Revista Facultad Nacional de Salud Pública

Revista Facultad Nacional de Salud Pública
ISSN: 0120-386X
revistasaludpublica@udea.edu.co
Universidad de Antioquia
Colombia

Castillo, Irma Y.; Alvis-Estrada, Luis R.; Cotta, Diego L.
Sentido del humor en estudiantes y docentes universitarios de programas académicos de la salud, Cartagena
Revista Facultad Nacional de Salud Pública, vol. 32, núm. 1, 2014, pp. S154-S160
Universidad de Antioquia
Medellín, Colombia

Disponible en: http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=12058124016

- Cómo citar el artículo
- Número completo
- Más información del artículo
- Página de la revista en redalyc.org

redalyc.org
Sistema de Información Científica
Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal
Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso abierto

Sentido del humor en estudiantes y docentes universitarios de programas académicos de la salud, Cartagena

Sense of humor in students and teachers college academic programs health. Cartagena

Irma Y. Castillo[1]; Luis R. Alvis-Estrada[2]; Diego L. Cotta[3]

[1] Enfermera, Magister en Salud Publica, Universidad de Cartagena. Correo electrónico: icastilloa@unicartagena.edu.co

[2] Economista, Magister en Salud Publica, Universidad de Cartagena. Correo electrónico: lalvis20@yahoo.com

[3] Médico General, Fisiólogo, Universidad de Cartagena. Correo electrónico:-diegoco90220@gmail.com

Recibido: 01 de julio de 2014. Aprobado: 19 de enero de 2015. Publicado: 15 de marzo de 2015

Castillo IY, Alvis-Estrada LR, Cotta DL. Sentido del humor en estudiantes y docentes universitarios de programas académicos de la salud, Cartagena. Rev. Fac. Nac. Salud Pública, 2015; 32(supl 1):S154-S160.

Resumen

Objetivo: Medir el sentido del humor en estudiantes y docentes universitarios de programas académicos del área de la salud de una universidad de Cartagena. **Metodología:** Estudio descriptivo con 550 estudiantes y 107 docentes. Se utilizó la Escala Multidimensional Del Sentido del Humor (MSHS) que contiene 24 ítems. Los datos se almacenaron y analizaron en el paquete estadístico SPSS versión 20.0®. Se obtuvieron promedios con desviaciones estándar y para determinar la significancia estadística se utilizó la prueba U Mann Whitney asumiendo un nivel de significación menor del 5%. **Resultados:** Los docentes del programa de Enfermería reportan menor sentido del humor (Promedio MSHS =81.8) que los pares de otros programas, aunque no hay diferencias significativas (Prob. U mann Whitney = 0,428). Entre los estudiantes, según programa académico, los de química presentan el menor sentido del humor (Promedio MSHS = 83.7), los de medicina el mayor (Promedio MSHS = 88.2) las diferencias son significativas. (Prob. U mann Whitney = 0,016). En todos los programas, los hombres muestran mayor sentido del humor que las mujeres. Las estudiantes de enfermería reportan menor sentido del humor en comparación con los hombres del mismo programa (Promedio MSHS 82.6. Prob. U mann whitney = 0.005). Los hombres de odontología tienen mayor sentido humor (Promedio MSHS = 90.9) que sus compañeras (Promedio MSHS = 84.2), esta diferencia es significativa (Prob. U mann whitney = 0.012). **Conclusión:** Las estudiantes de medicina y los estudiantes de odontología son los de mayor sentido del humor, este aspecto resulta relevante para la promoción de la salud mental, desde el nivel formativo.

----------*Palabras clave:* Sentido del humor, estudiantes del area de la salud, docentes.

