

ORIGINAL

Level of knowledge about laughter therapy in nursing professionals

Nivel de conocimiento sobre risoterapia en profesionales de enfermería

Sleyter Pérez-Grández¹  , Nora Nieto-Penadillo¹  , Nérida González-González¹  , Timoteo Ramírez-Raymundo¹  , Rosa Elgiba García-García¹  

¹Universidad Nacional de San Martín, Facultad de Ciencias de la Salud. Tarapoto, Perú.

Citar como: Pérez-Grández S, Nieto-Penadillo N, González-González N, Ramírez-Raymundo T, García-García RE. Level of knowledge about laughter therapy in nursing professionals. AG Salud. 2025;3:122. <https://doi.org/10.62486/agsalud2025122>

Enviado: 05-02-2024

Revisado: 12-07-2024

Aceptado: 06-12-2024

Publicado: 01-01-2025

Editor: Dr. Telmo Raúl Aveiro-Róbaló 

Autor para la correspondencia: Sleyter Pérez-Grández 

ABSTRACT

Laughter therapy, recognized as a psychotherapeutic technique that uses laughter to promote physical, psychological and social benefits, is a complementary strategy in health care. This study aimed to assess the level of knowledge about laughter therapy in nursing professionals. A quantitative, non-experimental, cross-sectional design study was carried out, with a simple descriptive level. The results showed that 84,6 % of the participants reached a medium level of knowledge about laughter therapy, while 7,7 % presented low and high levels respectively. In the dimensions, physical and psychological well-being showed a predominance of medium level with 69,2 %, and social well-being registered 61,5 % at medium level and 30,8 % at high level. The specific laughter therapy dimension had 76,9 % at medium level. It was concluded that, although general knowledge is intermediate, there are opportunities to strengthen it, particularly in the specific dimensions of the technique.

Keywords: Wellbeing; Mental Health; Psychotherapy; Professional Training; Emotions.

RESUMEN

La risoterapia, reconocida como una técnica psicoterapéutica que utiliza la risa para promover beneficios físicos, psicológicos y sociales, es una estrategia complementaria en la atención sanitaria. Este estudio tuvo como objetivo evaluar el nivel de conocimiento sobre risoterapia en los profesionales de enfermería. Se llevó a cabo un estudio cuantitativo, de diseño no experimental y transversal, con un nivel descriptivo simple. Los resultados mostraron que el 84,6 % de los participantes alcanzó un nivel medio de conocimiento sobre risoterapia, mientras que el 7,7 % presentó niveles bajo y alto respectivamente. En las dimensiones, el bienestar físico y psicológico mostraron predominio del nivel medio con un 69,2 %, y el bienestar social registró un 61,5 % en nivel medio y un 30,8 % en nivel alto. La dimensión de risoterapia específica tuvo un 76,9 % en nivel medio. Se concluyó que, aunque el conocimiento general es intermedio, existen oportunidades para fortalecerlo, particularmente en las dimensiones específicas de la técnica.

Palabras clave: Bienestar; Salud Mental; Psicoterapia; Formación Profesional; Emociones.

INTRODUCCIÓN

La risoterapia, entendida como una técnica psicoterapéutica que utiliza la risa para generar beneficios físicos y emocionales, es una alternativa complementaria en el ámbito sanitario.^(1,2) Su empleo contribuye al bienestar integral del ser humano, mejorando tanto su estado anímico como sus relaciones interpersonales,

convirtiéndose en una herramienta para disciplinas como la enfermería.^(3,4)

En el ámbito de la salud, los profesionales de enfermería enfrentan exigencias emocionales y laborales, que incluyen largas jornadas, alta demanda asistencial y limitaciones en los recursos disponibles.^(5,6) Dichas condiciones pueden impactar negativamente la calidad de la atención brindada.⁽⁷⁾ En este contexto, la risoterapia se presenta como una estrategia para fortalecer la relación entre el personal sanitario y los pacientes, al promover un ambiente de mayor empatía y comprensión.^(8,9)

La falta de formación especializada en el manejo de herramientas complementarias y el escaso conocimiento sobre terapias alternativas como la risoterapia limitan su implementación.^(10,11) A esto se suma la ausencia de programas estructurados en los sistemas de salud que integren metodologías destinadas a mejorar tanto el bienestar emocional del paciente como el del profesional.^(12,13)

