organizacionales que están fuera de las atribuciones de los enfermeros: sobrecarga de trabajo, poco personal con la consecuente falta de tiempo de dedicación
Gildberg et al. (33) Dinamarca, 2016	Explorar las características del uso del humor por parte de los miembros del personal de salud mental forense en interacciones con pacientes hospitalizados de salud mental forense	Investigación cualitativa	Miembros del personal de salud mental forense	El uso informal del humor de profesionales con pacientes facilita un trato más humano de la práctica clínica diaria, transmitiendo un rol de igual a igual. Utilizar el humor ante demandas de pacientes, que pueden llegar a ser inadecuadas o incómodas en ciertos momentos, ayuda a los profesionales a ventilar su frustración y el estrés delante de ellos. Este uso del humor confirma al paciente en una posición inferior, porque la solicitud realizada se deriva de los límites del encarcelamiento y siempre dirigida al personal de la unidad. El humor se puede emplear como una herramienta para agregar algo positivo a un mensaje, para desviar la atención de la ansiedad o posibles conflictos, o incluso para hacer cumplir las reglas sin provocar una escalada de agresividad verbal. El personal tiene la percepción de que los pacientes son incapaces de comprender la ironía y han de ir con cuidado al utilizar el humor irónico. Se realiza un uso inadecuado del humor delante del paciente de salud mental forense demostrando una posición de dominio. Un humor que descalifica y ridiculiza al paciente muestra la diferencia de roles dentro de la unidad de salud mental penitenciaria
Ghaffari et al. (34) Irán, 2015	Explorar las experiencias del uso del humor de enfermeras de entornos clínicos y factores que lo afectan	Investigación cualitativa	Enfermeras de hospitales universitarios	Las enfermeras hablan de la importancia de la comprensión del humor por parte de los pacientes y que se ve afectado por los diferentes entornos clínicos. Las creencias religiosas imprimen que el uso del humor de las enfermeras no se pueda realizar a pacientes de sexo opuesto. Pero la cultura musulmana iraní considera el humor un atributo agradable y recomendado por sus líderes religiosos. Es necesario, antes de utilizar el humor, saber si los pacientes o colegas de trabajo lo ven correcto, una medida preventiva para evitar malentendidos. Las enfermeras no pueden desafiar las normas de la sociedad. Las enfermeras creen que el uso del humor ayuda a cambiar perspectivas de salud de los pacientes, reactiva y evita el agotamiento mental

Respecto a los factores que facilitan el uso del humor en la relación enfermera-paciente, Romero et al. (28) subrayan la percepción que tienen las pacientes diagnosticadas con trastorno límite de personalidad de las enfermeras encargadas de su seguimiento, afirmando que les infunden confianza y les brindan un entorno en el cual no se sienten sujetas a juicios en su proceso de enfermedad y recuperación. En esta misma línea, el empleo del humor saludable por parte de las enfermeras

especializadas en salud mental incide positivamente en los usuarios, contribuyendo al alivio de sentimientos desagradables, tales como la ansiedad, la depresión y la baja autoestima. La actitud empática en el cuidado facilita un uso efectivo del humor como recurso terapéutico (26,29). En el contexto de los desafíos cognitivos y relacionales que presentan los pacientes con diagnóstico de esquizofrenia, la incorporación intencionada del humor en las intervenciones terapéuticas se revela

como un agente fortalecedor y catalizador del vínculo terapéutico. Además, este enfoque demuestra efectos rehabilitadores al implicar procesos cognitivos, afectivos e interpersonales diversos (25,27). Otra investigación propone un enfoque conceptual sobre el humor y su vínculo con la salud mental, resaltando que las diversas modalidades de empleo del humor, por parte de los profesionales en el ámbito de la salud mental, constituyen una herramienta para contrarrestar el estigma social experimentado por los usuarios de los servicios de salud mental (30).

Los individuos con trastornos por abuso de sustancias a menudo desafían las normativas y continúan consumiendo a pesar de las implicaciones legales, sociales, económicas y de salud. Sin embargo, la integración del humor en la relación entre la enfermera y el paciente podría facilitar el acercamiento a estos individuos y favorecer la sostenibilidad de la abstinencia. Además de mejorar la relación terapéutica y el proceso de recuperación, las investigaciones indican beneficios físicos derivados del uso del humor en individuos con trastornos mentales y adicciones (31). En esta misma línea, el humor tiene un impacto en la liberación de endorfinas, las cuales se asocian con el bienestar, contribuyendo a la serenidad y a regular el sueño (30).

