EDP UNIVERSITY
SABER ES PODER

NWDP NEWS

Volumen 2 Núm. 1 Junio 2023

Award Number
6 D19HP42031-02-02

Licencia de Renovación de la Junta de Instituciones Postsecundarias Acreditados por la Middle States Commission on Higher Education

El Grado Asociado en Enfermería y el Bachillerato en Ciencias de Enfermería, cuentan con la acreditación profesional de la Accreditation Commission for Education in Nursing (ACEN), por sus siglas en inglés.

NURSING WORKFORCE DIVERSITY PROGRAM (NWDP)

Tabla de contenido

- Mensaje del Director
- Mensaje equipo NWDP
- Campamento 2023
- Proyecto NWDP
- Aromas de vinilo
- Las voces de nuestros estudiantes
- 2do grupo de estudiantes becados
- Cuadro de honor
- Beneficios para el estudiante NWDP
- Experiencia de Mentoría
- Método G.R.O.W
- 5 consejitos para sobrevivir las clases universitarias
- ¡Vívelo! Disfruta el viaje hacia el destino profesional
- Nuestros estudiantes
- Talleres ofrecidos
- Equipo NWDP

"Profesionales de enfermería con conocimientos y habilidades especiales, y un cliente que necesita enfermería, con conocimiento de sí mismo y percepción de problemas personales, se encuentran con extraños en un entorno natural. Interactúan mutuamente, identifican problemas, establecen y logran objetivos."

Imogene King

MENSAJE DE BIENVENIDA

Jovean Rivera Rivera

Director Proyecto NWDP

jovean.rivera@live.edpuniversity.edu

787-765-3560 ext. 2249

Me dirijo a ustedes por primera vez, para mi es un honor participar como Director de Proyecto en EDP University en el Proyecto llamado Nursing Workforce Diversity Program (NWDP). Me siento agradecido de poder llevar un mensaje a ustedes que han tomado una decisión valiente y noble al unirse en esta carrera que tiene el poder de transformar vidas y marcar la diferencia en la sociedad.

A lo largo de su trayectoria en esta noble profesión, se enfrentarán a desafíos y obstáculos, pero no duden en su capacidad para superarlos. Cada día, estarán rodeados de mentes brillantes y corazones generosos, tanto de sus compañeros como de sus profesores, quienes les guiarán en este apasionante viaje hacia la excelencia.
Recuerden que el conocimiento es una herramienta poderosa, pero la verdadera grandeza reside en la aplicación de ese conocimiento con compasión, empatía y respeto hacia cada paciente que se les confíe. Escuchen atentamente, aprendan de cada experiencia y nunca subestimen el impacto que pueden tener en la vida de alguien y en la sociedad.

Recuerden que no están solos en este viaje; forman parte de una comunidad de enfermeros y enfermeras comprometidos con la calidad de la atención y el bienestar de la humanidad.

Así que, estudiantes de enfermería, les insto a que abracen esta oportunidad con pasión, dedicación y humildad. El mundo necesita más héroes de batas blancas como ustedes, dispuestos a ofrecer su amor y cuidado a quienes más lo necesitan.
Les deseo éxito en todas sus metas y les animo a que nunca pierdan de vista el propósito noble que los ha impulsado a convertirse en enfermeros y enfermeras. Juntos, podemos marcar la diferencia y crear un mundo más saludable y compasivo.

Con gratitud y admiración,

Jovean Rivera Rivera
Project Director - NWDP

Equipo de trabajo

ANA Y. BEJARANO RIVERA
Coordinadora
abejarano@edpuniversity.edu
787-765-3560 ext. 2251

Cuando la vida nos presenta la oportunidad de ser agentes de cambio es el momento de demostrar que los buenos somos más. Comienza ocupándote de tí, de tu salud, de tus estudios y de tu futuro ¡Vamos a hacer la diferencia! ¡Vamos a caminar juntos hasta la meta, voy a tí!

GABRIELA CRISTINA BERRIOS NIEVES
Asistente Administrativa
gberrios@edpuniversity.edu
787-765-3560 ext. 2249

Es un privilegio poder ayudar a la próxima generación de enfermeros de Puerto Rico. Son los que nos van a cuidar a nosotros cuando lo necesitemos. Siempre tienen nuestro apoyo, creemos y apostamos a ustedes.

ANA MILAGROS GARCÍA DEL VALLE
Especialista en Retención
amgarcia@edpuniversity.edu
787-765-3560 ext. 2354

Nuestras creencias permiten lograr lo que nos proponemos en la vida. En nuestro proyecto creemos en el potencial que tienen nuestros estudiantes para lograr sus metas. Somos un puente de oportunidades para que cada estudiante logre lo que se propone.

