

Transición al ejercicio profesional y afrontamiento en enfermeras noveles: revisión narrativa con aproximación psicoeducativa

Transition to professional practice and coping among newly licensed nurses: a narrative review with a psychoeducational approach

Danielly L. Villarreal S.¹, Irma Escudero²

¹Universidad de Panamá, Facultad de Enfermería, Departamento de Salud Mental, Panamá; danielly.villarreal@up.ac.pa; <https://orcid.org/0009-0002-9365-0397>

²Universidad de Panamá, Facultad de Enfermería, Departamento de Salud Mental, Panamá; irma.escudero@up.ac.pa; <https://orcid.org/0000-0002-2594-6201>

Fecha de recepción: 20-03-2026

Fecha de aceptación: 28-05-2026

DOI: <https://doi.org/10.48204/j.vian.v10n1.a10170>

Resumen: Las enfermeras recién graduadas pasan por un período de transición que implica un proceso complejo caracterizado por importantes demandas emocionales, adaptación al entorno laboral y el desarrollo de competencias profesionales. El objetivo de este artículo fue analizar la evidencia científica sobre la transición profesional y el afrontamiento en enfermeras noveles. Se realizó una revisión narrativa en bases de datos como PubMed, Science Direct, Scielo y Google Académico, incluyendo estudios publicados entre 2021 y 2026. De 70 artículos identificados, 29 cumplieron los criterios de inclusión para el análisis. Con el propósito de contextualizar los hallazgos de la revisión, se incorporó una experiencia psicoeducativa desarrollada durante ocho semanas en un hospital de la provincia de Herrera, Panamá, dirigida a 10 enfermeras noveles, de las cuales 8 completaron la intervención. Los resultados de la revisión evidencian estresores emocionales, organizacionales e interpersonales, destacándose la exposición al sufrimiento del paciente, la carga laboral y la inseguridad en la toma de decisiones. Asimismo, las estrategias de afrontamiento más efectivas incluyen la resolución de problemas y el apoyo social. Los resultados de la experiencia psicoeducativa coincidieron con la literatura revisada, identificándose el sufrimiento del paciente como uno de los principales factores generadores de estrés. Se concluye que el fortalecimiento de las estrategias de afrontamiento, junto con el apoyo institucional y los programas de acompañamiento, constituye un elemento clave para facilitar la adaptación, mejorar el bienestar emocional y promover la calidad del cuidado de enfermería durante la transición de la enfermera novel.

Palabras clave: personal de enfermería, relación escuela-trabajo, adaptación psicológica, estrés laboral, ejercicio profesional.

Abstract: Newly graduated nurses go through a transition period that involves a complex process characterized by significant emotional demands, adaptation to the work environment, and the development of professional competencies. The objective of this article was to analyze scientific evidence on professional transition and coping in novice nurses. A narrative review was conducted in databases such as PubMed, Science Direct, Scielo, and Google Scholar, including studies published between 2021 and 2026. Of the 70 articles identified, 29 met the inclusion criteria for the analysis. To contextualize the review's findings, a eight week psychoeducational program was incorporated, conducted at a hospital in the province of Herrera, Panama, targeting 10 novice nurses, 8 of whom completed the intervention. The review's results highlight emotional, organizational, and interpersonal stressors, notably exposure to patient suffering, heavy

workloads, and uncertainty in decision-making. Likewise, the most effective coping strategies include problem-solving and social support. The results of the psychoeducational experience aligned with the reviewed literature, identifying patient suffering as one of the main stressors during the professional transition. It is concluded that strengthening coping strategies, along with institutional support and mentoring programs, is a key factor in facilitating adaptation, improving emotional well-being, and promoting the quality of nursing care, during a new nurse's transition period.

Keywords: nursing personnel, school to work transition, psychological adaptation, occupational stress, professional practice.

1. Introducción

La Enfermería ha experimentado una transformación progresiva, pasando de ser un oficio para consolidarse como una disciplina esencial dentro del sistema de salud, con un rol clave en el cuidado del paciente. Según la Organización Mundial de la Salud (WHO, 2020), existen aproximadamente 19.3 millones de enfermeras a nivel mundial, lo que evidencia su importancia en la atención continua en salud.

En este contexto, el inicio de la vida laboral en enfermería constituye una etapa crítica de adaptación a las exigencias del entorno profesional. La literatura ha descrito este proceso como choque de transición, fenómeno que puede repercutir negativamente en el bienestar emocional, el desempeño laboral y la intención de permanencia en la profesión. Duchscher (2009) define este concepto como “la etapa inicial de adaptación experimentada por las enfermeras recién graduadas” (p. 1103, traducción propia), caracterizada por el enfrentamiento entre las expectativas construidas durante la formación académica y las demandas reales del trabajo.

Ante esta realidad, el afrontamiento adquiere un rol clave, al permitir a las enfermeras recién graduadas, gestionar las demandas y el estrés propio del entorno hospitalario. No obstante, la evidencia sugiere que el desarrollo de estrategias de afrontamiento efectivas no depende únicamente de factores individuales, sino también de condiciones organizacionales como el apoyo institucional y las relaciones interpersonales en el trabajo. (Oviedo et al., 2023; Arias et al., 2022)

En este sentido, persiste la necesidad de analizar de manera integrada los factores individuales y organizacionales que influyen en el proceso de transición profesional de la enfermera. Por ello, este artículo tiene como objetivo analizar la evidencia científica disponible sobre la transición profesional en enfermeras noveles y el afrontamiento, identificando los principales estresores, y sus implicaciones para la práctica de enfermería.

2. Materiales y métodos

Este artículo corresponde a una revisión narrativa de la literatura, orientada a analizar la evidencia científica disponible sobre la transición al ejercicio profesional y las estrategias de afrontamiento en enfermeras noveles. La búsqueda bibliográfica se realizó en las bases de datos PubMed, Scielo, Science Direct, Google Académico, durante el período comprendido entre agosto 2025 y enero 2026, empleando términos en español e inglés según MeSH y DeCS, combinados mediante operadores booleanos.