En el ámbito de la comunicación en las intervenciones enfermeras, el sentido del humor destaca como una estrategia vital, particularmente en el contexto de la salud mental. Por consiguiente, se debe promover su uso tanto en la práctica clínica como en la enseñanza de la disciplina (30). En este mismo escenario, resulta fundamental que los estudiantes de Enfermería cuenten con modelos y referentes positivos para el uso del humor desde una perspectiva ética y respetuosa. Se promueve la adopción de una cultura del humor a través de métodos de enseñanza, lo cual puede mejorar el ambiente laboral y enfatizar la importancia del humor en la atención al paciente, tanto para enfermeras como para estudiantes de Enfermería. (25,34).

Entre los factores que dificultan el uso del sentido del humor en la relación terapéutica enfermera-paciente en sala de hospitalización de salud mental, algunos estudios señalan las propias barreras presentes tanto en las enfermeras como en los usuarios y la propia organización. Se sostiene que trabajar en unidades de salud mental genera agotamiento psicológico y una actitud negativa en la relación con los pacientes (32). En una línea similar, Gildberg et al. (33) analizaron las experien-

cias de 32 profesionales en un centro de salud mental forense, resaltando la complejidad del cuidado y la utilización del sentido del humor por parte de los profesionales como un medio para transmitir poder en sus interacciones con los pacientes. En otros contextos, como las unidades clínicas en países con influencia musulmana, se observa una limitación significativa en el uso del sentido del humor por parte de las enfermeras, principalmente debido a restricciones impuestas por creencias religiosas. Una de las limitaciones que experimentan es la prohibición de emplear el humor con pacientes del sexo opuesto. En esta circunstancia, el empleo del humor por parte de las enfermeras es percibido como inapropiado, generando estigmatización hacia ellas en el entorno de atención clínica (34).

En otros estudios se destaca la introducción del humor ético en la relación enfermera-paciente como un aspecto relevante. Cuando los profesionales de Enfermería interactúan con los pacientes sin una comprensión adecuada de sus contextos complejos, se observa un impacto negativo en la relación. Esto conduce a la prestación de atención de calidad deficiente y deshumanizada, generando potencialmente emociones de ira, resentimiento o estrés tanto en los profesionales como en los pacientes (25,32). Otro aspecto fundamental para tener en cuenta en la utilización del sentido del humor es el entorno laboral, donde las necesidades organizacionales a menudo se consideran prioritarias en comparación con las necesidades de los pacientes. Esto ejerce una presión adicional sobre las enfermeras, quienes expresan dificultades tales como agotamiento laboral, falta de tiempo, sobrecarga de trabajo y bajos ratios de enfermas para atender a los pacientes (32,34).

### Discusión y conclusiones

En la revisión de la literatura se ha evidenciado que la utilización del sentido del humor en la relación enfermera-paciente emerge como una estrategia comunicativa que fortalece el vínculo. El empleo del sentido del humor por parte del personal de Enfermería parece incidir positivamente en la percepción de los pacientes, generando en ellos una sensación de aceptación y proximidad auténtica. Asimismo, los pacientes tienden a percibir a las enfermeras que hacen uso del sentido del humor como profesionales auténticas y empáticas, reconociendo su disposición y actitud hacia el cuidado (35,36).

El sentido del humor se presenta como un recurso de considerable importancia, aunque infrautilizado, en la

interacción entre enfermeras y pacientes. A pesar de ello, la percepción que tienen las enfermeras sobre el uso del humor es que les permite afrontar eficazmente situaciones desafiantes con los pacientes y fortalece la cohesión tanto entre el personal de Enfermería y los pacientes como entre los propios profesionales. La naturaleza del humor puede ser tanto deliberada como espontánea. Este enfoque multidimensional subraya la relevancia del humor en el ámbito enfermero, demostrando su influencia no solo como un instante de alegría, sino también en la interacción terapéutica y el bienestar tanto de las enfermeras como de los pacientes (28,30,37).

