Publicado en *Coordinación General de Comunicación Social* (https://www.comsoc.udg.mx)

Anuncia UdeG acciones por la salud mental frente al COVID-19

Destaca la evaluación de la salud mental de la comunidad universitaria

El plan interinstitucional de capacitación para docentes “Cuidándote”, así como la evaluación de la salud mental de la comunidad de la Universidad de Guadalajara (UdeG), son parte de las estrategias del programa Acciones por la salud mental frente al COVID-19, presentado en rueda de prensa virtual y en el que participan diversas dependencias universitarias.

El Rector del Centro Universitario de Ciencias de la Salud (CUCS), [1] doctor Francisco Muñoz Valle, recordó que el confinamiento desencadenó una crisis en la salud mental derivada de las pérdidas de seres queridos, empleos, expectativas respecto al futuro; y estos cambios en las dinámicas académicas, familiares y sociales facilitaron una exacerbación de los síntomas, relacionados con los trastornos de la vida afectiva como la ansiedad, depresión y estrés.

“En general, se ha encontrado un aumento significativo en las emociones negativas, entre éstas, preocupación, desesperanza, confusión, enojo, aburrimiento e incertidumbre. En México, entre estudiantes universitarios se encontraron principalmente síntomas moderados a severos de estrés, problemas para dormir, especialmente en las mujeres, quienes presentaron significativamente más sintomatología depresiva”, declaró.

Muñoz Valle explicó que, mediante este programa, se buscan difundir estrategias para la detección y abordaje de afectaciones emocionales en la comunidad universitaria, en conjunto con otras instancias de la Red Universitaria e instituciones externas.

El Director del Sistema de Educación Media Superior (SEMS), [2] maestro César Antonio Barba Delgadillo, dijo que esta iniciativa nace en 2016, en colaboración con el Instituto Jalisciense de Salud Mental. Entre 2017 y 2019 se capacitó a 501 personas, entre orientadores educativos, tutores, docentes, auxiliares y prestadores de servicio social del SEMS, en protocolos para la detección de riesgo y derivación para la atención de estos trastornos.

“A partir de la pandemia se diseñó un proceso de formación docente para toda la Red. Actualmente, se inició el proceso de pilotaje de cursos, se está trabajando en el diseño que ofertará el Sistema de Universidad Virtual (SUV) [3] y la firma de convenio con el Instituto Jalisciense de Salud Mental. La estrategia, a mediano plazo, proyecta la capacitación de estudiantes para detección de riesgo entre pares, y esperamos trabajarlo el próximo año”, apuntó.

La Jefa de la Coordinación de Apoyos Académicos del SEMS, maestra Karem Isabel Escamilla Galindo, explicó que “Cuidándote” es un plan de formación para académicos universitarios de 40 horas, virtual, que tiene dos vertientes: ser llevado con un acompañamiento durante el desarrollo del curso por un formador, y mediante el SUV, donde el ritmo de trabajo es llevado por el participante.

“La estructura temática se integra en tres bloques: identificación de riesgos en salud mental; desarrollar factores protectores; y reconocer la importancia del autocuidado. Se implementó un pilotaje y se llevan dos cursos de 50 participantes”, informó Escamilla Galindo.

La Jefa del Departamento de Psicología Aplicada del CUCS, doctora Norma Alicia Ruvalcaba Romero, compartió que otra acción es el lanzamiento de una plataforma para la evaluación de indicadores en salud mental para integrantes de la comunidad universitaria, mediante la plataforma hattps://www.cucs.udg.mx/saludmental/ [4]

“Así conoceremos cómo estamos regresando en torno a cuestiones de ansiedad, depresión, estrés, duelo complicado o deterioro cognitivo, para, según los resultados, ayudar con guías y en caso de focos de alerta, se canalice a instancias gubernamentales y universitarias para ayuda profesional”, dijo.

En dicha plataforma hay un apartado para la comunidad universitaria y otro para residentes de especialidades médicas; mientras que una cuarta iniciativa está enfocada en el personal de salud en instancias hospitalarias, tendiente a brindar herramientas que ayuden a mitigar cuestiones de salud mental.

Atentamente
"Piensa y Trabaja"
"Año del legado de Fray Antonio Alcalde en Guadalajara"
Guadalajara, Jalisco, 13 de octubre de 2021

Texto: Laura Sepúlveda
Fotografía: Adriana González

Etiquetas:
Francisco Muñoz Valle [5]

URL Fuente: https://www.comsoc.udg.mx/noticia/anuncia-udeg-acciones-por-la-salud-mental-frente-al-covid-19

Links
[1] https://www.cucs.udg.mx/
[2] https://www.sems.udg.mx/
[3] https://www.udgvirtual.udg.mx/
[4] http://www.cucs.udg.mx/saludmental/
[5] https://www.comsoc.udg.mx/etiquetas/francisco-munoz-valle