

Fecha: 03-11-2022

Medio: El Mercurio

Supl.: El Mercurio - Cuerpo A

Tipo: Ciencia y Tecnología

Título: Universidades chilenas se unen para proteger la salud mental de sus estudiantes

Pág.: 10

Cm2: 679,2

VPE: \$ 8.922.171

Tiraje:

Lectoria:

Favorabilidad:

126.654

320.543

■ No Definida

Iniciativa del Consejo de Rectores, que reúne a 30 casas de estudio:

Universidades chilenas se unen para proteger la salud mental de sus estudiantes

Ayer se realizó el lanzamiento de la Comisión de Convivencia Universitaria de Salud Mental, que tiene entre sus objetivos conocer cuáles son los principales problemas que aquejan a los alumnos y elaborar estrategias de intervención y prevención.

C. GONZÁLEZ

Estrés, ansiedad y depresión son algunos de los problemas de salud mental que acompañan a un número importante de universitarios chilenos, y los últimos dos años de pandemia han agudizado estos trastornos, los que se han hecho más evidentes con el retorno a la presencialidad.

Así lo han podido constatar las 30 universidades pertenecientes al Consejo de Rectores (CRUCH): los alumnos requieren mayor apoyo en salud mental y, además, la convivencia se ha deteriorado, en relación con lo que se observaba antes de la crisis sanitaria.

Como una forma de afrontar esta realidad, los rectores acordaron crear, en julio pasado, la Comisión de Convivencia Universitaria de Salud Mental, con el objetivo de abordar estos temas de manera sistemática y a largo plazo, a la vez que proponer líneas de acción que favorezcan el cuidado de los estudiantes.

La iniciativa fue lanzada oficialmente ayer, durante una reunión en la Casa Central de la U. de Chile, cuya rectora, Rosa Devés, encabezará la comisión, junto a la rectora de la U. Metropolitana de Ciencias de la Educación, Elisa Araya, y el rector de la U. Católica, Ignacio Sánchez. Representantes de otras 13 casas de estudios conforman también la comisión. "Preocuparnos colectivamente del bienestar de nuestra comunidad, especialmente de nuestros y nuestras estudiantes, es uno de los principales desafíos en la actualidad", dice Devés.

"El quehacer académico debe fundarse en una comunidad cohesionada, tranquila, motivada y segura. Por ello, el estímulo al trabajo bien hecho debe ir asociado al apoyo y al cuidado para que todos y todas puedan desplegar su potencial y cumplir con sus funciones con exce-

lencia y compromiso", agrega.

Sin embargo, complementa Sánchez, "tenemos un número importante de estudiantes que requieren apoyo de salud mental, que han tenido crisis, que han tenido situaciones muy duras en términos de su estabilidad y seguridad personal, y eso genera daño a las personas y también una situación muy compleja en el entorno".

Lo anterior "tiene influencia en la convivencia y vida cotidiana en las universidades, por lo que la posibilidad de diagnosticar adecuadamente esta temática, así como proyectar cursos de acción que permitan su solución, son desafíos de la mayor importancia para el CRUCH", agrega el vicepresidente ejecutivo de la entidad y rector de la U. de Tarapacá, Emilio Rodríguez.

Alta prevalencia

Con el retorno a las clases presenciales, "se ha observado que un número importante de estudiantes requiere apoyo de salud mental, puesto que han presentando síntomas ansiosos y depresivos en mayor proporción, comparado con el período prepandemia. Además, se ha visto un deterioro en la convivencia

Panorama

Un estudio sobre salud mental en universitarios, realizado a mediados de 2020, con entrevistas a 5.037 estudiantes mayores de 18 años que cursaban diferentes carreras en Santiago, reveló una alta prevalencia de estrés (54,6% de los encuestados), de ansiedad (37,9%) y depresión (37,1%). El trabajo, realizado por investigadores de las universidades de los Andes y de Talca, y del Núcleo Milenio para Mejorar la Salud Mental de Adolescentes y Jóvenes (Imhay), también mostró que un tercio de los alumnos (32,5%) presentaba insomnio y el 20,4% riesgo suicida.

universitaria producto de las secuelas de la pandemia, el mal uso de redes sociales, y un aumento en las agresiones en términos de género y a la dignidad de las personas", dice Rodríguez.

Un reflejo de esta realidad lo aportan Mónica Guzmán, decana de la Facultad de Humanidades de la U. Católica del Norte (UCN), y Vianca Vega, directora de la Dirección General Estudiantil de la misma institución: "Desde el año 2020 se ha evidenciado un incremento en la demanda de acompañamiento psicológico por parte de los alumnos. A modo de ejemplo, el año 2019 se realizaron 3.158 atenciones, mientras que el 2020 fueron 4.510 y el 2021, 7.583". Las principales consultas están asociadas a síntomas de

ansiedad y estrés.

Estas patologías se asocian, además, a licencias o interrupción de los estudios. "Muchos de estos estudiantes requieren reposos académicos prolongados por motivos de salud mental. Aproximadamente, un 20% de los estudiantes requiere este tipo de certificación", cuenta Viviana Guajardo, directora de Salud Estudiantil de la Vicerrectoría de Asuntos Estudiantiles y Comunitarios de la U. de Chile.

Junto con el impacto a nivel personal y familiar, estos trastornos afectan la socialización, el aprendizaje y el rendimiento académico, e incluso pueden causar deserción. "Los trastornos de salud mental son tremendamente discapacitantes, sobre todo si empiezan a desarrollarse

temprano en la vida", comenta Ricardo Araya, premio nacional de Ciencias Aplicadas 2022, profesor e investigador del King's College de Londres e investigador senior del Núcleo Milenio Imhay, quien durante la jornada dictó la conferencia "Salud mental en estudiantes universitarios".

El experto advierte que la prevalencia de estos problemas en jóvenes "es bastante más alta que en población adulta" (ver recuadro).

De allí que en una primera etapa de trabajo de la comisión, se hará un análisis para conocer cuáles son los principales problemas que aquejan a los alumnos y, a partir de ello, elaborar estrategias de intervención y prevención. Esto va de la mano con "establecer una línea de base en torno a lo que las universidades han realizado previamente", dice Rodríguez. "Cada universidad tiene sus propias maneras de pesquisar y prevenir, pero lo que queremos potenciar es la colaboración entre las universidades".

En esa tarea, Araya enfatiza que es importante escuchar y conversar con los jóvenes. "Desarrollar estrategias de detección y apoyo que sean al estilo de ellos, y con su participación".



El retorno a clases presenciales significó en muchos casos dejar en evidencia problemas de salud mental y de convivencia entre los alumnos.