

Uno de cada 3 universitarios enfrenta problemas de salud mental, según diagnóstico del Cruch

UES EN ALERTA. Informe elaborado por 21 instituciones integrantes del Consejo de Rectores de las Universidades Chilenas (Cruch) revela una crisis transversal en la convivencia y el bienestar estudiantil. Desde la UCT proponen abordar la salud mental desde una mirada comunitaria y corresponsable.

Carolina Torres Moraga
 carolina.torres@australtemuco.cl

Un 33% de los estudiantes universitarios enfrenta en la actualidad problemas de salud mental que se traducen principalmente en ansiedad, depresión, adicciones y hábitos poco saludables, afectando no sólo sus estudios, sino también sus relaciones humanas y bienestar general.

Este diagnóstico forma parte del documento denominado "Bienestar Universitario: Claves para la Convivencia y la Salud Mental", elaborado por la Comisión de Convivencia Universitaria y Salud Mental del Consejo de rectores de las Universidades Chilenas (Cruch), marcando un hito en la búsqueda de soluciones para los desafíos de convivencia y bienestar dentro de las universidades.

La Universidad Católica de Temuco (UCT), a través de la decana de la Facultad de Ciencias de la Salud, Bertha Escobar Alaniz, fue parte activa en la elaboración de este diagnóstico transversal a las distintas realidades universitarias y donde las cifras nacionales, también se pueden extrapolar a las urgencias regionales.

"Este diagnóstico hace un llamado a no desligar la salud



ARCHIVO AGENCIA UNO

LA VIRTUALIZACIÓN DEL VÍNCULO SOCIAL, LAMENTABLEMENTE HA DEBILITADO LOS ESPACIOS DE ENCUENTRO Y SOCIALIZACIÓN ENTRE PARES.

mental de la convivencia. Ambas están profundamente conectadas: una mala convivencia afecta la salud mental y viceversa", explicó la decana, quien al mismo tiempo destacó la profundidad del análisis y la urgencia de repensar las estrategias institucionales desde una mirada más comunitaria.

Uno de los principales riesgos, según Escobar, es individualizar el problema, al enfocarse únicamente en diagnósticos clínicos de ansiedad o depresión sin considerar los factores

estructurales o comunitarios que inciden en el bienestar estudiantil.

"Cuando se individualiza el problema, se tiende a patologizar y eso nos aleja de construir comunidades universitarias más saludables", advirtió, por lo que considera esencial no centrarse en las patologías (patologizar) como tales porque eso también tiende a estigmatizar.

El informe también identificó una serie de nudos críticos. Entre ellos la alta demanda hacia las universidades para abordar

problemáticas complejas de salud mental, sin que existan los recursos adecuados. A esto se suman leyes clave y muy necesarias como la Ley de Violencia de Género, la Ley de Inclusión o la Ley Karin.

Otro nudo crítico es la preocupante baja participación estudiantil en la vida universitaria. Según la decana, la pandemia, el uso excesivo de redes sociales y la virtualización del vínculo social han debilitado los espacios de encuentro y socialización entre pares. "Antes los patios esta-

ban llenos. Hoy los estudiantes vienen a clases y se van. El convivir se ha vuelto difícil y eso es clave porque uno aprende a convivir... conviviendo", reflexionó.

Escobar también fue enfática en señalar que la generación actual ha crecido sin modelos consistentes de contención emocional, lo que plantea un desafío formativo mayor para las instituciones de educación superior. "No me gusta hablar de generación de cristal. Esta generación fue criada con celulares,

con poca supervisión y ha normalizado interacciones violentas en redes. Necesitan espacios donde puedan aprender contención emocional y resolución de conflictos de manera positiva", afirmó.

POLÍTICA INTEGRAL

El informe promueve una serie de recomendaciones concretas: avanzar hacia modelos de atención multinivel con foco en la promoción y prevención, fortalecer la participación estudiantil, y reemplazar los enfoques punitivos por estrategias de justicia restaurativa que promuevan la responsabilidad y la reparación en contextos de conflicto. "No se trata sólo de castigar. Se trata de formar", indicó la decana.

Además, se enfatiza que cualquier política de salud mental debe construirse con los estudiantes, no para ellos, reconociendo sus propuestas y creatividad.

Finalmente, el informe establece un plan de trabajo para los años 2025-2026, el cual será retoolingado con un nuevo informe en 2027. "Nuestra gran misión es formar desde el respeto, el afecto y el ejemplo. Como docentes, debemos modelar el buen trato y la sana convivencia, porque eso también es parte del aprendizaje", concluyó. 