

Las técnicas de respiración como estrategia para disminuir la ansiedad en pacientes prequirúrgicos

Breathing techniques as a strategy to reduce anxiety in pre-surgical patients

Karina del Rocío Domínguez Muñoz Instituto Superior Tecnológico de Formación Profesional, Administrativa y Comercial, Ecuador. https://orcid.org/0009-0008-6194-1580 kddominguez@formacion.edu.ec	Kevin Bryan Flores Merchán Instituto Superior Tecnológico de Formación Profesional, Administrativa y Comercial, Ecuador. https://orcid.org/0009-0000-7724-7448 kevin.flores1@formacion.edu.ec
--	--

Palabras claves: Ansiedad prequirúrgica; técnicas de respiración; cuidado perioperatorio; reducción de la ansiedad. **Recibido:** 05 de enero de 2026

Keywords: Preoperative anxiety; breathing techniques; perioperative care; anxiety reduction. **Aceptado:** 02 de junio de 2026

RESUMEN

La ansiedad prequirúrgica constituye una respuesta emocional frecuente en pacientes sometidos a intervención quirúrgica, pudiendo influir en su estabilidad psicológica y en el desarrollo del procedimiento. En este contexto, las técnicas de respiración han sido consideradas una estrategia para contribuir a la reducción de dicha ansiedad dentro del cuidado previo a la cirugía. El presente estudio tuvo como objetivo analizar las técnicas de respiración como estrategia para disminuir la ansiedad en pacientes prequirúrgicos desde la perspectiva de los estudiantes del Instituto Superior de Formación en la provincia de Santa Elena, 2025.

Se desarrolló una investigación con enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo y corte transversal. La población estuvo conformada por estudiantes del área de enfermería del Instituto Superior Tecnológico de Formación profesional, administrativa y comercial, seleccionándose una muestra de 50 participantes mediante muestreo no probabilístico por conveniencia. Para la recolección de datos se aplicó un cuestionario estructurado tipo Likert compuesto por 10 ítems.

El instrumento fue sometido a validación por juicio de cinco expertos, obteniéndose un índice global de validez de contenido de 4.55 sobre 5. La confiabilidad interna fue estimada mediante el coeficiente Alfa de Cronbach ($\alpha = 0.864$) y el coeficiente ω de McDonald ($\omega = 0.871$), evidenciando una consistencia interna alta. Los datos fueron analizados mediante estadística descriptiva utilizando el software SPSS.

Los resultados evidenciaron que la mayoría de los estudiantes reconoce la ansiedad como una respuesta frecuente en el periodo prequirúrgico y considera que las técnicas de respiración constituyen una estrategia pertinente, segura y aplicable para contribuir a su disminución. Se identificó una valoración positiva respecto al rol del profesional de enfermería en la enseñanza e implementación de dichas técnicas.

Se concluye que, desde la perspectiva estudiantil, las técnicas de respiración son consideradas una estrategia viable dentro del contexto prequirúrgico, destacándose la importancia de fortalecer su incorporación en la formación académica y en los protocolos de atención.

ABSTRACT

Preoperative anxiety is a common emotional response in patients undergoing surgical procedures and may negatively influence psychological stability and the overall development of the intervention. In this context, breathing techniques have been considered a potential strategy to contribute to the reduction of anxiety within preoperative care. The present study aimed to analyze breathing techniques as a strategy to reduce anxiety in preoperative patients from the perspective of students of the Instituto Superior de Formación in the province of Santa Elena, 2025.



A quantitative, descriptive, and cross-sectional study was conducted. The population consisted of nursing students from the Instituto Superior de Formación, with a sample of 50 participants selected through non-probabilistic convenience sampling. Data were collected using a 10-item Likert-type structured questionnaire. The instrument underwent content validation through expert judgment by five specialists, achieving a global content validity index of 4.55 out of 5. Internal consistency was estimated using Cronbach's Alpha ($\alpha = 0.864$) and McDonald's Omega ($\omega = 0.871$), demonstrating high reliability. Data were analyzed using descriptive statistics with SPSS software.

The results showed that most students recognize preoperative anxiety as a frequent condition and consider breathing techniques to be a relevant, safe, and applicable strategy to help reduce it. Additionally, a positive perception was identified regarding the role of nursing professionals in teaching and implementing these techniques in clinical practice.

It is concluded that, from the students' perspective, breathing techniques are considered a viable strategy in the preoperative context, highlighting the importance of strengthening their inclusion in academic training and care protocols.

INTRODUCCIÓN

La ansiedad constituye una reacción emocional frecuente en el ámbito sanitario, particularmente en el contexto quirúrgico, donde el paciente se enfrenta a una situación percibida como amenazante. A nivel internacional se ha documentado que la ansiedad antes de una cirugía es un fenómeno multifactorial asociado al miedo al dolor, a la anestesia, a posibles complicaciones e incluso a la muerte.

En este sentido, se ha indicado que “la ansiedad es una emoción del ser humano que actúa como una respuesta adaptativa ante situaciones de peligro o amenaza, siendo un fenómeno multifactorial cuya prevalencia puede variar entre el 11 % y el 80 % de los pacientes, alcanzando su máxima intensidad al momento de ingresar al quirófano” (BACILIO, 2024).

En el periodo preoperatorio, esta respuesta emocional no solo afecta el estado psicológico del paciente, sino que puede generar repercusiones fisiológicas significativas. Se ha señalado que “la ansiedad preoperatoria se asocia a efectos fisiológicos negativos, como el aumento del dolor, la morbilidad y la dificultad en el manejo intraoperatorio, además de retrasar la recuperación del paciente” (BACILIO, 2024).

