

SALUD MENTAL DESDE UNA MIRADA MULTIDIMENSIONAL. UNA MIRADA UNIVERSITARIA.

Mental health from a multidimensional perspective. A university view.

DD:218-231

Alexis Soto Salcedo

Universidad Mayor
Providencia, Chile
alexis.soto@umayor.cl

 <https://orcid.org/0000-0002-1304-4438>

Alex Véliz Burgos

Universidad de Los Lagos
Puerto Montt, Chile
alex.veliz@ulagos.cl

 <https://orcid.org/0000-0003-1371-9041>

Marcela Andrade Pérez

Trabajadora Social, Magíster en Psicología
Temuco, Chile
mandradepe@gmail.com

 <https://orcid.org/0000-0002-3719-1838>

Germán Moreno Leiva

Universidad de las Américas, Chile.
Providencia, Chile
kinegerman@gmail.com

 <https://orcid.org/0000-0001-5338-0391>

Este trabajo está depositado en Zenodo:

DOI: <http://doi.org/10.5281/zenodo.6914824>

RESUMEN

La salud mental en el mundo universitario, esta influenciada por las características propias de cada universidad, pues de ella dependen los espacios para visibilizar las necesidades de los estudiantes y las posibilidades tanto de comprensión como de abordaje de alteraciones del desarrollo o de trastornos mentales. Este artículo intenta desarrollar de forma explicativa algunos de los desafíos más importantes que viven los adolescentes al incorporarse en el mundo universitario y de algunos trastornos más comunes que tienden a presentarse. Finalmente concluye con la importancia que tienen los programas de apoyo y prevención para garantizar el bienestar psicológicos de todos.

Palabras claves: Salud mental juvenil, bienestar universitario, nuevos universitarios

ABSTRACT

Mental health in the university world is influenced by the characteristics of each university, since spaces depend on it to make the needs of students visible and the possibilities of both understanding and addressing developmental disorders or mental disorders. This article tries to develop in an explanatory way some of the most important challenges that adolescents experience when joining the university world and some of the most common disorders that tend to appear. Finally, it concludes with the importance of support and prevention programs to guarantee the psychological well-being of everyone.

Keywords: Youth mental health, university well-being, new university students



INTRODUCCIÓN

El mundo universitario ha sido ampliamente demandado durante los últimos años puesto que, por un lado, se le asigna la responsabilidad de formar profesionales competentes y asertivos para un mundo cambiante y globalizado, y por otro se le endosa el hacerse cargo de vacíos pedagógicos que pudieron presentarse en la extensa cadena del proceso de formación tradicional. Estas dos consignas sociales generan una fuerte presión en el mundo académico que se ve influenciado en reducir y acortar los tiempos de formación, pero se agobia al evaluar que, al parecer, cada vez existen más temas y áreas que desde el medio laboral se demandan para un profesional posmoderno.

Frente a esto, algunas instituciones de educación superior han resuelto tecnologizarse y dejar fuera el factor de formación humana y la atención de estas demandas sociales, concentrándose en un quehacer escindido de consideraciones de corte más humanista. Al respecto y viéndose expulsado el humanismo de algunas universidades, han asimilado la ciencia y la tecnología como actividad «sustantiva», cuyo carácter reflexivo produce, sin embargo, una civilización hiperrealista en la que nuestras ideas, la naturaleza, nosotros mismos, están mediados por el conocimiento y las transformaciones tecnológicas (Mancillas y Heredia, 2021)

Lo interesante es que así como algunas se han movido hacia polos menos humanistas, otras instituciones han puesto el valor de las perso-

nas como centro del modelo formativo existiendo una mayor conciencia respecto del bienestar personal y de cómo cualquier proceso de enseñanza debe considerar a la persona como un sujeto con historia, emociones, y cogniciones importantes de considerar e integrar en todos los procesos de la vida. Bustos y Russo de Sánchez (2018) se refieren a la importancia de concentrarse en las bases del desarrollo del individuo y primordialmente lo que ocurre en episodios tempranos de la emocionalidad.

Ahora bien, surge la interrogante respecto de cómo entonces, se reflexiona respecto de salud mental en las Universidades, sin que por ello sea necesario considerar los sellos propios de cada institución. Por lo mismo la preocupación por el bienestar y la salud mental en las universidades no podría entenderse como un interés “per se” sino que obligatoriamente estaría conectado a decretos, políticas, sellos y mecanismos que se puedan estar implementado en esta materia. Considerando esta declaración, este artículo reflexivo intenta posicionarse como un espacio de atención respecto de la importancia de la salud mental en entornos universitarios, independiente de la declaración o el sello que la universidad haya establecido en sus propósitos institucionales.