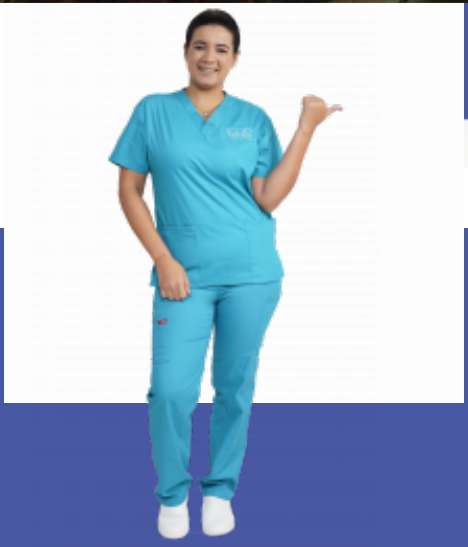
CAMPAMENTO NWDP

VERANO 2023

El Proyecto Nursing Workforce Diversity Program se complace compartir las fechas de nuestro 2do campamento de verano de enfermería. El mismo se llevará a cabo la semana del 7-11 de agosto de 8am-4pm en nuestras unidades de EDP University: Hato Rey, San Sebastián, Manatí y Caguas.

El campamento consiste de: talleres educativos relacionados al área de enfermería y de la vida universitaria, simulaciones de las diferentes áreas de salud y actividades interactivas. El campamento es libre de costo e incluye materiales. Al finalizar los 5 días, de matricularse en el programa de Enfermería de EDP University, recibirá un estipendio de **$600.**

PROYECTO NURSING WORFORCE DIVERSITY PROGRAM (NWDP)



SEGUNDO GRUPO GRUPO DE BECADOS

El pasado 13 de octubre de 2022 se le dio la bienvenida al segundo grupo de estudiantes de la escuela de enfermería seleccionados bajo el Proyecto NWDP, los cuales se van a beneficiar de procesos tales como: campamento de enfermería, mentoría, tutorías, consejería académica, incentivos de $5, 400.00, talleres educativos y repaso de reválida de enfermería. Este año se han otorgado 49 becas.

Como parte de la bienvenida, los estudiantes y miembros de la comunidad universitaria disfrutaron los siguientes talleres educativos: Hábitos de estudio, ofrecido por la Especialista en Retención y Conociendo tu Biblioteca por Ivelisse Colón Montes, Directora del Centro de Recursos para la Información/ Biblioteca de Hato Rey.

Aromas del Vinilo
Por: John Lewis Rivera Ruiz-Tutor

La habitación siete susurra
Ecos resguardados por vinilos.
Carátulas plasmadas
Por nombres y rostros reconocidos.

Daniel Santos,
Felipe Rodríguez.
Bobby Capó,
Cheito González.

Del centro de este espacio
Vive un alma que todo lo ha escuchado.
Ser de rostro tornado agrio
Por la amargura del olvido
Y el recuento de sus años.

Allí suelo darle la cena
Luego de las cuatro.
Sus medicamentos
A las ocho.

Allí cuenta sus sueños muertos,
Amores decapitados
Cortados por la rivera
Del tiempo y espacio.

Hoy fui a las cuatro,
A traerle de comer.
No responde, tocadiscos
Muerto, apagado.

Coloco mis manos
Sobre su pecho
Buscando resucitar
Latidos.

Se fué.
Sus discos con él.

Excepto por uno.
Dejó su 'Long play'
De 'Payaso' por Raphy Leavitt.

A veces lo escucho,
En ocasiones canto.
Quizás este fue el último acto
De su vida.
Dejarme su última ironía,
Una sonrisa.

Las voces de nuestros estudiantes

Por: Ailany M. Hernández Pérez
Estudiante Becada, Recinto de San Sebastián

Desde mi ingreso a EDP University mi meta ha sido progresar, educarme y aprender sobre todo lo necesario para ejecutar la profesión de enfermería con la mayor sabiduría y humanismo posible. Al iniciar esta aventura de la educación conocí el proyecto Nursing Workfoce Diversity Program (NWDP). El proyecto de NWDP ofrece una beca la cual viene acompañada de programas que ofrecen ayuda como: tutorías, consejería académica y diversos talleres que nos ayudan a sobrellevar nuestros estudios de una manera más clara y organizada.

