

Autoconcepto y autoestima: una estrategia para cuidar de **sí mismo y cuidar de los demás**

Bethy Cecilia Burbano Timaná
Asistente Académico y Pedagógico
Programa de Enfermería
Universidad Mariana

El Programa de Enfermería de la Universidad Mariana ha venido implementado el proyecto educativo “Autoconcepto y Autoestima: Una estrategia para cuidar de sí mismo y cuidar a los demás” a partir del segundo periodo del año 2012, dentro de la comunidad académica estudiantil y bajo la coordinación de la Esp. Carmen Ofelia Narváez Eraso, directora del Programa de Enfermería y la Mg. Bethy Cecilia Burbano Timaná, asesora académica y pedagógica.

La implementación del proyecto educativo tiene como objetivo general sensibilizar y motivar a los estudiantes sobre la importancia del

autocuidado y la autoestima de sí mismos como estrategia para brindar cuidado a los demás, la fundamentación teórica gira alrededor del objeto de estudio de la disciplina del Programa de Enfermería que es el cuidado, y toma como referente el concepto de “salud como un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”¹. Uno de los conceptos claves dentro del proyecto educativo es lo relacionado con el bienestar mental, el cual tiene estrecha relación con la percepción que tiene el ser humano de sí mismo y la necesidad de estima propia, la cual se ve influenciada de manera positiva o negativa por el entorno familiar, escolar y social, en el que se ha desarrollado la vida de una persona, pues se considera que ha mayor nivel de autoestima y de autoconcepto mayor



Foto archivo: Diseño e Impresión UNIMAR.

éxito habrá en la vida, de lo contrario a menor nivel de los mismos, mayor grado de fracaso y frustración tendrá el ser humano, estas dos connotaciones pueden resultar beneficiosas o no en el momento que el estudiante las deja ver o las trasmite a sus próximos, de ahí que si consideramos que en enfermería la teoría con la práctica guardan estrecha relación, lo más conveniente es formar profesionales con altos niveles de autoestima y autoconcepto con capacidad de contribuir a la recuperación y mantención de la salud de otros.

La ejecución del proyecto educativo se ha venido realizando mediante el desarrollo de actividades lúdico pedagógicas, a través de la que se ha logrado un acercamiento hacia la comunidad académica estudiantil, permitiendo identificar algunos factores de riesgo para la

autoestima que inminentemente también sitúan en riesgo el autoconcepto de los estudiantes.

Ha formado parte importante del proyecto educativo el hecho de involucrar a la comunidad académica de docentes y tutores acompañantes con el fin de fortalecer el proyecto, y para esto, se ha venido haciendo uso de las horas asignadas para tutoría con la finalidad de socializar la temática y desarrollar las actividades lúdico pedagógicas enfocadas a determinar el nivel de autoestima y autoconcepto, de manera que se puedan propiciar entornos saludables para contribuir al bienestar de la comunidad académica estudiantil.

¹ Organización Mundial de la Salud, OMS. ¿Cómo define la OMS la salud?, [en línea], disponible en: <http://www.who.int/suggestions/faq/es/>