Se incluyeron estudios publicados entre 2021 y 2026 en español e inglés, de enfoque cuantitativo, cualitativo, revisiones y metaanálisis que abordaran la transición al ejercicio profesional y/o las estrategias de afrontamiento en enfermeras recién graduadas. Se excluyeron aquellos no relacionados con la población de interés o desarrollados en contextos no hospitalarios. Adicionalmente se incorporaron referencias teóricas y estudios previos a este período por su relevancia conceptual y aporte al análisis del tema. Se identificaron 70 artículos de los cuales 29 fueron seleccionados para el análisis final, tras la revisión de títulos, resúmenes y lectura de los textos.

De manera complementaria se incorporó una aproximación práctica mediante una experiencia psicoeducativa desarrollada en un hospital de la provincia de Herrera, Panamá. Esta experiencia tuvo un carácter formativo y reflexivo orientada a fortalecer las estrategias de afrontamiento, el manejo del estrés y la adaptación profesional de enfermeras noveles durante su proceso de transición al ejercicio profesional.

Participaron diez profesionales de enfermería con edades comprendidas entre 24 y 34 años y una experiencia laboral entre uno y ocho meses. Durante el desarrollo de la experiencia dos participantes se retiraron por motivos personales, culminando el proceso ocho participantes.

La intervención se desarrolló durante ocho semanas, abordando temáticas relacionadas con estrategias de afrontamiento, manejo de estrés, trabajo en equipo, la empatía e identidad profesional. Para su desarrollo se utilizaron metodologías participativas que incluyeron exposiciones dialogadas, recursos audiovisuales, análisis de experiencias y espacios de reflexión grupal, favoreciendo el intercambio de experiencias y el desarrollo de

habilidades para afrontar los desafíos propios de la transición al ejercicio profesional desde la perspectiva de salud mental.

Como parte de la experiencia se aplicó la Nurses Stress Scale (NSS) para identificar los principales factores estresantes percibidos por los participantes y el Inventario de Estrategias de Afrontamiento para explorar las estrategias de afrontamiento utilizadas. Los hallazgos obtenidos fueron empleados con fines descriptivos y de contextualización práctica de los resultados identificados en la literatura revisada, permitiendo contrastar la evidencia científica con una experiencia desarrollada en el contexto para panameño.

3. Desarrollo

3.1 Contextos y desafíos del proceso de transición en enfermeras noveles

El ingreso al mundo laboral en cualquier profesión puede ser complejo, debido a que se deben poner de manifiesto los conocimientos teóricos-prácticos aprendidos durante la formación académica. En el contexto de la enfermería, este período es conocido como proceso de transición, el cual ha sido ampliamente abordado por diversos modelos teóricos. Entre ellos, el shock de la realidad propuesto por Kramer en (1974), la transición de roles descrita por Ashforth (2001) y el modelo de adquisición de competencias de Patricia Benner (1984) evidencian que la transición es un proceso complejo que implica cambios progresivos en el desempeño, la identidad profesional y la adaptación al entorno laboral (como se citó en Akomeng et al., 2025). A partir de esta síntesis teórica, se puede inferir que las enfermeras enfrentan diversos desafíos asociados a la adaptación al entorno, lo que puede generar sentimientos de confusión e inseguridad.

En este sentido, Cusack et al. (2025) proponen una reconceptualización del proceso de transición de la enfermera novel. Estos autores señalan que dicho proceso no debe entenderse meramente como un ajuste de tipo operativo sino como una reconstrucción de la identidad y funcionalidad profunda de la enfermera. Desde esta perspectiva, la transición representa el puente crítico entre la formación académica y la inserción en el sistema de salud. Este planteamiento permite comprender que las dificultades experimentadas durante esta etapa no responden únicamente a la adquisición de habilidades prácticas sino a un proceso más complejo de adaptación personal y profesional. Por lo tanto, el

afrontamiento adquiere un papel central ya que influye directamente en la adaptación al entorno laboral lo que les permite consolidar su identidad profesional.

En relación con la transición que vive la enfermera, Feng et al. (2025) sugieren que esta experiencia puede asociarse al agotamiento, influyendo de forma negativa en como las nuevas enfermeras perciben su trabajo y su lugar dentro del ambiente laboral. Esto sugiere que la enfermera experimenta una carga emocional significativa que puede dificultar su adaptación profesional.

Asimismo, el proceso de transición puede generar diversas respuestas emocionales en las enfermeras noveles, como temor, ansiedad y elevados niveles de estrés. En este sentido, Casella et al. (2023) señalan que el ingresar a laborar puede generar en la enfermera una serie de emociones fuertes y que a veces pueden llegar a ser percibidas como experiencias altamente demandantes e incluso potencialmente traumáticas. Este hecho puede estar relacionado con la exposición a nuevas responsabilidades, la presión del proceso de atención, y la discrepancia entre la formación académica y la práctica. En consecuencia, estas respuestas no solo reflejan una reacción individual sino un proceso adaptativo complejo. Por lo tanto, el fortalecimiento de las habilidades de manejo emocional se convierte en un elemento clave para favorecer una transición más saludable y efectiva.

En este sentido, el conocimiento teórico adquirido durante la formación universitaria no siempre es suficiente para afrontar las exigencias laborales, debido a que el desarrollo de las competencias profesionales se logra a través de la experiencia y la práctica continua.

Desde una perspectiva teórica, Patricia Benner (1984, como se citó en Akomeng et al., 2025) basándose en el Modelo de Adquisición de Habilidades de Dreyfus, describe el desarrollo profesional de la enfermera como un proceso progresivo a través de cinco niveles, desde el nivel principiante hasta experta. Según este modelo, las habilidades clínicas se desarrollan principalmente a partir de la experiencia, lo que permite integrar el conocimiento teórico con la práctica profesional. Desde este enfoque, la transición hacia el ejercicio profesional no sólo implica la adición de competencias técnicas sino también la adaptación progresiva a situaciones complejas, lo que puede generar inseguridad en las

primeras etapas. En este sentido, el acompañamiento, el apoyo y la comprensión resultan fundamentales para facilitar este proceso, ya que influyen directamente en la capacidad de la enfermera para afrontar las demandas del entorno y avanzar en su desarrollo profesional.

