

## **CONSEJERÍA EN EL MARCO DE LA SALUD MENTAL COMUNITARIA EN LA FACULTAD DE CIENCIAS EXACTAS Y NATURALES DE LA UNCUYO**

Palabras Clave: consejería- salud mental-bienestar comunitario

Autores: Analía Del Río; Romina Riveros

Institución: Facultad de Ciencias Exactas y Naturales UNCuyo

Correo: [anadelrio2011@gmail.com](mailto:anadelrio2011@gmail.com)

### INTRODUCCIÓN

La situación de emergencia sanitaria que transitamos durante los años 2020 y 2021 modificó de manera sustancial las realidades cotidianas de los seres humanos y principalmente, de los grupos más vulnerables. En este sentido, la situación de aislamiento generó un enorme impacto individual, social y familiar.

El Informe 2020 de las Naciones Unidas sobre la crisis de la pandemia advirtió la necesidad de actuar en relación con la salud mental. “Una adecuada salud mental es fundamental para el buen funcionamiento de la sociedad, incluso en las mejores circunstancias, y debe ocupar un lugar prominente en las medidas de los países de respuesta a la pandemia de COVID-19 y de recuperación posterior. La salud mental y el bienestar de sociedades enteras se han visto gravemente afectados por esta crisis y es prioritario ocuparse de esos dos elementos de forma urgente”. (UNESCO, 2020,p.3).

Esta realidad expuso la necesidad de generar espacios de cuidado y de acompañamiento de la salud mental, entendiendo a la misma como parte fundamental de la salud, determinada por componentes históricos, socioeconómicos, culturales, biológicos y psicológicos cuya preservación y mejoramiento implica una dinámica de construcción social vinculada a la concreción de los derechos humanos y sociales de todas las personas (Ley Nacional de Salud Mental 26.657/2010; Decreto Reglamentario 603/2013).

En este sentido, desde el Servicio de Apoyo Pedagógico y Orientación al Estudiante se propuso repensar y construir espacios en donde todos los sujetos involucrados en el proceso institucional tuvieran la oportunidad de pensarse en el hacer, con el objetivo de participar en el afianzamiento de un proyecto de educación que contempla al sujeto en todas sus dimensiones, reconociendo y respondiendo a su diversidad, teniendo en cuenta su historia vital y pedagógica, entendiendo que el aprendizaje no se remite sólo a la apropiación de saberes específicos para el ejercicio de ciertas profesiones, sino a la construcción y reconstrucción subjetiva que el sujeto realiza de sí mismo, de los otros y de su entorno.

Los dispositivos que propusimos en el Proyecto de Salud Mental presentado en diciembre de 2021, se enmarcaron en los resultados de las encuestas aplicadas a docentes y estudiantes de la facultad a fines del año 2021, los cuales reflejaron el gran impacto de la pandemia en la salud mental de nuestra comunidad educativa.

Con el fin de promover el bienestar comunitario la propuesta estuvo orientada a la reconstrucción y fortalecimiento de los vínculos y lazos sociales en nuestra comunidad educativa.

Partimos de la concepción de Participación Social donde se denotó una participación activa de la comunidad en el establecimiento de prioridades, la toma de decisiones y la planificación e implementación de estrategias para el logro de una mejor salud. (OMS, 1986)

A través de las encuestas, pudimos escuchar, visualizar y ratificar las necesidades de nuestra comunidad; necesidades que si bien se estaban acompañando fue menester volver a enfatizar el trabajo para promover el bienestar de la comunidad educativa.

Una de las acciones que se propusieron para la reconstrucción de los vínculos y promoción de la Salud Mental fue la implementación del dispositivo de consejería en la Facultad, situado institucionalmente dentro de SAPOE.

Este dispositivo, denominado “La Consejería”, consistió en la instalación de un espacio de escucha activa y trabajo de las problemáticas de estudiantes y docentes a nivel subjetivo y relacional, siempre considerando la dimensión institucional y estableciendo límites que lo distancien de la lógica asistencial y/o terapéutica. Apuntando a la desestigmatización, y teniendo como objetivo fortalecer y promover la salud mental a partir de un espacio de escucha activa, explorando y promoviendo factores protectores e identificando factores de riesgo a fin de establecer estrategias preventivas y desempeñar nuestra función de corresponsabilidad.

En el presente trabajo, se pretende exponer datos relativos al impacto que tuvo este dispositivo, a más de un año de su creación.

#### OBJETIVO GENERAL:

Promover, proteger y cuidar la salud mental comunitaria a través de diversas líneas de acción dirigidas a los diferentes actores institucionales.

#### OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Mejorar el acceso a servicios de salud mental garantizando que todos los estudiantes tengan acceso a servicios de salud mental de calidad y accesibles.
- Fomentar un ambiente en la Facultad que reduzca el estigma asociado con los problemas de salud mental y promueva la apertura para buscar ayuda.
- Proporcionar programas de prevención y educación sobre salud mental para ayudar a los estudiantes a reconocer los signos de problemas de salud mental y aprender estrategias de afrontamiento.
- Ofrecer un espacio seguro y de apoyo donde los estudiantes puedan hablar sobre sus preocupaciones, desafíos y sentimientos.
- Ayudar a los estudiantes a desarrollar habilidades de autocuidado y resiliencia para gestionar el estrés y mantener un equilibrio emocional.

