



PUCP

CONECTADOS

Salud mental en las universidades: problemáticas y experiencias de abordaje en el contexto de la pandemia

María Raguz

Pontificia Universidad Católica del Perú

DIGESU-MINEDU, Setiembre 29 de 2020

Tema 1. Afectación de la salud mental de la comunidad universitaria, en el contexto de pandemia: abordar problemáticas visibilizadas en los diversos actores de la comunidad con énfasis en las y los estudiantes

- ▶ Salud Mental: OMS definición integral, de bienestar, no sólo ausencia de desórdenes mentales. La salud mental es un estado de bienestar en el que la persona es capaz de hacer frente a los numerosos factores de estrés de la vida, desplegar todo su potencial, funcionar de forma productiva y fructífera y contribuir a su comunidad.
- ▶ Contexto de Pandemia: no sólo en universitarios/as, en todas las personas, afectación de la salud mental. No sólo es el efecto en el o la estudiante sino sus familias, amigos, parejas, entorno, hasta lo macro: el país y el mundo. Encuesta Nacional DATUM en julio, Valores y Ciudadanía del Proyecto Especial Bicentenario, reveló que solo 2 de cada 10 peruanos confía en los demás, y 7 de cada 10 quiere recuperar la confianza; la solidaridad es el principal valor en tiempos de pandemia. Un 46% de consultados creía que su situación iba a “ser mejor” en julio del 2021; un 27% “no lo sabía”; mientras que un 19% aseguraba que “estaría igual” y un 8% sentía que “empeoraría.”
- ▶ Es no sólo una crisis “sanitaria”, biomédica, de diagnóstico y tratamiento del COVID-19 y de su prevención, sino que es una crisis de salud integral, aunada a una crisis económica y a una crisis social... Todo ello afecta a nuestras comunidades universitarias, al estudiantado, a las y los docentes y autoridades, al personal administrativo... y, como siempre, la interseccionalidad hace que a unos les afecte de mucho peor forma que a otros en mayor vulnerabilidad y riesgo no sólo por razones de comorbilidad o edad, sino por exclusiones y violencias varias de nuestro país tan desigual, como claramente se ha evidenciado con la pandemia.

- ▶ La APA habla de una crisis de la salud mental por la pandemia, con estrés, ansiedad, depresión y desesperanza generalizados, de un trauma en la salud mental comunitaria y del rol de la Psicología en lidiar con estas situaciones que requieren abordaje multidisciplinar y sus efectos de largo alcance.
- ▶ Naciones Unidas habla de Covid-19 y Salud Mental y Bienestar, y señala que es urgente abordar el miedo, la desinformación, la angustia, las pérdidas, la incertidumbre. Señala la especial vulnerabilidad del personal en primera línea, las personas mayores y con problemas de salud preexistentes, niños, mujeres, personas en entornos de conflicto... y también las y los jóvenes, ya que en ellos tienden a aparecer problemas en esta etapa de desarrollo.
- ▶ Este es el contexto, para unos peor que para otros, de nuestros universitarios.

Datos PUCP:

