

Nola Pender y la Estrategia: Plan de atención contra la depresión y ansiedad

Camilo Jesit Cerón Portilla

María Estefanía Lara Gómez

Ricardo Darío Rodríguez Portillo

Estudiantes de Enfermería, IV Semestre

Universidad Mariana

El proyecto se denomina ‘Estrategia PANDA (Plan de atención contra la depresión y ansiedad)’, el cual plantea un estudio acerca de la incidencia y prevalencia de los trastornos mentales; más específicamente, ansiedad y depresión en los estudiantes universitarios de la Universidad Mariana de primero a quinto semestre y décimo semestre, para, con base en esto, poder realizar un documento que esté al alcance de todas las personas, que especifique los principales factores que influyen en el padecimiento de estos trastornos y la forma más efectiva de enfrentarlos y superarlos eventualmente. Para ello es necesario considerar ciertas bases teóricas que sirvan de guía para encaminar el propósito del proyecto; por ello, el modelo de promoción de salud de Nola Pender (Aristizábal-Hoyos, Blanco-Borjas, Sánchez-Ramos y Ostiguín-Meléndez, 2011) es el escogido, dado que sus conceptos representan firmemente la idea del proyecto. La autora presenta una visión basada en la educación que las personas deben tener para llevar una vida saludable.

Hay aspectos, dentro de esta teoría que, son fundamentales para el proyecto. Entre ellos están las definiciones de sus postulados, siendo el primero de ellos, reproducción, el cual hace referencia a la habilidad de reproducir la conducta; y motivación, que se define como una buena razón para querer adoptar una conducta saludable.

Pender define la salud como un estado altamente positivo, que hace parte del objetivo general del proyecto, definido como una contribución a la población universitaria para afrontar efectivamente trastornos de depresión y ansiedad, mediante un plan de atención que busca brindar una herramienta para que las personas se sientan mejor consigo mismas y alcancen un estado

mental positivo; sostiene que el enfermero representa la función que se debe desempeñar en la comunidad, como el principal agente motivador de la salud de las personas. Por último, enfoca de forma precisa un determinante en salud muy importante: la cultura; y señala que ésta modifica el comportamiento y estado de salud de las personas. Al mejorar la relación de éstas con su entorno, se conseguirá este estado altamente positivo que necesitan. Por estas razones, el trabajo de Nola Pender y sus apreciaciones sobre la salud, ayudan a desarrollar el objetivo general del proyecto, puesto que al conocer cuáles son los factores que afectan la salud mental de los jóvenes universitarios, se puede afrontarlos y promover una herramienta que pueda contribuir a que mejoren su calidad de vida y, con ello, su salud tanto física como mental.

Referencias

Aristizábal-Hoyos, G.P., Blanco-Borjas, D.M., Sánchez-Ramos, A. y Ostiguín-Meléndez, R.M. (2011). El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión. *Enfermería Universitaria*, 8(4), 16-23.