Se ha indicado que “la ansiedad preoperatoria se asocia a múltiples efectos fisiológicos y clínicos negativos, tales como el aumento de la presión arterial, la frecuencia cardíaca, el dolor y la morbilidad, además de requerir un mayor uso de anestésicos y retrasar la recuperación postoperatoria” (BACILIO, 2024).

Desde una perspectiva clínica más amplia, también se ha reportado que “un nivel elevado de ansiedad en el periodo perioperatorio intensifica las respuestas fisiológicas del organismo y se asocia a una mayor demanda de medicamentos para el control del dolor” (Markaryan, 2024). Estas evidencias permiten comprender que la ansiedad quirúrgica no constituye únicamente un malestar emocional transitorio, sino un factor que puede influir directamente en la seguridad del paciente y en los resultados quirúrgicos.

La ansiedad quirúrgica se manifiesta a través de síntomas psicológicos y fisiológicos que afectan directamente la estabilidad emocional del paciente y su preparación para la intervención. Se ha dado a conocer que “la ansiedad se expresa mediante síntomas como inquietud, nerviosismo, dificultad para respirar, palpitaciones, sudoración y pensamientos negativos relacionados con el evento quirúrgico” (PUEBLA, 2021). Estas manifestaciones reflejan una activación sostenida del sistema de alerta del organismo ante una situación percibida como amenazante.

Desde el punto de vista fisiológico, la ansiedad activa mecanismos neuroendocrinos que pueden alterar la respuesta inmunológica y el equilibrio hemodinámico del paciente. Se ha reconocido que “en situaciones de estrés y ansiedad se produce una activación del eje hipotálamo-hipófisis-adrenal, con liberación de cortisol y adrenalina, lo que puede alterar la respuesta inmunológica y la recuperación del paciente” (Markaryan, 2024).

Esta activación está asociada al incremento de la frecuencia cardíaca, la presión arterial y la respuesta inflamatoria, condiciones que pueden complicar el manejo quirúrgico y prolongar la recuperación.

Se ha evidenciado que el estrés previo a la cirugía puede impactar negativamente en la función inmunitaria. En este sentido, se ha mencionado que “los pacientes quirúrgicos que experimentan estrés o ansiedad en el periodo preoperatorio presentan una disminución de la función del sistema inmunitario, con menor actividad de linfocitos y alteraciones en la respuesta inflamatoria” (Markaryan, 2024). Estas alteraciones refuerzan la necesidad de intervenciones preventivas orientadas a disminuir la ansiedad antes del procedimiento.

Adicionalmente, la ansiedad anticipatoria puede intensificarse conforme se aproxima el momento quirúrgico. Se ha señalado que “la ansiedad preoperatoria alcanza su máxima intensidad al momento de ingresar al quirófano, siendo una respuesta multifactorial asociada al miedo al dolor, a la anestesia, a las complicaciones y a la muerte” (BACILIO, 2024). Esta realidad evidencia la importancia de implementar estrategias de control emocional desde etapas tempranas del cuidado preoperatorio.

En este contexto, resulta imprescindible abordar la ansiedad no solo como un síntoma aislado, sino como un fenómeno que compromete dimensiones emocionales, fisiológicas y clínicas del paciente quirúrgico, lo que justifica la búsqueda de estrategias efectivas y seguras para su disminución.

En el ámbito clínico, la ansiedad prequirúrgica no se limita a una percepción subjetiva del paciente, sino que constituye una variable susceptible de evaluación objetiva mediante instrumentos psicométricos validados. La medición estandarizada permite cuantificar su intensidad, identificar niveles clínicamente significativos y establecer criterios de intervención basados en evidencia. Entre las herramientas más utilizadas en el contexto preoperatorio se encuentra la Escala de Ansiedad e Información Preoperatoria de Ámsterdam (APAIS), diseñada específicamente para evaluar la ansiedad relacionada con la cirugía y la anestesia, así como la necesidad de información del paciente.

La escala APAIS está compuesta por seis ítems distribuidos en dos dimensiones: ansiedad preoperatoria (cuatro ítems) y necesidad de información (dos ítems). Cada ítem se valora mediante una escala tipo Likert de cinco puntos que oscila entre 1 (“nada”) y 5 (“extremadamente”). La puntuación total de la dimensión de ansiedad se obtiene sumando los cuatro ítems correspondientes, con un rango de 4 a 20 puntos. En la práctica clínica, puntuaciones iguales o superiores a 11 suelen considerarse indicativas de ansiedad preoperatoria significativa, lo que sugiere la necesidad de intervenciones específicas orientadas al control emocional.

Desde el punto de vista metodológico, la aplicación de la escala se realiza en el periodo preoperatorio inmediato, en un entorno tranquilo y garantizando la comprensión adecuada de cada enunciado. Su tiempo de administración es breve, aproximadamente de 2 a 5 minutos, lo que facilita su incorporación en la valoración integral de enfermería. La APAIS ha demostrado adecuados índices de validez y confiabilidad en distintos contextos hospitalarios, siendo reconocida como un instrumento específico para el diagnóstico situacional de ansiedad prequirúrgica.