Mediante otro enfoque teórico, Duchscher (2008) basándose en los aportes de Kramer, propone la Teoría de la Transición, la cual explica el proceso de adaptación de la enfermera novel durante sus primeros 12 meses de ejercicio profesional. Esta teoría plantea que la transición no ocurre de manera lineal sino a través de un desarrollo progresivo caracterizado por 3 etapas: doing (hacer) centrada en la ejecución de tareas y la supervivencia en el entorno hospitalario; being (ser), en la que la enfermera comienza a integrar su identidad profesional y Knowing (saber), donde se consolida el juicio clínico y la toma de decisiones fundamentadas.

Posteriormente, Duchscher (2009, como se citó en Randall et al., 2023; Akomeng et al., 2025) introduce el concepto de “choque de transición”, entendido como el conjunto de respuestas emocionales, cognitivas y físicas que experimenta la enfermera al enfrentarse a las exigencias reales del entorno laboral. El mismo se manifiesta mediante sentimientos relacionados con la duda, pérdida, confusión y desorientación.

En este sentido el choque de transición puede generar estrés, inseguridad y sobrecarga emocional, afectando el proceso de adaptación y construcción de la identidad de la profesional. Por ello, la presencia de entornos de apoyo es esencial para fortalecer el afrontamiento y el deseo de continuar en la profesión.

Diversos autores han estudiado este proceso de transición, entendido como una experiencia emocional que se caracteriza por confusión y dudas. Por su parte Ibrahim et al. (2025) lo definen como una experiencia multidimensional influenciada por factores psicológicos como el locus control y la resiliencia individual, lo que permite comprender que la forma en la que la enfermera percibe su capacidad de control frente a las situaciones del entorno influye directamente en su proceso de adaptación.

Desde otra perspectiva, la gestión adecuada del proceso de transición es un pilar para la sostenibilidad del recurso humano en salud. En este sentido una transición mal gestionada no solo compromete el bienestar emocional de la enfermera, sino que también se asocia a resultados menos favorables para la institución de salud, como la insatisfacción

laboral, o riesgos en la seguridad del paciente (Zhang et al.,2023). Esto puede explicarse porque las enfermeras que no logran adaptarse adecuadamente presentan mayores niveles de estrés, menor confianza en sí mismas y dificultades en la toma de decisiones.

Asimismo, esta situación puede favorecer el ausentismo, la intención de abandono, lo que puede generar costos adicionales para las instituciones en términos de turnos extras y pérdida de talento humano. En consecuencia, una transición inadecuada no solo afecta a la persona, sino que impacta directamente en la calidad del cuidado y la eficiencia del servicio.

Es importante destacar, que esta transición produce en la enfermera novel un enfrentamiento con la realidad, ya que si bien es cierto durante su formación académica adquieren los conocimientos para ejercer su profesión. Según Arias et al. (2021) es considerado un período complejo y muy desafiante, el cual genera estrés angustia y temor e incluso puede llevar a la deserción laboral.

En relación con el denominado choque de realidad o choque de transición, Melissant et al. (2024), basándose en el modelo de Duchscher, plantean que la crisis surge de la discrepancia entre los ideales construidos durante la formación académica y las demandas reales de la práctica profesional. Durante su proceso formativo, la futura enfermera desarrolla una visión de la profesión en un entorno supervisado, dónde la responsabilidad del cuidado es compartida con el docente. Sin embargo, al incorporarse al ejercicio profesional, esta dinámica se transforma, asumiendo de manera directa la responsabilidad de la gestión del cuidado, con todas las implicaciones clínicas, éticas y emocionales que ello conlleva.

En concordancia con lo anterior, Gusar et al. (2023), plantea que este choque es una respuesta que prevalece en enfermeras recién contratadas y que se manifiesta como una desorientación que afecta la autoconfianza y la capacidad de respuesta inmediata.

En secuencia de lo antes expuesto, cabe resaltar que Xin et al. (2024), señalan que se puede ver afectado el interés por el trabajo, además de producir desconfianza en sí misma y sentimientos de culpa repercutiendo en su capacidad de desempeño, incluso aumenta el riesgo de incidentes con los pacientes.

Por otro lado, a partir de los hallazgos de Ibrahim et al. (2025) y Feng et al. (2025), es posible identificar algunos factores que intensifican el choque de transición que experimentan las enfermeras novatas. Uno de estos factores es la percepción de un locus de control externo, es decir ellas sienten que muchas de las situaciones que enfrentan en el entorno de trabajo están fuera de su control, esta percepción de falta de control puede generar sentimientos de vulnerabilidad e inseguridad. Esta idea, es reforzada por Choi et al. (2025) quienes señalan que durante esta etapa de transición la enfermera recién graduada enfrenta un sentimiento de incertidumbre y dudas sobre sus competencias profesionales además de percibir una distancia significativa entre la formación académica recibida y la realidad del entorno clínico.

Otro aspecto relevante es el de desajuste entre el profesional y la organización el cual ocurre cuando los valores y las expectativas del profesional no coinciden con la cultura o dinámica de la institución esto puede afectar el sentido de pertenencia y el compromiso con la institución.

Asimismo, el estrés asociado a la responsabilidad del cuidado y a la gestión del tiempo representa un desafío importante durante esta etapa, ya que las enfermeras aún están desarrollando sus habilidades, destrezas y su capacidad en la toma de decisiones. En este sentido, Bani et al. (2023) señalan que en el choque de transición factores como el estrés, la carga laboral y la falta de acompañamiento sobre todo en momentos críticos, en donde las nuevas enfermeras se sienten extremadamente vulnerables, pueden potenciar la percepción negativa de las enfermeras, frente a su profesión.

En conjunto, la evidencia analizada pone de manifiesto la necesidad de que las instituciones sanitarias implementen estrategias efectivas orientadas al apoyo emocional, el fortalecimiento del afrontamiento y la gestión del estrés. Estas acciones resultan fundamentales para facilitar el proceso de transición de la enfermera novel, promoviendo el desarrollo de la resiliencia Y el fortalecimiento del sentido de pertenencia institucional.

