

Cúcuta. Participaron alrededor de 100 jóvenes

Fortalecen el bienestar mental de los estudiantes de la Institución Educativa José Eusebio Caro – INEM



desarrollar los componentes teóricos y prácticas, donde cada uno de los estudiantes de enfermería fortaleció sus habilidades metodológicas aplicando cada uno de los momentos de la teoría de marea para cumplir con lo que pretendíamos”.

Durante la primera fase de valoración, los futuros enfermeros identificaron que la mayoría de los estudiantes del colegio reprimen sus emociones y por esta razón les brindaron herramientas

que les ayudarán a expresarlas y afrontarlas de manera sana. Además, con el acompañamiento del programa de Enfermería, los adolescentes también reconocieron sus capacidades para incluirlas dentro de las estrategias que debían implementar y desarrollar tanto en el colegio como el hogar.

El programa de Enfermería Unipamplona a través de su práctica de Bienestar Mental desarrolló un proyecto con los estudiantes del colegio de la institución Educativa José Eusebio Caro - INEM de Cúcuta para identificar sus necesidades y fortalecer sus capacidades de regulación emocional por medio de intervenciones basadas en los diagnósticos de enfermería (Nanda, Nic, Noc) en las que se trabajaron principalmente los dominios de Autopercepción, Afrontamiento y Principios Vitales.

Sobre el objetivo de la iniciativa, Hady Lorena Cuazo, estudiante de la asignatura, explicó “nos interesaba identificar cómo ellos controlan las emociones, las asimilan y afrontan teniendo en cuenta que la familia juega un papel sumamente importante en el bienestar que tiene cada uno

de los estudiantes, para ello utilizamos diferentes actividades lúdicas y psicodinámicas.

Igualmente, la profesora Jomaira Gaona, docente líder, habló sobre el apoyo del colegio y de la importancia de este trabajo para los estudiantes de enfermería, “la institución nos permitió



“Formando nuevas generaciones con sello de excelencia comprometidos con la transformación social de las regiones y un país en paz”

Cúcuta. Institución Educativa José Eusebio Caro



Proceso

Inicialmente los estudiantes de la asignatura de Bienestar Mental llevaron a cabo una actividad denominada “el dado de las emociones” que consistía en hacer dos hileras de personas; una de los estudiantes de enfermería y otra con los del colegio. Estos últimos debían tirar el dado, el cual tenía escrito en cada una de sus caras una emoción. De acuerdo a la emoción que apareciera en la cara superior del dado, ellos debían recordar un momento de su vida en el que sintieron esa emoción. Por ejemplo, si aparecía la alegría, ellos debían recordar un momento alegre como pasar una evaluación o compartir las vacaciones en familia. Luego, los estudiantes del colegio debían escoger al estudiante de enfermería con el que sintieran más afinidad para continuar el proceso. Al finalizar cada estudiante de Enfermería acompañó entre uno y dos estudiantes de bachillerato.

Posteriormente se utilizaron

instrumentos de valoración holística y de emociones con una serie de preguntas relacionadas con el bienestar y gestión de emociones en diferentes contextos para elaborar un diagnóstico y un plan con intervenciones personalizadas. Por ejemplo, a un joven que se le dificultaba el afrontamiento de sus emociones se orientó una actividad denominada “comunicación en pro al afrontamiento” que consistía en una serie de cartas con parámetros que tenían como objetivo motivar al joven para que expresara sus

problemáticas y sentimientos.

Acerca de la experiencia, Julieth Vanessa Pérez, estudiante de enfermería, comentó, “para nosotros fue muy satisfactorio y gratificante como practicantes que los estudiantes de la institución nos manifestaran ese cambio en cuanto a su actitud, comportamiento que los llevó a crear un entorno de paz y de tranquilidad con cada una de las intervenciones y que nos digan que las intervenciones fueron de mucha ayuda. Fue muy bonita esa experiencia por que nuestro trabajo dio resultado y por que como enfermeros nos formamos para acompañar y proteger la salud física y mental de nuestros pacientes”.

La experiencia del colegio demuestra que las prácticas del programa de Enfermería Unipamplona no solo constituyen una manera de adquirir y poner a prueba los conocimientos teóricos sino también presta un servicio social significativo dado que la salud mental de los jóvenes cucuteños es fundamental para su desarrollo integral.



“Formando nuevas generaciones con sello de excelencia comprometidos con la transformación social de las regiones y un país en paz”