Es importante diferenciar que la ansiedad preoperatoria evaluada mediante instrumentos como la APAIS corresponde a una ansiedad estado, es decir, una reacción emocional transitoria ante un evento específico, distinta de la ansiedad rasgo, que representa una característica más estable de la personalidad. Esta distinción resulta fundamental para comprender que la intervención mediante técnicas de respiración se orienta al control de la ansiedad situacional generada por el procedimiento quirúrgico y no a trastornos de ansiedad de base.

En el presente estudio no se aplicó directamente una escala psicométrica en pacientes quirúrgicos; la conceptualización de la variable ansiedad se fundamenta en los criterios clínicos descritos en la literatura y en instrumentos validados como la APAIS, lo que otorga sustento teórico y científico al análisis desarrollado.

Frente a las repercusiones emocionales y fisiológicas de la ansiedad prequirúrgica, la literatura científica ha resaltado la importancia de implementar intervenciones no farmacológicas que complementen el abordaje clínico tradicional. En este contexto, las técnicas de respiración se posicionan como una estrategia accesible, segura y de fácil aplicación dentro del cuidado preoperatorio. Se ha indicado que “la

respiración profunda y controlada permite disminuir la activación del sistema nervioso simpático, favoreciendo la reducción del estrés y la ansiedad” (ARCOS, 2025), lo que contribuye al equilibrio fisiológico del paciente antes de la cirugía.

Entre las técnicas más utilizadas se encuentran la respiración diafragmática, la respiración pausada y la respiración consciente. Se ha señalado que “la respiración diafragmática promueve una ventilación más eficiente, disminuye la tensión muscular y genera una sensación de calma en el paciente” (MARTEL, 2021). Además, se ha destacado que “las técnicas de relajación y respiración fortalecen la autorregulación emocional, incrementan la sensación de control y reducen la percepción de amenaza asociada a la cirugía” (LOZA, 2022), elemento clave para disminuir la ansiedad anticipatoria.

La evidencia también muestra que la integración de educación preoperatoria y técnicas de respiración favorece la adaptación emocional del paciente. Se ha mencionado que “la educación y orientación brindadas por enfermería, junto con la enseñanza de técnicas de respiración, disminuyen la incertidumbre y favorecen una mejor adaptación emocional del paciente antes de la cirugía” (RODRIGUEZ PALACIOS, y otros, 2025). De igual manera, se ha reportado que “la práctica regular de técnicas de respiración controlada favorece la reducción del cortisol, mejora la oxigenación tisular y promueve un estado de equilibrio fisiológico” (Pilapanta, Lema Yucailla, & López Rios, 2025), lo que respalda su impacto positivo en el bienestar integral.

En el plano cognitivo-emocional, se ha evidenciado que “las técnicas de respiración contribuyen a reducir los pensamientos negativos y la anticipación ansiosa, facilitando una mayor estabilidad emocional antes del procedimiento quirúrgico” (RAMIREZ, 2020). Se ha observado que “los pacientes que reciben intervenciones de relajación y respiración reportan mayor sensación de calma, seguridad y confianza frente al procedimiento” (HUMBERTO, 2023), fortaleciendo su preparación psicológica.

Desde el enfoque humanizado del cuidado, se ha descrito que “el cuidado de enfermería no solo debe centrarse en los aspectos físicos del paciente, sino también en el apoyo emocional, identificando y abordando la ansiedad de forma temprana” (SALOME, 2023). En este marco, la aplicación de técnicas de respiración por parte del personal de enfermería representa una intervención coherente con la atención centrada en el paciente. Se ha resaltado que “la sistematización de intervenciones no farmacológicas, como la respiración controlada, fortalece la calidad del cuidado y mejora los resultados emocionales del paciente quirúrgico” (ELIZABETH, 2023).

La ansiedad preoperatoria no solo impacta al paciente, sino también al entorno asistencial. Se ha informado que “la presencia de ansiedad elevada en el paciente preoperatorio incrementa la carga asistencial, dificulta la comunicación terapéutica y puede interferir en la preparación adecuada para la cirugía” (GABRIELA, 2023). En este sentido, “la respiración consciente permite disminuir la hiperactivación emocional, favoreciendo la calma y el control de las respuestas fisiológicas asociadas a la ansiedad” (ELIZABETH, 2023), facilitando una interacción más efectiva entre el paciente y el equipo de salud.

Además, se ha mencionado que “los pacientes que practican técnicas de respiración guiada presentan una mejor adaptación emocional al ambiente quirúrgico y una disminución significativa de la ansiedad anticipatoria” (JOMAIRA, 2024). También se ha señalado que “la combinación de información clara, acompañamiento emocional y técnicas de respiración contribuye a disminuir la incertidumbre y el miedo en pacientes prequirúrgicos” (CHISAG, 2024), consolidando un enfoque integral del cuidado.

Desde la práctica profesional, “la aplicación de intervenciones no farmacológicas orientadas a la relajación y respiración refleja una atención centrada en el paciente y en la humanización del cuidado” (YADIRA, 2024). Se determinó que “los pacientes que reciben apoyo emocional mediante técnicas de respiración refieren mayor satisfacción con la atención de enfermería y una experiencia quirúrgica más positiva” (FABRICIO, 2024). Se ha considerado que “la integración de estrategias no farmacológicas, como la respiración controlada, en los planes de cuidado contribuye a una atención más segura, eficiente y basada en evidencia” (MILENA, 2024), reforzando su pertinencia en la práctica clínica.