El desconocimiento de aplicación de la risoterapia puede resultar en relaciones distantes entre los profesionales de enfermería y sus pacientes, afectando la percepción de calidad en los servicios de salud. Además, las demandas emocionales no atendidas en el personal sanitario incrementan el riesgo de agotamiento y disminuyen la satisfacción laboral, repercutiendo en el desempeño profesional.^(14,15)

En la amazonia peruana, los estudios que analizan el nivel de conocimiento sobre risoterapia entre profesionales de enfermería son limitados. La escasez de investigaciones en este campo impide comprender plenamente su potencial impacto en la atención de salud y dificulta el diseño de estrategias para su inclusión en la práctica diaria.

Por lo tanto, el objetivo de esta investigación fue evaluar el nivel de conocimiento sobre risoterapia en el personal de enfermería del Centro de Salud de Morales. Asimismo, se planteó explorar cómo estas competencias influyen en dimensiones del bienestar, como el aspecto físico, psicológico y social, con el objetivo de generar propuestas que favorezcan su integración en los entornos asistenciales.

MÉTODO

La investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, y diseño no experimental, ya que no se manipuló la variable de interés, mientras que el nivel fue descriptivo simple, dado que el objetivo se centró en identificar y caracterizar el nivel de conocimiento sobre risoterapia entre los profesionales de enfermería. Asimismo, el corte fue transversal, debido a que los datos se recolectaron en un único momento.

La variable analizada fue el nivel de conocimiento sobre risoterapia, la cual se operacionalizó en cuatro dimensiones: risoterapia, bienestar físico, bienestar psicológico y bienestar social. En total, se analizaron 24 indicadores distribuidos entre estas dimensiones, los cuales fueron evaluados utilizando una escala previamente definida para determinar los niveles de conocimiento (alto, medio y bajo).

La población estuvo constituida por todos los profesionales de enfermería que laboran en el Centro de Salud de Morales durante el periodo de julio a diciembre de 2021. La muestra fue censal, ya que incluyó al 100 % de la población, lo que correspondió a 13 enfermeros profesionales. El criterio de inclusión consideró a aquellos que estuvieran activos durante el periodo de estudio, quienes participaron voluntariamente tras firmar el consentimiento informado.

Para la recolección de datos, se empleó la técnica de encuesta, utilizando un cuestionario estructurado diseñado específicamente para evaluar el nivel de conocimiento sobre risoterapia. Este instrumento incluyó preguntas en formato tipo Likert con cinco niveles de respuesta, desde “muy en desacuerdo” hasta “bastante de acuerdo”. La validación del instrumento se llevó a cabo mediante juicio de expertos, con la participación de profesionales en salud mental y enfermería, y su confiabilidad fue verificada a través del coeficiente Alfa de Cronbach, obteniendo un valor de 0,916, lo que demuestra alta consistencia interna. Además, se realizó una prueba piloto con 10 profesionales de enfermería para garantizar su aplicabilidad y comprensión.

Los datos recolectados fueron organizados y procesados en una base de datos utilizando el software IBM SPSS Statistics versión 23. Para el análisis, se emplearon estadísticos descriptivos, calculando frecuencias y porcentajes que permitieron caracterizar el nivel de conocimiento de los profesionales. Los resultados fueron presentados en tablas para facilitar la interpretación de los hallazgos.

Cabe destacar que se obtuvo el consentimiento informado de cada profesional de enfermería, garantizando que su participación fuera completamente voluntaria. Además, se respetaron las normativas de la institución y se aseguraron las medidas necesarias para proteger la privacidad de los datos recopilados, utilizando códigos para anonimizar las respuestas.

RESULTADOS

Características sociodemográficas del personal de enfermería

La tabla 1 muestra las características sociodemográficas de los profesionales de enfermería que participaron en el estudio. En cuanto al sexo, se observa un predominio femenino con un 92,3 %, mientras que el 7,7 % corresponde al sexo masculino. Esto refleja una composición mayoritariamente femenina, característica frecuente en la profesión de enfermería. Respecto a la distribución por edades, el grupo más numeroso es

el de 31 a 40 años con un 38,5 %, seguido por el grupo de 41 a 50 años con un 30,8 %. Los grupos de 21 a 30 años y mayores de 50 años representan el 15,4 % cada uno, mostrando una diversidad etaria dentro del equipo profesional.