El Taller NWDP: “Integrando la Programación Neurolinguística (PNL) en los hábitos de estudios y el manejo del tiempo” ha sido el taller que más me ha ayudado ya que, el manejo del tiempo no a sido mi mayor fortaleza. Desde ese taller supe como organizar mis métodos de estudios y como dedicarle el tiempo justo y suficiente al tema del cual deseo aprender. Otro taller que me a ayudado mucho es El Taller NWDP: “Manejo de Estrés y Ansiedad”, a veces las tareas o exámenes finales pueden ser un poco estresantes y el no saber como manejarlo es normal pero es excelente saber que contamos con un taller que nos dará las herramientas necesarias para sobrellevar estos sentimientos que aunque no deseamos que esten, igual aparecen.

En el programa de NWDP además de talleres llenos de información clara y precisa cuenta con grupo de profesionales que están dispuestos a ayudarte y guiarte en tu camino de formación como profesional de enfermería. Ana Milagros García Del Valle, quién más me ha ayudado en este proceso de formación con consejos y palabras de aliento, siempre dejándome saber lo valioso que es el aprendizaje para mí y de que tengo la capacidad de lograr aquello que tanto deseo.

Durante este año participando del proyecto de NWDP he disfrutado cada una de sus reuniones, talleres y llamadas de seguimiento que nos dejan saber lo importante que somos para el proyecto. Si he de tener alguna dificultad ahí están para brindarme la ayuda que necesito sin importar la situación.

Recordemos que aprender de todo es: tropezar, caer y levantarse, sin culpas, sin remordimientos, sin escasez de memoria, ni rehén de ella. Recomiendo este programa a todos los estudiantes de enfermería principalmente a aquellos con sed de aprender y de ser los mejores.

Las voces de nuestros estudiantes

Por: Janelyz Díaz Arroyo
Estudiante Becada, Recinto de San Sebastián

El Proyecto Nursing Workfoce Diversity Program y su Beca me ha ayudado en mi carrera universitaria de distintas maneras. Gracias a su beca pude tener el presupuesto para cubrir los gastos de papeles y vacunas necesarias para las prácticas de enfermería. El programa me sirvió de mucha ayuda, ya que tengo personas de confianza a quien acudir cuando necesitaba ayuda, siempre estaban al pendiente de mí.

El taller que me marcó la diferencia en mí fue el de manejo de estudio. Me impactó porque soy una persona que se desconcentra fácilmente y no sabía las distintas maneras en la que podía estudiar, gracias a ese taller pude tener alternativas que estuvieran a mi nivel de aprendizaje.

Recomiendo la Beca y el programa a los estudiantes, ya que no solo te ayudan económicamente si no que te ayudan a crecer personal y académicamente. Son unas personas maravillosas y de verdad que se la van a pasar súper.

Les propongo que desarrollen metas, la enfermería no es fácil, pero si se hace con el corazón se enamorarán mientras más van aprendiendo. No se cohíban a preguntar ni a pedir ayuda, hay un programa entero con ansias de ayudarte y que puedas pasar tu año académico exitosamente.

Las voces de nuestros estudiantes

Por:Dalielyz M. Cruz Morales
Estudiante Becada- Unidad de Villalba

El proyecto Nursing Workfoce Diversity Program me ha ayudado a desempeñarme en mi campo de estudios, ir desarrollandome más para mejorar y no perder el enfoque en el campo de estudios de ciencias de la salud y seguir creciendo más para que me siga yendo bien y a motivarme más en mi carrera universitaria.

Lo que más he disfrutado de mi proceso universitario es la motivación que tengo cada día más por crecer en lo que estoy estudiando, el apoyo de mis padres y compañeros y los que me dan en la misma universidad también.

Recomendaciones que les doy a estudiantes que participarán de la beca es que sigan sus estudios, estén muy enfocados en su carrera, mantengan promedio y que no se quiten por mas que se le enfrenten algunas situaciones , pensamientos negativos o se les complique, porque aquí todos podemos dar lo mejor. Quiero desarrollarme en la enfermería, tengo muchas metas como llegar a ser una profesional buena, me gustaría empezar por un área que esté trabajando con bebés o personas de mayor edad. Estoy súper agradecida y satisfecha .

Las voces de nuestros estudiantes

Por: Jen Kairis Velez
Estudiante Becada-Recinto de Hato Rey

Al iniciar una etapa nueva universitaria o retomar los estudios después de un tiempo suele ser un poco difícil. Aprender a aprender no es lo más sencillo y muchas veces nos sentimos abrumados, estancados y queremos darnos por vencidos ante este reto de prepararse profesionalmente en una institución, pero todos los estudiantes universitarios pasamos por esa situación de continuo estrés, no sabemos manejarnos en cuestión de tiempo y dejamos que esos problemas nos cieguen.

