elEconomista.es 04/10/2018

EL ECONOMISTA
Prensa: DIARIO
Tirada: 20.563
Valoración: 6.160 €
Sección: EDUCACION
Difusión: 13.847

UNIVERSITARIOS AL BORDE DE UN ATAQUE DE NERVIOS

La exigencia del sistema afecta a la salud de los estudiantes

Noelia García MADRID.

Uno de cada 10 universitarios españoles declara haber tenido pensamientos suicidas en el primer año de carrera, según datos del proyecto *Universal* (Universidad y Salud Mental), coordinado por el Instituto Hospital del Mar de Investigaciones Médicas (IMIM) y cuyos resultados se han publicado en la revista *Suicide and Life-Threatening Behavior*. Asimismo, algo menos del 1 por ciento ha declarado haber realizado una tentativa de suicidio en los últimos 12 meses, sin que se hayan detectado diferencias en función del sexo de los encuestados, según indica el Instituto. Cada año, entre 3.600 y 3.700 personas deciden acabar con su vida en España y son muchas más las que lo intentan. Esta lacra se cobra el doble de víctimas que los accidentes de tráfico y es, a día de hoy, la primera causa de muerte externa (por causas no naturales). Cabe destacar que en la población infanto-juvenil (entre 15 y 29 años) es la segunda causa de muerte general por detrás de los tumores.

De las 3.569 personas que se quitaron la vida en 2016 (tasa global de 7,6 por cada 100.000 habitantes), 247 tenían entre 15 y 29 años. Respecto al suicidio consumado se sigue repitiendo la histórica proporción de 75 por ciento, hombres, frente al 25 por ciento, mujeres.

El proyecto *Universal* se ha llevado a cabo a través de encuestas a 2.118 alumnos de cinco universidades españolas: Universidad Pompeu Fabra (UPF, Barcelona), Universidad de las Islas Baleares, Universidad del País Vasco, Universidad de Cádiz y Universidad Miguel Hernández (Elche, Alicante). Además, incluye el seguimiento durante varios años de los estudiantes, lo que permitirá identificar perfiles de riesgo individualizados.

En la misma línea, la Confederación Salud Mental España, que ha organizado la Jornada *Educación inclusiva, salud mental positiva,* en el marco del Día Mundial de la Salud Mental, que este año se centra en los jóvenes, desvela que el 30 por ciento de los jóvenes de entre 15 y 29 años de España (dos millones de personas) ha tenido síntomas de problemas de salud mental en el último año. De ellas, tan solo la mitad solicitó ayuda. Desde la propia entidad, denuncian que "es necesario fomentar un sistema educativo inclusivo que potencie las habilidades de cada niño o niña,

Pasa a la página siguiente >>>

EE

elEconomista.es 04/10/2018

EL ECONOMISTA
Prensa: DIARIO
Tirada: 20.563
Valoración: 5.653 €
Sección: EDUCACION
Difusión: 13.847

>>> Viene de la página anterior

que facilite la participación de todo el alumnado, que luche contra la exclusión y que permita a todos los jóvenes acceder a un aprendizaje de calidad".

Salvador Ruiz-Murugarren, médico psiquiatra del Hospital Universitario Príncipe de Asturias y profesor asociado de la Universidad de Alcalá de Henares, destaca que "uno de los factores relevantes en el momento de pensar en el suicidio es la sensación de no cumplir expectativas e incluso sentirse un estorbo para tu entorno (familiar o social). En el contexto vital de los estudiantes, tiene una especial importancia, dada la presión social y académica de la vida universitaria". Asimismo, afirma que "aprender desde pequeño a frustrarse y a volver a intentarlo es una de las estrategias más útiles para prevenir los actos suicidas en el futuro".