Desde una perspectiva comunicativa, la incorporación de humor por parte de las enfermeras en terapias con pacientes conlleva la generación de sentimientos simultáneos de satisfacción. Esto también crea oportunidades para interacciones sociales, a través de las cuales los pacientes perciben al resto de pacientes como un entorno propicio para el desarrollo del sentido del humor, la mejora de la comunicación y el aprendizaje de habilidades sociales. La utilización de la intervención humorística puede ser especialmente pertinente en el caso de pacientes con esquizofrenia, dado que esta población a menudo enfrenta desafíos significativos en términos de carencia de habilidades sociales, junto con altos niveles de aislamiento social (25,27,38). En este sentido, la comunicación se presenta como una condición esencial para la existencia humana y las interacciones sociales, lo que establece que el sentido del humor constituya una forma adicional de comunicación (39). Aunque el uso del humor no está sujeto a regulaciones específicas, sí es ampliamente aceptado en diversas especialidades clínicas, como Oncología, quirófano, Pediatría y hemodiálisis, debido a su capacidad para mitigar la ansiedad, el temor y la percepción del dolor en los pacientes (40).

Según la literatura revisada, se evidencia la ausencia de una capacitación específica sobre el uso del humor en los programas educativos de Enfermería. Esta falta de formación podría resultar en una relativa inseguridad en su aplicación una vez que los estudiantes se convierten en profesionales de la salud (41,42). Esta carencia formativa podría ser un factor que contribuye al empleo de un humor despectivo y cínico. Se plantea que dirigir este tipo de humor hacia los pacientes sin comprender sus historias complejas y particularidades no solo menoscaba la relación terapéutica, sino que también puede agravar sentimientos de enojo, resentimiento y estrés

entre los profesionales de la salud (34). En ese sentido, Ritz and Goldkuhle (43) promueven la integración del humor en la interacción enfermera-paciente, priorizando los intereses del paciente sobre los propios y tomando decisiones sobre cuándo y qué tipo de humor emplear en situaciones específicas. Se desaconseja enfáticamente el uso del humor basado en la frustración, hostilidad o agresividad hacia los pacientes. Las enfermeras consideran fundamental la selección precisa del momento para emplear el sentido del humor, teniendo en cuenta el estado físico, mental, psicológico; el diagnóstico; la evolución de la enfermedad y el contexto cultural del paciente. Factores como la edad temprana, la falta de experiencia profesional en Enfermería, las creencias del paciente y las características de género también influyen en la limitación del uso del sentido del humor por parte de las enfermeras (44,45). En consecuencia, es de suma importancia que las enfermeras realicen un análisis exhaustivo de la naturaleza de la relación enfermera-paciente para poder emplear el sentido del humor de manera apropiada, evitando malentendidos, reduciendo el estrés y las tensiones en la interacción enfermera-paciente (46-49).

La limitación más relevante del estudio deriva de la tipología documental y de las propias que se asocian a una revisión narrativa de este tipo, aunque se llevó a cabo una amplia búsqueda bibliográfica para intentar localizar y recuperar el mayor número posible de documentos sobre el tema. Sin embargo, se ha elegido este enfoque metodológico con la finalidad de abordar de manera más general el tema de investigación, dada la complejidad conceptual del mismo. A pesar de encontrar una amplia gama de artículos relativos a la relación enfermera-paciente y al uso del sentido del humor, se identificó una escasez de estudios en entornos de unidades de salud mental. Asimismo, se observó una carencia de investigaciones que abordaran las perspectivas de los pacientes en el contexto de la relación enfermera-paciente con respecto al empleo del humor en sus interacciones.

En futuras líneas de investigación sería conveniente poder evaluar los posibles beneficios y obstáculos vinculados al uso del sentido del humor en la relación enfermera-paciente, considerando el contexto sociocultural de los pacientes, las enfermeras y las organizaciones de salud, particularmente en el ámbito de las unidades de salud mental. El estudio de revisión planteado aporta información de interés que puede ser de utilidad para mejorar el empleo del sentido del humor en la práctica clínica, consiguiendo un fortalecimiento de la relación entre enfermeras y pacientes, promoviendo experiencias más



positivas para ambas partes y facilitando la provisión de cuidados personalizados y cercanos. En última instancia, se esperaría que estos cambios redundaran en una mejora de la práctica clínica. Asimismo, puede fomentar la reflexión sobre la importancia de desarrollar programas educativos destinados tanto a enfermeras en ejercicio como a estudiantes de Enfermería, abordando específicamente la capacitación en sentido del humor en relación con los desafíos identificados por enfermeras y pacientes. Estos programas se podrían integrar en los planes de estudio del Grado de Enfermería, dada su contribución para mejorar la calidad de la atención brindada y el bienestar de los pacientes. Aunque es necesaria una comprensión más profunda de los elementos que conforman el sentido del humor para la creación o el perfeccionamiento de instrumentos de medición adecuados para evaluar su aplicación en unidades de salud mental.