2. DESARROLLO

2.1. El mundo universitario

En el mundo de la Universidad interactúan distintas personas, procesos, estructuras y desafíos de distinta índole, que se podrían comprender como un macrosistema en donde to-



dos los sistemas y subsistemas tienen dinámicas particulares, que pueden ser observadas y analizadas; dentro de este contexto, interesa poner el foco de atención en la vivencia que los estudiantes tienen al incorporarse a un sistema, que recoge algo de la educación secundaria, pero supone un cambio en la actitud que los estudiantes asumen en relación a su proceso formativo.

La transición que se produce entre estudiantes secundarios y estudiantes universitarios acarrea cambios personales, afectivos, relacionales, sociales, económicos y cognitivos. El sistema universitario requiere de estos jóvenes adolescentes una mayor autonomía, adecuada distribución del tiempo personal, seguridad en la toma de decisiones y adaptación a la nueva cultura organizacional, lo cual afecta su estilo de vida (Trunce et al., 2020). Se entiende que este proceso de ingreso a la universidad se presenta en la etapa adolescente, que en sí misma ya es desafiante y compleja por lo que a identidad se refiere, pero es de igual forma una etapa de la vida que con los respectivos apoyos es posible de enfrentar y superar (Soto et al., 2020a).

Duno y Acosta (2019) señalan que en esta etapa es importante la adquisición de hábitos que permitan ir construyendo en los adolescentes ciertos estilos de vida, que permitan interactuar con patrones socialmente establecidos o determinados por factores socioculturales. Es de alguna forma un paso obligado a un sistema de interacción más adulta en donde cada adolescente debe responsabili-

zarse por sus decisiones y acciones y ser congruente con su postura personal y discursiva.

Por tanto, el desafío es reflexionar respecto de cómo el mundo universitario se apropia de esta adolescencia tardía, y acompaña el nacimiento de un joven adulto que es capaz de adecuarse a normas y procedimientos, canalizando energía y capacidad en una acción colectiva de instalación de principios y valores que les sea congruente. De esta manera la universidad intenta diseñar una fórmula amigable para transitar a un modelo de gobierno institucional que desde la flexibilidad garantice un servicio educativo de calidad y al mismo tiempo, la calidad de vida y el bienestar de todos quienes componen dicho ecosistema universitario (Salcedo et al., 2022).

2.2 Salud mental y trastornos del desarrollo

Este tránsito a la adultez al que se ha hecho mención deja un espacio de manifestación de condiciones específicas del operar, que pudiesen ser observadas como alteraciones o trastornos del desarrollo que podrían transformarse en figura en contextos de estrés. Para contextualizar, es necesario indicar que a lo largo de la historia de la salud mental y de los trastornos mentales, hay toda una serie de creencias y representaciones que cada sociedad fue construyendo respecto a este campo de la salud, construido principalmente por representaciones del sentido común y no necesariamente de información científica debidamente acreditada, que-



dándose en el ámbito de la representación social (Rodelo y Garay, 2020).

Por esta razón la salud mental se fue transformando en una problemática de interés nacional e internacional, pues el reciente incremento de la incidencia de trastornos mentales convoco a pensar las condiciones actuales bajo las que se desarrollan niños, niñas y adolescente (Bustos y Russo de Sánchez, 2018) y de cómo estás condiciones incentivan un bienestar psicológico integral o elicitan la manifestación de alteraciones de la vida psíquica.

Un ejemplo de trastornos del desarrollo que se presentan con frecuencia en la universidad es el trastorno por déficit atencional, si bien su detección no es muy sencilla, aparece en los primeros meses asociado a la imposibilidad de algunos estudiantes de incorporarse a las demandas académicas con estilos y estrategias distintas, tan propias de la diversidad de enseñanza. En la universidad es mucho más difícil la detección de estos casos, aun cuando se identifican conductas molestas como hablar continuamente, interrumpir, entrar y salir del salón con más frecuencia que el resto del grupo, ser impuntual, desorganizado y tener problemas de autoridad debidos a la impulsividad (Espinosa et al., 2018).