A pesar de la evidencia disponible, en el contexto de la provincia de Santa Elena se identifica una limitada producción científica reciente que analice estas técnicas desde la perspectiva formativa de los estudiantes de enfermería y su potencial incorporación futura en la práctica profesional. Esta brecha justifica el

desarrollo del presente estudio, cuyo objetivo principal es analizar las técnicas de respiración como estrategia para disminuir la ansiedad en pacientes prequirúrgicos desde la perspectiva de los estudiantes del Instituto Superior de Formación en la provincia de Santa Elena, 2025.

MATERIA Y MÉTODOS

El presente estudio se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo y de corte transversal, con el propósito de analizar las técnicas de respiración como estrategia para disminuir la ansiedad en pacientes prequirúrgicos desde la perspectiva de los estudiantes del Instituto Superior de Formación en la provincia de Santa Elena durante el año 2025. El diseño transversal permitió la recolección de datos en un único momento temporal, sin manipulación de variables ni intervención directa en pacientes, facilitando la caracterización del fenómeno desde el ámbito formativo en salud.

La población estuvo conformada por estudiantes matriculados en la carrera de enfermería del Instituto Superior de Formación, ubicado en la provincia de Santa Elena. La muestra estuvo integrada por 50 estudiantes, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, considerando la accesibilidad institucional y la disponibilidad durante el periodo académico 2025. Se incluyeron estudiantes activos mayores de edad que aceptaron participar voluntariamente mediante la firma de consentimiento informado. Se excluyeron formularios incompletos, registros con inconsistencias y aquellos participantes que no otorgaron su consentimiento.

La variable principal del estudio fue el análisis de las técnicas de respiración como estrategia para disminuir la ansiedad prequirúrgica, mientras que la variable de análisis correspondió a la percepción estudiantil sobre la efectividad, aplicabilidad clínica y rol del profesional de enfermería en la implementación de dichas técnicas. La medición se realizó mediante una escala tipo Likert de cinco niveles, donde 1 correspondía a totalmente en desacuerdo y 5 a totalmente de acuerdo.

La puntuación permitió establecer niveles de percepción baja, moderada o alta según la agrupación de respuestas. Es importante precisar que la ansiedad no fue diagnosticada clínicamente mediante escalas psicométricas aplicadas a pacientes, sino abordada desde la comprensión académica y percepción formativa de los estudiantes respecto a su presencia y manejo en el periodo prequirúrgico.

Para la recolección de información se utilizó un cuestionario estructurado de 10 ítems, diseñado específicamente para esta investigación. El instrumento se organizó en dimensiones relacionadas con el reconocimiento de la ansiedad prequirúrgica, su impacto clínico, el conocimiento de técnicas respiratorias, la facilidad de implementación en el entorno hospitalario, el rol del personal de enfermería y los beneficios percibidos en el paciente. Las preguntas fueron redactadas en lenguaje claro y adaptado al perfil académico de los participantes.

El instrumento fue sometido a un proceso de validación de contenido mediante juicio de cinco expertos en enfermería perioperatoria, salud mental, docencia universitaria e investigación en salud. Cada ítem fue evaluado según criterios de claridad, coherencia, relevancia y suficiencia utilizando una escala de cinco puntos. A partir de las observaciones cualitativas realizadas, se efectuaron ajustes en redacción y estructura, obteniéndose una versión final validada con un índice global promedio de 4.55 sobre 5, lo que indica adecuada validez de contenido. Previamente a la aplicación definitiva, se realizó una prueba piloto con estudiantes que no formaron parte de la muestra final, con el fin de verificar comprensión, tiempo de respuesta y consistencia estructural, sin identificarse dificultades significativas.

La confiabilidad del instrumento fue evaluada mediante el coeficiente Alfa de Cronbach, obteniéndose un valor de $\alpha = 0.864$, lo que evidencia alta consistencia interna y adecuada homogeneidad entre los ítems del cuestionario.

La recolección de datos se llevó a cabo durante el año 2025, previa coordinación institucional. Se informó a los participantes sobre el objetivo del estudio, el carácter voluntario de su participación, la confidencialidad y anonimato de la información y el uso exclusivamente académico de los datos. La

aplicación del cuestionario se realizó en modalidad presencial y virtual, según la disponibilidad institucional, garantizando la codificación y protección de la información recopilada.

El procesamiento y análisis de los datos se efectuó mediante el software IBM SPSS Statistics versión 25. Se aplicó estadística descriptiva a través de frecuencias absolutas y porcentajes, de acuerdo con la naturaleza de las variables estudiadas. El cálculo del coeficiente Alfa de Cronbach para determinar la consistencia interna del instrumento, se empleó análisis descriptivo mediante frecuencias y porcentajes, sin pruebas inferenciales.

En cuanto a los aspectos éticos, el estudio se desarrolló bajo los principios de voluntariedad, confidencialidad, anonimato y respeto a la autonomía de los participantes. Todos los estudiantes firmaron consentimiento informado previo a su inclusión en la investigación. El estudio fue considerado como investigación sin riesgo, al no implicar intervención clínica directa ni manipulación de variables en pacientes.

El protocolo contó con aval institucional del Instituto Superior de Formación y, conforme a la normativa vigente para investigaciones académicas descriptivas sin intervención en seres humanos, no requirió evaluación por un Comité de Ética en Investigación en Seres Humanos (CEISH).

RESULTADOS

La presente sección expone los resultados obtenidos tras la aplicación del cuestionario a estudiantes del Instituto Superior de Formación, con el propósito de analizar su percepción sobre la ansiedad prequirúrgica y el uso de técnicas de respiración como estrategia para su disminución. Los datos se presentan mediante tablas de frecuencia y porcentajes, acompañados de análisis descriptivos que permiten organizar la información obtenida.