Por su parte, Irene Alústiza Quintana, especialista en Psicología Médica de la Clínica Universidad de Navarra, afirma que "en el caso de los estudiantes universitarios de primer curso, su dificultad para afrontar la nueva situación puede estar mediada por su menor disponibilidad de recursos psicológicos frente a otro grupo de edad. Además, la actual situación económica del país no resulta alentadora al dibujar un futuro todavía más incierto o incluso pesimista en cuanto a desarrollo profesional". Además, añade que "resulta esencial transmitir el mensaje de que el estudiante vale por lo que es y no por lo que obtiene, especialmente en cuanto a logros académicos. Asimismo, la educación emocional puede no solo facilitar la detección por parte del alumno de propias o ajenas situaciones de riesgo, sino el afrontamiento adaptativo de las diversas presiones ambientales".

En la misma línea, otro estudio internacional coordinado por Jordi Alonso y liderado por el *World Mental Health* mostró que uno de cada tres estudiantes (31,4 por ciento) ha sufrido algún trastorno mental en el primer año académico en la universidad y en uno de cada cinco casos (20,4 por ciento), los trastornos les han generado problemas de desarrollo, no solo a nivel académico, sino que ha habido una afectación de la vida social, las relaciones personales y del trabajo.

El lazo amarillo fuera de España es símbolo de prevención del suicidio. ISTOCK

Prevención escolar

El acoso escolar genera una presión, en ocasiones intolerable, viendo los jóvenes en el suicidio la única alternativa de escape posible. Por ello, existen programas específicos para la prevención del suicidio a nivel escolar que han demostrado eficacia. India, Washington o Nueva York son algunos de los lugares que han publicado buenos resultados, e incluso es posible comprar el programa de entrenamiento en DVD por un precio razonable para poner en marcha estos programas. Algunas universidades, como la china de Hong Kong, lanzó en 2013 medidas de emergencia para frenar estos sucesos, pero a pesar de esos "parches", las instituciones asiáticas continúan con un sistema muy competitivo y estructurado, con exámenes muy exigentes que arrancan en edades preescolares. También cabe destacar otro caso muy sonado en ese mismo año, cuando dos adolescentes se suicidaron en el Este de China por no haber logrado acabar sus deberes.

Los países asiáticos destacan por el mérito, el esfuerzo y la presión familiar

Los países asiáticos las claves del éxito son el mérito, el esfuerzo, la presión familiar y la segregación por sexos. El sistema es meritocrático de manera descarada (algunos podrían decir elitista) en su enfoque en la identificación y desarrollo del mejor talento, y se dirige al servicio público. Destacan por tener una alta proporción de alumnos en franjas de excelencia académica en el informe PISA. La importancia de la educación es una máxima en todas las familias que pueden a llegar a desembolsar grandes sumas de dinero por cada hijo para las clases de después de la escuela. El sistema está basado en la memorización, dejando de lado la comprensión conceptual y la creatividad. El objetivo principal es que los alumnos adquieran conocimientos.

A pesar de todo esto, algunos datos que nos sorprenden son que Singapur tiene una tasa más baja que algunas de nuestras comunidades autónomas, del 9,54/100.000. La alta proporción de alumnos por maestro es un gran problema en las escuelas de este país. La presión también se deriva de la propia estrucutra educativa, donde los alumnos del mismo año están separados en diferentes clases según los resultados y las evaluaciones. El concepto de *kiasu* en Singapur, una palabra el dialecto chino Hokkien que significa *miedo a perder*, puede explicar por qué los padres inscriben a sus hijos en clases extraescolares con la esperanza de que sobresalgan en los exámenes.

Felices y estresados

En relación a España, el informe de la OCDE relativo a Pisa 2015, *El bienestar de los estudiantes*, desvelaba que los estudiantes españoles tienen un nivel mayor de ansiedad y una dependencia a Internet por encima de la media de la OCDE. Concretamente, para la primera cuestión, el 48 por ciento siente tensión al estudiar (media OCDE: 37 por ciento), y el 67 por ciento se siente algo ansioso incluso cuando está bien preparado para los exámenes (media OCDE: 55 por ciento). Además, la ansiedad es más frecuente en los centros educativos donde los alumnos estudian más de 50 horas semanales (dentro y fuera de la escuela). Felices, pero estresados: así son los alumnos españoles.

EE