En el proyecto te brindarán talleres que te dan los mejores consejos sobre la diciplina para los estudios, te motivan a continuar estudiando y te apoyan si lo necesitas junto con el personal de la beca te harán la trayectoria de tu carrera más sencillo porque te preparan para que como estudiante de la carrera de enfermería te vuelvas un profesional sobresaliente y capaz de lograr todas tus metas.

No obstante, queda de nosotros como estudiantes aprovechar esta ayuda para mejorar en este proceso y dar lo mejor de nosotros porque si has decidido tener una carrera es porque no te dejas dar por vencido y deseas ser un profesional que aporte a la sociedad y en enfermería, que es un campo de la salud que ayuda a muchas personas, te felicito por escoger el camino de cuidar, brindar y fomentar la salud de la sociedad y te deseo éxito en este momento de tu vida de formación para tu pasión y profesión.

Las voces de nuestros estudiantes

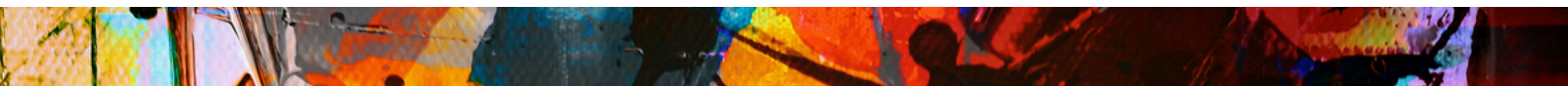
Mi Primer Año de Universidad
Por: Yaimelisse Rosario Romero
Estudiante Becada-Recinto- Hato Rey

Uno de los grandes cambios mas significativos fue la adaptación de escuela superior a universidad, ya que no te preparan para un ambiente de aprendizaje tan individualizado. En las conferencias que tuvimos los becados nos educaron más acerca de que íbamos a necesitar para esta carrera tan demandante.

En algunos talleres nos brindaron la perspectiva de la diversidad en el área laborar y del trato del paciente. Algo que también fue crucial fue el entender los deberes y responsabilidades de la profesión en la que me estoy preparando además sobre la importancia de tener un buen manejo del estrés y ansiedad para ser efectiva en mis estudios universitarios.

A través de esta experiencia he podido entender que todos estos talleres nos ayudarán a crear nuestro camino en nuestra vida universitaria y como futuros profesionales de la enfermería.

No puedo dejar de mencionar que los talleres que ofrecieron Nursing Workforce Diversity Program me ayudaron en gran manera a poder sobrellevar el semestre y a prepararme para las siguientes etapas que tengo por delante, les agradezco mucho.



Estudiantes Becados

EDP University
Recinto de Hato Rey

WILLIANIZ ENCARNACION MENDEZ
YAIMELISSE ROSARIO ROMERO
JEN K. VELEZ VASQUEZ
VALERIA CANCEL DAVILA
ALSHAYRA GONZALEZ RIVERA
YARIANIS SANTIAGO RIOS

EDP University
Centro Universitario de: Manatí

KATIANA OCASIO ROSADO
ZOREMELYS E RIVERA GONZALEZ
EDGAR DIAZ COLON
MIGUEL A GONZALEZ IBANEZ

EDP University
Centro Universitario de: Villalba

DALIELIZ CRUZ MORALES
EVA NEGRON FALCON
JOMAR GONZALEZ RODRIGUEZ
EUNICE D TORRES COLON

EDP University
Recinto de San Sebastián

Marisol Acevedo Ramos
Stephanie Cardona Borges
Jasmine Castro
Keyla Colón Nieves
Paulina Cruz Quiñones
Paola Delgado Ramírez
Janelyz Díaz Arroyo
Mileshka Díaz Santiago
Evy García Cortés
Verónica González Colón
Kassandra González González

Iván González Jiménez
Sabrina González Pérez
Giovanishka González Rodríguez
Ailany Hernández Pérez
Paola Ingles Acevedo
Jeannelly López Borges
Alondra López Cortés
Luis Mangual Márquez
Yarelis Ortíz Ruíz
Jolimar Pérez Acevedo
Kristalys Pérez Fuentes

Rubén Pérez Rodríguez
Yarelis Pitre Barreto
Leira Román Quiles
Margery Ruiz Latorre
Daniela Santiago Román

¡Felicidades estudiantes becados!

