

AUTOCUIDADO EMOCIONAL DEL PROFESIONAL DE ENF...

[Página Principal](#) / [IT.M004](#) / [Módulo 3. Detección...](#) / [Evaluación Módulo 3](#)

PREGUNTA 1

Sin responder aún

Puntúa como 1,00

En el entorno laboral, que los acontecimientos sean imprevisibles:

Seleccione una:

- a. Resultan estimulantes y desafiantes para un mayor rendimiento laboral.
- b. A veces pueden resultar negativos dependiendo de la persona.
- c. Provoca una mayor fuente de estrés a las enfermeras.
- d. Ninguna es correcta.

[Quitar mi elección](#)

PREGUNTA 2

Sin responder aún

Puntúa como 1,00

El efecto del estrés mantenido en el organismo en el tiempo produce:

Seleccione una:

- a. Es positivo ya que nos aumenta la tolerancia al estrés.
- b. Desgasta las reservas del organismo provocando inmunosupresión.
- c. Estimula la maduración de los linfocitos.
- d. No es necesario como mecanismo de supervivencia.

[Quitar mi elección](#)

PREGUNTA 3

Sin responder aún

Puntúa como 1,00

Con respecto a la siguiente afirmación, “La ansiedad normal es proporcional cualitativa y cuantitativamente”, señale la opción correcta:

Seleccione una:

- a. Es cierto.
- b. Depende de la situación.
- c. Ninguna de las anteriores es correcta.
- d. a y b son correctas.

[Quitar mi elección](#)

PREGUNTA 4

Sin responder aún

Puntúa como 1,00

Tener pensamientos obsesivos y recurrentes en un estado de ansiedad:

Seleccione una:

- a. No se suele catalogar como un síntoma psíquico de la ansiedad ya que en la ansiedad hay olvidos.
- b. Es un síntoma cognitivo de la ansiedad.
- c. Los pensamientos obsesivos y recurrentes corresponden al distrés.
- d. Ninguna es correcta.

[Quitar mi elección](#)

PREGUNTA 5

Sin responder aún

Puntúa como 1,00

Dentro de los síntomas físicos de la ansiedad, señale la opción correcta:

Seleccione una:

- a. La dificultad para tragar no es un síntoma de la ansiedad.
- b. Suelen presentarse dolor precordial y disnea.
- c. Pueden presentar sudoración y sequedad de boca
- d. b y c son correctas.

[Quitar mi elección](#)**PREGUNTA 6**

Sin responder aún

Puntúa como 1,00

En el efecto del estrés en el organismo, señale la opción correcta:

Seleccione una:

- a. Predominio del sistema nervioso parasimpático fundamentalmente.
- b. Se liberan neurotransmisores específicos como la serotonina y las endorfinas.
- c. Se liberan glucocorticoides y aumenta la glucosa en sangre.
- d. Todas son ciertas.

[Quitar mi elección](#)

PREGUNTA 7

Sin responder aún

Puntúa como 1,00

Algunas conductas que tienen que ver con las enfermeras en el entorno laboral son las siguientes:

Seleccione una:

- a. Despersonalización.
- b. Disociación.
- c. Dilución de responsabilidades.
- d. Todas las anteriores son ciertas.

[Quitar mi elección](#)**PREGUNTA 8**

Sin responder aún

Puntúa como 1,00

En los síntomas conductuales de la ansiedad:

Seleccione una:

- a. Hay una búsqueda activa y actuación del sujeto para erradicar el origen de la ansiedad cuando es normal.
- b. Suele presentarse evitación de la tarea y bloqueos en la ansiedad patológica.
- c. Hay dificultad para finalizar la tarea en el caso de ansiedad patológica.
- d. Todas son correctas.

[Quitar mi elección](#)

PREGUNTA 9

Sin responder aún

Puntúa como 1,00

La ansiedad patológica:

Seleccione una:

- a. Cesa una vez se elimina el origen que la ha provocado.
- b. Aparece siempre debido a una causa que lo desencadena.
- c. Puede aparecer espontáneamente sin motivo aparente.
- d. Todas son correctas.

[Quitar mi elección](#)**PREGUNTA 10**

Sin responder aún

Puntúa como 1,00

Respecto al estrés y la ansiedad, señale la opción correcta:

Seleccione una:

- a. Su mayor diferencia radica en la duración y en la identificación que la origina.
- b. Son lo mismo aunque se suele utilizar ambos términos.
- c. El estrés nos ayuda a mejorar nuestra salud emocional mientras que la ansiedad no.
- d. Todas las anteriores son incorrectas.

[Quitar mi elección](#)

PREGUNTA 11

Sin responder aún

Puntúa como 1,00

Llevado al entorno laboral de las enfermeras, el síndrome general de adaptación:

Seleccione una:

- a. Está compuesto por 4 fases.
- b. La fase de alarma es la primera etapa.
- c. La adaptación es variable y las fases pueden cambiar.
- d. Ninguna es correcta.