3.2 Afrontamiento en enfermería

Un aspecto relevante dentro de este período de transición es el afrontamiento, entendido como el conjunto de estrategias que la persona emplea para gestionar las demandas del entorno y regular el impacto del estrés.

En este sentido, desde la perspectiva de Lazarus y Folkman (1986, como se citó en Salas, 2025), el afrontamiento, se conceptualiza como aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes, que se desarrollan para manejar las demandas internas y externas que son percibidas como desbordantes de los recursos del individuo. En otras palabras, el afrontamiento hace referencia a las herramientas que le permiten a las personas poder gestionar de manera adecuada las situaciones relacionadas con su mundo emocional o con el ambiente en que se desenvuelven.

En relación con las enfermeras que inician a laborar, contar con estrategias de afrontamiento efectivas constituye un factor protector ya que les permite mitigar el impacto emocional que puede generar el ingreso al mundo laboral. Respecto a la premisa anterior Zakaria et al. (2022), señalan que las enfermeras jóvenes o con menos experiencia son más susceptibles al estrés y al burnout posiblemente porque aún no han desarrollado la resiliencia necesaria o las habilidades de enfermería para gestionar las demandas laborales. Enfatizan además que el uso de estrategias enfocadas en el problema aumenta significativamente el sentido de realización personal en el trabajo.

En esta misma línea de ideas, Raqueno et al., (2025) destacan que el afrontamiento en las enfermeras recién graduadas se fortalece mediante el apoyo entre pares, en la medida que éste funciona como un importante amortiguador emocional frente a las exigencias del inicio de la vida laboral. Más allá de constituir una fuente de acompañamiento, este tipo de soporte favorece la validación de las vivencias de la enfermera novel, al permitirle reconocer que sus temores, dudas e inseguridades forman parte de un proceso de adaptación compartido. En este sentido, el apoyo entre colegas no sólo contribuye a disminuir el sentimiento de aislamiento, sino que también promueve la confianza, el sentido de pertenencia y la construcción progresiva de seguridad profesional, elementos esenciales para una transición más saludable y una mejor adaptación al entorno clínico.

Por su parte, Moon et al. (2024) destacan que el apoyo social que percibe de educadores y mentores es fundamental para mejorar la autoeficacia y la adaptación al campo. Estos hallazgos sugieren que la integración de redes de apoyo dentro de las instituciones de salud constituye un elemento clave para el fortalecimiento de la capacidad de afrontamiento de las enfermeras noveles frente a las adversidades propia del ejercicio profesional. Asimismo, favorece el desarrollo de la seguridad en sí misma de la profesional contribuyendo al fortalecimiento de la intención de permanencia y al compromiso con la institución.

En relación con el afrontamiento, las enfermeras recién graduadas necesitan desarrollar estrategias progresivamente más complejas que les permitan responder de manera efectiva a los desafíos y problemas clínicos que enfrentan en la práctica profesional (Ibrahim et al., 2025). Este proceso exige una mayor madurez personal y profesional para seleccionar mecanismos de afrontamiento adecuados ante situaciones de estrés.

En este sentido, el afrontamiento se configura como un recurso fundamental que modula la respuesta de las enfermeras noveles frente a las exigencias emocionales y profesionales propias del ejercicio laboral, con repercusiones directas en su desempeño y en la calidad del cuidado brindado. Por ello, resulta indispensable fortalecer programas de acompañamiento, mentoría y apoyo profesional que faciliten una transición exitosa hacia la práctica clínica y favorezcan el desarrollo de competencias para afrontar los desafíos inherentes al rol profesional.

3.3 Aproximación práctica desde de una experiencia de intervención psicoeducativa

Considerando los desafíos emocionales y profesionales que enfrentan las enfermeras noveles durante su incorporación al ámbito laboral, se desarrolló una experiencia psicoeducativa en un hospital de la región de Herrera, dirigida a enfermeras noveles en proceso de transición al ejercicio profesional. La intervención tuvo un carácter formativo y reflexivo, permitiendo abordar las vivencias emocionales asociadas a esta etapa de adaptación y desarrollo profesional.

La institución donde se llevó a cabo la experiencia brinda atención médico-quirúrgica y materno infantil, lo que implica que las enfermeras deben rotar por diversas

áreas, adaptarse a distintos tipos de población y procedimientos. En el contexto de la transición profesional, esta dinámica representa una demanda adicional, ya que exige una adaptación a diversos escenarios clínicos en un corto período de tiempo. Esta situación puede incrementar la carga laboral y emocional durante los primeros meses de inserción laboral, dificultando el proceso de ajuste y afrontamiento eficaz de las exigencias del entorno.

En esta intervención participaron nueve enfermeras y un enfermero cuyas edades oscilaban entre 24 y 34 años, con un tiempo de experiencia laboral que variaba entre un mes y ocho meses. Durante el desarrollo de la experiencia dos participantes se retiraron por motivos personales, por lo que finalmente culminaron 8 participantes. Asimismo, algunas participantes contaban con experiencia previa en las jornadas de vacunación para la pandemia de la COVID- 19; sin embargo, no tenían experiencia en el ámbito hospitalario. Cabe destacar que, parte del grupo había finalizado su formación académica de forma virtual, sin la realización de prácticas clínicas presenciales, lo que se asocia a mayores niveles de inseguridad durante el proceso de transición al ejercicio laboral.

La experiencia tuvo una duración de 8 semanas y estuvo orientada al fortalecimiento de competencias personales y profesionales en enfermeras noveles, abordando temas relacionados a las estrategias de afrontamiento, manejo del estrés, trabajo en equipo empática y la construcción de la identidad profesional. Para su desarrollo se emplearon metodologías participativas que incluyeron exposiciones dialogadas, recursos audiovisuales y espacios de discusión grupal, favoreciendo la expresión de vivencias, el intercambio de experiencias y el desarrollo de habilidades de afrontamiento desde la perspectiva de salud mental.

Entre las limitantes identificadas se encuentran el tamaño reducido de participantes y los horarios rotativos; no obstante, los participantes mostraron disposición y participación durante el desarrollo de las actividades.