Características	No.	%
Sexo		
Femenino	12	92,3 %
Masculino	1	7,7 %
Edad		
de 21 a 30 años	2	15,4 %
de 31 a 40 años	5	38,5 %
de 41 a 50 años	4	30,8 %
mayor de 50 años	2	15,4 %
Estudios		
Licenciatura	10	76,9 %
Especialidad	3	23,1 %
Maestría	0	0 %
Doctorado	0	0 %

En relación al nivel educativo, la mayoría de los encuestados (76,9 %) posee únicamente el grado de licenciatura, mientras que el 23,1 % cuenta con estudios de especialidad. No se registraron participantes con grados de maestría ni doctorado, indicando limitaciones en el acceso o la prioridad otorgada a estudios de posgrado dentro de esta institución. Estos datos ofrecen una perspectiva sobre el perfil académico y demográfico de los profesionales de enfermería estudiados, proporcionando una base para interpretar sus niveles de conocimiento sobre risoterapia.

Conocimiento sobre risoterapia según dimensiones

La tabla 2 evidencia el nivel de conocimiento sobre risoterapia según sus dimensiones: risoterapia, bienestar físico, bienestar psicológico y bienestar social, evaluadas en una escala de bajo, medio y alto. En la dimensión de risoterapia, se destaca que la mayoría de los encuestados (76,9 %) posee un nivel medio de conocimiento, seguido de un 15,4 % con un nivel alto y un 7,7 % con un nivel bajo. Esto sugiere que, aunque la mayoría tiene un conocimiento intermedio sobre el tema, una proporción significativa aún carece de un nivel avanzado.

Dimensión	Escala	No.	%
Risoterapia	Bajo	1	7,7
	Medio	10	76,9
	Alto	2	15,4
	Total	13	100
Bienestar físico	Bajo	2	15,4
	Medio	9	69,2
	Alto	2	15,4
	Total	13	100
Bienestar psicológico	Bajo	3	23,1
	Medio	9	69,2
	Alto	1	7,7
	Total	13	100
Bienestar social	Bajo	1	7,7
	Medio	8	61,5
	Alto	4	30,8
	Total	13	100

En cuanto a la dimensión de bienestar físico, el 69,2 % de los profesionales presenta un nivel medio, mientras que el 15,4 % alcanza un nivel alto, y otro 15,4 % se encuentra en el nivel bajo. Para la dimensión de bienestar psicológico, se observa un mayor porcentaje en el nivel medio (69,2 %), seguido del nivel bajo (23,1

%) y, finalmente, un 7,7 % con nivel alto, indicando un área con potencial para fortalecer el conocimiento. En la dimensión de bienestar social, un 61,5 % tiene un nivel medio, mientras que el 30,8 % alcanza el nivel alto, superando significativamente al nivel bajo, que representa solo un 7,7 %. Estos resultados resaltan la necesidad de reforzar las capacidades en estas dimensiones para optimizar el impacto de la risoterapia en la práctica profesional.

Conocimiento sobre risoterapia

La tabla 3 presenta el nivel general de conocimiento sobre risoterapia entre los profesionales de enfermería evaluados. La mayoría de los participantes, representando el 84,6 %, demostró un nivel medio de conocimiento. Este resultado refleja que, aunque existe un entendimiento básico y funcional sobre la temática, no se ha alcanzado un nivel avanzado de comprensión que permita una aplicación óptima de la risoterapia en su práctica profesional.

Escala	No.	%
Bajo	1	7,7
Medio	11	84,6
Alto	1	7,7
Total	13	100

En contraste, tanto el nivel bajo como el nivel alto de conocimiento fueron reportados por un 7,7 % de los encuestados, respectivamente. Estos resultados evidencian la existencia de una proporción mínima de profesionales que posee un dominio avanzado sobre risoterapia, mientras que otros aún carecen de los conocimientos esenciales.