En síntesis, se puede concluir que el sentido del humor desempeña un papel significativo como una herramienta terapéutica valiosa, siempre que se utilice de manera competente, ética y afectuosa, en consonancia con las necesidades del paciente. Esta estrategia permite brindar aliento y abordar temas potencialmente inductores de miedo o ansiedad. Además, el sentido del humor contribuye a generar un ambiente seguro y confortable, tanto para el paciente como para la enfermera, siempre y cuando la experiencia sea positiva durante su implementación. La importancia de la comunicación desde la perspectiva del humor por parte de las enfermeras se destaca claramente, siendo un tema recurrente en la mayoría de los artículos analizados en la revisión. Sin embargo, se identifican aspectos y comportamientos que podrían afectar la calidad de la relación terapéutica.

### Conflicto de intereses

Ninguno.

### Financiación

Ninguna.

### Bibliografía

- Carbello B. El humor en la relación con el paciente: Una guía para profesionales de la salud. Barcelona: Elsevier Masson; 2005.
- Association for Applied and Therapeutic Humor-AATH. Our Rallying Cry: Humor Helps. 2020. Aath.org [internet] [citado 7 ene 2024]. Disponible en: <https://www.aath.org>
- Lopes PC, Mota LM, Alves CM, Guerreiro HM. A Intervenção Humor em Enfermagem: uma Revisão de Escopo. En Teoria e prática de enfermagem: da atenção básica à alta complexidade. Editora Científica Digital. [internet] 2021 [citado 7 ene 2024]; 2:54-70. Disponible en: <https://www.editoracientifica.com.br/articles/code/210304028>
- Sartoretti E, Sartoretti T, Koh DM. Humor in radiological breast cancer screening: a way of improving patient service? *Cancer Imaging* 2022; 22:57. Doi: <https://doi.org/10.1186/s40644-022-00493-z>
- Martin RA. La psicología del humor. Un enfoque integrador. Madrid: Orion Ediciones; 2008.
- Osincup P. How to Use Humor in Clinical Settings. *AMA J Ethics*. 2020; 22(7):E588-595. Doi: <https://doi.org/10.1001/amajethics.2020.588>
- Holden R. La risa. La mejor medicina: El poder curativo del buen humor y la felicidad. Barcelona: Oniro; 1999.
- Cousins N, Dubros R. Anatomía de una enfermedad o la voluntad de vivir. 3ª ed. Barcelona: Kairós; 2012.
- Siurana JC. Ética del humor: Fundamentos y aplicaciones de una nueva teoría ética. Murcia: Plaza y Valdés; 2015.
- Moreno-Poyato AR, Montesó-Curto P, Delgado-Hito P, Suárez-Pérez R, Aceña-Domínguez R, Carreras-Salvador R, et al. The Therapeutic Relationship in Inpatient Psychiatric Care: A Narrative Review of the Perspective of Nurses and Patients. *Arch Psychiatr Nurs*. 2016; 30(6):782-7. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2016.03.001>