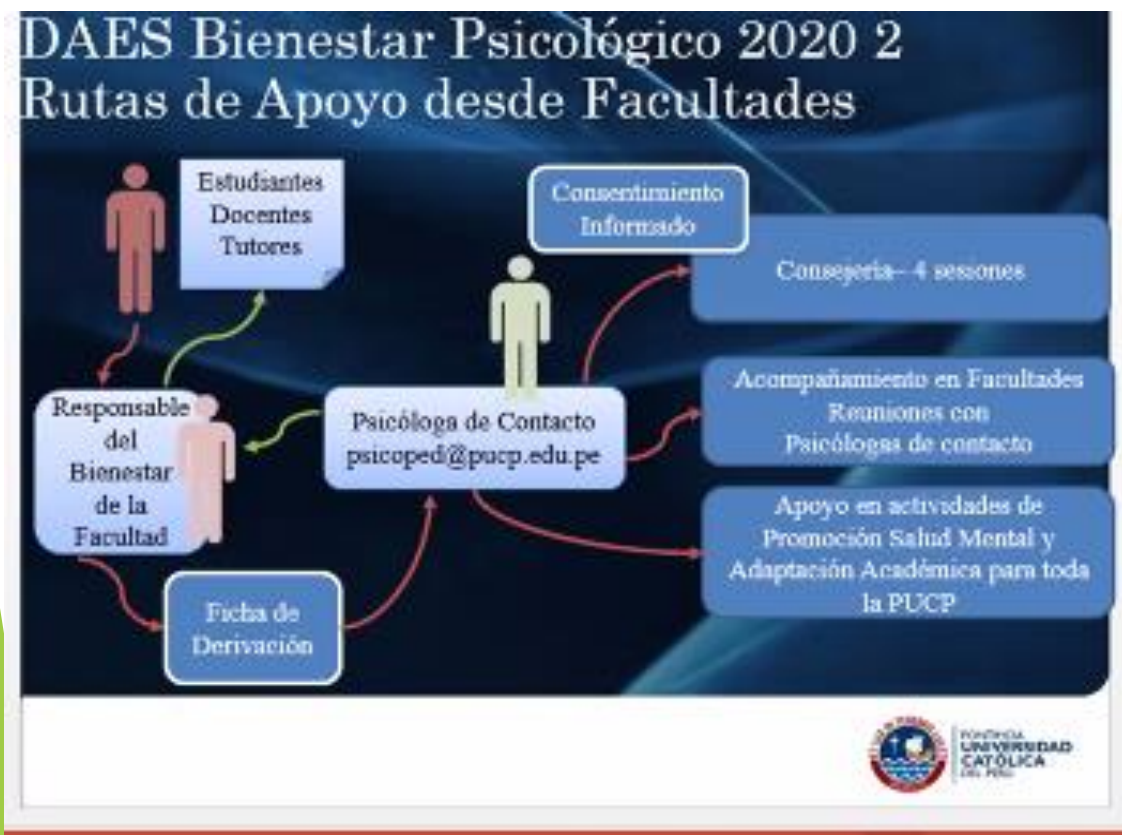
- ▶ Desde inicios de la pandemia venimos diagnosticando y evaluando la situación de nuestros estudiantes y docentes y diseñando tomando medidas e intervenciones al respecto, como facilitar la adecuación a la educación a distancia, pero también, tener en cuenta el impacto sobre la salud mental. Estamos reestructurando las oficinas de la Dirección Académica del estudiante, para incluir temas de PUCP Saludable, y articular programas de y servicios de OSOE. También se está coordinando con la DGTH, todo esta más aún desde que se ha puesto en marcha el Comité de Cuidado y Promoción de la Salud Mental.
- ▶ Algunos datos recientes proporcionados por once de las 15 Facultades de la PUCP en setiembre:
 - ▶ La gran mayoría atribuye enorme importancia la SM del estudiantado (5 le otorgan 10/10, tres entre 8 y 9; y sólo dos le atribuyen mediana importancia (pero una de ellas tiene muchas acciones relativas a la salud mental)).
 - ▶ Algunas facultades también relavan la SM de las y los docentes y de los administrativos.
 - ▶ Prácticamente todas señalan, como problemas de estudiantado pero que se han visto exacerbados por la situación de emergencia, **el estrés, la ansiedad y la depresión**. Algunas facultades dan cuenta de diagnósticos y desórdenes previos, como Asperger, TOC, ataques de pánico, bipolaridad, autismo. En otras se habla, también, de acoso sexual y de hostigamiento. Alguna menciona el maltrato como un tema adicional, y se destaca que es muy común el miedo, la inseguridad, el temor a la falta de estructura o predictibilidad o control, la desconfianza a instituciones y autoridades dentro y fuera del campus, incluyendo la familia. Las violencias, en la pandemia, dentro del campus y en los hogares o por las redes sociales ha tomado otras intensidades y formas de expresarse. Algunas facultades encuentran que los problemas emocionales se traducen en desmotivación, ausentismo,