Como en ese ejemplo la presencia de trastornos de este nivel se asocia a sentimientos de fracaso o desmotivación generalizada por la tarea, que requieren acompañamiento de profesores especialistas o unidades de atención estudiantil que cuenten

con protocolos de actuación tanto para temas psicopedagógicos como para otros que aparezcan derivados de este tema. Esta dimensión que se asocia a alteraciones del desarrollo no siempre es tan visible y cuando lo es, no siempre existen unidades que acompañen este tipo de dificultades, por lo que al no ser abordadas se van cronificando y terminan por anticipar una deserción del sistema universitario.

La información existente sugiere que los trastornos mentales son la causa de discapacidad más importante y costosa de tratar en las sociedades. En el país, si bien se han generado acciones, estas aún no son suficientes para desarrollar un modelo integral de bienestar y salud mental, quedando centradas estas intervenciones en las áreas de salud y educación (Véliz y Dörner, 2019).

2.3 Trastornos alimenticios

Un segundo trastorno común en el espacio universitario (Escolar-Llamazares et al., 2019), se relaciona con los hábitos y conductas que los jóvenes universitarios tienen con la comida. Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) son según Benítez et al (2019) un conjunto de alteraciones graves en dicha conducta, debido a la excesiva preocupación por la imagen corporal y el miedo intenso a ganar peso, por la asociación que se establece de una determinada figura al éxito social y laboral, y llevan asociadas como consecuencia desequilibrios tanto a nivel físico, psicológico y social, en la persona que las padece. Se trata de trastornos



mentales graves, vinculados a insatisfacción corporal, preocupación excesiva por la comida, el peso, la imagen corporal y lo que esta representa (Escolar-Llamazares et al.,2019)

Muchas veces los horarios de clases, los cambios de residencia y el inicio de una vida lejos de la familia generan ciertas dificultades para lograr un equilibrio entre los deberes universitarios y la mantención de una casa, por lo que acciones como planificar la alimentación quedan relegadas a un tercer o cuarto plano y terminan alimentándose con comida chatarra o simplemente no comiendo nada en épocas de alto estrés. En este sentido los estudiantes universitarios presentan un estilo de vida poco saludable, principalmente debido a hábitos alimentarios alejados de las recomendaciones (Castelao-Naval et al.,2019).

De esta forma, algo que podría estar vinculado a hábitos o adaptaciones en el marco de la independencia se va complejizando con procesos de integración y aceptación social y la culminación de la etapa de identidad y autoimagen que venía arrastrándose desde la adolescencia, termina por convertirse en un TCA. Escolar-Llamazares et al (2019), señala que más del 60% de los estudiantes universitarios perciben de forma errónea su imagen física, sobreestimando su índice de masa corporal, y desarrollando acciones para intentar bajar de peso de forma rápida, cosa que genera más de alguna complicación.

Por esta razón los TCA suponen un problema de salud pública, dada su prevalencia, gravedad, curso clínico

prolongado, tendencia a la cronificación, necesidad de tratamiento pluri e interdisciplinario y recurrente hospitalización (Escolar-Llamazares et al.,2019), por lo que requieren atención desde los consejeros universitarios a objeto de deriva oportunamente con profesionales especializados que puedan intervenir de forma efectiva esta patología asociada a la salud mental más aún cuando por su presentación comienza a vincularse con trastornos de corte emocional complejizando su abordaje y tratamiento.

2.4 Trastornos emocionales

La adolescencia y la adultez joven son probablemente la etapa en donde se aprecian con más fuerza las sensaciones de desajuste que se producen entre las creencias del ser, la conducta proyectada o expectativas sentidas del ambiente y la conducta ejecutada de forma cotidiana. Esta interacción entre el mundo del pensar, del sentir, del esperar y del hacer, construyen escenarios nuevos en los cuáles el universitario no tiene experiencia y pudiese verse acorralado al perder la sensación de control que tenía anteriormente.

Esta segunda conexión con el ambiente, asumiendo que la primera se produce en el ingreso al sistema escolar cuando el niño sale de la crianza familiar y se abre un mundo inexplorado, se presenta en una fase de desarraigo más profundo del sistema familiar y en donde es más sensible su rol y posición dentro de este espacio. El ambiente ha sido, desde los albores de la psiquiatría, un factor fundamental en el estudio y la comprensión de



las enfermedades mentales (Ordóñez-Iriarte, 2020).

