

## REFERENCIA DEL ARTÍCULO (Formato Vancouver)

BERNHOFER E.I. (2016) Investigating the concept of rest for research and practice. Journal of Advanced Nursing 72(5), 1012–1022.  
doi: 10.1111/jan.12910

## PERSONA QUE HACE LA SÍNTESIS

Miguel Ángel Navas

## SÍNTESIS

### DISEÑO

Análisis conceptual.

### PARTICIPANTES

Se analizaron 27 artículos publicados entre 1970-2015.

### RESULTADOS

Se analizaron los artículos mediante los criterios propuesto por Morse. El concepto de descanso sigue siendo inmaduro, mal definido, es raramente utilizado de forma práctica y de forma coherente. Sin embargo, está surgiendo una definición de descanso basado en antecedentes, atributos, límites y resultados.

## QUÉ APORTA ESTE ARTÍCULO A SUEÑON

- ✓ La falta de consenso en el concepto de descanso.
- ✓ El descanso es una necesidad humana básica entendida universalmente. La importancia del descanso. Todo el mundo es consciente de la necesidad de descansar, sobre todo cuando una persona enferma. Por este motivo, los profesionales de la salud deben prescribir el descanso como tratamiento eficaz para la recuperación de muchas enfermedades. Pero existe controversia sobre el término descansar, pues no se sabe si descansar se refiere a dormir o si se refiere a no hacer nada por ejemplo.
- ✓ El análisis de la literatura científica en esta investigación revela que el concepto de descanso no está definido, diferenciado de otros conceptos y suele ser mal utilizado. Carece de límites en la definición y suele superponerse con el sueño, la relajación y otros conceptos. Esta inconsistencia puede ser un obstáculo en el caso que se quiera prescribir como tratamiento originando confusión en profesionales y pacientes.
- ✓ Entre las 5 disciplinas que han abordado este tema, son las enfermeras que más interés ha mostrado en el descanso.

## PUNTOS ESENCIALES QUE PUEDEN SER DIFUNDIDOS EN REDES