DISCUSIÓN

El nivel de conocimiento sobre risoterapia evidenciado en el estudio mostró que el 84,6 % de los profesionales de enfermería se ubicó en un nivel medio, con solo el 7,7 % alcanzando un nivel alto. Estos resultados son consistentes con lo señalado por Heidari et al.⁽¹⁾, quienes identificaron que, aunque la risoterapia tiene potencial para mejorar la calidad de vida, el conocimiento en este ámbito sigue siendo limitado debido a la falta de formación específica entre los profesionales de salud. Además, Kanbur et al.⁽⁹⁾ destacaron que la falta de integración de terapias basadas en el humor representa un desafío para su implementación efectiva en contextos clínicos.

La distribución de la muestra estuvo dominada por mujeres (92,3 %), lo cual refleja las tendencias globales en la profesión de enfermería. Sin embargo, la baja representación masculina (7,7 %) limita el análisis de diferencias por género. Abdullah et al.⁽⁶⁾ enfatizaron que las características demográficas, incluido el género, pueden influir en la percepción y adopción de terapias complementarias, lo que resalta la importancia de diversificar las muestras en futuras investigaciones.

En cuanto a las dimensiones evaluadas, el bienestar físico y psicológico mostraron un predominio del nivel medio (69,2 %), mientras que el bienestar social presentó un 30,8 % en el nivel alto. Estos hallazgos se alinean con Varghese⁽⁸⁾, quien manifiesta que intervenciones como la risoterapia fortalecen las dinámicas sociales y la empatía, generando beneficios tanto para los pacientes como para los profesionales. No obstante, según Purnamasari et al.⁽⁴⁾ un conocimiento superficial sobre estas técnicas puede limitar su efectividad en mejorar el bienestar psicológico.

La proporción reducida de participantes con un nivel alto de conocimiento (7,7 %) refleja una brecha en la formación del personal de enfermería. Sun et al.⁽²⁾ destacaron que la falta de capacitación específica dificulta la implementación de terapias complementarias como la risoterapia, pese a su comprobada eficacia en reducir la ansiedad y la depresión. En este sentido, Eraydin y Alpar⁽³⁾ señalaron que incluir estas técnicas en los programas de formación profesional puede aumentar la calidad de la atención sanitaria.

Finalmente, la muestra limitada y homogénea constituye una de las principales limitaciones del estudio, restringiendo la posibilidad de generalizar los hallazgos. Krijgsheld et al.⁽⁷⁾ indicaron que investigaciones más amplias y representativas son necesarias para evaluar de manera precisa el impacto de estas intervenciones en diversos contextos. Por lo tanto, futuros estudios deberían considerar un tamaño de muestra mayor y la inclusión de profesionales de diferentes regiones y niveles educativos para validar y expandir estos resultados.

CONCLUSIONES

El estudio permitió identificar que el conocimiento sobre risoterapia en los profesionales de enfermería tiene un nivel mayoritariamente intermedio, reflejando la necesidad de reforzar la formación en este tipo de terapias complementarias dentro de la práctica profesional. La risoterapia, como técnica psicoterapéutica,

tiene el potencial de mejorar el bienestar físico, psicológico y social de los pacientes, así como de fortalecer la relación enfermero-paciente, haciéndola más empática y efectiva.