- ▶ Pareciera existir, también, una hipersensibilidad y marcada crítica con disminuida autoinculpación o aceptación de responsabilidad. Evidentemente las pérdidas y duelos dan un cariz diferente a la situación. Una de las facultades nota que se han cuadruplicado los problemas de salud mental en estudiantes en esa unidad, detallando una variedad de afectaciones desde lo que llaman Socioemocionales (comunicación asertiva, Baja autoestima, manejo de la ansiedad y estrés, inmadurez emocional); como Familiares (Comunicación, fallecimiento de familiares, alumnas migrantes con familias fuera de Lima); o De pareja (problemas de comunicación, desconocimiento en temas de salud sexual y reproductiva); Académicos (vocación docente, gestión del tiempo, estrategias de estudio); o de Discapacidad Psicosocial (diagnóstico y tratamiento en trastornos de ansiedad, depresión, trastorno límite de la personalidad).
- ▶ Junta de Decanos ahora con matriz de acciones y necesidades en SM de comunidad universitaria está conociendo qué hace cada facultad con miras a articular y potenciar esfuerzos y mejorar la respuesta, articulando también con otras instancias. Hay oficinas de Bienestar en algunas facultades, de Tutoría o de Orientación en otras, muy diversas modalidades. Sobre todo, protocolizar respuestas y rutas.
- ▶ El CEPsicol Federado indagó este junio por las buenas y malas prácticas docentes y algo que es importante, en este contexto de pandemia, para el bienestar estudiantil, es la empatía, lo mismo que la comprensión y el diálogo, “buscando comprender las dificultades que pueden presentarse a raíz de la pandemia y la cuarentena, les preguntan sobre su sentir con el desarrollo del curso y validan su experiencia”. Fue lo más crítico al evaluar malas prácticas de algunos docentes y estamos trabajando con ellos en reflexionar sobre cómo mejorar. También hemos trabajado en virtualizar y protocolizar los casos de reclamos y denuncias por parte de las y los estudiantes.
- ▶ Ejemplo curso de Prácticas Preprofesionales en Psicología. Sólo a distancia. No sólo el tema de riesgo de infectarse ellos/as sino de infectar a familiares. Mucha presión en centros a presencialidad.