[Quitar mi elección](#)**PREGUNTA 12**

Sin responder aún

Puntúa como 1,00

Los mecanismos de defensa que ponen en marcha las enfermeras ante las situaciones con los pacientes que tienen que ver fundamentalmente con síntomas de la ansiedad son de tipo:

Seleccione una:

- a. Físicos.
- b. Psíquicos.
- c. Conductuales.
- d. No ponen en marcha ningún mecanismo de defensa.

[Quitar mi elección](#)

PREGUNTA 13

Sin responder aún

Puntúa como 1,00

En muchas ocasiones las expectativas que depositan los pacientes y sus familias en la enfermería:

Seleccione una:

- a. Están basadas en su vivencia subjetiva de enfermedad.
- b. Están relacionadas con sus propias experiencias pasadas con las enfermeras.
- c. La continuidad asistencial y seguimiento estrecho puede influir en dichas expectativas.
- d. Los pacientes y las familias no depositan expectativas de manera directa.

[Quitar mi elección](#)**PREGUNTA 14**

Sin responder aún

Puntúa como 1,00

Los rasgos de personalidad a la hora de diferenciar la ansiedad normal de la ansiedad patológica:

Seleccione una:

- a. No tienen nada que ver, la ansiedad tiene entidad propia.
- b. Influyen en cuanto existen estilos cognitivos propensos a la ansiedad.
- c. La ansiedad es igual en todos los seres humanos por lo que los rasgos de personalidad no influyen.
- d. Ninguna es correcta.

[Quitar mi elección](#)

PREGUNTA 15

Sin responder aún

Puntúa como 1,00

Son síntomas conductuales de la ansiedad:

Seleccione una:

- a. Temblores e inquietud cuando se realiza alguna acción vivida subjetivamente como incómoda.
- b. Llanto espontáneo y desproporcionado a la situación.
- c. Insomnio y otros trastornos del sueño.
- d. Todas son correctas.

[Quitar mi elección](#)**PREGUNTA 16**

Sin responder aún

Puntúa como 1,00

Los síntomas psíquicos de la ansiedad:

Seleccione una:

- a. Se dividen en dos tipos: emocionales y cognitivos.
- b. No se suelen retroalimentar ya que son procesos distintos.
- c. a y b son correctas.
- d. Ninguna es correcta.

[Quitar mi elección](#)

PREGUNTA 17

Sin responder aún

Puntúa como 1,00

La capacidad de poder controlar las situaciones en el entorno laboral:

Seleccione una:

- a. Aumenta la sensación de estrés.
- b. Disminuye de manera objetiva la sensación de estrés.
- c. Influye de manera subjetiva en la sensación de estrés y en la reactividad psicofisiológica.
- d. Ninguna de las anteriores es cierta.

[Quitar mi elección](#)**PREGUNTA 18**

Sin responder aún

Puntúa como 1,00

El estrés positivo respecto al distrés o estrés negativo, señale la respuesta correcta:

Seleccione una:

- a. Son iguales, solo se diferencia en la duración.
- b. Son diferentes ya que uno nos hace sentir bien emocionalmente y el estrés negativo no.
- c. Su mayor diferencia radica en la superación del potencial de homeostasis del organismo.
- d. Ninguna de las anteriores son correctas

[Quitar mi elección](#)

PREGUNTA 19

Sin responder aún

Puntúa como 1,00

Según Menzies Lyth. La acción de cuidar pacientes:

Seleccione una:

- a. Produce ansiedad.
- b. Hace crecer el componente vocacional de la enfermería.
- c. Resulta motivador de cara a los profesionales de la enfermería.
- d. Todas son ciertas.

[Quitar mi elección](#)**PREGUNTA 20**

Sin responder aún

Puntúa como 1,00

Los eventos vitales estresantes:

Seleccione una:

- a. Son incontrolables, aunque se pueden prevenir.
- b. Disminuyen el riesgo de enfermedad mental.
- c. Son imprevisibles, incontrolables y aumentan el riesgo de enfermedad física.
- d. Ninguna de las anteriores es cierta.

[Quitar mi elección](#)[◀ Entrevista Fuden TV: La enfermería y las emociones](#)[Ir a...](#)**MENÚ PRINCIPAL**

- FUDEN
- Campus Virtual
- Campus Postgrados
- Fuden inclusiva
- Tienda

ACTIVIDADES SATSE

- Aula Virtual
- Evaluación de las Competencias
- Oposiciones

ÁREA PERSONAL

- Mi cuenta
- Preferencias
- Subir documentación
- Mis diplomas

FUDEN | [Condiciones de uso](#) | [Política de protección de datos](#)
| [Política de cookies](#)
[Seguridad](#) | [Ayuda](#) | [Foros](#)



© 2022 FUDEN Fundación para el Desarrollo de la Enfermería