A partir de esta aproximación, fue posible identificar necesidades emocionales relevantes durante el proceso de transición mediante la aplicación de la Nurses Stress Scale (NSS), se identificó que uno de los estresores más significativo fue el observar el sufrimiento de los pacientes.

Este hallazgo, se relaciona de forma directa con la vulnerabilidad emocional de las enfermeras jóvenes. Como señalan (Gustafsson y Hemberg, 2021; Şahin et al., 2025), que la exposición constante al dolor y sufrimiento de los pacientes puede generar una importante carga emocional en el profesional de enfermería lo que se asocia a la fatiga por compasión y desgaste emocional derivado del cuidado.

Así mismo, Alodhialah et al. (2024) plantean que el estar en contacto frecuente con pacientes muy enfermos puede ser un gran desafío para los profesionales de enfermería, lo que hace necesario fortalecer estrategias de afrontamiento y resiliencia.

Respecto a la gestión emocional frente al sufrimiento del paciente, Wu et al. (2026), proponen el concepto de “actuación profunda” (deep acting), que implica que la enfermera modifica su experiencia emocional interna para generar una respuesta auténtica como la empatía. A diferencia de la supresión emocional, este proceso permite ser coherente con lo que se siente y expresa. En este sentido, el deep acting se plantea como una estrategia de afrontamiento más adaptativa, ya que disminuye el desgaste psicológico y contribuye a una mejor regulación emocional frente a situaciones estresantes.

Por otra parte, las participantes manifestaron enfrentar diversas situaciones estresantes, como urgencias obstétricas, atención a pacientes pediátricos o situaciones de reanimación, durante los primeros meses del ejercicio profesional, con relación a estas situaciones críticas Wang et al. (2024) señalan que estas experiencias pueden generar pánico; sin embargo, mediante la reflexión post evento, las nuevas enfermeras logran la calma de forma gradual, lo que favorece su resiliencia. En la misma línea de ideas, se destaca que la resiliencia no es estática, sino que es una habilidad entrenable e inherente al ser humano que se puede potenciar mediante programas de inducción que fomenten la seguridad emocional.

En este sentido, Lay y Masingboom (2025), destacan que las enfermeras más jóvenes, es decir, con menos de un año de experiencia son más vulnerables, por lo que se propone la necesidad urgente de crear programas de inducción que ayuden a cerrar la brecha entre la formación académica y la realidad de la práctica.

Adicionalmente, mediante la aplicación del Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI); se evidenció que las estrategias de afrontamiento más utilizadas por

los participantes fueron la resolución de problemas y la búsqueda de apoyo social. Estos hallazgos coinciden con los de Mazzella-Ebstein (2021) quien identifica que en enfermeras recién graduadas predomina el afrontamiento centrado en el problema, en contraste con profesionales de mayor experiencia. En cuanto al apoyo social, Raqueno et al. (2025) sugieren que los espacios de interacción entre pares a través de medios digitales como Instagram o WhatsApp, pueden facilitar el intercambio de experiencias y les permite compartir sus preocupaciones sin temor a ser juzgadas como incompetentes, lo que contribuye a disminuir el aislamiento y favorece el afrontamiento del estrés.

Estos resultados permiten comprender que el afrontamiento no solo involucra una respuesta emocional, sino que forma parte de un proceso en donde la enfermera construye su identidad profesional, además de adaptarse progresivamente al entorno, por lo que el fortalecimiento de las estrategias de afrontamiento contribuye al bienestar emocional de las enfermeras y favorece el desarrollo de su autoconfianza y sentido de pertenencia institucional.

Durante la intervención los participantes también expresaron diversas vivencias emocionales asociadas al inicio de su ejercicio profesional, entre ellas sentimientos de miedo, angustia, frustración y en algunos casos, la percepción de sentirse poco útiles frente a determinadas situaciones en el contexto laboral. Estas experiencias reflejan la inseguridad presente en las primeras etapas del proceso de transición, en donde la falta de experiencia y nuevas responsabilidades generan una carga emocional importante.

Lo anterior sugiere que, dichas emociones pueden interpretarse como una respuesta a las exigencias del entorno, sin embargo, de no ser gestionadas podrían afectar la confianza profesional y el desempeño.

Adicionalmente, los participantes señalaron que la interacción con profesionales de mayor experiencia dentro del entorno hospitalario, especialmente con el personal técnico, representa uno de los desafíos más significativos durante su proceso de adaptación laboral. Este hallazgo es consistente con lo descrito por Chen et al. (2021), quienes sostienen que las demandas emocionales asociadas al choque de transición, pueden obstaculizar el desarrollo de las competencias profesionales de las enfermeras de reciente incorporación.

Esta situación podría explicar los sentimientos de inseguridad, insuficiencia y vulnerabilidad expresados por los participantes, no obstante, los autores enfatizan que el acompañamiento de un preceptor desempeña un papel esencial en la mitigación de estos efectos, al proporcionar apoyo, orientación y retroalimentación, favoreciendo así una transición más efectiva y una mejor calidad en la atención brindada.

Otro aspecto relevante es que las enfermeras participantes deben rotar por servicios de ginecología, obstetricia, pediatría entre otras áreas, lo que hace la experiencia más compleja. En este sentido, Asseiri et al. (2025), señalan que la comunicación con los padres en los servicios de pediatría y obstetricia puede ser un aspecto desafiante para la enfermera novel. Asimismo, estos autores abordan la presencia de violencia horizontal por parte de colegas de mayor experiencia, como un factor que impacta de forma negativa en la enfermera novata, situación que también fue identificada por los participantes.

En consecuencia, se evidencia la necesidad de fortalecer la sensibilización del personal con mayor experiencia respecto a su rol fundamental en el acompañamiento de las enfermeras noveles, especialmente en el manejo emocional, con el fin de facilitar su proceso de transición y adaptación al entorno profesional. No obstante, la manera en que las instituciones de salud estructuran la inducción y promueven un clima de apoyo incide directamente en la forma en que la enfermera novel afronta su transición. Desde esta perspectiva, el período de transición debe comprenderse como un proceso de carácter institucional y no exclusivamente individual.

