

Un estudio revela que dos de cada diez jóvenes sufre alguna enfermedad mental - Diario Información - 10/02/2017

## Un estudio revela que dos de cada diez jóvenes sufre alguna enfermedad mental

► El trabajo de investigación, en el que colabora la UMH, evidencia que la mayoría de los afectados nunca ha visitado una consulta de psicología

JOSÉ A. MAS

■ Dos de cada diez jóvenes ha sufrido a lo largo de su vida alguna enfermedad mental y, en concreto, problemas de ansiedad, depresión o ha consumido sustancias estupefacientes. A esta conclusión ha llegado un equipo de investigación de la Universidad Miguel Hernández de Elche, que participa en un estudio internacional para identificar factores asociados a la salud mental en jóvenes que inician los estudios universitarios. No obstante, los investigadores de la UMH sostienen que este mismo porcentaje se puede extrapolar a los jóvenes que no van a la Universidad, así como a niños y a adolescentes, y que lo más alarmante es que la

gran mayoría, más del 75% de los afectados, nunca han acudido a una consulta psicológica.

El profesor de la Universidad Miguel Hernández José Antonio Piqueras apuntó que una de las causas por la que los jóvenes con problemas de salud mental no acuden a las consultas de los profesionales es porque les resulta difícil acceder a ellas. Piqueras aseguró que «hoy en día resulta más fácil acceder a otro profesional sanitario que a un psicólogo».

Al preguntar por conductas saludables, el 45% de los participantes en el estudio respondieron que realizan ejercicio ligero casi cada día, mientras que entre el 8% y 10% casi nunca o nunca hacen tres comidas equilibradas al día o duermen



Alumnos en el campus de la UMH de Elche. SERGIO FERRÁNDEZ

men al menos ocho horas. Con relación al bienestar psicológico, los resultados muestran que la mayoría de los participantes a menudo se han sentido optimistas frente al futuro (40%) y han afrontado bien los problemas (44%).

Este estudio forma parte de UniverSal (Universidad y Salud Mental) que es un proyecto coordinado a nivel estatal por el Instituto Hospital del Mar de Investigaciones Médicas (IMIM). El proyecto se inició en octubre de 2014 con el objetivo de identificar factores asociados al bienestar psicológico y a la salud mental en los jóvenes que

iniciaban por primera vez estudios universitarios, además de identificar aquellos factores que promueven o ponen en riesgo la salud mental. Este proyecto tiene una duración de tres años y forma parte de una iniciativa internacional desarrollada conjuntamente con la Universidad de Harvard y la Universidad Católica de Bélgica. Asimismo, se realiza en otros países representados en el consorcio World Mental Health College Surveys.

Durante el primer año se invitó a participar a 16.000 estudiantes de cinco universidades españolas, entre las que se encuentra la Uni-



versidad Miguel Hernández. Además de la UMH, participan la Universidad de Cádiz (UCA), la Universidad de les Illes Balears (UIB), la Universidad Pompeu Fabra de Barcelona (UPF) y la Universidad del País Vasco (UPV-EHU).

El equipo de la UMH está integrado por los profesores José Antonio Piqueras Rodríguez, Jesús Rodríguez Marín, María Teresa Pérez Vázquez y Victoria Soto Sanz. El proyecto UniverSal se enmarca dentro del proyecto UMH Saludable, cuyo objetivo es promocionar la salud en todos los ámbitos académicos, a través del desarrollo de una cultura de hábitos saludables, que incluye la formación en estilos de vida saludable.