

PINO ALBEROLA

El objetivo es detectar si un alumno sufre un problema de depresión o ansiedad y actuar a tiempo. Las nueve universidades públicas y privadas de la Comunidad Valenciana y la Generalitat se han unido con el objetivo de prevenir y mejorar la salud mental de los estudiantes, muy castigada después de más de dos años de pandemia. A lo largo de los próximos meses se articularán acciones concretas, que pasan, entre otras, por formar al profesorado en la detección de casos, hacer campañas de prevención e incrementar el personal que pueda atender estas situaciones.

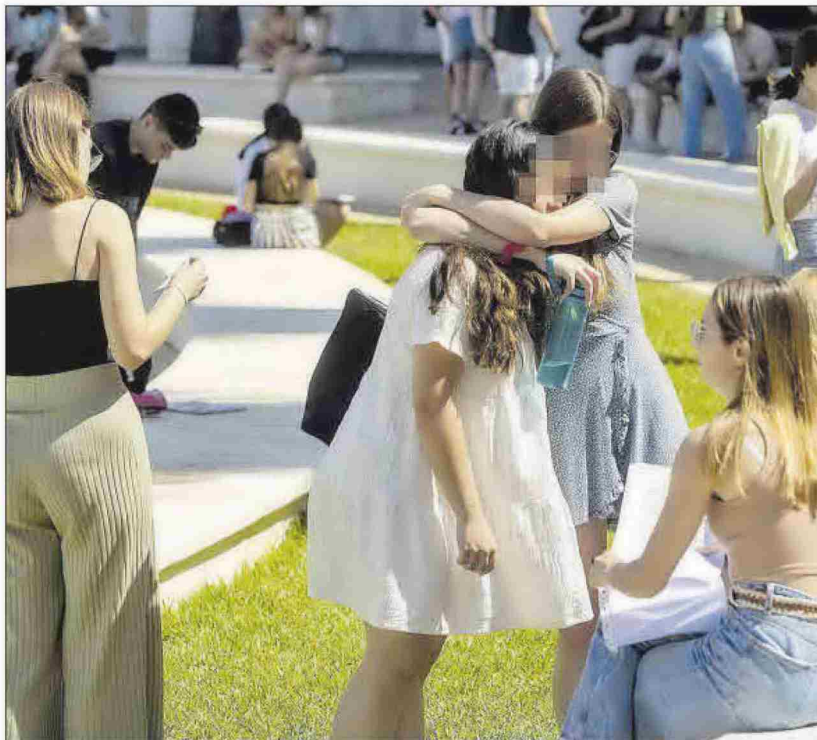
Y es que los jóvenes son los más afectados por los problemas de salud mental que ha dejado la pandemia. «Estamos asistiendo en los últimos años a una serie de traumas colectivos: la pandemia, la guerra en Europa, la crisis económica, la emergencia climática... problemas que se van cronificando y provocan un aumento de los problemas de salud mental en determinados colectivos, como los niños, los jóvenes o los mayores en soledad», explica Rafael Tabarés, comisionado de Presidencia de la Generalitat para el Plan Valenciano de Acción para la Salud Mental. Problemas de ansiedad, de depresión e intentos de suicidio están al alza y de ahí que la universidad sea el espacio más idóneo para detectar estos problemas y atajarlos a tiempo.

Tras una primera reunión celebrada este viernes entre los representantes de todas las universidades se ha acordado realizar un informe sobre cuál es la situación exacta de cada universidad, conocer sus protocolos y tener la capacidad para hacer una auditoría que permita valorar las actuaciones que se están realizando para obtener un certificado que garantice un mínimo de recursos. El objetivo es que cada una de las universidades cuente con una cartera mínima de recursos para atender problemas relacionados con la salud mental. Tabarés señala que esta es una iniciativa totalmente pionera en España.

«Queremos trabajar en varios ejes, y el primero serán las acciones que tienen que ver con la pre-

Las universidades detectarán a alumnos con ansiedad y depresión para evitar riesgo de suicidios

Los nueve campus públicos y privados de la Comunidad se unen para mejorar la salud mental de los estudiantes, muy afectada por la pandemia



Alumnos en el campus de la Universidad de Alicante.

JOSE NAVARRO

vención y la promoción de hábitos saludables», sostiene Pilar Ezpeleta Piorno, directora General de Universidades. También en la formación del personal en la universidades «para que pueda detectar a tiempo casos de acoso o de depresión». Iniciativas que se van a poner en marcha en co-

laboración con los estudiantes, a través del Consejo Interuniversitario Valenciano de Estudiantes.

Por parte de la Universidad de Alicante, acudió a este encuentro José Ramón Martínez Riera, director del Secretariado de Universidad Saludable y presidente del Comité de Seguridad y Salud,

quien desgranó algunas de las acciones que está desarrollando la institución encaminadas a garantizar ese bienestar emocional. «Se ha nombrado a un delegado rectoral para la atención psicológica y resiliencia y de manera paralela trabajamos en el desarrollo del proyecto de Universidad Saluda-

Huir del «sálvese quien pueda» para trabajar en equipo

Rafael Tabarés ha precisado que «pretendemos un cambio de paradigma. Frente a la competitividad, el individualismo y 'sálvese el que pueda' buscamos la cooperación, el trabajo colaborativo para salir juntos de esta situación. Es la vía del bien común para mejorar y garantizar el bienestar de los jóvenes».

ble».

La institución también está llevando a cabo en estos momentos una evaluación del bienestar psicológico de los estudiantes y de sus estilos de vida, «que nos permitirá tener una foto para después actuar». También está previsto que en septiembre se refuerce el equipo de psicólogos del Consejo de Atención al Estudiante con tres profesionales. La UA también va a introducir observadores y mediadores para mejorar la convivencia en el campus, entre otras acciones.

Desde la UMH, José Antonio García del Castillo, Catedrático Psicología de la Salud y Director Instituto de Investigación de Drogodependencia destaca la importancia de que se preste asistencia a los alumnos con problemas. «La salud mental es el patito feo de la sanidad, porque son procesos lentos y terapias largas, pero aún así hay que brindar los recursos necesarios y tratar de llegar al máximo de personas que los necesitan». García del Castillo también pone el acento en prevenir estos problemas para que no lleguen a desbordar al alumno y hace hincapié en cómo la pandemia ha afectado a los jóvenes. «Los estudiantes han tenido que vivir sus primeros años de universidad, que son maravillosos, encerrados en sus casas y sin poder reunirse con sus amigos. Hay que tener mucha fortaleza mental para no venirse abajo».

REACCIONES

«La comunidad universitaria es una de las grandes afectadas por los traumas colectivos como la guerra o la pandemia»

RAFAEL TABARÉS
COMISIONADO PARA EL PLAN PARA LA SALUD MENTAL

«Damos un paso adelante para tratar el bienestar emocional y apostar por campus saludables»

PILAR EZPELETA
DIRECTORA GENERAL DE UNIVERSIDADES

«Estamos llevando a cabo una evaluación del bienestar psicológico de los estudiantes que nos servirá de foto para actuar»

JOSÉ RAMÓN MARTÍNEZ RIERA
DIRECTOR SECRETARIADO UNIVERSIDAD SALUDABLE UA

«Los estudiantes han tenido que vivir estos años encerrados. Hay que tener mucha fortaleza para no hundirse»

JOSÉ ANTONIO GARCÍA DEL CASTILLO
CATEDRÁTICO PSICOLOGÍA DE LA SALUD DE LA UMH