Tabla 1. Pruebas de Fiabilidad de Escala

	DE	Alfa de Cronbach	ω de McDonald
escala	0.41	0.864	0.871

Nota. Cuestionario aplicado

Análisis.

La consistencia interna del instrumento fue evaluada mediante el coeficiente Alfa de Cronbach ($\alpha = 0.864$) y el coeficiente ω de McDonald ($\omega = 0.871$), evidenciando adecuada homogeneidad entre los ítems.

Tabla 2. Frecuencia percibida de ansiedad en pacientes prequirúrgicos

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	2	4 %
En desacuerdo	4	8 %
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	6	12 %
De acuerdo	18	36 %
Totalmente de acuerdo	20	40 %
Total	50	100 %

Nota. Encuesta a estudiantes

Análisis.

El 76 % de los estudiantes manifestó estar de acuerdo o totalmente de acuerdo con que la ansiedad es frecuente en pacientes prequirúrgicos. El 12 % adoptó una posición neutral y el 12 % expresó desacuerdo o total desacuerdo.

Tabla 3 *Influencia de la ansiedad en el desarrollo del procedimiento quirúrgico*

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	1	2 %
En desacuerdo	3	6 %
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	7	14 %
De acuerdo	19	38 %
Totalmente de acuerdo	20	40 %
Total	50	100 %

Nota. Encuesta a estudiantes

Análisis.

El 78 % de los estudiantes manifestó estar de acuerdo o totalmente de acuerdo con que la ansiedad puede influir en el desarrollo del procedimiento quirúrgico. El 14 % indicó una posición neutral y el 8 % expresó desacuerdo o total desacuerdo.

Tabla 4. *Conocimiento sobre técnicas de respiración para el control de la ansiedad*

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	3	6 %
En desacuerdo	6	12 %
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	9	18 %
De acuerdo	17	34 %
Totalmente de acuerdo	15	30 %
Total	50	100 %

Nota. Encuesta a estudiantes

Análisis.

El 64 % de los participantes manifestó estar de acuerdo o totalmente de acuerdo con conocer técnicas de respiración para el control de la ansiedad. El 18 % adoptó una posición neutral y el 18 % expresó desacuerdo o total desacuerdo.

Tabla 5 *Utilidad percibida de las técnicas de respiración en la ansiedad prequirúrgica*

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	1	2 %
En desacuerdo	2	4 %
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	6	12 %
De acuerdo	21	42 %
Totalmente de acuerdo	20	40 %
Total	50	100 %

Nota. Encuesta a estudiantes

Análisis.

El 82 % de los estudiantes indicó estar de acuerdo o totalmente de acuerdo con la utilidad de las técnicas de respiración para disminuir la ansiedad prequirúrgica. El 12 % manifestó neutralidad y el 6 % expresó desacuerdo o total desacuerdo.

Tabla 6. *Facilidad de aplicación de las técnicas de respiración en el entorno hospitalario*

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	2	4 %
En desacuerdo	4	8 %
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	8	16 %
De acuerdo	20	40 %
Totalmente de acuerdo	16	32 %
Total	50	100 %

Nota. Encuesta a estudiantes

Análisis.

El 72 % de los encuestados manifestó estar de acuerdo o totalmente de acuerdo con que las técnicas de respiración son fáciles de aplicar en el entorno hospitalario. El 16 % indicó neutralidad y el 12 % expresó desacuerdo o total desacuerdo.

Tabla 7 Rol del personal de enfermería en la enseñanza de técnicas de respiración

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	1	2 %
En desacuerdo	2	4 %
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	5	10 %
De acuerdo	18	36 %
Totalmente de acuerdo	24	48 %
Total	50	100 %

Nota. Encuesta a estudiantes

Análisis.

El 84 % de los estudiantes manifestó estar de acuerdo o totalmente de acuerdo con que el personal de enfermería cumple un rol importante en la enseñanza de técnicas de respiración. El 10 % adoptó una postura neutral y el 6 % expresó desacuerdo.

Tabla 8 Seguridad emocional generada por las técnicas de respiración

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	1	2 %
En desacuerdo	3	6 %
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	7	14 %
De acuerdo	19	38 %
Totalmente de acuerdo	20	40 %
Total	50	100 %

Nota. Encuesta a estudiantes

Análisis.

El 78 % de los estudiantes manifestó estar de acuerdo o totalmente de acuerdo con que las técnicas de respiración generan seguridad emocional antes del procedimiento quirúrgico. El 14 % adoptó una posición neutral y el 8 % expresó desacuerdo o total desacuerdo.

Tabla 9 Seguridad de las técnicas de respiración

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	2	4 %
En desacuerdo	4	8 %
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	10	20 %
De acuerdo	18	36 %
Totalmente de acuerdo	16	32 %
Total	50	100 %

Nota. Encuesta a estudiantes

Análisis.

El 68 % de los estudiantes manifestó estar de acuerdo o totalmente de acuerdo con que las técnicas de respiración no generan efectos perjudiciales. El 20 % adoptó una posición neutral y el 12 % expresó desacuerdo o total desacuerdo.

Tabla 10. Inclusión de técnicas de respiración en protocolos prequirúrgicos

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	1	2 %
En desacuerdo	3	6 %
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	6	12 %
De acuerdo	20	40 %
Totalmente de acuerdo	20	40 %
Total	50	100 %

Nota. Encuesta a estudiantes

Análisis.