Felicidades a nuestros estudiantes becados que entraron al cuadro de honor

Paulina Cruz Quiñones- San Sebastián

Janelyz Díaz Arroyo- San Sebastián

Ailany Hernández Pérez- San Sebastián

Jolimar Pérez Acevedo- San Sebastián

Rubén Pérez Rodríguez- San Sebastián

¡Felicidades!

Beneficios para tí como estudiante de EDP University y becado de NWDP

MENTORÍAS

Los mentores ofrecerán apoyo continuo durante tu trayectoria universitaria.

TUTORÍAS

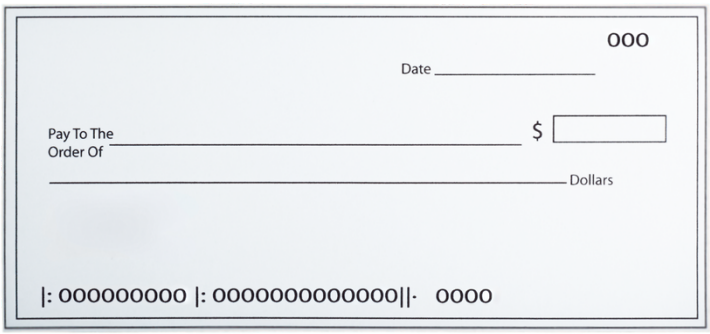
Los tutores te apoyarán conforme a las necesidades que surjan en tu plan de estudio.

CONSEJERÍA ACADÉMICA

A través del servicio de la Especialista en Retención, expresas tus necesidades y se crea un plan de acción individualizado para lograr el éxito deseado. También se coordinan varios talleres educativos para facilitar la transición de la universidad al mundo laboral.

$ ESTIPENDIO $

Nuestros estudiantes reciben diversos estipendios al participar del campamento de verano y matricularse en EDP University, aplica a todos los Recintos y Centro Universitarios. También reciben estipendio al ser aceptados en la beca NWDP y por participar en todos los talleres programados durante el año académico.
El estipendio por asisiir a los talleres ofrecidos durante el año, aplica a todo estudiante de Enfermería.



HABILIDADES SOCIALES DE COMUNICACION EN EL CUIDADO DE ENFERMERIA

POR: ANA BEJARANO,RN, MSN, CNS ED
COORDINADORA PROYECTO NWDP

¿Te has preguntado qué son las habilidades comunicativas?

Las habilidades comunicativas son la capacidad que tiene la persona para comunicarse de forma efectiva, precisa y eficaz. Las habilidades de la comunicación son: hablar, escribir, escuchar y leer. Podemos comunicartos a través de la comunicación, oral, verbal, no verbal y escrita. Por otra parte la comunicación cuenta con unas habilidades sociales tales como:

- Saber cómo moverse con seguridad dentro de una conversación
- Saber iniciar y finalizar una conversación
- Expresar y recibir refuerzo
- Concertar citas de forma éxitosa
- Habilidad para introducirse en un grupo de forma correcta
- Poder presentar a otras personas con facilidad

Comunicación efectiva en el cuidado integral

Puntos importantes:

- Saber escuchar
- Saber expresarte sin decir nada
- Claridad al comunicarte
- Expresar amabilidad y confianza
- Tener seguridad al momento de comunicar
- Respeto y mente abierta
- Retoralimentación
- Establecer una relación terapeútica entre enfermero/a y paciente
- Contacto visual
- Escuchar activamente
- Adopción de la perspectiva del otro
- Empatía y tono de voz adecuado

Orejitas para ser el/la mejor

- Nunca pierdas la pasión por tu trabajo
- Trabaja con tu capacidad crítica y autocrítica
- Aprende a trabajar en equipo
- Aprecia y valora la diversidad y la multiculturalidad
- Recuerda siempre tu compriso ético
- Cuida de ti
- Demuestra seguridad al comunicarte
- Escucha de forma activa
- Cuida tu aspecto físico

- Evita utlizar abreviaturas o siglas
- Considera el momento de hablar
- Reconoce y trabaja con las barreras
- Evita el prejuicio
- Establece objetivos
- Cuida tu lenguaje no verbal
- Mantén tu mirada en el receptor
- Utiliza el tacto cuando sea apropiado

EXPERIENCIA EN LA MENTORÍA

POR: PROF. JOSÉ ARROYO, RECINTO DE SAN SEBASTIÁN

El "Nursing Workforce Diversity Program" es un programa del gobierno de Estados Unidos que tiene como objetivo aumentar la diversidad en la fuerza de trabajo de enfermería.

Para los estudiantes de enfermería, esto significa que hay una serie de beneficios disponibles que pueden ayudar a financiar su educación y facilitar el acceso a recursos de apoyo.