En esta dimensión, la depresión es uno de los trastornos mentales que más se presentan en los estudiantes de la universidad, y se presentan acompañados de varios síntomas que pueden afectar no solo la salud mental, sino que manifestarse en algunos trastornos de corte somático. Acosta et al (2019) señala que asumiendo que la depresión es el más frecuente en lo universitarios, los trastornos mentales comunes ocupan el segundo lugar, cuya sintomatología afecta el estado de ánimo, dando sensación de ansiedad y problemas alimenticios, excluyendo eso sí a los trastornos psicóticos que requerirían un artículo especial.

Respecto de la ansiedad es importante clarificar que si bien experimentar ansiedad ante determinadas situaciones de interacción social resulta común y habitual para todas las personas, la ansiedad social que presentan los estudiantes universitarios se comprende más bien como entidad nosológica que se constituye como tal de acuerdo a su significancia clínica y teniendo en cuenta en qué medida existe una interferencia negativa en la vida cotidiana y en las principales áreas vitales de quien la padece (Moran et al, 2018). En este sentido hoy por hoy, y debido tal vez al prolongado tiempo de pandemia que interrumpió la vida social de los adolescentes, se evidencian serios problemas para que los jóvenes universitarios entablen relaciones fluidas, requiriendo más tiempo para que procesos que antes se daban de forma fluida hoy

requieran un tiempo más prolongado, y muchos presenten problemas para enfrentarse a la audiencia, realizar presentaciones o abordar de buena forma exámenes orales en donde deben explicar o desarrollar propuestas de temas específicos.

Esta ansiedad que se ha manifestado de forma frecuente en este tiempo involucra pensamientos y cogniciones negativas, acompañada de síntomas físicos, tales como sudoración, ruborización y aceleración del ritmo cardíaco (Moran et al, 2018).

2.5 Uso de drogas y consumo de alcohol

El consumo de alcohol y drogas aparece como una situación de preocupación en todos los entornos educativos y en especial en el ambiente universitario, el espacio de formación en donde se encuentran personas de distintos lugares y colegios en proceso de construcción identitaria muchas veces se presta para experimentar y descubrir sensaciones nuevas o buscar estrategias para canalizar o enfrentar situaciones de demanda o estrés propias del sistema universitario. Este consumo de alcohol o drogas pareciera aparecer de forma más común y normalizada.

Canova-Barrios, et al (2018) declara que con el devenir del siglo XX, el consumo de drogas se da cada vez en edades más tempranas y es considerado parte del proceso de desarrollo y socialización de la adolescencia, y respecto de los estudiantes universitarios se observa de manera más frecuente una mayor propensión a involucrarse en el consumo de drogas,



hecho que origina el incremento de las prevalencias de consumo alguna vez en la vida, así como en el último año y último mes (Urday-Concha et al.,2019).

En este sentido, la población universitaria presenta alta vulnerabilidad para el consumo de alcohol (García-Carretero et al, 2019), en los planos individual y social, se han identificado diversidad de factores que estarían influyendo en el hábito de consumo de alcohol, así, como en la magnitud de formas, conductas y consecuencias, como por ejemplo factores económicos, culturales, normativos e incluso la disponibilidad de alcohol misma, están relacionados con la prevalencia y magnitud de su consumo (Canova-Barrios et al.,2018).

Se estima que la población universitaria conoce los daños que el alcohol o las drogas pudiesen ocasionar en su salud, pero aún así, más de la mitad cree que su consumo lo puede dejar cuando desee (Mata et al.,2018). Esta falsa creencia lleva a prolongar los periodos de consumo y diversificar los tipos y magnitudes del consumo generando daños transitorios y permanentes a la salud de los estudiantes, además de afectar su desempeño académico y relacional al interior del programa de formación en el que se encuentre.

Dentro de los factores de riesgo más significativos que se podrían presentar en los jóvenes universitarios se encuentran el consumo de sustancias psicoactivas y/o alcohol, problemas relacionados con el estado de ánimo (depresión) y altos niveles de an-

siedad, antecedentes de suicidio en familiares, y eventos vitales de alta carga emocional, tales como separaciones, problemas sociales, familiares o económicos (Tabares y Peralta, 2021)

2.6. Conductas autolesivas

Un problema importante de salud mental es la conducta suicida, el fenómeno del suicidio es altamente complejo pues si bien existen algunos indicadores que permiten realizar una comprensión básica del tema, existe también un marco inaccesible de información que rodea a la persona que ha consumado el suicidio y al cuál es imposible acceder (Soto et al., 2020b).

