



Prestaciones de salud mental

Un 10% de los estudiantes atendidos en la Consejería de la Umag presentaba alguna intención suicida

Desde su creación en 2001, la Consejería Estudiantil de Salud Mental de la Universidad de Magallanes ha demostrado ser un pilar fundamental en la atención y el acompañamiento de los estudiantes. A lo largo de estos 23 años de funcionamiento ininterrumpido, dicho ente, que es parte de la Dirección de Asuntos Estudiantiles, ha evolucionado y ampliado sus servicios, respondiendo a la creciente demanda y necesidades de la comunidad universitaria.

Esta Consejería Estudiantil, liderada por un equipo compuesto por seis psicólogos y una enfermera especialista en salud mental y psiquiatría, ofrece atenciones individuales y grupales a los estudiantes. Las atenciones individuales consisten en acompañamiento psicoterapéutico o psicoterapia breve, con un máximo de 12 a 14 sesiones, dependiendo de la necesidad del estudiante. Esta atención es completamente

gratuita y se realiza bajo demanda, permitiendo que los estudiantes soliciten una hora a través de su correo institucional o mediante derivaciones de otras unidades dentro de la universidad.

El año pasado se realizaron 1.382 atenciones, atendiendo aproximadamente al 5% de la población estudiantil de la Umag. De estas prestaciones, la mayoría se concentró en estudiantes de carreras de salud, quienes, debido al alto nivel de exigencia académica y una mayor conciencia sobre la importancia del bienestar mental, solicitaron más frecuentemente estos servicios.

Un dato relevante es que alrededor del 10% de los estudiantes que han sido atendidos en la Consejería presentaban alguna intención suicida, la cual pudo ser revertida gracias al acompañamiento y tratamiento proporcionado.

Además de las atenciones individuales, también se organizan talleres

grupales dirigidos a distintas carreras de la universidad, que abordan temas como el manejo de la ansiedad, el estrés, la depresión, la prevención del suicidio y técnicas de relajación, se programan a principios de cada semestre en coordinación con los jefes de carrera. Durante el año, se llevan a cabo entre 10 y 20 talleres, adaptados a las problemáticas más habituales entre los estudiantes, siendo la ansiedad y el estrés los principales motivos de consulta.

Las edades de los estudiantes atendidos van desde los 18 hasta los 50 años, con una mayoría en el rango de los 18 a los 28 años. Entre las problemáticas más comunes se encuentran la ansiedad, los estados de ánimo bajo y las crisis de angustia o pánico. Para enfrentar estas situaciones, la Consejería ha implementado un sistema de turnos, asegurando la disponibilidad de un psicólogo o psicóloga de lunes a viernes para atender urgencias. **LPA**