- Leñero-Cirujano M. El humor y la risa: Una herramienta en los cuidados de enfermería. *Rev Enferm Salud Ment*. 2023; 23:25-9. Doi: <https://doi.org/10.5538/2385-703X.2023.23.25>
- Haydon G, van der Reit P, Browne G. A narrative inquiry: Humour and gender differences in the therapeutic relationship between nurses and their patients. *Contemp Nurse*. 2015; 50(2-3):214-26. Doi: <https://doi.org/10.1080/10376178.2015.1021436>
- Jáuregui E. El sentido del humor: manual de instrucciones. Barcelona: RBA Libros; 2012.
- Parse RR. Parse's Research Methodology with an Illustration of the Lived Experience of Hope. *Nurs Sci Q*. 1990; 3(1):9-17. Doi: <https://doi.org/10.1177/089431849000300106>
- Leñero-Cirujano M. El humor como fortaleza humana ante el afrontamiento. *Rev Cient Soc Esp Enferm Neurol*. 2023; 57:9-10. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.sedene.2023.02.001>
- Riezu MI. Humor terapéutico. El Humor Risa Sonrisa (HRS) y su aplicación en las urgencias, emergencias y cuidados críticos. *Enfer Urgen*. 2009; 1(4):13-5.
- Tanay MA, Wiseman T, Roberts J, Ream E. A time to weep and a time to laugh: humour in the nurse-patient relationship in an adult cancer setting. *Support Care Cancer*. 2014; 22(5):1295-301. Doi: <https://doi.org/10.1007/s00520-013-2084-0>
- Tolosa-Merlos D, Moreno-Poyato AR, Delgado-Hito P. La relación terapéutica como eje de los cuidados enfermeros en las unidades de agudos de salud mental: análisis del contexto en Cataluña. *Cult Cuid*. 2021; 25(59):132-43. Doi: <https://doi.org/10.14198/cuid.2021.59.14>
- Bettany-Saltikov J. Learning how to undertake a systematic review: part 1. *Nurs Stand*. 2010; 24(50):47-55; quiz 56. Doi: <https://doi.org/10.7748/ns2010.08.24.50.47.c7939>
- National Library of Medicine [internet]. Home-MeSH- NCB; c2022 [citado 7 ene 2024]. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/mesh>
- Moher D, Shamseer L, Clarke M, Ghersi D, Liberati A, Petticrew M, Shekelle P, Stewart LA, PRISMA-P Group. Preferred reporting items for systematic review and meta-analysis protocols (PRISMA-P) 2015 statement. *Systematic Reviews*. 2015; 4(1):1-9. Doi: <https://doi.org/10.1186/2046-4053-4-1>
- Mayring P. Análisis cualitativo de contenido. *FQS* [internet]. 25 [citado 7 ene 2024]; 1(2). Disponible en: <https://www.qualitative-research.net/index.php/fqs/article/view/1089>
- Cano Arana A, González Gil T, Cabello López JB, por CASPe. Plantilla para ayudarte a entender un estudio cualitativo. En: CASPe. Guías CASPe de Lectura Crítica de la Literatura Médica. Alicante: CASPe; 2010. Cuaderno III. p. 3-8.
- Cabello JB, por CASPe. Plantilla para ayudarte a entender una Revisión Sistemática. En: CASPe. Guías CASPe de Lectura Crítica de la Literatura Médica. Alicante: CASPe; 2005. Cuaderno I. p.13-17.