Abstract

Objective: To measure the sense of humor in university students and professors of programs academics in the area of health at University of Cartagena. **Methodology:** This descriptive study included 550 students and 107 professors. Multidimensional Sense of Humor Scale (MSHS) containing 24 items was used. The data were stored and analyzed in SPSS ® version 20.0. Averages with standard deviations were obtained and to determine statistical significance Mann Whitney U test were used assuming a significance level less than 5%. **Results:** Professors of nursing program reported lower sense of humor (MSHS 81.8 average) which pairs of other programs including but not found significant differences (Mann Whitney U Prob 0.428). Among students, the sense of humor per academic program shows that chemistry's student present the least sense of humor (average 83.7 MSHS) and the medical's student greater sense of humor (average 88.2 MSHS) the differences are significant. (Mann Whitney U Prob 0.016). Differences were observed by sex. In all programs, men show greater sense of humor than women. The nursing students report less sense of humor than men of the same program (MSHS 82.6 average, (Mann Whitney U Prob 0.005). Men have a greater sense of humor are Dentistry's student (MSHS average 90.9) than their peers women (MSHS average 84.2), this difference is significant (Mann Whitney U Prob 0.012). **Conclusion:** Women and men studying medicine studying dentistry students are greater sense of humor; this aspect is relevant to the promotion of mental health.

----------*Keywords:* Wit and Humor as Topic, Students, Health Occupations, Faculty.

Introducción

La salud mental es una parte integral de la definición de salud entendida como el completo estado de bienestar y es, en sí misma, la base para el funcionamiento efectivo de un individuo. Dentro de este espectro, aparece el sentido del humor, como una actividad humana universal presente en toda clase de interacciones sociales, que se convierte en una forma lúdica de vivir al tiempo que permite la realización de las actividades sociales cognitivas y emocionales de los seres humanos [1, 2]. La necesidad del sentido del humor es innegable para la conservación y mantenimiento de la salud, como protector frente a eventos estresantes de la cotidianidad y aunque en ocasiones no sea clara la forma de utilizar este recurso, puede ser muy útil, sobre todo en el ámbito educativo [3, 4].

La doctrina humoral que dominó el pensamiento medico por miles de años ha estado presente desde Hipócrates y ha sido reforzada a lo largo del tiempo por muchos autores [5]. Se puede definir el sentido del humor como la capacidad o estado que facilita que un estímulo pueda provocar la risa de un sujeto [6]. Según Carbelo "Este humor, se explora como un equilibrio dinámico entre lo que sucede y la forma de interpretarlo, e incluye la percepción de la situación por parte del sujeto, la interpretación de lo percibido y una respuesta, en este caso divertida, que capacita a la persona para ser más hábil en adaptarse a lo que le sucede, pero de manera simpática y alegre" [7].

Hoy en día la investigación que gira en torno al sentido del humor trata diversos temas como por ejemplo, los estados afectivos que desencadena, la medida de las emociones, el estudio de la inmunidad (especialmente el efecto sobre la producción de anticuerpos y citoquinas), la activación del lóbulo pre frontal derecho mediante registró electro encefalógrafico y el control del estrés. La riqueza que guarda el humor en sí mismo y las posibilidades inexploradas que mantiene, suscitan las investigaciones actuales para ampliar el camino de sus aplicaciones y usos terapéuticos, educativos y sociales [8, 9].

Es así como los campos de la psicología y la salud se encuentran en vertientes del humor relacionadas con repercusiones en el ser humano como la fisiológica, afectiva, cognitivo – conductual o la social [10]. Hallazgos derivados de investigación, muestran que afrontar la vida con optimismo incluso permite alcanzar mayor longevidad [11]. Además, intervenciones en el marco de las emociones positivas mediante terapia cognitiva ayudan a prevenir los riesgos de las personas pesimistas, que pueden aprender formas de pensar menos desanimadas [12].

Un buen sentido del humor trae como efectos positivos ser benévolo con uno mismo y con los demás, consolidar el bienestar, tener formas de pensar más flexibles y menos rígidas, ser más creativos y dar respuestas más novedosas, además de tardar menos en tomar decisiones. El buen sentido del humor puede llegar a tener el efecto incidental de construir destrezas físicas, intelectuales y sociales en el individuo y se correlaciona con una reducida conciencia de angustia [13]. La producción de humor es una buena candidata para resolver problemas de difícil solución, así mismo este sentido, despierta, sorprende, resuelve y relaciona mejor al público [7].