El 80 % de los estudiantes manifestó estar de acuerdo o totalmente de acuerdo con la inclusión de técnicas de respiración en los protocolos prequirúrgicos. El 12 % indicó neutralidad y el 8 % expresó desacuerdo o total desacuerdo.

Tabla 11 Importancia de investigar las técnicas de respiración en el contexto prequirúrgico

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	1	2 %
En desacuerdo	2	4 %
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	5	10 %
De acuerdo	18	36 %
Totalmente de acuerdo	24	48 %
Total	50	100 %

Nota. Encuesta a estudiantes

Análisis.

El 84 % de los estudiantes manifestó estar de acuerdo o totalmente de acuerdo con la importancia de investigar las técnicas de respiración en el contexto prequirúrgico. El 10 % adoptó una posición neutral y el 6 % expresó desacuerdo o total desacuerdo.

La aprobación de instrumento se llevó a cabo a través de la evaluación por expertos, con el propósito de analizar la calidad metodológica y el material de la encuesta construida para detectar las técnicas de respiración como un método para reducir la ansiedad en pacientes antes de la cirugía. Este mecanismo ayuda a avalar la claridad, coherencia, pertinencia y exhaustividad de los elementos, promoviendo que el instrumento evalué perfectamente las variables establecidas en el estudio.

El tablon estuvo integrado por cinco especialistas, designados en función de sus conocimientos y preparación académica en campos como la enfermería, el cuidado perioperatorio, la salud mental, la enseñanza universitaria y la investigación en el campo de la salud. Cada experto analizo el instrumento utilizando una escala de evaluación de cinco niveles, donde 1 representaba “muy deficiente” y 5 a “muy adecuado”, incluso de proporcionar comentarios cualitativos para mejorar el instrumento.

Tabla 12 Evaluación del criterio de claridad

Valoración	Frecuencia	Porcentaje
3	1	20 %
4	2	40 %
5	2	40 %
Total	5	100 %

Nota. Juicio de expertos

Análisis.

Los hallazgos demuestran que el 80 % de los especialistas brindo calificaciones elevadas (4 y 5) en el aspecto de claridad, mostrando que las preguntas están redactadas de manera entendible, exacta y apropiada para el nivel educativo de los alumnos.

El análisis proporcionado por un especialista ayudo a localizar ajustes mínimos en la redacción de ciertos enunciados, los cuales se reformaron para facilitar el entendimiento, manteniendo inalterado el material conceptual.

Tabla 13 *Evaluación del criterio de coherencia*

Valoración	Frecuencia	Porcentaje
4	2	40 %
5	3	60 %
Total	5	100 %

Nota. Juicio de expertos

Análisis.

Todos los especialistas examinaron la relación del instrumento con calificaciones altas, lo que indica que los elementos están asociados directamente con los objetivos del estudio y la variable en cuestión. Este hallazgo afirma que el cuestionario ostenta una organización clara y coherente, evitando disputas internas o variantes conceptuales.

Tabla 14 *Evaluación del criterio de relevancia*

Valoración	Frecuencia	Porcentaje
4	1	20 %
5	4	80 %
Total	5	100 %

Nota. Juicio de expertos

Análisis.

Casi todos los especialistas (80 %) expresaron que los elementos del instrumento son primordiales para evaluar la eficacia de las técnicas de respiración en la reducción de la ansiedad antes de la cirugía. Este resultado afirma que las interrogantes tocan punto clave del fenómeno revisado y proporcionan datos valiosos para llegar al objetivo principal.

Tabla 15 *Evaluación del criterio de suficiencia*

Valoración	Frecuencia	Porcentaje
4	2	40 %
5	3	60 %
Total	5	100 %

Nota. Juicio de expertos

Análisis.

El régimen de suficiencia fue apreciada de manera favorable por todos los especialistas, quienes manifestaron que tanto la cantidad de elementos como las áreas abarcadas son apropiadas para abordar el asunto de manera holística sin propiciar repeticiones. Esta presunción plantea que la herramienta abarca de forma absoluta los elementos requeridos para inspeccionar la variable del contenido.

Tabla 16 *Índice global de validación por expertos*

Criterio	Promedio
Claridad	4.2
Coherencia	4.6
Relevancia	4.8
Suficiencia	4.6
Promedio general	4.55

Nota. Juicio de expertos

Análisis.

La nota promedio de validación alcanzado fue de 4.55 sobre un total de 5, lo que recomienda un notable grado de validez de contenido del instrumento. Los especialistas concordaron en que el cuestionario es aplicable, claro y apropiado para su utilización entre estudiantes del área de la salud, aconsejando únicamente cambios menores de conformación, los cuales fueron implantados antes de su resultado final.

En coordinación, los hallazgos de la validación mediante la sugerencia de expertos amparan que el instrumento presenta niveles adecuados de calidad metodológica, lo que demuestra su aplicación para la recopilación de datos en esta investigación y consolida la confianza en los resultados alcanzados.

DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos permiten dar respuesta al objetivo general del estudio, orientado a analizar las técnicas de respiración como estrategia para disminuir la ansiedad en pacientes prequirúrgicos desde la perspectiva de estudiantes del Instituto Superior de Formación en la provincia de Santa Elena. Los hallazgos evidencian que una proporción significativa de los participantes reconoce la ansiedad como una reacción frecuente en el periodo previo a una cirugía y considera que esta puede influir en el desarrollo del procedimiento quirúrgico. Esta percepción estudiantil coincide con lo reportado en la literatura, donde se señala que la ansiedad preoperatoria constituye una respuesta emocional común capaz de afectar la estabilidad fisiológica y psicológica del paciente (GABRIELA, 2023). En este sentido, los resultados refuerzan la relevancia del manejo emocional como componente del cuidado perioperatorio.