- Trabajar en estrecha colaboración con otros servicios universitarios, como asesoría académica y servicios de bienestar estudiantil, para abordar de manera integral las necesidades de los estudiantes.
- Monitorear y evaluar regularmente la efectividad de los servicios de consejería de salud mental para garantizar una mejora continua.

## METODOLOGÍA

La Consejería funciona en la oficina de SAPOE, dos veces por semana. Estudiantes y docentes tienen la posibilidad de acudir de manera espontánea o coordinar entrevista con anterioridad.

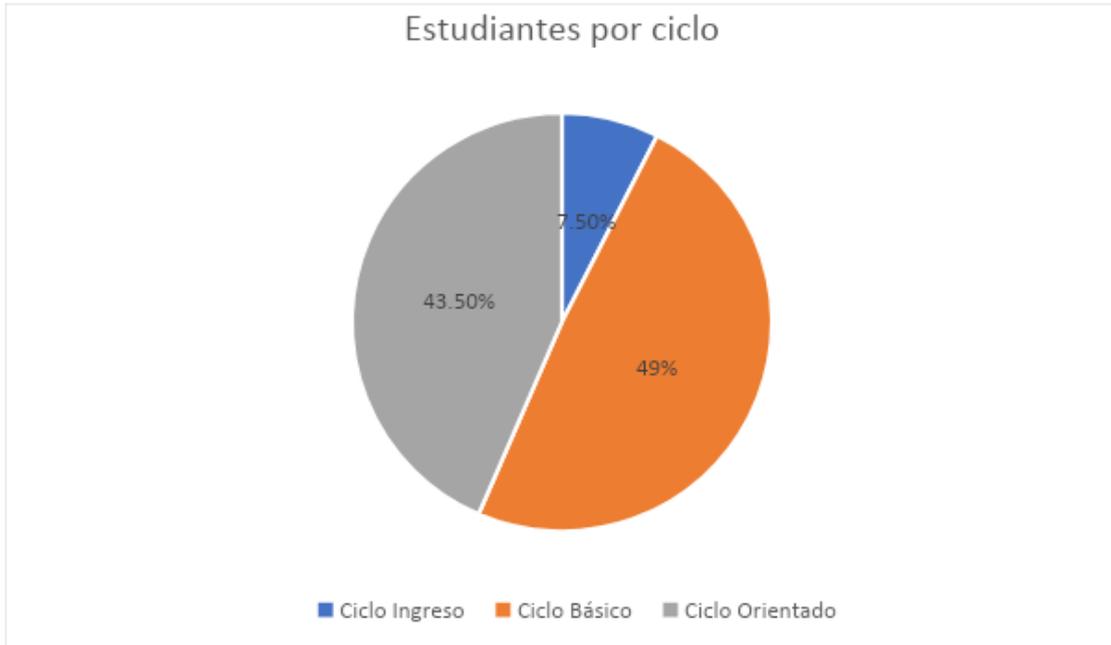
Se realizan entrevistas individuales, y de acuerdo con la situación se diagrama el acompañamiento.

El trabajo se registra a través de fichas personales de los estudiantes que acuden a la consejería, y se comparte a través de una planilla en Drive con el Decanato, indicando la problemática y la intervención realizada, resguardando identidad y datos confidenciales.

Los seguimientos se realizan a través de entrevistas presenciales, llamadas telefónicas y/o mensajes.

## RESULTADOS

En julio de 2023, desde la consejería se trabajaba en el acompañamiento y seguimiento de un total de 53 estudiantes.