La conducta suicida incorpora conceptos como la ideación suicida, la planeación suicida, los intentos suicidas, el parasuicidio y el suicidio propiamente tal. No necesariamente dentro de este conglomerado de términos que se comprenden de forma diferenciada, se encuentran las conductas autolesivas que se comprenden como la acción de hacerse daño; en ocasiones estas acciones lesivas pudiesen estar vinculadas a una ideación suicida o responder a estrategias sin ánimo suicida que se orienta a una de supuesta liberación o descarga emocional que se utiliza como mecanismo de descanso de una sensación de alta tensión y congestión afectiva. Es frecuente ver en el mundo universitario jóvenes que evidencian cortes en sus brazos o piernas o que evitan exponerse usando pulseras u otros artefactos que esconden lesiones que han quedado de episodios de descar-



ga.

En otros casos estas conductas de auto daño si están vinculadas a ideación suicida con o sin intención de muerte y se requiere establecer una pesquisa temprana de estos intentos para poder generar acciones que sean efectivas. La prevención efectiva del suicidio resulta un desafío para los profesionales y responsables de la salud mental de los adolescentes, por lo que la sistematización de la información publicada acerca de esta problemática permite establecer regularidades teóricas y empíricas para fundamentar los diseños de intervenciones con mayores probabilidades de efectividad (Soto et al.,2021).

Se requiere sin duda un estudio profundo de las concepciones que los adolescentes tienen de la vida y el bienestar y de las ideas que surgen en momentos de apremio o tensión, en este contexto es importante estudiar los factores asociados con las conductas suicidas a objeto de desarrollar estrategias que permitan su prevención y la reducción de la mortalidad y las secuelas generadas por esta causa. (Soto et al., 2020b)

Dada la complejidad de la conducta suicida y la multiplicidad de aspectos psicosociales asociados a su comprensión, se considera necesario continuar aunando esfuerzos en la identificación de factores de riesgo buscando mayores elementos que permitan predecir a nivel psicológico dicha conducta en estudiantes universitarios, justamente porque resulta ser la población joven la que parece tener un mayor riesgo y vul-

nerabilidad a nivel mundial (Gómez et al.,2019).

Por ello, el suicidio de acuerdo con los estudios que se hacen en la actualidad, es considerado un problema de salud pública y se espera poder aportar con programas de prevención que permitan intervenir de manera oportuna y a tiempo con estrategias multisectoriales e integrales (Cañón y Carmona, 2018) puesto que sin duda es un problema de magnitud mayor para las instituciones de educación superior que no necesariamente cuentan con personal calificado, ni programas que alerten la presenciade ideación suicida, ni protocolos que ayuden a su debida intervención.

2.7. Bienestar psicológico

El bienestar psicológico es un constructo que expresa el sentir positivo y el pensar constructivo del ser humano acerca de sí mismo, que se define por su naturaleza subjetiva vivencial y que se relaciona estrechamente con aspectos particulares del funcionamiento físico, psíquico y social (Véliz y Dörner,2019), pareciera estar relacionado con hábitos de vida saludable, con variables de personalidad positivas y ausencia de síntomas clínicos relevantes (Mateo et al, 2019). Otros autores señalan que el bienestar psicológico, al que también llaman calidad de vida, es un continuo entre bienestar y malestar, o entre una situación positiva y una negativa. El bienestar psicológico alto depende de la percepción positiva de la vida, el cual perdura a lo largo del tiempo (Valerio y Serna, 2018).

En todas sus formas el bienestar



psicológico es una aspiración genuina de las personas y mas aún de los estudiantes universitarios que continuamente verbalizan el deseo de “querer estar bien” lo que se traduce en la búsqueda de una sensación de bienestar que permita responder de buena forma a las demandas y requerimientos de la vida universitaria. Cervantes et al. (2018) señala que de la evidencia disponible se infiere que el bienestar psicológico, la autoeficacia académica y la motivación al logro se relacionan con el éxito escolar y, por ende, son características de los estudiantes con alto desempeño académico.