En relación con la utilidad de las técnicas de respiración, la mayoría de los encuestados manifestó estar de acuerdo con su efectividad para disminuir la ansiedad prequirúrgica. Este hallazgo se alinea con estudios que indican que las técnicas respiratorias contribuyen a la regulación del sistema nervioso autónomo, favoreciendo la reducción de niveles de estrés y ansiedad (Ramón & Urbina Zambrano, 2024). Aunque el presente estudio no evaluó directamente la aplicación clínica de dichas técnicas en pacientes, la percepción favorable identificada sugiere un reconocimiento académico de su potencial beneficio dentro del cuidado integral.

Respecto al conocimiento sobre intervenciones no farmacológicas, se identificó que, si bien una mayoría manifiesta familiaridad con estas estrategias, existe un grupo de estudiantes con respuestas neutrales o de desconocimiento. Este resultado coincide con lo señalado por (BACILIO, 2024), quien destaca que la formación en estrategias no farmacológicas para el manejo de la ansiedad aún presenta heterogeneidad en los programas de formación en salud. En consecuencia, los hallazgos evidencian la necesidad de fortalecer contenidos curriculares vinculados al acompañamiento emocional del paciente quirúrgico.

La percepción positiva acerca de la facilidad de implementación de las técnicas de respiración en el entorno hospitalario constituye otro aspecto relevante. Diversas investigaciones han señalado que estas intervenciones son de bajo costo, sencillas y factibles de integrar en la práctica clínica diaria (Pilapanta, Lema Yucailla, & López Ríos, 2025). Desde la perspectiva estudiantil, esta viabilidad práctica representa un elemento clave para su eventual incorporación en protocolos prequirúrgicos.

Los resultados muestran una amplia valoración del rol del profesional de enfermería en la enseñanza y acompañamiento emocional del paciente antes de la cirugía. Este hallazgo es consistente con investigaciones que destacan la función educativa y humanizadora del personal de enfermería en el contexto perioperatorio (Markaryan, 2024). La coincidencia entre la evidencia científica y la percepción estudiantil refuerza la importancia de integrar competencias relacionadas con la comunicación terapéutica y la educación emocional en la formación académica.

En cuanto a la seguridad percibida de las técnicas respiratorias, la mayoría de los participantes consideró que no generan efectos perjudiciales y contribuyen a la estabilidad emocional. Este resultado se encuentra en consonancia con estudios que reportan un perfil de seguridad elevado en intervenciones de respiración guiada dentro del contexto quirúrgico (RAMIREZ, 2020). No obstante, es importante precisar que estos hallazgos se basan en percepción estudiantil y no en evaluación clínica directa de pacientes.

Desde el punto de vista de las implicaciones, los resultados aportan evidencia contextual que respalda la integración de técnicas de respiración como estrategia complementaria no farmacológica en el cuidado

prequirúrgico. En el ámbito educativo, los hallazgos sugieren la necesidad de reforzar contenidos relacionados con intervenciones emocionales dentro de la formación en enfermería. En el ámbito asistencial, los datos respaldan la pertinencia de considerar estas técnicas dentro de protocolos orientados a la humanización del cuidado, en concordancia con lo señalado por (MILENA, 2024) respecto a la incorporación de intervenciones no farmacológicas en planes integrales de atención.

En cuanto a las limitaciones, el estudio se desarrolló con estudiantes y no con pacientes en periodo prequirúrgico, lo que restringe la generalización de los resultados al contexto clínico real. El diseño descriptivo y transversal impide establecer relaciones causales entre variables, limitándose al análisis perceptual. El muestreo no probabilístico también puede introducir sesgos de selección. Estas limitaciones son coherentes con lo señalado en investigaciones de características metodológicas similares (Elizabeth, 2024).

En función de lo anterior, se recomienda que futuras investigaciones incluyan muestras de pacientes sometidos a cirugía, incorporen mediciones estandarizadas de ansiedad antes y después de la aplicación de técnicas respiratorias y utilicen diseños analíticos o experimentales que permitan evaluar efectos causales. Sería pertinente comparar distintos tipos de técnicas de respiración para determinar su efectividad relativa.

El estudio aporta una aproximación desde la perspectiva formativa, destacando la percepción estudiantil como indicador relevante en la construcción de prácticas de cuidado humanizado. La coherencia entre los resultados empíricos y la evidencia científica disponible respalda la pertinencia del abordaje de intervenciones no farmacológicas dentro del contexto prequirúrgico, fortaleciendo el rol del profesional de enfermería en el manejo integral de la ansiedad.

CONCLUSIONES

La presente investigación permitió analizar las técnicas de respiración como estrategia para disminuir la ansiedad en pacientes prequirúrgicos desde la perspectiva de estudiantes del área de la salud en la provincia de Santa Elena durante el periodo 2025. Los hallazgos evidenciaron que la ansiedad prequirúrgica es percibida como una respuesta emocional frecuente que puede influir en el desarrollo del procedimiento quirúrgico, lo que reafirma la necesidad de intervenciones orientadas al manejo emocional previo a la cirugía.