Carbelo también afirma "El humor está mediado por un soporte social. Los individuos con gran sentido del humor resultan más competentes y atractivos socialmente, se les percibe más cercanos y disfrutan de unas relaciones sociales satisfactorias" [7]. Para los estudiantes y docentes universitarios, el sentido del humor puede convertirse en un factor mediador que permite liberar el estrés derivado de la academia. En

el caso de los primeros les ayuda a adaptarse mejor a las demandas de los contenidos académicos que se desarrollan durante su formación. Así mismo, en el caso de los docentes el buen sentido del humor puede llevarlos a mantener una relación más asertiva con los colegas y reflejar a los educandos una personalidad que favorezca el proceso de formación y fomente interiorizar mejor sus funciones y labores [14].

Aunque muchos docentes, sobre todo del ámbito universitario, se resisten a integrar aspectos como estos dentro de la dinámica académica, el sentido del humor puede utilizarse como un método eficaz para generar un ambiente de aprendizaje más creativo en el marco del respeto por la pluralidad, la diversidad y el pensamiento crítico que cada uno de los participantes de los espacios académicos manejan [9].

Así mismo, para los estudiantes este aspecto se constituye en una herramienta que además de trasmitir valores, permite forjar una personalidad integradora, accesible y amable; características que pueden mediar su futura labor como profesionales de la salud, y ayudarlos a dar respuestas a situaciones en su mayoría críticas que en la actualidad se derivan del sistema de salud en el que se desempañan [15].

Por todo lo anterior, este estudio enmarcado en el modelo multidimensional del humor [16] que consta de cuatro dimensiones (Creación o generación del humor, Uso del humor para hacer frente a la vida, Reconocimiento y apreciación del humor, Actitudes hacia el humor y uso del mismo en situaciones sociales), tiene como objetivo medir el sentido del humor en estudiantes y docentes universitarios de programas académicos del área de la salud en una universidad pública de Cartagena.

Metodologia

Se propuso un estudio descriptivo, con una población de referencia de 1670 estudiantes del área de la salud y 220 docentes de los mismos programas (Enfermería, Medicina, Odontología y Química Farmacéutica). Se estimó un tamaño de muestra de 550 estudiantes y 107 docentes para ser incluidos en la investigación, mediante un muestreo aleatorio estratificado, según el número de estudiantes y docentes en cada uno de los programas. De manera voluntaria participaron estudiantes y docentes, previa firma del consentimiento informado, según las normas éticas internacionales y nacionales para la investigación en salud [17, 18].

Para medir el sentido del humor se utilizó la Escala Multidimensional Del Sentido del Humor-MSHS- que contiene 24 ítems, 18 de los cuales están redactados positivamente y 6 negativamente para reducir el sesgo de respuestas fijas. Los ítems positivos se califican con una escala tipo Likert de cinco puntos que va de: muy en desacuerdo a muy de acuerdo. Los ítems negativos al revés, muy en desacuerdo a muy de acuerdo. La menor puntuación es cero y la mayor 96. Esta escala fue aplicada inicialmente por los autores de la misma, en una primera fase a 264 participantes voluntarios, estudiantes universitarios y miembros de un club social, con edades comprendidas entre 17 y 77 años, de los que 153 eran mujeres y 111 eran hombres, con una media de edad de 32.3 años. La fiabilidad del instrumento fue medida con el alfa de Cronbach, cuya puntuación obtenida fue de 0,89 [16]. Debido a su utilización y validación en varios países de diferentes culturas e idiomas [19] e incluso en Latinoamérica [20, 21] se consideró pertinente la utilización de este instrumento.

Los cuestionarios fueron aplicados en la sede de la Universidad donde se desarrollan los programas de la salud, por estudiantes de últimos semestres de medicina previamente estandarizados. Los datos fueron almacenados y analizados en el paquete estadístico SPSS para Windows, versión 20.0®. Se obtuvieron promedios con desviaciones estándar y para determinar significancia estadística se utilizó la prueba U Mann Whitney debido a la no distribución normal de los resultados. Se asumió un nivel de significación menor del 5% ($p < 0,05$).

Resultados

Del total de los estudiantes participantes 60,9% (335) eran mujeres y 39,1% (215) hombres, la distribución de la muestra según programa académico se muestra en la tabla 1.