Algunos de los beneficios que pueden estar disponibles para los estudiantes de enfermería incluyen becas y subvenciones, programas de tutoría y mentoría, oportunidades de pasantías y prácticas, y acceso a recursos de desarrollo profesional.

Además, los estudiantes que participan en el programa tienen la oportunidad de conectarse con otros estudiantes y profesionales de enfermería de diversas culturas y orígenes, lo que puede ayudarles a desarrollar habilidades interculturales y mejorar su capacidad para trabajar en un entorno diverso. EDP University, mediante una proyecto forma parte de este programa.

Como profesor de EDP University Recinto de San Sebastian he laborado desde el inicio de la propuesta como profesor mentor. Dicha experiencia ha sido una gratificante ya que mediante este rol como mentor y profesional educador de enfermería he podido contribuir a la formación de los futuros profesionales de la salud, impartiendo conocimientos teóricos y prácticos que les permiten desarrollar habilidades y competencias para el ejercicio de la enfermería. Como mentor y educador de este programa no solo he instruido a los estudiantes en temas relacionados con la atención al paciente, sino que también fomento valores éticos y morales, inculco el respeto a la vida y la dignidad humana y promuevo el trabajo en equipo y la colaboración interdisciplinaria.

La función de mentoría me ha permitido conocer algunos estudiantes antes de su inicio en los estudios de enfermería, mediante el campamento de verano, que ha sido una de las mejores experiencias que he podido vivir con el programa. Mediante dicho campamento me fue posible estimular y enamorar a estos jóvenes a la profesión dándole a conocer lo que significa, características, valores, funciones y procedimientos o intervenciones realizadas por el profesional de enfermería. El ser mentor y educador en el programa en esta universidad ha sido clave para la formación de profesionales de la salud competentes, éticos y comprometidos con la sociedad. Igualmente he podido participar junto con ellos en diversas actividades de confraternización y educativas a nivel local, regional e internacional las cuales han sido excelentes para el crecimiento y desarrollo profesional.

Entre las recomendaciones importantes que a los estudiantes activos en el programa puedo considerar se encuentran, en primer lugar, la participación más activa en las diferentes actividades programadas y realizadas como parte del plan de trabajo diseñado por el programa para el año. En segundo lugar, responder a las intervenciones de seguimiento que realizamos como mentores. Además, deben aprovechar la oportunidad que tienen de recursos para tutorías individuales que le permiten un mejor desempeño académico y mantener su promedio en acorde con lo requerido como becados que son. En resumen, el “Nursing Workforce Diversity Program” puede ser una excelente oportunidad para que los estudiantes de enfermería obtengan apoyo financiero y de otro tipo para completar su educación y desarrollar habilidades importantes para su carrera.

Método G.R.O.W

Para el logro de una meta

Por: Ana Milagros García Del Valle, CPL
Especialista en Retención

El método GROW nos sirve para establecer unos objetivos ante las metas que deseamos lograr y no rendirnos ante el primer obstáculo. Cada letra nos lleva a reconocer lo que es importante para lograr lo que nos proponemos. Veamos en qué consiste.

G **(GOAL)= OBJETIVOS**

R **(REALITY)=REALIDAD**

O **(OPTIONS)= OPCIONES**

W **(WILL)= VOLUNTAD PARA LA ACCIÓN**

G-(Goal)= objetivos

El primer paso en cualquier meta que deseemos lograr es importane saber qué es eso que deseamos lograr, debe ser concreto, medible, cuantificable y que se pueda lograr en un tiempo determinado.

R-(Reality)= Realidad

Una vez sabes lo que deseas lograr, debes evaluar qué necesitas para lograr tu objetivo, cuáles son los posibles retos a enfrentar ¿Cómo los vas a enfrentar si se presentan? ¿Con qué recursos, personas, actitud, recursos dentro de la universidad, cuentas para lograr eso que deseas.

O-(Options)= Opciones

Conoce todas las alternativas para lograr eso que tanto deseas. Al observar todas tus alternativas, escogerás la mejor según eso que deseas lograr.

W-(Will)= Voluntad

Todo objetivo, necesita tener un plan de acción que vaya dirigiendo paso a paso lo que deseas lograr, hasta hacerlo realidad es importante que el plan sea específico, medible y cuantificable.

