Enfermeras

Maite Pérez Larumbe

Si les pararan por la calle para preguntarles qué pedirían ustedes a una heroína y qué le darían a cambio de su heroicidad seguramente pensarían en un personaje de película. En esta tesitura es fácil contestar a la primera pregunta que lo imposible para un ser humano convencional y a la segunda que admiración y aplauso, ya que puesto que lo que hacen es impagable solo cabe la gratitud. De las heroínas se esperan comportamientos épicos y desprendidos que no pueden mezclarse con las reivindicaciones propias de la gente del montón, la negociación de horarios, la petición de recursos y planificación o la exigencia de responsabilidades.

Sin embargo, durante la pandemia este ha sido el nada inocente discurso

que se ha repetido respecto a las enfermeras. Bueno, tampoco exactamente, porque se hablaba de sanitarios aun cuando la enfermería es un sector feminizado. Pero las enfermeras no son heroínas, son trabajadoras que como el resto no pueden sostener esfuerzos intensos durante mucho tiempo sin acucarlo.

Prueba de ello es que un 68% ha sufrido depresión, ansiedad y estrés post-traumático durante la pandemia, según el estudio liderado por Cristina García-Vivar, docente e investigadora de la UPNA, sobre la salud mental en las enfermeras. Con mayor intensidad aquellas que trabajan en unidades COVID o residencias de la tercera edad.

Coincide la publicación de esta noticia con la de varias cartas de profesionales que denuncian las condiciones del día a día con preocupación, con el aviso de que así no se va a mejorar, que hay riesgo de colapso y con un más que legítimo enfado.

No quieren aplausos, quieren condiciones laborales que les permitan vivir y trabajar en lo suyo con garantías. ¿Será una pandemia ocasión suficiente para conseguir las o confiaremos en que los ansiolíticos y antidepresivos les ayuden a tirar para adelante?

FUENTE: *Noticias de Navarra*, 04/01/2022.

El curso sobre la felicidad que triunfa en la universidad de Yale

Ricardo Guillén

El secreto de la felicidad es un enigma que ha permanecido oculto a lo largo de toda la historia de la humanidad. Los hay que basan su vida en la obtención de una riqueza que les permita vivir lo más cómodamente posible; otros prefieren dedicar su existencia a la búsqueda del amor verdadero e incluso, hay quien decide entregarse al lado más espiritual de su existencia.

La frase "a ser feliz no se aprende en la universidad", tantas veces repetida por amigos y familiares, dejó de tener sentido el 12 de enero de este año, momento en el que se abrieron las inscripciones para el curso 'La psicología y la buena vida'. El éxito del proyecto llevado a cabo en la estadounidense Universidad de Yale por la profesora Laurie Santos ha sido abrumador. Algunos días antes de que se abriera el plazo para apuntarse, 300 personas ya lo habían hecho y poco después, la cifra de asistentes sobrepasaba los 1.200 estudiantes, un cuarto del total de estudiantes del campus. Un triunfo mayor si tenemos en cuenta que la mayoría de clases de cátedra no supera nunca los 600 estudiantes.

El objetivo de esta materia, que ya es oficialmente la más popular en los 316 años de historia que acumula la institución, consiste en enseñarle a los estudiantes cómo vivir una vida plena, satisfactoria y feliz. Durante sus dos conferencias semanales se busca que los alumnos muestren mayor gratitud hacia el resto, organicen mejor su tiempo y aumenten el nivel y número de sus interacciones sociales.

En busca del bienestar perdido

La explicación de por qué el éxito ha desbordado todas las expectativas se encuentra en la misma esencia de Yale. La universidad privada es una de las que menos alumnos admite del mundo y su nivel de exigencia es máximo. Para conseguir ingresar en ella y en vistas de un futuro prometedor, muchos de sus integrantes se ven obligados a dejar a un lado sus principales aficiones e intereses. Conforme a un reportaje que se elaboró en 2013 por el *Yale College Council*, más de la mitad de los estudiantes de licenciatura necesitaron apoyo de salud mental cuando estaban en la universidad.

El curso enfocado en la psicología positiva, las condiciones necesarias para el desarrollo del individuo y la aplicación de las lecciones en la vida real, ha provocado la contratación de 24 asistentes de cátedra para satisfacer tan intensa demanda. Además de tener que conseguir un nuevo espacio que pudiera dar cabida a todos los asistentes.

Los estudiantes deberán hacer esporádicamente exámenes cortos, uno a mitad de semestre y otro como prueba final llamado *Hack Yo'Self Project*, que viene a ser algo así como lograr *hackear* tu vida e implementar una estrategia de mejoramiento personal. Todo un reto para quien quiera ser feliz y superar la que ya ha sido denominada como la asignatura más difícil del mundo.

FUENTE:

<https://www.elmundo.es/vida-sana/bienestar/2018/02/10/5a7d7729268e3e87038b45d7.html>

1. Comprensión e interpretación (2,5 puntos).

Elija **UNO** de los textos anteriores y responda a las siguientes preguntas. Responda a las tres preguntas sobre el mismo texto:

- a) Escriba el tema del texto (0,5 puntos).
- b) Resuma el texto (1,5 puntos).
- c) Responda a la siguiente pregunta y razónela con datos del texto (0,5 puntos):

c.1. Si ha elegido "Enfermeras": Explique el significado del sintagma adjetival "nada inocente" en la frase subrayada en el texto.

c.2. Si ha elegido "El curso sobre la felicidad...": Explique en qué párrafo se encuentra contenida la información más importante del texto.

2. Comentario lingüístico (3 puntos).

Elija **UNA** de estas cuatro preguntas y responda a lo que se pregunta sobre el texto. Puede responder a cualquiera de ellas, independientemente del texto elegido en la pregunta anterior.

- a) Comente el papel de la autora en el texto "Enfermeras".
- b) Comente la subjetividad o modalización en el texto "Enfermeras".
- c) Comente la cohesión léxica en el texto "El curso sobre la felicidad...".
- d) Comente la tipología y las secuencias textuales en el texto "El curso sobre la felicidad...".

3. Texto de opinión crítica (1,5 puntos).

Elija **UNA** de estas dos preguntas y redacte su opinión crítica sobre la misma. Puede responder a cualquiera de ellas, independientemente del texto elegido anteriormente.

- a) Si ha elegido el texto "Enfermeras", **¿considera usted que el personal sanitario ha jugado un papel heroico en esta pandemia?** Justifique su respuesta con al menos dos argumentos (Mínimo 120 - Máximo 180 palabras).
- b) Si ha elegido el texto "El curso sobre la felicidad...", **¿cree que ser feliz en la vida es la asignatura más difícil del mundo?** Justifique su respuesta con al menos dos argumentos (Mínimo 120 - Máximo 180 palabras).

4. Pregunta literaria (3 puntos). Desarrolle **UNO** de los siguientes temas:

- a) *Crónica de una muerte anunciada*: la fatalidad vista como resultado de las torpezas humanas.
- b) Evolución de la poesía de Antonio Machado.
- c) Ejes temáticos en *La casa de Bernarda Alba*.