25. Aultman J, Meyers E. Does using humor to cope with stress justify making fun of patients? *AMA J Ethics*. 2020; 22(7):576-82. Doi: <https://doi.org/10.1001/amajethics.2020.576>
26. Chelly F, Kacem, I, Moussa A, Ghenim A, Krifa I, Methamem F, et al. Healing Humor: The use of humor in the nurse-patient relationship. *Occup Dis Environ Med*. 2022; 10:217-31. Doi: <https://doi.org/10.4236/odem.2022.103017>
27. Wyszomirska J, Martyniak E, Bąk-Sosnowska M. It is no joke. Metaphorical language and sense of humor in schizophrenia. *Psychiatr Pol*. 2020 31; 54(4):687-700. Doi: <https://doi.org/10.12740/PP/OnlineFirst/110142>
28. Romeu-Labayen M, Tort-Nasarre G, Rigol Cuadra MA, Giralt Palou R, Galbany-Estragués P. The attitudes of mental health nurses that support a positive therapeutic relationship: The perspective of people diagnosed with BPD. *J Psychiatr Ment Health Nurs*. 2022; 29:317-26. Doi: <https://doi.org/10.1111/jpm.12766>
29. Ji-Min S, Hyunjoo N. A content analysis o psychiatric-mental health nurses' experience of using humor. *J Korean Acad Psychiatr Ment Health Nurs*. 2015; 24(2):93-106. Doi: <https://doi.org/10.12934/jkpmhn.2015.24.2.93>
30. Carvalho JC, Cordeiro R, Martinho J, Melo Tavares CM, Postigo Mota S. El humor como recurso frente al estigma en salud mental. *Rev ROL Enferm* 2019; 42(4):286-92.
31. Canha B. Using Humor in Treatment of Substance Use Disorders: Worthy of Further Investigation. *Open Nurs J*. 2016; 10:37-44. Doi: <https://doi.org/10.2174/1874434601610010037>
32. Pazargadi M, Fereidooni Moghadam M, Fallahi Khoshknab M, Alijani Renani H, Molazem Z. The Therapeutic Relationship in the Shadow: Nurses' Experiences of Barriers to the Nurse-Patient Relationship in the Psychiatric Ward. *Issues Ment Health Nurs*. 2015; 36(7):551-7. Doi: <https://doi.org/10.3109/01612840.2015.1014585>
33. Gildberg FA, Paaske KJ, Rasmussen VL, Nissen RD, Bradley SK, Hounsgaard L. Humor: Power Conveying Social Structures Inside Forensic Mental Health Nursing. *J Forensic Nurs*. 2016; 12(3):120-8. Doi: <https://doi.org/10.1097/JFN.0000000000000118>
34. Ghaffari F, Dehghan-Nayeri N, Shali M. Nurses' experiences of humour in clinical settings. *Med J Islam Repub Iran*. 2015; 29:182-92.
35. Chugani CD, Seiler AR, Goldstein TR. Recovery from Borderline Personality Disorder through Dialectical Behavior Therapy. *Qual Rep*. 2017 Nov; 22(11):3014-24. Doi: <https://doi.org/10.46743/2160-3715/2017.3008>
36. Tremayne P. Using humour to enhance the nurse-patient relationship. *Nurs Stand*. 2014 Mar 26-Apr 1; 28(30):37-40. Doi: <https://doi.org/10.7748/ns2014.03.28.30.37.e8412>
37. Beck CT. Humor in nursing practice: a phenomenological study. *Int J Nurs Stud*. 1997 Oct; 34(5):346-52. Doi: [https://doi.org/10.1016/s0020-7489\(97\)00026-6](https://doi.org/10.1016/s0020-7489(97)00026-6)
38. Cai C, Yu L, Rong L, Zhong H. Effectiveness of humor intervention for patients with schizophrenia: a randomized controlled trial. *J Psychiatr Res*. 2014 Dec; 59:174-8. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2014.09.010>
39. Guerreiro HM. Resposta humana ao humor: humor como resposta humana. Portugal: Lusociência; 2010.
40. Evans K. El humor en la psicoterapia Gestalt. Gestalt. 2012; 42:13-26.
41. Mora-Ripoll R. Potential health benefits of simulated laughter: a narrative review of the literature and recommendations for future research. *Complement Ther Med*. 2011; 19(3):170-7. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2011.05.003>
42. Leñero-Cirujano M. Percepción de estudiantes de enfermería sobre la formación en el humor como elemento clave del cuidado enfermero. 2015. En: XIX Encuentro Internacional de Investigación en Cuidados. Cuenca: Instituto de Salud Carlos III; 2015, p.390-92.
43. Ritz SE, Goldkuhle U. Caring through humor: Ethical considerations. In: Buxman K, LeMoine A (eds.). *Nursing perspectives on humor*. New York: Power Pubns; 1995. p.133-40.
44. Salameh W, Fry W. El humor y el bienestar en las intervenciones clínicas. Bilbao: Desclée de Brouwer; 2004.
45. Adamle K, Turkoski B. Responding to patient-initiated humor: guidelines for practice. *Home Healthc Nurse*. 2006 Nov-Dec; 24(10):638-44. Doi: <https://doi.org/10.1097/00004045-200611000-00007>
46. Sousa LMM, Marques-Vieira CMA, Antunes AV, Frade MFG, Severino SPS, Valentim OS. Humor intervention in the nurse-patient interaction. *Rev Bras Enferm*. 2019; 72(4):1078-85. Doi: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0609>
47. Olsson B, Harrie B, Stefan S, Marianne KR. La esencia del humor y sus efectos y funciones: un estudio cualitativo. *Diario Enferm*. 2002; 10:21-6.
48. Gilbert R. Risoterapia: promoción de la salud y el bienestar. *Enferm Atenc Resid*. 2014; 16:392-5.
49. Currid T. Experiences of stress among nurses in acute mental health settings. *Nurs Stand*. 2009 Jul 8-14; 23(44):40-6. Doi: <https://doi.org/10.7748/ns2009.07.23.44.40.c7108>

Si quieres ampliar más información sobre este artículo, consulta:

**Introduce estos términos:**  
  
ENFERMERIA INTELIGENTE

Relación enfermera-paciente; salud mental; ingenio y humor; Enfermería psiquiátrica.



**Contacta con los autores en:**  
 spinar@psmar.cat