La literatura revisada coincide en que el éxito de la adaptación durante la transición está estrechamente relacionado con factores como el entorno laboral, compañerismo, supervisión empática y programas de acompañamiento. En este sentido, las intervenciones psicoeducativas orientadas al fortalecimiento de las estrategias de afrontamiento se posicionan como una alternativa relevante para su incorporación en los programas de inducción. Su integración no solo contribuye a reducir el agotamiento emocional, sino que favorece una transición más segura, con impacto directo en la calidad del cuidado y en la permanencia de las enfermeras en la profesión.

3.4 Implicaciones para la práctica

Las condiciones emocionales de las nuevas profesionales juegan un papel importante que se puede ver reflejado en el desempeño de estas. En este sentido desde la perspectiva de la gestión de calidad en los servicios de salud, la atención brindada implica un alto nivel de responsabilidad, por lo que exige garantizar prácticas seguras y eficaces.

Cabe destacar que este choque de transición puede ser un precursor de resultados poco favorables. Es preciso mencionar que Labrague et al. (2024), establecen una probable causa y es que el agotamiento emocional producido por el choque de transición, el cual conduce a fallos cognitivos y a una disminución del estado de alerta en el desempeño, estos fallos se pueden ver reflejados en la insatisfacción de los usuarios como lo indica Tapia y Ríos (2025).

Asimismo, en un contexto de creciente exigencias en la calidad en la atención de salud y enfermería, Galeano-Pupiales et al. (2025) señalan que el síndrome de burnout en entornos hospitalarios de alta exigencia impacta negativamente en el desempeño profesional, al afectar la capacidad de concentración, la toma de decisiones y aumentar el número de errores en la atención. En este sentido, esta evidencia permite inferir que la prevención del agotamiento sobrepasa el bienestar individual y viene a ser una estrategia que permite mitigar riesgos y favorecer la calidad del cuidado.

En esta misma línea, Melissant et al. (2024) plantean que el éxito de las estrategias o programas implementados durante la transición no depende únicamente del desarrollo individual, sino de un enfoque sistémico que integre cultura organizacional abierta y condiciones que faciliten el aprendizaje. Esta idea es reforzada por Hansen y Zuma (2024) quienes plantean que, si bien el impulso personal prepara para ser independiente en cuanto al rol, la guía estructurada es vital porque reduce la sensación de enfrentar el entorno laboral solo y sin preparación suficiente.

El planteamiento anterior es relevante ya que subraya la importancia del acompañamiento, en el que deben estar involucrados desde sus pares hasta los niveles superiores como jefes de sala, supervisores quienes deben dar soporte no solo en lo instrumental, sino considerar los aspectos emocionales que pueden estar influyendo en esa enfermera novel, lo que invita a la compasión y empatía.

En otro aspecto, cabe señalar, que varios autores han aplicado diversos programas para la transición de la enfermera, desarrollado en variados contextos y poblaciones, entre ellos Stacey et al. (2020), quienes plantean la supervisión clínica que fomente la resiliencia. Proponen que en las instituciones de salud la inducción no sea meramente técnica, sino que se dé una supervisión clínica basada en la compasión, en donde sean espacios seguros para expresarse sin ser juzgados.

Por su parte, Zakaria et al. (2022) sugieren que el apoyo psicológico post trauma sea institucionalizado, ya que reduce la mitad del riesgo de agotamiento emocional. Por otro lado, Cordon et al. (2025), plantea el uso de la simulación clínica en los programas de inducción ya que aumenta de forma importante la confianza al atender pacientes reales. Ambas propuestas evidencian que las intervenciones durante la etapa de transición no solo fortalecen las competencias técnicas, sino que también actúan en los recursos emocionales de las enfermeras, facilitando el afrontamiento. Por lo tanto, el abordaje de la transición de la enfermera requiere de estrategias estructuradas que involucren el apoyo emocional, así como el entrenamiento práctico.

En consecuencia, la literatura revisada permite sostener que la implementación de intervenciones institucionales, frente a la transición de la enfermera, no constituye un elemento opcional, sino que es un componente esencial para favorecer la adaptación de la enfermera novel, reducir el riesgo de agotamiento y garantizar la calidad del cuidado.

4. Discusión

Los hallazgos de esta revisión evidencian que la transición de la enfermera recién graduada al ejercicio profesional constituye un proceso complejo, que va más allá de la adquisición de habilidades involucrando dimensiones emocionales, cognitivas y relacionales. En concordancia con Duchscher (2008) este proceso conlleva una etapa inicial en la que predominan sentimientos de inseguridad, duda, desorientación, asociados a la confrontación entre la formación académica y las exigencias reales del entorno laboral. Por su parte Arias et al. (2021); Casella et al. (2023) lo plantean como un proceso potencialmente traumático y muy difícil.

En este sentido todas las vivencias emocionales identificadas como miedo, frustración, inseguridad pueden entenderse como respuestas adaptativas de este proceso. Sin embargo, la gestión adecuada es fundamental para favorecer la seguridad en sí misma y la toma de decisiones oportunas.

Cabe destacar que, en el contexto latinoamericano, la evidencia científica entorno a intervenciones orientadas a fortalecer el afrontamiento en enfermeras noveles durante su transición es aún limitada, sin embargo, autores como Oviedo et al. (2023) y Romero-Castillo et al. (2024) han analizado los procesos de adaptación laboral enfatizando en la importancia del apoyo institucional en los primeros años de vida laboral. En este sentido la transición debe ser comprendida como un proceso en el que convergen diversas condiciones individuales, así como organizacionales destacando el apoyo institucional como un pilar importante

Por otra parte, la literatura revisada de Stacey et al. (2020), Zakaria et al. (2022) y Cordon et al. (2025) destacan la importancia de implementar intervenciones que integren atención emocional, y no solo el fortalecimiento de las competencias prácticas para favorecer la confianza en sí mismas y el desarrollo de la resiliencia en las enfermeras noveles.

En este marco, la aproximación psicoeducativa desarrollada, permite identificar y describir necesidades emocionales de las enfermeras noveles, destacando la importancia de generar espacios de reflexión apoyo y aprendizaje. Aunque se trató de una experiencia formativa sus resultados permiten visibilizar la relevancia de este tipo de intervenciones en contextos locales.