Los docentes del programa de Enfermería reportan menor sentido del humor (Promedio MSHS 81.8) que los pares de otros programas académicos del área de la salud de la misma universidad aunque entre ellos no se hallaron diferencias significativas (Prob. U Mann Whitney = 0,428). Entre los estudiantes sí difiere significativamente el sentido del humor según programa académico (Prob. U Mann Whitney = 0,016) siendo los de Química Farmacéutica quienes presentan menor sentido del humor (Promedio MSHS = 81.8) (Tabla 2).

En el programa de Enfermería el sentido del humor varía significativamente según sexo (Prob. U Mann Whitney = 0,005) siendo los hombres quienes cuentan con un mayor sentido del humor (Promedio MSHS 90.0) que las mujeres (Promedio MSHS = 82.6). Entre los estudiantes del sexo femenino, las estudiantes de Enfermería reportan menor humor que sus pares de otros programas (Promedio MSHS = 82.6). Mientras que los hombres de Química Farmacéutica tienen menor sentido del humor (Promedio MSHS = 83.9) que los hombres de los otros programas académicos. Los hombres que

Tabla 1. Distribución de docentes y estudiantes participantes según programa académico, Cartagena, 2013

Facultad	Docentes	%	Estudiantes	%	Total
Enfermería	19	17.8	142	25.8	161
Medicina	27	25.2	207	37.6	234
Odontología	58	54.2	137	24.9	195
Química	3	2.8	64	11.6	67
Total	107	100.0	550	100.0	657

Tabla 2. Distribución según el sentido del humor en docentes y estudiantes de los programas de la salud de una universidad pública de Cartagena – Colombia 2013

Facultad	Docentes Promedio MSHS (Desviación Estándar)	Prob. U Mann Whitney	Estudiantes Promedio MSHS (Desviación Estándar)	Prob. U Mann Whitney
Enfermería	81.8 (20,2)	0,428	84,0 (14,3)	0,016*
Medicina	87.7 (10,6)		88.2 (13,6)	
Odontología	88.8 (15,2)		86,7 (13,8)	
Química	93.7 (5,0)		83,7 (14,7)	

* $p < 0,05$

estudian Odontología y Enfermería, son los estudiantes con mayor sentido del humor. (Promedios MSHS 90.9 y 90.0 respectivamente) (Tabla 3).

Al realizar el análisis desagregado de los ítems del cuestionario MSHS se encontró que en la mitad de los ítems de la escala hubo diferencias significativas entre los sexos de los estudiantes. Entre estos ítems se encuentran: inventar chistes o historias graciosas, usar chistes o el humor para dominar situaciones difíciles, saber que se puede hacer reír a la gente y considerar que hacer frente a las cosas de la vida con un humor es una manera de adaptarse (Tabla 4).

Tabla 3. Distribución según el sentido del humor y el sexo en estudiantes de las carreras de las ciencias de la salud de una universidad de Cartagena – Colombia 2013

Facultad	Sexo	Promedio MSHS	Prob. U mann whitney
Enfermería	Femenino	82.6	0.005*
	Masculino	90.0	
Medicina	Femenino	87.4	0.737
	Masculino	88.8	
Odontología	Femenino	84.2	0.012*
	Masculino	90.9	
Química	Femenino	83.5	0.93
	Masculino	83.9	

* $p < 0,05$

Tabla 4. Distribución de puntajes, según sexo de cada uno de los Ítems de la escala MSHS en estudiantes del área de la salud de una universidad de Cartagena. Colombia 2013

