



LA RAZÓN



La Universidad Miguel Hernández de Elche (Alicante) ofrece atención psicológica para detectar estrés o acoso entre los estudiantes

# El nuevo servicio psicológico de la UMH, desbordado

► Se agotan todas las citas para una semana en la Unidad de Asesoramiento Psicológico de la Universidad de Elche

**A. Agulló.** ALICANTE

Llegó la pandemia, el confinamiento y le siguió la postpandemia. Con ellos, salió a la luz un problema subyacente en la sociedad, el del bienestar emocional.

Con el fin precisamente de cuidar la salud mental de la comunidad educativa, la Universidad Miguel Hernández de Elche (Alicante), UMH, ha implantado un servicio de asesoramiento psicológico para todas las personas del

campus. En la primera semana de funcionamiento todas las citas, entre 20 y 24 a la semana, están llenas.

Así lo explicó Raúl Reina, delegado del rector de la UMH de

**El servicio ofrece citas personalizadas y talleres para afrontar la ansiedad o los impulsos**

Campus Saludables y Deportes, quien añadió que la Unidad de Asesoramiento Psicológico «comenzó a funcionar el lunes pasado» y se ha visto desbordado en peticiones. No hay que olvidar que cuidar el bienestar emocional tiene un impacto directo para los estudiantes en el rendimiento académico.

El servicio permite detectar problemas de acoso. Algo necesario porque el estrés, la ansiedad o los pensamientos suicidas afectan, y mucho a los jóvenes. Reina agregó

que, al terminar la pandemia, muchos alumnos manifestaron problemas para volver a adaptarse al ritmo de las clases. «El confinamiento sacó a flote problemas que ya existían de salud mental al tiempo que implantó una nueva forma de relacionarnos con el resto de personas y con la tecnología».

El detonante para que la Unidad de Asesoramiento Psicológico se pusiera en marcha fue, por tanto, la vuelta a la normalidad en la Universidad. Y una cosa lleva a la otra, y en diciembre, se contrató a la psicóloga Ana Martínez.

Con este nuevo servicio, la UMH lleva la delantera en España y además de la atención personalizada, también se impartirán talleres, campañas y jornadas que faciliten la adquisición de habilidades para manejar la propia salud mental, controlando el estrés, los impulsos o la ansiedad.