

Universidades optan por recesos académicos “para cuidar salud mental de los estudiantes”

En el marco del retorno a la presencialidad tras dos años de clases mayoritariamente telemáticas, las casas de estudio han implementado (o mantenido) semanas extras de pausa estudiantil al margen de las tradicionales vacaciones. La justificación es matizar el regreso a la normalidad.



Roberto Gálvez

Luego de dos años de pandemia, 2022 se transformó en el año de intentar retomar la normalidad que la crisis sanitaria se llevó. Las universidades no quedaron al margen y tras casi cuatro semestres de mayoritaria virtualidad y clases telemáticas, ya llevan casi dos meses de presencialidad. Eso sí, con resguardos.

Yes que, con miras a cuidar la salud men-

tal de sus comunidades educativas, sobre todo la de los alumnos, varias casas de estudio han optado por dar recesos académicos a sus estudiantes, independientemente de las vacaciones -invierno o septiembre- ya programadas por calendario.

Tal es el caso de la Umce y su plan de retorno a la presencialidad. Entre las medidas aplicadas se establecieron algunos ajustes a los bloques horarios y a las semanas de receso estudiantil. Así, entre el 20 y el 24 de

junio los estudiantes tendrán una semana de pausa, la que se suma al receso de invierno. Junto con esto se implementarán semanas de trabajo autónomo, donde se suspenderá la docencia, una práctica que comenzó durante la pandemia. “Todas estas medidas buscan garantizar mejores condiciones para el desarrollo de los procesos formativos de nuestros estudiantes, junto con el bienestar de toda la comunidad”, dice Paola Quintanilla, vicerrectora académica.

Mismo caso de la U. Santo Tomás, que entre el 20 y el 25 de junio tendrá la que han denominado ‘Semana de Repaso y Apoyo Académico’. “Esperamos que esta iniciativa que estamos implementando favorezca el proceso formativo de nuestros estudiantes, apoye a los académicos y nos permita utilizar esta pausa para reforzar contenidos, aclarar dudas y tener un espacio de menor

Título: Universidades optan por recesos académicos “para cuidar salud mental de los estudiantes”

intensidad presencial”, explicó la rectora María Olivia Recart a la comunidad. De la misma forma, en la Austral se establecieron semanas de receso que cada facultad coordina de acuerdo a sus necesidades, aunque para el segundo semestre se establecerá una semana fija. “Entendemos que el regreso a la presencialidad, tras dos años de clases online, puede generar situaciones de estrés que debemos prevenir, por lo que hemos dispuesto de estas pausas lectivas a fin de resguardar la salud mental”, argumenta María Angélica Hidalgo, vicerrectora académica.

Pero no son las únicas. La U. de La Serena, por ejemplo, tiene su ‘Semana de Protección a la Salud Mental’. “Surge por la necesidad de priorizar la salud mental de los estudiantes”, explica Alejandra Torrejón, vicerrectora académica. La decisión fue acordada por el Consejo Académico y se determinó que vayan del 23 al 28 de mayo y del 2 al 5 de noviembre. “Se considera como

una pausa pedagógica para atender el aspecto emocional, debido al estrés y el desgaste que ha producido la pandemia”, añade la autoridad académica. En la Católica del Norte la línea es similar. Nelson Fernández, vicerrector académico, explica que “entendiendo las complicaciones enfrentadas por la comunidad tras la pandemia y el regreso 100% presencial, la universidad decidió apoyar con días de descanso extraordinarios durante cada semestre”. Así, por ejemplo, hace poco se dispuso de una semana sin clases para los alumnos y de dos días para académicos y personal de apoyo.