Item	Mujeres	Hombres	Prob. U Mann Whitney
1-A veces invento chistes o historias graciosas	3,0	3,6	0,000*
2- El uso de chistes o del humor me ayuda a dominar situaciones difíciles	3,4	3,7	0,005*
3.- Sé que puedo hacer reír a la gente	3,5	3,8	0,001*
4.- No me gustan las lecturas tipo "cómics"	3,3	3,5	0,297
5.- La gente dice que cuento cosas graciosas	3,1	3,3	0,002*
6.- Puedo usar chistes para adaptarme a muchas situaciones	3,1	3,4	0,000*
7.- Puedo disminuir la tensión en ciertas situaciones al decir algo gracioso	3,4	3,6	0,077
8.- La gente que cuenta chistes es insoportable	4,1	4,1	0,240
9.- Sé que puedo contar las cosas de tal modo que otras personas se rían	3,3	3,6	0,001*
10.- Me gusta un buen chiste	4,5	4,4	0,656
11.- Denominar a alguien "cómico" es un insulto	4,2	4,2	0,273
12.- Puedo decir las cosas de tal manera que la gente se ría	3,2	3,4	0,075
13.- El humor es un pobre mecanismo para hacer frente a la vida	4,0	3,9	0,643
14.- Aprecio a la gente con humor	4,2	4,2	0,885
15.- La gente espera que yo diga cosas graciosas	2,8	3,1	0,023*
16.- El humor me ayuda a hacer frente a la vida	3,5	3,6	0,306
17.- No me siento bien cuando todo el mundo está contando chistes	4,0	4,0	0,377
18.- Mis amigos me consideran chistoso	3,0	3,3	0,005*
19.- Hacer frente a la vida mediante el humor es una manera elegante de adaptarse	3,3	3,6	0,020*
20.- Tratar de dominar situaciones mediante el uso del humor es estúpido	4,1	4,0	0,001*
21.- En un grupo puedo controlar la situación contando un chiste	2,9	3,2	0,769
22.- Usar el humor me ayuda a relajarme	3,9	4,0	0,769
23.- Uso el humor para entretener a mis amigos	3,3	3,7	0,001*
24.- Mis dichos graciosos entretienen a otras personas	3,2	3,7	0,000*

* $p < 0,05$

Discusión

Entre los hallazgos se destaca el sentido del humor similar entre los docentes. Esto es relevante puesto que constituye uno de los rasgos principales de la personalidad del educador, junto con la alegría, la comprensión, el ingenio y la esperanza. Es importante además, porque le permite buscar la felicidad y gozar de su labor al tiempo que trasmite la idea a sus estudiantes siendo una expresión de la naturaleza humana y la creatividad [9, 22]. Sin embargo, pese a que los resultados del humor no muestran diferencias significativas entre profesores, resulta llamativo el hecho que los docentes del programa de enfermería, quienes en su mayoría son profesionales de esta área, muestren el sentido del humor más bajo. La literatura relacionada con el tema resalta que el humor tiene una relación importante con la salud y sería muy positivo para los profesionales de enfermería introducir esta práctica, tanto para apoyar el cuidado de los pacientes y favorecer su recuperación como para enfrentar las demandas y presiones de su propio trabajo, las relaciones y tenciones que se viven con otros profesionales del equipo de salud, y las situaciones derivadas de entornos sanitarios demandantes, inequitativos y en crisis que los exponen a sentirse estresados y frustrados con su labor [23-25].

Autores como Carbelo consideran que el humor es un estado de ánimo, y una disposición que desarrolla la capacidad del ser humano de reírse, sin embargo en la medida que la persona va creciendo el mismo sistema educativo y la sociedad redirigen las preferencias de tal forma que esta capacidad de expresar alegría se pierde. Por lo tanto, el sentido del humor inmerso en la estrategia pedagógica es una propuesta para romper paradigmas tradicionales de la educación, y crear un

ambiente agradable de aprendizaje, en especial para los profesionales de la salud en formación que deben prepararse para un trabajo futuro que resulta intenso, donde se enfrentan situaciones difíciles y se toman muchas decisiones; resulta importante desarrollar una actitud empática y humana, que favorezca la creación de un entorno motivador y creativo donde se puedan compartir experiencias dolorosas y difíciles propias del quehacer de los profesionales sanitarios [7, 23, 26].