Tema: 5 Consejos para sobrevivir las clases universitarias

Por: Gabriela Berríos Nieves

Asistente Administrativa Proyecto NWDP

Usar un calendario/ tener una agenda

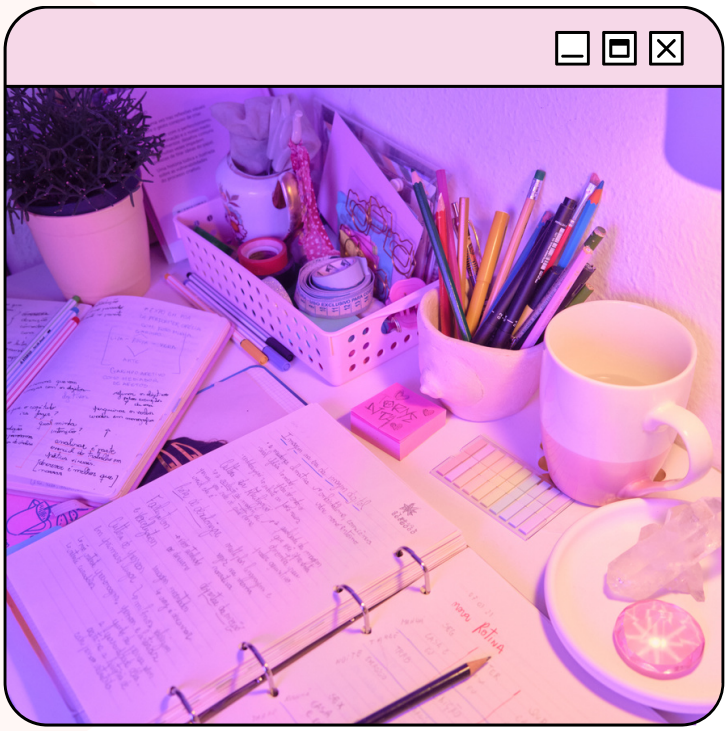
Crear eventos para tus clases para que no se te olvide cuando tienes clase. Yo utilizo el calendario de Google para organizar mi "calendario", pero una agenda física también funciona.

Crea eventos en tu calendario para establecer horas de estudios para que te obligues a tí mismo estudiar en esos horarios. Cuando lo conviertes en una rutina tener horas de estudio, se sentirá como una parte integral de tu diario vivir.

Tener un espacio dedicado a los estudios.

Cuando tienes un espacio para tus estudios, tu cerebro sabrá que cuando estás ahí es solo para estudiar.

Trata de no estudiar en la cama, ya que tu cerebro tiene programado que ese espacio es para dormir. Si no tienes un espacio así en tu casa, pueden ir a la biblioteca de la Universidad o al Centro de Apoyo Académico.

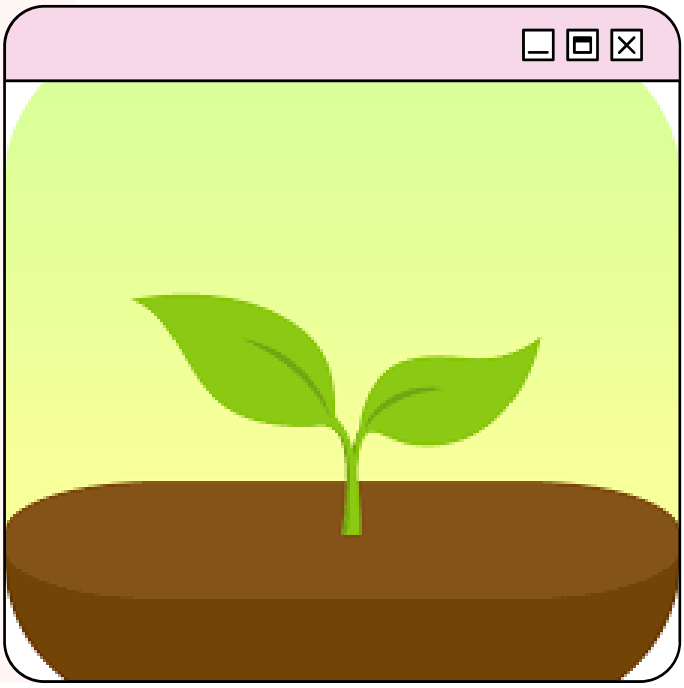


Empezar con la tarea más difícil del módulo al principio de la semana.

Esto funciona más para las clases por Canvas. Al principio de la semana, lees el módulo y empiezas con la tarea más difícil. De esa manera, si la procrastinación te consume a través de la semana, solo quedará la tarea fácil para el final. Si dejas la tarea difícil para el final, no vas a tener tiempo para verificarla y probablemente termines con puntuación baja.