Es importante reconocer que este estudio presenta limitaciones, entre ellas el carácter narrativo de la revisión, el número reducido de participantes en la intervención y su desarrollo en un contexto específico, lo que limita la generalización de resultados. No obstante, estos hallazgos constituyen un aporte relevante para la comprensión del proceso de transición en enfermeras noveles y orientan futuras investigaciones hacia el diseño de intervenciones más robustas y contextualizadas.

5. Conclusiones

La transición de la enfermera recién graduada al ejercicio de su profesión es un proceso complejo que va más allá de la adquisición de habilidades técnicas, involucra aspectos emocionales, relacionales e institucionales por lo que, durante esta etapa, se enfrenta a una gran carga emocional, inseguridad y estrés.

En este contexto, el afrontamiento se configura como un factor clave, que interviene en la forma en la que las enfermeras responden a las situaciones que suceden en el entorno laboral, influyendo tanto en el desempeño como en la calidad del cuidado. En este sentido, el soporte institucional, el acompañamiento de compañeros con más experiencia, programas de inducción estructurados y el clima organizacional son elementos importantes durante la transición de la enfermera.

Asimismo, la literatura revisada y la aproximación psicoeducativa desarrollada evidencian que la implementación de intervenciones que integren el apoyo emocional, el fortalecimiento del afrontamiento y no solo el reforzamiento en aspectos técnicos favorece una transición más eficaz. Si bien es cierto la intervención psicoeducativa realizada es una aproximación a la realidad local, da apertura a futuras investigaciones para conocer de manera más amplia como vive la enfermera panameña su transición.

En consecuencia, el abordaje de la transición de la enfermera debe asumirse como una responsabilidad institucional y no meramente individual, y requiere estar orientado a optimizar la adaptación profesional, reducir los riesgos de burnout, asegurar la calidad del cuidado, así como favorecer la permanencia de las profesionales en el ejercicio de su profesión.

Referencias bibliográficas

- Akomeng A., S., Corneau, K., & Duchscher, J. E. (2025). Professional role transition in nursing: Leveraging transition theory to mitigate the current human resource crises. *Healthcare*, 13(6), 671. <https://doi.org/10.3390/healthcare13060671>
- Arias H., M. M., Marrero G., C. M., & García H., A. M. (2021). De estudiante de enfermería de la Universidad de la Laguna a enfermera en tiempos de COVID-19: Estudio exploratorio. *Revista Cuidar*, 1, 27–36. <https://doi.org/10.25145/j.cuidar.2021.01.03>
- Arias H., M. M., Marrero G., C. M., & García H., A. M. (2022). La incorporación laboral de las enfermeras recién tituladas en la Universidad de La Laguna en tiempos de

- pandemia. Estudio fenomenológico descriptivo. *Revista Cuidar*, 2, 37–52. <https://doi.org/10.25145/j.cuidar.2022.02.03>
- Asseiri, W., Reis, J., Omura, M., & Hutton, A. (2025). The experience of transition from student nurse to registered nurse among newly graduated nurses in the paediatric setting: An integrative literature review. *Nurse Education in Practice*, 83, 104252. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2025.104252>
- Bani, M., Russo, S., Cardinale, C., Ardenghi, S., Rampoldi, G., Luciani, M., Ausili, D., Di Mauro, S., & Strepparava, M. G. (2023). Jumping into the COVID-19 arena: The professional transition into clinical practice of new graduate nurses in Italy at time of COVID-19. *Journal of Clinical Nursing*, 32(13–14), 3898–3908. <https://doi.org/10.1111/jocn.16554>
- Casella, G., Beretta, M., Costa, F., Opizzi, D., Pompini, P., Posla, S., Sanfratello, R., Guasconi, M., & Merlini, C. (2023). Experiences of newly hired nurses during the COVID-19 emergency: Descriptive qualitative research. *Acta Biomedica*, 94(3). <https://doi.org/10.23750/abm.v94i3.14343>
- Chen, F., Liu, Y., Wang, X., & Dong, H. (2021). Transition shock, preceptor support and nursing competency among newly graduated registered nurses: A cross-sectional study. *Nurse Education Today*, 102, 104891. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2021.104891>
- Choi, Y.-J., Namgung, H.-I., Song, H., Lee, N. R., & Cervený, M. (2025). Blooming as a new nurse amid trials and uncertainty: A qualitative content analysis. *Journal of Nursing Management*, 2025, Article 5401225. <https://doi.org/10.1155/jonm/5401225>
- Cordon, C., Dlugosz, D., Lopez, L., Gelacio, R., Smith-Eivemark, K., Maier, S., Ginzburg, A., Hua, K., Williams, D., & Irwin, T. (2025). Supporting novice nurses' transition to independent practice: Evaluation of the TIPS program using the Kirkpatrick model. *Nursing Reports*, 15(2), 50. <https://doi.org/10.3390/nursrep15020050>
- Cusack, L., Madsen, L., Duchscher, J. B., & You, W. (2025). Growth and adaptation of newly graduated nurses based on Duchscher's stages of transition theory and transition shock model: A longitudinal quantitative study. *Nursing Reports*, 15(12), 437. <https://doi.org/10.3390/nursrep15120437>
- Duchscher, J. B. (2008). A process of becoming: The stages of new nursing graduate professional role transition. *Journal of Continuing Education in Nursing*, 39(10), 441–450. <https://doi.org/10.3928/00220124-20081001-03>
- Duchscher, J.B. (2009). Transition shock: The initial stage of role adaptation for newly graduated registered nurses. *Journal of Advanced Nursing*, 65(5), 1103–1113. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2008.04898>
- Feng, L., Zeng, Y., Chen, X., Zhang, Y., & Zhang, J. (2025). The relationship between transition shock and person-organization fit among newly graduated registered nurses in China: The mediating role of resilience. *BMC Nursing*, 24, 1481. <https://doi.org/10.1186/s12912-025-04118-1>
- Galeano-Pupiales, I. E., Rodríguez-Plasencia, A., & Romero-Fernández, A. J. (2025). Factores que influyen en el desarrollo del síndrome burnout en profesionales de unidades de cuidados intensivos. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria de Ciencias de la Salud. Salud y Vida*, 9(2), 219–227. <https://doi.org/10.35381/s.v.v9i2.4740>