Para el caso de los estudiantes participantes se muestran promedios homogéneos y altos. Así mismo en estudios que han medido la percepción del sentido del humor en estudiantes universitarios se señala que este aspecto incluye variables cognitivas y sociales, a la vez que observaron diferencias en la apreciación del sentido del humor en estudiantes universitarios, siendo más relevantes las diferencias entre hombres y mujeres en el grado de diversión del chiste, resaltando además el aspecto descalificador del sentido del humor de los hombres hacia el humor sexual que para el contexto social puede tener una connotación negativa, sobre todo si se utiliza a mujeres para generar el humor. En contraste se encuentra que para las mujeres es más divertido el contenido de chistes que muestran al hombre como víctima. Estas pautas sobre el sentido del humor están marcadas por el ambiente social y el contexto cultural en que ellas se desarrollan, que puede verse mediado por la formación universitaria de los participantes [15, 23, 26]. Este aspecto es fundamental porque produce una emoción positiva, que promueve una actitud también positiva por parte de los alumnos, incrementando a su vez la motivación por aprender. Así mismo, a los estudiantes universitarios que poseen esta característica, se les facilita una mejor convivencia escolar, una actitud más positiva y se previenen conductas de riesgo social [27, 28].

El promedio en relación a las carreras mostró algunas diferencias, siendo la más importante la de los estudiantes de enfermería. Es de resaltar que el promedio más bajo para la escala de sentido del humor se observa entre las mujeres de esta carrera. Siguiendo esta misma línea, algunos Bonilla y Carbelo han descrito el humor en estudiantes de enfermería, a la vez que definen este aspecto como una parte fundamental de la comunicación humana que puede favorecer un clima de confianza, y facilitar la relación social con los sujetos de cuidado con los que este personal de la salud, en particular interactúa, al explorar la importancia y el interés que supone el humor para los alumnos, como aspecto humano, se encontró que el humor es una cualidad muy considerada por los estudiantes de enfermería (36% lo eligieron), seguida de la inteligencia (33%) y el cariño (30%). Sin embargo, solo se encontraron diferencias significativas para el caso del humor, lo que muestra que esta cualidad es importante y que para los enfermeros en formación, el humor es valorado como una cualidad interesante y puede fomentarse tanto en los círculos de amistades como en su familia [26, 28].

En este mismo sentido se ha propuesto que una de las estrategias para la integración en el cuidado a los pacientes por parte de los profesionales de enfermería es el humor, permite añadir optimismo, alegría, ternura y esperanza dentro de una situación dramática, ayudando a afrontar los problemas con recursos novedosos y renovados; por tanto se resalta a la incorporación del humor a la práctica diaria donde se convierte en uno de los pilares fundamentales a la hora de establecer una relación positiva con las personas que se atienden, mejorando el desarrollo de empatía, comprensión y optimismo. Desde el punto de vista terapéutico también este aspecto es relevante, porque ayuda a los profesionales a ser más racionales para resolver situaciones difíciles y favorece el desarrollo de nuevas experiencias, repercutiendo de forma muy positiva en el proceso de salud-enfermedad [21].

En general, para los estudiantes universitarios el sentido del humor es una variable esencial para el desarrollo de la convivencia en el ambiente académico y una de las principales fortalezas para promover una atmósfera positiva y agradable, el humor ayuda y motiva a un mejor aprendizaje, y a una mejor retención de los contenidos [23, 26-28]. Este estudio, permite una aproximación al tema y puede ser el insumo para estudios con diseños más complejos que permitan una mejor compresión de esta temática.

Conclusiones

El sentido del humor reportado muestra puntajes significativamente distintos entre los estudiantes de los programas académicos de salud, con diferencias según sexo en los programas de enfermería y odontología, siendo los hombres los de mayor humor en ambos programas.

Es importante seguir trabajando en este tema como un aspecto relevante para la promoción de la salud mental en universitarios de programas académicos de las ciencias de la salud y el fomento de mejores y mayores espacios de interacción académica a nivel universitario dado que todo esto contribuye con mejores climas laborales en los próximos profesionales de la salud.

Referencias

1 Organización Mundial de la Salud. Promoción de la salud Mental. [Internet] [Consultado 05 de Mayo de 2014] Disponible en: http://www.who.int/mental_health/evidence/promocion_de_la_salud_mental.pdf.

2 Restrepo MH. Promoción de la salud mental: un marco para la formación y para la acción Revista Ciencias de la Salud. 2006; 4 (1): 86-193.

3 Martin R. La psicología del humor: un enfoque integrador. Madrid: Orión Ediciones. 2008.

4 Martin A. Humor, laughter, and physical health: Metodological issues and research finding. Psychological Bulletin. 2001; 127(4), 504-519.