Buscar aplicaciones que promuevan la productividad

Yo personalmente utilizo la aplicación Forest, que te bloquea el teléfono por la duración de tiempo que establezcas. Si al final del tiempo establecido no has verificado el teléfono, vas a ver un árbol que creció mientras estabas estudiando. Hay muchas aplicaciones de productividad, busca el más que te convenga.



Pedir ayuda (¡con tiempo!) de los recursos de la universidad

La universidad tiene varios recursos, el Centro de Apoyo Académico siempre tiene tutores disponibles que los pueden ayudar. Para tutorías de enfermería, se pueden comunicar con nosotros, ya que tenemos tutores también. Sus profesores también los pueden ayudar si lo piden, ¡nunca tengan miedo de pedir ayuda!

¡VÍVELO! Disfruta el viaje hacia tu destino profesional

Por: Nilsa N. Torres Molina, CPL
Consejera Profesional Licenciada
Centro Universitario de Manatí

Hace un tiempo, mientras realizaba una intervención académica con una de mis colegas consejera, ésta expresó “Si de verdad lo que estás estudiando te apasiona, ¡Vívelo!”. Desde ese momento, esa frase quedó grabada en mi mente. ¡VÍVELO! Sin embargo, no podemos continuar sin definir la palabra vivir, la cual es muy escuchada, pero poco considerada y asimilada con conciencia. Alguna de sus definciones nos dicen que vivir es estar presente, sentir, experimentar. Una cita literal de Albert Einstein, citada en el libro Asumir lo efímero de la existencia dice: “La persona que no ha encontrado ningún sentido a su vida, no solo es infeliz, sino también incapaz de vivir”. Según Victor Frankl, todo ser humano busca encontrarle un sentido a la vida para poderla vivir y valorar. Por esto es que hay que vivir esta etapa educativa al máximo, activando todos nuestros sentidos (estar, sentir, experimentar).

Una de las decisiones más importantes de una persona es, decidir qué carrera estudiar o hacia dónde (qué dirección) quiere dirigir su vida. Lo que decidas hacer hoy, tiene su efecto hoy, pero también lo tendrá en el mañana. Por lo tanto, te invito a que imagines tu vida de la siguiente manera. Imagina tu vida como un viaje: Primero: Necesitas un destino. El destino al cual quieres llegar te provee dirección, motivación y entusiasmo. Segundo: Necesitas un medio de transporte, el cual te permitirá llegar a tu destino. Así es la vida y la educación. Estoy segura de que todos tienen un destino (una meta) que desean alcanzar. Sin embargo, al igual que los viajes, en el camino puedes encontrarte con obstáculos en la carretera, desperfectos mecánicos en el medio de transporte, desvíos, etc. A esto yo le llamo “situaciones inesperadas”. ¡No están en tu control! No obstante, la forma en que respondes, depende de ti.

- ¿Cuál es tu destino?
- ¿Dónde te ves profesionalmente?
- ¿Hacia dónde quieres llegar?
- ¿Crees que puedes lograrlo?
- ¿Qué necesitas para lograrlo?

¡VÍVELO! El momento para vivir y disfrutar la travesía del viaje es ahora. Sentirás gran satisfacción al llegar a tu destino.

Nuestros estudiantes

Cierre de campamento Manatí

Cierre de campamento San Sebastián

Cierre del primer semestre académico. Taller dirigido por Nilsa Torres, Consejera Profesional en Manatí

Estudiantes Alshayra González y Valeria Cancel Recinto de Hato Rey. Actividad Amor también es...junto al Centro de Apoyo Psicosocial de Hato Rey

Nuestros estudiantes

Estudiante Jen Vélez participó en la Feria de Salud en la Comunidad Jurutungo en Hato Rey

Estudiante Zoremelys Rivera, una de sus fortalezas es cantar y tuvo una participación importante en el cuadro de honor de Manatí. En esta foto posa junto a la Consejera Profesional Nilsa Torres

Equipo NWDP en Acción

Orientación escuelas en Manatí

Cierre primer semestre EDP Manatí

Capacitación en Savannah Georgia

Justa Universitaria EDP Hato Rey

Equipo NWDP en apertura EDP Caguas

Promoción Beca NWDP en Montehiedra

Orientación en Justas Universitaria EDP Hato Rey

Contáctanos

Obtenga más información sobre el programa y las Becas NWDP

560 Ave. Ponce de León
San Juan, PR 00918
5to piso, Oficina de facultad

787-765-3560
x 2249/2251/2354

nwdp@edpuniversity.edu

¡Conócenos!

https://edpuniversity.edu/becas_enfermeria/