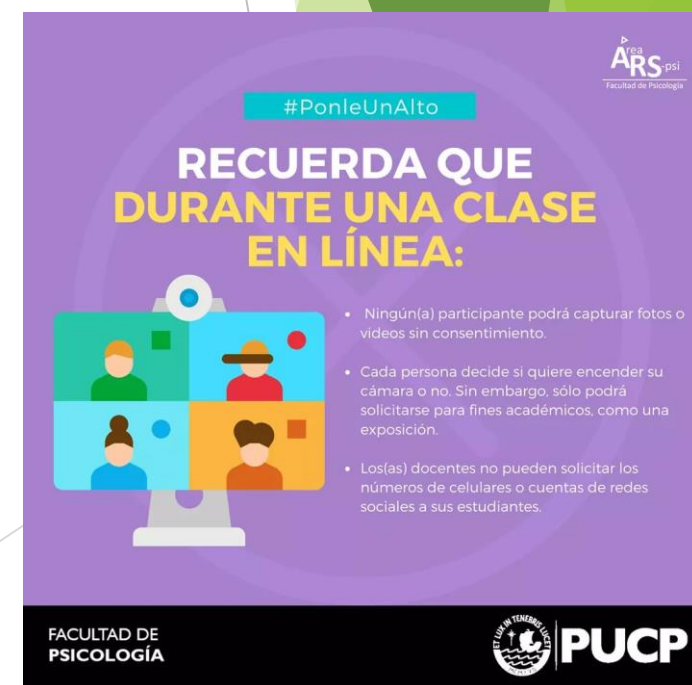
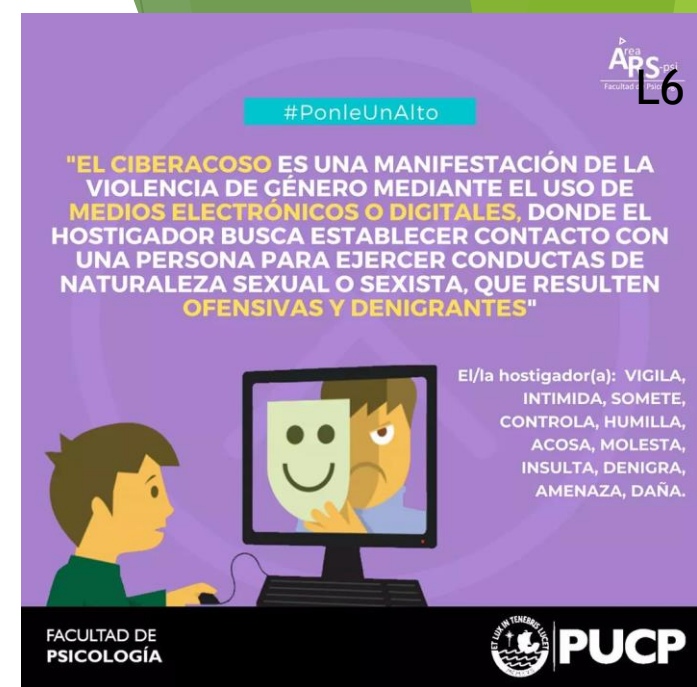
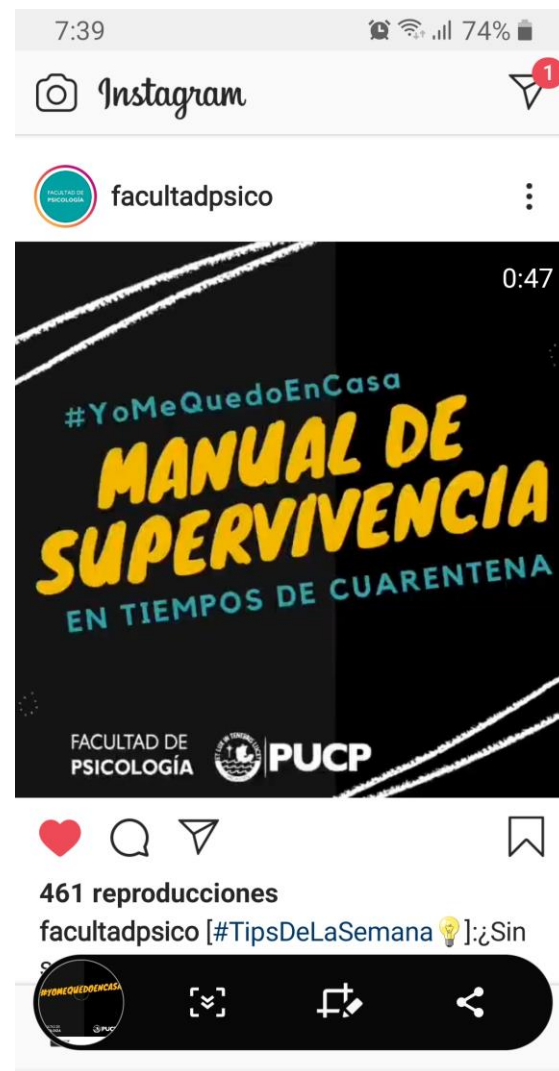
Encuesta a docentes de la Comisión Curricular de Psicología PUCP en Mayo sobre la experiencia de virtualización, relevó varias cosas, en términos de salud mental:

- ▶ Aunque muy satisfechos con aprendizajes de nuevas metodologías y herramientas y materiales, y con tener que desarrollar nuevas estructuras y planificaciones, y sintiendo se desarrolla más la autonomía de los y las estudiantes y nuevas competencias
- ▶ Las y los docentes expresaron sentir:
 - ▶ Recarga de trabajo (especialmente madres/padres con hijos pequeños o con educación a distancia de hijos interfiriendo con el trabajo)
 - ▶ Dificultades tecnológicas y con las nuevas herramientas
 - ▶ Algún nivel de problemas con la participación, la comunicación y el vínculo con los estudiantes.
 - ▶ Algunos casos refirieron problemas familiares y personales que habían dificultado su rol como docentes.

Tema 2. Estrategias y recursos desplegados por la universidad para la atención a esta afectación (canales, tipo de actores, qué funcionó, que no funcionó, qué se va a implementar, etc.)