En cumplimiento del objetivo general planteado, se concluye que las técnicas de respiración son consideradas por los participantes como intervenciones no farmacológicas adecuadas, seguras y viables para contribuir al control de la ansiedad antes de una intervención quirúrgica. De esta manera, el estudio responde a la pregunta de investigación, confirmando que estas estrategias poseen reconocimiento académico como herramientas potenciales dentro del cuidado perioperatorio.

Desde el punto de vista de las implicaciones, los resultados aportan evidencia contextual que respalda la incorporación de intervenciones no farmacológicas en el abordaje prequirúrgico, fortaleciendo el enfoque humanizado del cuidado y el rol del profesional de enfermería en la educación y acompañamiento emocional del paciente. En el ámbito formativo, los hallazgos sugieren la necesidad de reforzar contenidos relacionados con técnicas respiratorias y manejo emocional dentro de la preparación académica en salud.

En cuanto a las limitaciones, se reconoce que el estudio se desarrolló con estudiantes y no con pacientes en contexto clínico real, además de emplear un diseño descriptivo y transversal que no permite establecer relaciones causales. Estas condiciones delimitan el alcance interpretativo de los resultados y restringen su generalización.

Se recomienda que futuras investigaciones incluyan poblaciones de pacientes en periodo prequirúrgico, incorporen mediciones estandarizadas de ansiedad antes y después de la aplicación de técnicas respiratorias y utilicen diseños analíticos o experimentales que permitan evaluar su impacto clínico. Estas líneas de investigación contribuirán a consolidar una base científica más sólida que sustente la integración sistemática de estas estrategias dentro de los protocolos de atención preoperatoria.

REFERENCIAS

- Arcos, m. A. (2025). Estrategias de enfermería para disminuir la ansiedad en pacientes sometidos a intervenciones quirúrgicas. *Universidad peruana cayetano heredia*, 62.
- Bacilio, c. M. (2024). Tendencias sobre las estrategias del profesional de enfermería para disminuir la ansiedad en pacientes quirúrgicos. *Universidad peruana cayetano heredia*, 77.
- Chisag, I. G. (2024). Eficacia de las intervenciones psicológicas para reducir la ansiedad en pacientes prequirúrgicos. *Universidad de las americas*, 15.
- Elizabeth, I. G. (2024). Intervenciones de enfermería en el manejo de la ansiedad en pacientes prequirúrgicos. *Universidad regional autónoma de los andes*, 22.
- Elizabeth, m. S. (2023). Estrategias de enfermería dirigidas a la prevención de la ansiedad quirúrgica. *Universidad regional autónoma de los andes*, 40.
- Fabricio, p. T. (2024). Impacto de la educación en paciente con ansiedad prequirúrgica en el ecuador. *Universidad regional autónoma de los andes*, 28.
- Gabriela, v. M. (2023). Manejo de la enfermera ante la ansiedad en pacientes adultos sometidos a intervención quirúrgica. *Universidad regional autónoma de los andes*, 23.
- Humberto, v. M. (2023). Estrategias de enfermería frente a la ansiedad del paciente preoperatorio. *Universidad regional autónoma de los andes*, 35.
- Jomaira, n. M. (2024). Intervenciones de enfermería para el manejo de la ansiedad preoperatoria en pacientes pediátricos. *Universidad regional autónoma de los andes*, 27.
- Loza, f. D. (2022). Evidencia científica sobre la efectividad de las estrategias preoperatorias no farmacológicas en el control de la ansiedad del paciente quirúrgico. *Universidad peruana cayetano heredia*, 66.
- Markaryan, g. M. (2024). El rol de los enfermeros en la reducción de la ansiedad en el periodo postoperatorio. *Universidad de alicante*, 23.
- Martel, y. L. (2021). Estrategias del profesional de enfermería frente a la ansiedad del paciente quirúrgico. *Universidad peruana cayetano heredia*, 63.
- Milena, m. E. (2024). Intervención de enfermería en la prevención de estrés preoperatorio en pacientes adultos mayores. *Universidad regional autónoma de los andes*, 34.
- Pilapanta, a. D., lema yucailla, f. S., & lópez rios, e. E. (2025). Rol de enfermería en la reducción de la ansiedad preoperatoria. Una revisión sistemática. *Reincisol*, 21.
- Puebla, b. U. (2021). Proceso enfermero en el nivel de ansiedad del paciente en el periodo preoperatorio. *Cuidado interdisciplinario de la salud buap*, 11.
- Ramirez, m. F. (2020). Propuesta de una intervención multicomponente de tipo cognitivo, conductual para pacientes con ansiedad prequirúrgica. *Universidad nacional autónoma de mexico*, 139.
- Ramón, m. J., & Urbina Zambrano, n. (2024). Efectividad de las técnicas de relajación en adultos jóvenes con ansiedad. *Universidad de santander*, 62.
- Rodríguez palacios, p., moreno rodriguez, d., bautista diaz, m. L., reynoso erazo, I., aguilar lopez, m., & cruz benitez, I. (2025). Intervención breve cognitivo-conductual para reducir la ansiedad prequirúrgica en pacientes programados para colecistectomía. *Brazilian journal of health review*, 26.

Salome, f. K. (2023). Intervención de enfermería frente al estado de ansiedad en pacientes adultos oncológicos sometidos a cirugía. *Universidad peruana cayetano heredia*, 71.

Yadira, c. L. (2024). Estudio comparativo de estrategias de manejo del estrés prequirúrgico en adultos. *Universidad regional autónoma de los andes*, 29.