



## **El bienestar estudiantil, pilar fundamental**

*Escribe: Rosemarie Junge Raby, rectora de Santo Tomás sede Temuco.*

En Santo Tomás Temuco, creemos que el éxito académico y personal de nuestros estudiantes va más allá del aula, dependiendo también de su bienestar emocional, físico y social. La vida universitaria, aunque llena de oportunidades, conlleva desafíos como equilibrar estudios con trabajo, familia o adaptarse a nuevas realidades, lo que puede generar estrés. Por ello, nuestra responsabilidad es crear un ambiente que apoye su desarrollo integral, brindándoles herramientas para enfrentar estos retos de manera saludable.

Priorizamos la salud mental, fortaleciendo los servicios de orientación psicológica y promoviendo una cultura que elimine el estigma de buscar ayuda. Además, fomentamos el bienestar físico mediante programas deportivos y hábitos saludables, esenciales para el rendimiento académico. La inclusión social también es clave, impulsando respeto, empatía y apoyo mutuo en nuestra comunidad diversa.

Nuestro compromiso es seguir impulsando iniciativas que equilibren lo emocional, físico y académico, asegurando que los estudiantes se sientan acompañados, valorados y cuidados, para que puedan desarrollarse plenamente.