OSOE, Tutoría, PUCP Saludable.... Ahora se Articulan en respuesta a la Covid-19



- ▶ **PUCP Política Institucional de Salud Mental 2019** cuyo objetivo es: Generar mecanismos para la promoción, prevención y atención de la salud mental de todos los miembros de la comunidad universitaria desarrollando protocolos de acción para todas ellas.
- ▶ **Salud mental:** Se entiende la salud mental como un proceso dinámico de bienestar, producto de la interrelación entre factores individuales, sociales, ambientales y situacionales que promueven el desarrollo de los potenciales del individuo. Como proceso, la salud mental implica el despliegue de diversas habilidades como el poder afrontar los conflictos y el estrés cotidiano de la vida, de maneras constructivas, la capacidad de realizar actividades productivas y fructíferas y contribuir de manera significativa con el propio entorno (OMS, 2004). En este sentido positivo, la salud mental es el fundamento del bienestar individual y del funcionamiento eficaz de la comunidad.
- ▶ Principios orientadores de la Política de Salud Mental:
 - ▶ Generación y toma de conciencia sobre la importancia de la salud mental entre los miembros de la comunidad. Promoción de la salud mental, haciendo de la Universidad un entorno que favorezca el bienestar y desarrollo de los potenciales de los individuos.
 - ▶ Prevención y detección precoz de dificultades en torno a la salud mental de estudiantes, docentes y personal administrativo de la PUCP.
 - ▶ Generación de las condiciones para la atención y/o derivación de aquellos casos que presenten dificultades.

- ▶ **Acciones:** La Política de Salud Mental de la PUCP busca asegurar las condiciones para fomentar la adaptación saludable de los miembros de la comunidad a su entorno. Para lograrlo, la Universidad se compromete a cumplir con lo siguiente:
 - ▶ Promover un campus libre de estigma, exclusión y discriminación hacia las personas con problemas de salud mental.
 - ▶ Promover espacios de trabajo y aprendizaje saludables.
 - ▶ Desarrollar campañas y materiales informativos sobre la importancia de la Salud Mental y sobre los servicios y procedimientos a seguir en caso de dificultades.
 - ▶ Crear protocolos de acción para la atención y seguimiento de aquellos miembros de la comunidad que presenten dificultades.
 - ▶ Crear un sistema de información y comunicación interna para el seguimiento de casos con dificultades, respetándose la confidencialidad.
 - ▶ Proveer guía y capacitación al personal administrativo y docente involucrado en el soporte y atención de los estudiantes.
 - ▶ Revisar y actualizar periódicamente los procesos y mecanismos de prevención, promoción y atención de la salud mental en la PUCP.
 - ▶ Elaborar el Reglamento respectivo y elevarlo al Consejo Universitario, para su discusión y aprobación.
- ▶ **Responsable:** Comité de promoción y cuidado de la salud mental presidido por una profesora Principal TC del Departamento Académico de Psicología, propuesta por el Rector y ratificada por el Consejo Universitario), las Directoras de la Dirección Académica del Profesorado, de Gestión del Talento Humano, el Jefe del Servicio de Salud, Jefe de Oficina de Servicios de Orientación al Estudiante, la Decana de la Facultad de Psicología elegida por los decanos y la Jefa del Departamento de Psicología elegida por los Jefes, y un representante de la REA, nombrados por el Consejo Universitario por un plazo de 3 años. El Comité se conformó en setiembre de 2020.

Tema 3: Recomendaciones a la comunidad universitaria para el cuidado de su salud mental, con énfasis en las y los estudiantes. (orientaciones concretas, espacios web de recursos, etc.)

- ▶ Hay extensa bibliografía y experiencias basadas en evidencia en diversos contextos, hay que evaluar replicabilidad y diferencias culturales y demás.
- ▶ Hay que tener enfoque de derechos humanos, de desarrollo, de género y, más aún, de interseccionalidad
- ▶ Trabajo multinivel a corto, mediano y largo plazo
- ▶ Trabajo con la comunidad. En universidades, trabajo articulado, integral y con toda la comunidad, con protocolos claros y bien diseminados. Sistematizar experiencias, evaluar prácticas, decidir con base a evidencia y ciencia, y con cuidado ético.
- ▶ Raíces estructurales de las expresiones de la pandemia: pobreza, exclusión, violencia, corrupción, pobre inversión en salud, educación, desarrollo, ciudadanía, etc.
- ▶ En salud no quedarse en atención, enfatizar prevención y promoción, salud mental comunitaria y políticas públicas