En términos prácticos, los resultados sugieren la importancia de integrar programas de capacitación específicos sobre risoterapia en el ámbito de la formación profesional continua. Esto no solo permitiría optimizar los beneficios de esta técnica en la atención sanitaria, sino que también podría contribuir a mejorar el bienestar emocional del personal de enfermería, reduciendo el estrés y fomentando un ambiente laboral más positivo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Heidari M, Ghodusi Borujeni M, Rezaei P, Kabirian Abyaneh S, Heidari K. Effect of Laughter Therapy on Depression and Quality of Life of the Elderly Living in Nursing Homes. *Malaysian J Med Sci.* 2020;27(4):119-29.
2. Sun X, Zhang J, Wang Y, Zhang X, Li S, Qu Z, et al. The impact of humor therapy on people suffering from depression or anxiety: An integrative literature review. *Brain Behav.* 21 de septiembre de 2023;13(9).
3. Eraydin C, Alpar SE. The effect of laughter therapy on nursing students' anxiety, satisfaction with life, and psychological well-being during the COVID-19 pandemic: Randomized controlled study. *Adv Integr Med.* septiembre de 2022;9(3):173-9.
4. Purnamasari E, Andhiyani A. The Effect of Laughter Therapy on Reducing Anxiety Level in Hypertension Patients. *J Qual Public Heal.* 19 de noviembre de 2021;5(1):312-4.
5. Pourteimour S, Yaghmaei S, Babamohamadi H. The relationship between mental workload and job performance among Iranian nurses providing care to COVID-19 patients: A cross-sectional study. *J Nurs Manag.* 20 de septiembre de 2021;29(6):1723-32.
6. Abdullah MI, Huang D, Sarfraz M, Ivascu L, Riaz A. Effects of internal service quality on nurses' job satisfaction, commitment and performance: Mediating role of employee well-being. *Nurs Open.* 25 de marzo de 2021;8(2):607-19.
7. Krijgsheld M, Tummers LG, Scheepers FE. Job performance in healthcare: a systematic review. *BMC Health Serv Res [Internet].* 4 de febrero de 2022;22(1):149. Disponible en: <https://bmchealthservres.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12913-021-07357-5>
8. Varghese SM. A study to assess the effectiveness of laughter therapy and Nurse Led Intervention on physical and psychosocial problems among institutionalized elderly with BADL deficit at Ernakulam District in Kerala. *Clin Epidemiol Glob Heal.* marzo de 2022;14:100959.
9. Kanbur S, Bastemur Ş. Why Laughing Heals? A Review on the Use of Humor in Therapy. *Psikiyatry Güncel Yaklaşımlar.* 30 de septiembre de 2023;15(3):477-87.
10. Sobalvarro J V., Pereira GA, Dominicci AP, Santos-Junior GA, Silva JD, Bavaresco M, et al. Effectiveness of laughter therapy on anxiety and depression in hospitalized patients: a systematic review and meta-analysis. *Rev Bras Farmácia Hosp e Serviços Saúde.* 27 de junio de 2023;14(2):906.
11. Lee DY, Woo JH. Development and Effects of a Laughter Therapy Program for Middle-aged Women Hospitalized in Psychiatric Wards. *J Korean Acad Psychiatr Ment Heal Nurs.* 30 de septiembre de 2024;33(3):273-83.
12. Uguz Ö. The Effect of Laughter Therapy/Yoga on Physical and Mental Health: A Review of Nursing Graduate Theses. *Kastamonu Üniversitesi Sağlık Bilim Fakültesi Derg.* 31 de diciembre de 2023;2(3):148-61.
13. El-Sayed MM, Ali Hafez S, Nashwan AJ, Khedr MA, El-Ashry AM. Feasibility of a group-based laughter yoga therapy on anxiety and happiness among community-dwelling older adults: A quasi-experimental study. *Int J Africa Nurs Sci.* 2024;20:100675.
14. Akimbekov NS, Razzaque MS. Laughter therapy: A humor-induced hormonal intervention to reduce stress and anxiety. *Curr Res Physiol.* 2021;4:135-8.
15. Spytka L. Effect of Laughter Therapy on the Psychological and Physiological State of a Person.

Psichologija (Vilniaus Univ). 29 de noviembre de 2024;71:118-32.

FINANCIACIÓN

Los autores no recibieron financiación para el desarrollo de la presente investigación.

CONFLICTO DE INTERESES

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses.

CONTRIBUCIÓN DE AUTORÍA

Conceptualización: Sleyter Pérez-Grández y Nora Nieto-Penadillo.

Curación de datos: Nériida González-González y Timoteo Ramírez-Raymundo.

Análisis formal: Rosa Elgiba García-García.

Investigación: Sleyter Pérez-Grández, Nora Nieto-Penadillo, Nériida González-González, Timoteo Ramírez-Raymundo, Rosa Elgiba García-García.

Metodología: Nora Nieto-Penadillo y Nériida González-González.

Supervisión: Timoteo Ramírez-Raymundo.

Validación: Rosa Elgiba García-García, Nériida González-González y Timoteo Ramírez-Raymundo.

Visualización: Sleyter Pérez-Grández y Nora Nieto-Penadillo.

Redacción - borrador original: Sleyter Pérez-Grández, Nora Nieto-Penadillo, Nériida González-González, Timoteo Ramírez-Raymundo, Rosa Elgiba García-García.

Redacción - revisión y edición: Sleyter Pérez-Grández, Nora Nieto-Penadillo, Nériida González-González, Timoteo Ramírez-Raymundo, Rosa Elgiba García-García.