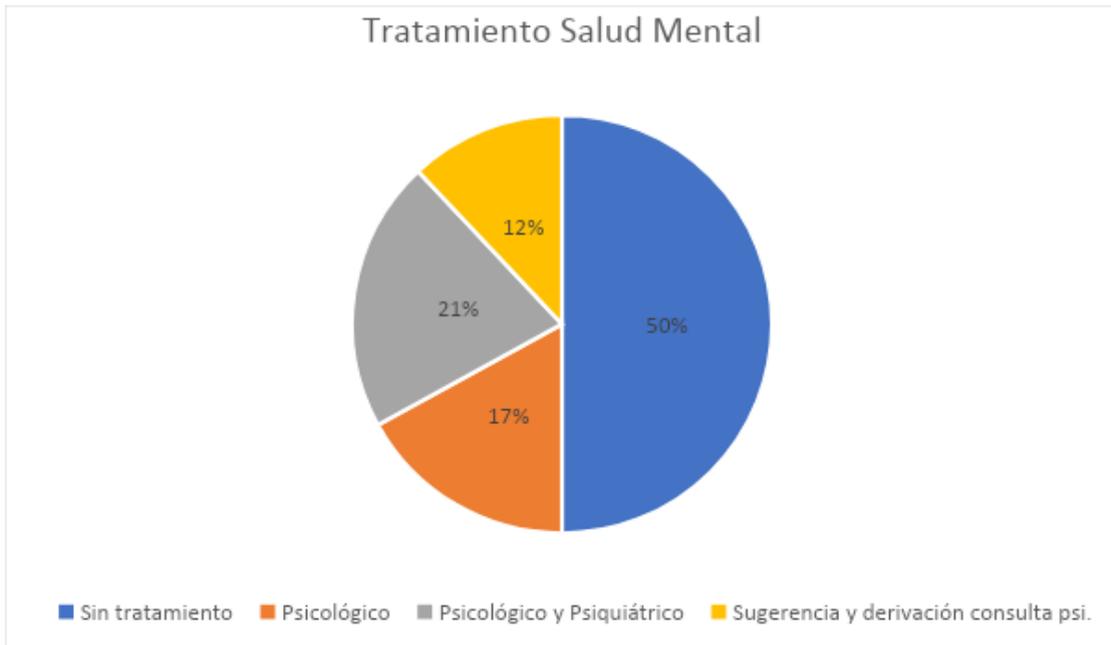


El 7,5 % correspondiente al Ciclo de Ingreso, con problemáticas relacionadas a la incertidumbre y a los temores propios del inicio de una nueva etapa.

El 49 % del Ciclo Básico, con dificultades relacionadas con la gestión del tiempo y la organización.

Y el 43,5 % perteneciente al Ciclo Orientado, con manifestaciones de aspectos subjetivos relativos al perfil profesional que devienen en presión y autoexigencias excesivas.

Sin embargo, en todos los casos se identificaron altos niveles de angustia relacionados a contextos familiares complejos, factores socioeconómicos críticos o situaciones específicas de salud mental, de impacto significativo en el desempeño académico.



Respecto al tratamiento en Salud Mental, el 21 % se encontraba en tratamiento psicológico y psiquiátrico, entre las problemáticas encontramos Trastornos de Ansiedad, Depresión, TEA, TDAH, Trastornos Psicóticos, Autolesiones, Intentos de Suicidio.

El 17 % realizaba sólo tratamiento psicológico, en general debido a un alto nivel de estrés, angustia y/o ansiedad.

El 12% comenzó tratamiento por sugerencia desde la consejería, en algunos casos se otorgó derivación por escrito, como así también se facilitaron contactos de profesionales y/o indicaciones específicas en caso de poseer obra social.

En aquellas situaciones de mayor complejidad, se contactó a los profesionales externos, y se ha llevado a cabo un seguimiento de manera interdisciplinaria.

## CONCLUSIONES

A más de un año de la creación de La Consejería, se ha logrado el abordaje y la orientación respecto a situaciones personales presentadas por estudiantes, que inciden en su desempeño académico.

Se han detectado urgencias y se han activado los protocolos de intervención, trabajando interdisciplinariamente con Salud Estudiantil.

El apoyo y el trabajo en equipo con los docentes con relación a las problemáticas de los estudiantes, ha sido fundamental para el abordaje de las mismas, así como también la intervención interdisciplinaria con profesionales externos.

Para finalizar, podemos afirmar que el impacto de la consejería ha sido positivo, se ha logrado la construcción de una identidad dentro de nuestra comunidad, muchos estudiantes llegan por recomendación de un compañero o de un docente. Actualmente el número de estudiantes que reciben acompañamiento asciende a 62.

Cada semana se reciben nuevos estudiantes que llegan de manera espontánea, y aquellos estudiantes que se encuentran trabajando en la consejería desde hace tiempo, manifiestan haber encontrado un espacio que les posibilita la construcción de estrategias para sostener su trayectoria partiendo de la situación única y particular de cada uno de ellos.

## **Bibliografía**

**BANG, Claudia (2010). La estrategia de promoción de salud mental comunitaria: una aproximación conceptual desde el paradigma de la complejidad.** II Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVII Jornadas de Investigación Sexto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

**Ley de Educación Nacional (2006).**

<https://www.argentina.gob.ar/normativa/nacional/ley-26206-123542>

**Ley de Salud Mental 26657 (2010).**

<https://www.argentina.gob.ar/normativa/nacional/ley-26657-175977/texto>

**NACIONES UNIDAS (2020). Informe de políticas: La covid -19 y la necesidad de actuar en relación con la salud mental.**

[https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/policy\\_brief\\_-\\_covid\\_and\\_mental\\_health\\_spanish.pdf](https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/policy_brief_-_covid_and_mental_health_spanish.pdf)

**OMS (1986): Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud.** Ottawa, Canadá.

**RESOLUCIÓN 245/98 del Ministerio de Salud y Acción Social de la Nación (20/04/1998).** Plan Nacional de Salud Mental. Actualizado por la Unidad Coordinadora Y Ejecutora De Salud Mental Y Comportamiento Saludable del Ministerio de Salud y Ambiente de la Nación. (2006).