



SALUD MENTAL EN UNIVERSITARIOS

Carolina Santillán Torres-Torija
Carrera de Psicología, Área de Desarrollo, Educación y Docencia, UNAM
carolina.santillan.torres.torija@gmail.com

Los datos de epidemiología psiquiátrica revelan desde hace más de una década la importancia de detectar tempranamente personas que se encuentran en riesgo por cuestiones hereditarias, por encontrarse un entorno socioeconómico adverso, o por la exposición que tiene un estrés relacionado con la pobreza y la desigualdad de desarrollar habilidades socio emocionales. Desde el año 2013 la UNAM FES Iztacala abre el Centro de Apoyo y Orientación para Estudiantes (CAOPE) con la finalidad de apoyar a aquellos que presenten alguna cuestión emocional que pueda verse beneficiada con atención breve con un modelo de Psicoterapia basada en la evidencia. En ese contexto aparece la estrategia Crisis, Emergencias y Atención al Suicidio (CREAS) que trabaja desde ese año atendiendo a un poco más de 100 estudiantes por semestre. Además de la Psicoterapia una de las estrategias más efectivas ha sido la prevención universal a través del entrenamiento en Guardianes de emergencia psicológicas. Esta estrategia lanzada por la Organización Mundial de la Salud tiene que ver con aumentar el conocimiento y las habilidades tanto del estudiantado, el profesorado, así como funcionarios y funcionarias para: 1. detectar señales tempranas de sintomatología depresiva y conductas asociadas al suicidio, 2. iniciar una conversación para motivar al estudiante a recibir apoyo profesional, y finalmente que, 3. la comunidad universitaria cuente con un directorio de referencia para canalizar a la persona lo más pronto posible. El objetivo de esta charla será presentar datos obtenidos durante cuatro años en estudiantes de conductas asociadas al suicidio así como hablar de las estrategias que la facultad ha empleado para apoyar en la atención de la salud mental de nuestros estudiantes. Algunas de estas estrategias forman parte del Comité Técnico de Salud Mental para la comunidad de la UNAM están próximas a difundirse desde el campus central.