- Gusar, I., Peroš, E., Šare, S., & Ljubičić, M. (2023). Transition shock of newly employed nurses: A cross-sectional study. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 11(G), 82–88. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2023.11658>
- Gustafsson, T., & Hemberg, J. (2021). Compassion fatigue as bruises in the soul: A qualitative study on nurses. *Nursing Ethics*, 29(1), 157–170. <https://doi.org/10.1177/09697330211003215>
- Hansen, W., & Zuma, S. M. (2024). Operational managers' perceptions of newly qualified professional nurses' readiness for the professional role. *International Journal of Africa Nursing Sciences*, 20. <https://doi.org/10.1016/j.ijans.2024.100717>
- Ibrahim, R. K., Safi, M., Darwish, A., Alsalamah, Y. S., Babkair, L., Abdullahi, N. M., Maher, B., Alotaibi, M. N., Alfalaj, M. A., Alahmedi, S. H., Abdelaliem, S. M. F., & Hendy, A. (2025). From student to nurse: Exploring transition shock through stress, locus of control, and coping strategies in newly graduated nurses. *BMC Psychology*, 13(1), 957. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-03315-6>
- Labrague, L. J. (2024). Relationship between transition shock in novice emergency room nurses, quality of nursing care, and adverse patient events: The mediating role of emotional exhaustion. *Australasian Emergency Care*, 27(1), 9–14. <https://doi.org/10.1016/j.auec.2023.07.001>
- Lay, K. S. M., & Masingboon, K. (2025). Turnover prevalence and the relationship between transition shock and turnover intention among new nurses: A meta-analysis. *International Journal of Nursing Studies Advances*, 9. <https://doi.org/10.1016/j.ijnsa.2025.100390>
- Mazzella-Ebstein, A. M., Tan, K. S., Panageas, K. S., Arnetz, J. E., & Barton-Burke, M. (2021). The emotional intelligence, occupational stress, and coping characteristics by years of nursing experiences of newly hired oncology nurses. *Asia-Pacific Journal of Oncology Nursing*, 8(4), 352–359. <https://doi.org/10.4103/apjon.apjon-2117>
- Melissant, H. C., Hendriks, R. R. A., Bakker, E. J. M., Kox, J. H. A. M., Rietveld, N., Miedema, H. S., Roelofs, P. D. D. M., & Verhaegh, K. J. (2024). Interventions that support novice nurses' transition into practice: A realist review. *International Journal of Nursing Studies*, 157, 104785. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2024.104785>
- Moon, S.-H., Jeong, H. W., & Jung, U. S. (2024). Exploring the impact of the mentoring new nurses for transition and empowerment program led by clinical nurse educators in South Korea: A mixed-methods study. *Nurse Education Today*, 140. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2024.106251>
- Oviedo, A. D., Riquelme López, L. S., & Torres Hernández, E. A. (2023). Novice nurses and factors that influence job adaptation after incorporation into the world of work. *Escola Anna Nery*, 27. <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2022-0236en>
- Randall, P. S., De Gagne, J. C., Lee, E., Slack, J., Lee, Y., & Ledbetter, L. (2023). The experience of resilience in newly graduated nurses: A qualitative metasynthesis. *Nurse Education in Practice*, 70, 103681. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2023.103681>
- Raqueno, L., Rückholdt, M., Ndwiga, D. W., Gupta, M., & Raeburn, T. (2025). Peer support strategies for newly qualified nurses: A systematic review. *International Journal of Nursing Studies*, 170. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2025.105145>

- Romero-Castillo, I., González-Pérez, S. O., Varela-Vega, E. M., Monterrey-Higuera, A. N., Guevara-Cano, D. A., Carrasquilla-Martínez, K., & Vargas-Escobar, L. M. (2024). Desafíos y oportunidades: Adaptación laboral del recién egresado de enfermería. *Paradigmas Socio-Humanísticos*, 6(2), 26–46. <https://doi.org/10.26752/revistaparadigmassh.v6i2.732>
- Salas, F. G. (2025). El concepto de afrontamiento en psicología: Una reseña de sus particularidades. *RevID*, 12, 176–196. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=10481179>
- Stacey, G., Cook, G., Aubeeluck, A., Stranks, B., Long, L., Krepa, M., & Lucre, K. (2020). The implementation of resilience-based clinical support to support transition to practice in newly qualified healthcare professionals. *Nurse Education Today*, 94, 104564. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2020.104564>
- Tapia U., D. E., y Ríos A., G. S. (2025). Factores del talento humano y satisfacción del usuario en la gestión pública hospitalaria. *Universidad, Ciencia y Tecnología*, 29(especial), 399–410. <https://doi.org/10.47460/uct.v29ispecial.952>
- Wang, Y., Liang, Y., Zheng, X., Zhang, X., & Feng, L. (2024). Exploring the genuine psychological experiences of novice nurses at emergency resuscitation events: A qualitative interview study. *Heliyon*, 10, e35153. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e35153>
- World Health Organization [WHO]. (2020). State of the world's nursing 2020: Investing in education, jobs and leadership. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240003279>
- Wu, L., Hong, X., Liang, Y., Yan, X., & Gong, H. (2026). Stress coping and psychological resilience development in newly licensed registered nurses during the transition to independent ICU practice: A descriptive qualitative study. *Psychology Research and Behavior Management*, 19, 1–15. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S569101>
- Xin, D., Li, W., Zhu, W., Li, M., Xu, N., Yue, L., Cui, L., & Wang, Y. (2024). Relationship between transition shock, resilience, career calling, and retention intention among new nurses: A moderated mediation model. *BMC Nursing*, 23, 873. <https://doi.org/10.1186/s12912-024-02555-y>
- Zakaria, N., Zakaria, N. H., Bin Abdul Rassip, M. N. A., & Lee, K. Y. (2022). Burnout and coping strategies among nurses in Malaysia: A national-level cross-sectional study. *BMJ Open*, 12, e064687. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2022-064687>