5 Bergson H, La Risa, Buenos Aires: Ediciones Godot 2011.

6 Puche R, Lozano H. El sentido del humor en el niño: Estudio empírico. Centro de investigaciones en Psicología: Bogotá; 2001.

7 Carbelo B. Estudio del sentido del humor: validación de un instrumento para medir el sentido del humor, análisis del cuestionario y su relación con el estrés. [Tesis Doctoral]: Universidad de Alcalá; 2006.

8 López O, Sevilla A, Velandrino A. Fortalezas positivas: el sentido del humor en alumnos universitarios. International Journal of Developmental and Educational Psychology 2010; 1 (1): 189-200.

9 Seligman, M, Steen T, Park N, Peterson C. Positive Psychology Progress: Empirical Validation of Interventions. Christopher American Psychologist, 2005; 60 (5): 410-421.

10 Rodríguez C. El humor como estrategia pedagógica investigación. [Tesis de Maestría] Manizales: Universidad de Manizales; 2008. Disponible en: http://ridum.umanizales.edu.co:8080/jspui/bitstream/6789/166/1/404_371.3_R696H.pdf.

11 Roeckelein, J.E., A demonstration of undergraduate students' first impressions and their ratings of pathology. Psychol Rep, 2002; 90(2): 613-618.

12 Maruta T, Colligan RC, Malinchoc M, Offord KP. Optimists vs pessimists: survival rate among medical patients over a 30-year period. Clin Proc, 2000; 75 (2): 140-143.

13 Seligman M. Learned Optimism. Pocket Books. New York; 1998

14 Keltner D, Bonanno K. A study of laughter and dissociation: distinct correlates of laughter and smiling during bereavement. J Pers Soc Psychol, 1997; 73 (4): 687-702.

15 Reyes M, Lara G, Lizcano E. Apreciación del sentido del humor en estudiantes universitarios. Avances en Psicología Latinoamericana, 2011; 29 (2): 344-353.

16 Thorson A, Powell F. Measurement of sense of humor. Psychological Reports, 1991. 69: 691-702.

17 Colombia. Ministerio de Salud. Resolución 08430 de 1993: por la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud. Bogotá: El Ministerio; 1993.

18 Asociación Médica Mundial. Declaración de Helsinki. [Internet] [Acceso 10 de Febrero de 2014]. Disponible en: http://www.wma.net/e/policy/b3.htm.

19 Thorson J, Brdar I, Powell F. Factor-analytic study of sense of humor in Croatia and the USA. Psychological Reports. 1997; 81: 971-977.

20 Villarreal A, González M, Candia G. Validación de la escala del sentido del humor en población mexicana. Revista Psicologia Cientifica.com [Revista en Internet]. 2012; 14(1). Disponible en: http://www.psicologiacientifica.com/escala-del-sentido-del-humor-validacion-mexico

21 Leal F, Ferrer R, Parra R, Soto P. Estructura Factorial De La Escala (Multi) Dimensional De Sentido Del Humor En Profesores Chilenos. Interciencia. 2014; 39 (10):727-31.

22 Sánchez J. Humanización de la atención en salud, arte y terapia del humor. Rev. Méd. Risaralda 2013; 19 (2):154-157.

23 Jáuregui E, Carbelo B. El sentido del humor en los profesionales de la salud. Enfermería Clínica. 2007; 17 (2): 53-55.

24 Herrera G, Manrique F. Condiciones laborales y grado de satisfacción de profesionales de enfermería. Aquichán. 2008; 8(2): 243-256.

25 Castillo I, Torres N, Ahumada A, Cardenas C, Licona S. Estrés Laboral en Enfermería y Factores Asociados. Salud Uninorte. 2014; 30 (1): 34-43.

26 Carbelo B, Barroso E. El humor como rasgo: un sondeo de las opiniones en una muestra de estudiantes de enfermería. Enfermería Clínica, 2013; 12 (4): 152-156.

27 Cassaretto M, Martínez P. Validación de la Escala del Sentido del Humor en estudiantes universitarios. Revista de Psicología, 2009; 27 (2): 287-309.

28 Bonilla C. El empleo del humor como estrategia de mejora de los cuidados. Index Enferm, 2011; 19: 2-3.