



MANÉ ESPINOSA

Las universidades han visto un aumento de los problemas de salud mental con la pandemia

Las universidades detectan más ansiedad y angustia entre sus estudiantes

Se invertirán 100.000 € para investigaciones en Catalunya

CARINA FARRERAS
Barcelona

La salud mental está sobre la mesa de las universidades. La pandemia ha visibilizado la magnitud del problema. La petición de asistencia psicológica ha aumentado, duplicándose en algunos centros. En la Universitat Politècnica de Catalunya (UPC) se han pasado de 125 personas en el curso 2019-2020 a 289 en el 2020-2021. Y solo en los cuatro primeros meses de este año ya se han registrado 158, mayormente estudiantes (148), pero también trabajadores (10). La reclamación de atención es mayor por parte de mujeres que de hombres.

La cifra sigue siendo mínima respecto al total del estudiantado, pero la invisibilidad de las enfermedades mentales lleva a pensar a que existen más casos de los registrados.

“La pandemia ha agravado la situación poniendo aún más evidencia la importancia de la salud mental”, señaló ayer la consellera Gemma Geis, “los jóvenes han visto alteradas todas sus rutinas, tanto académicas como sociales, por lo que han sufrido y sufren sobre todo trastornos como la ansiedad o la angustia”, añadió en la apertura de la Jornada sobre bienestar emocional y salud mental en el

sistema universitario y de investigación de Catalunya.

La tipología más frecuente de casos atendidos ha sido: ansiedad, depresión, problemas de socialización o de gestión de emociones, trastornos alimentarios y adicciones, problemas familiares y de duelo.

Ante esta situación, las universidades han reforzado sus servicios de atención psicológica, con más profesionales y más horas de atención. También con grupos de ayuda. Pero faltan protocolos con los que se clarifi-

Las adaptaciones en el aula pueden ayudar ante el estrés de una prueba o de un ejercicio en público

que a los docentes cómo actuar ante personas con trastornos.

“No puede ser que la decisión de flexibilizar una norma dependa del profesor”, explica Pit-Roig Vinyals, activista de la asociación Obertament. Vinyals dejó la carrera de matemáticas en la Universidad de Barcelona (UB). “No hay protocolos que obligue al profesorado a respetar el criterio médico”, indicó. En su situación, aportó la documentación psiquiátrica

pertinente y el psicólogo redactó una adaptación que pasaba al jefe de estudios que lo enviaba a los profesores. Pero esta quedó al arbitrio del profesorado. Las adaptaciones pueden resolver situaciones de angustia como el estrés en un examen o en la resolución de un ejercicio en público, por otras formas de evaluar.

Los problemas de salud mental son más comunes de lo que se piensa. De hecho, una de cada cuatro personas experimenta alguno a lo largo de su vida. “Los efectos son tan reales como un brazo roto, a pesar de que no haya una escayola o un cabestrillo que lo demuestren”, sostiene la asociación Obertament que lucha contra el estigma de estos trastornos.

La persona es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar. Pero necesita apoyos.

El Departament de Recerca i Universitats invertirá 100.000 euros para impulsar una nueva línea de ayudas para proyectos sobre bienestar emocional y salud mental. Y pondrá en marcha un estudio sobre la inclusión y la atención a la diversidad en las 12 universidades catalanas. “Tenemos que hablar de salud mental para que este dolor deje de ser invisible y estigmatizado”, afirmó Geis.●