Así también, la Diego Portales comunicó a los estudiantes que realizaron algunos ajustes al calendario académico y los alumnos tendrán un receso de invierno (18 de julio al 6 de agosto), otro en septiembre (19 al 25) y un tercero antes de fin de año (31 de octubre al 5 de noviembre). Mientras, desde la Utem, su vicerrector académico, Juan Martínez, señala que la pandemia los obli-

gó a adaptarse, por lo que la institución incluyó ya durante 2020 y 2021 semanas de interludio, que se decidió mantenerlas al menos para 2022 en las semanas previas a las pruebas. “Están consideradas para que el regreso a las actividades presenciales sean en un contexto de propiciar un lugar seguro y protegido para todos, física y emocionalmente”, asegura.

Pero también hay otros ejemplos, como el de la Católica Silva Henríquez, donde, desde la llegada del Covid, implementaron una semana (este año es del 30 de mayo al 4 de junio) para ponerse al día con actividades pendientes y consolidar aprendizajes. “Lo aprendimos a partir de la pandemia y queremos evaluar si funciona en formato presencial. No queremos que se entienda como receso, solo que no hay clases presenciales ni evaluaciones formativas”, dice Álvaro Acuña, vicerrector académico. La Mayor, en tanto, se enfocó principalmente en estudiantes que no habían tenido actividades

presenciales y planificó su ‘Semana de Acompañamiento’ voluntaria (30 de mayo al 3 de junio). “La idea era poder acompañarlos desde el bienestar individual y la salud mental, más que un receso es que no queremos que se vayan a encerrar solos”, dice Nicolás Ocaranza, vicerrector académico.

Asimismo, la U. de Talca tiene contemplado hacerlo a fines de junio. “Es importante apoyar a nuestros jóvenes y buscar mecanismos que permitan mejorar su salud integral, tanto mental como física, en su paso por la universidad. Sabemos que este tiempo ha sido difícil y esperamos que medidas como esta apunten en esa dirección”, dice Paula Caballero, vicerrectora de desarrollo estudiantil.

Por su parte, la Central y la Católica de Valparaíso la están viviendo por estos días, así como también la Andrés Bello, que hasta el 4 de junio tienen su semana de pausa de actividades docentes “con el fin de apoyar el retorno de nuestros estudiantes tras dos años difíciles por la pandemia”, según explica Nicolás Bronfman, vicerrector académico.

Pero también hay otras que ya lo tuvieron, como la Usach (23 y el 28 de mayo), donde además durante la semana posterior no se podían realizar evaluaciones para que los alumnos no tuvieran que estudiar durante el receso. La misma medida será replicada la semana del 17 de octubre, no pudiendo haber evaluaciones la semana del 24 del mismo mes. Las dos pausas, eso sí, implicarán que los finales de ambos semestres se desplacen en una semana. Algo similar ocurrió en la de O’Higgins, que tuvo su receso entre el 22 y el 27 de abril. La medida, explica Irene Leniz, directora de Salud Mental, “no son vacaciones, pero es un espacio beneficioso para ellos, para reponerse de la carga académica que a veces se hace pesada después del retorno tras la pandemia”. La U. de La Frontera, en tanto, consideró dentro de su calendarización mantener los dos recesos ya implementados durante la pandemia, “con el propósito de resguardar la salud mental y bienestar de toda nuestra comunidad universitaria”, según aseveran desde la casa de estudios.

La Adolfo Ibáñez (semana del 16 de mayo), la de Antofagasta (se llamó ‘Semana de Salud Mental’), la de Aysén y la Alberto Hurtado (2 al 6 de mayo) ya vivieron su pausa, al igual que la U. de Concepción (24 al 27 de mayo, sin poder hacer evaluaciones la del 30 del mismo mes) “en el espíritu de resguardar que los tres días de receso sirvieran para reducir la presión que parte del estudiantado está viviendo”, expone Paulina Rincón, vicerrectora académica. La UC de Temuco también ya la vivió entre el 23 y el 27 de mayo “en el marco de las necesidades de adaptación a las exigencias de la vida universitaria presencial”, según dice el vicerrector académico, David Figueroa.

Pero también están las que no tienen recesos planificados, como las universidades de los Andes o la del Desarrollo, que solo mantienen sus descansos por vacaciones, ya sea de invierno o septiembre. ●