Esta búsqueda de bienestar no siempre es tan sencilla, pues como hemos venido revisando existe un sistema de relación en donde se van presentando tensiones cotidianas que se expresan en síntomas ansiosos, hábitos poco saludables, consumo de sustancias nocivas entre otros, que interfieren con la aspiración de encontrar una cierta estabilidad que permita operar de buena forma en todos las esferas de la vida.

Por otra parte, el contexto universitario pone en juego las competencias y habilidades para enfrentar importantes cambios como adaptarse a nuevos estilos de enseñanza, nuevas condiciones económicas, e incertidumbre frente al futuro (Rossi et al.,2019), lo que complejiza de buena forma esa búsqueda de bienestar.

De allí que en la medida que las universidades generen programas de acompañamiento que apunten a recoger las necesidades evolutivas

propias del adolescente y joven adulto, propiciando unidades que operen como factores protectores de conductas nocivas, será posible apoyar esta búsqueda de bienestar y de paso apoyar la manifestación de una salud mental fuerte y adecuada. Respecto de lo mismo García et al (2020) señala que las ciencias de la salud y del comportamiento se han actualizado al abordar el objeto de estudio a través de indicadores de funcionamiento psíquico óptimo con base en el desarrollo del ciclo vital; es decir, de un mayor desarrollo simultáneo de las dimensiones de bienestar psicológico, se puede inferir un mejor funcionamiento mental.

3.EL MUNDO INTERACCIONAL

Como hemos comentado, la adolescencia es una fase evolutiva crítica, que podría entenderse como vulnerable o sensible y que tiende a culminar con el desarraigo del sistema familiar y la salida física del espacio de cohabitación hacia una suerte de independencia sostenida, que pareciera algo engañosa puesto que todavía se mantienen lazos fuertes de dependencia económica.

Moran et al (2018) señala que en la edad en la cual el individuo ingresa a una carrera superior (generalmente hacia los dieciocho o diecinueve años), se producen una serie de cambios de vital importancia tales como el abandono de la residencia familiar, la búsqueda de pareja y la búsqueda de trabajo; lo cual enfrenta al joven a diferentes demandas emocionales e interpersonales y lo exponen a nuevos entornos que pueden resultar



amenazantes si la persona no cuenta con los recursos de afrontamiento necesarios.

Este ingreso al mundo universitario desde el punto de vista social, se comprende desde la agencia que el propio joven realiza para sostener como principal fuente de retroalimentación el grupo de referencia, esta acción que pareciera sencilla, reviste de una serie de complejidades que comienzan con el encuentro con personas desconocidas que manifiestan un interés común por estudiar una carrera pero que se diferencian en estilos, creencias, crianzas, costumbres y expectativas entre otras tantas cosas que van surgiendo en la medida que se van generando los espacios de encuentro entre compañeros.

Este virtuoso espacio de interacción demanda un esfuerzo cognitivo especial, que obliga a estar en atención a las características de los otros, sus discursos y estilos, e integrarse con un rol o función en la nueva estructura o red social que se teje en la universidad y de la cual se colgarán subsistemas, alianzas y relaciones durante el transcurso de la carrera.

Un fenómeno significativo para considerar es la necesidad de trabajar por falta de recursos económicos (Cala et al., 2020), esta necesidad puede contribuir al mundo social del universitario al proveerle de nuevos espacios de interacción, pero al mismo tiempo puede transformarse en un factor de presión y estrés que terminen por complicar su estadía en la universidad.

Este desafío de interacción social

en caso de que se presente fluidamente dentro y/o fuera de la universidad puede transformarse en un factor protector de la salud mental de los universitarios, pero cuando no logra desarrollarse de forma adecuada se convierte en un factor de riesgo que se asocia a ansiedad, depresión y otras conductas que pudiesen ser sintomáticas de esta dificultad de adaptación al entorno universitario y culminar con la deserción del sistema o la cronificación de otros trastornos de salud mental.

4. CONCLUSIONES

Las universidades independiente del sello humanista o no humanista que declaren en su propósito institucional deben asumir que la población con quien trabajan es principalmente un grupo de personas que se están movilizando en el plano evolutivo desde la adolescencia a la adultez, concentrando una serie de cambios y transformaciones que no siempre permiten disponerse para enfrentar de buena forma el mundo universitario que les obliga a asumir con entereza responsabilidades personales en un proceso formativo que muchas veces ni siquiera esta claro desde el punto de vista vocacional. La diversidad de personas con intereses y necesidades distintas, llevan a diseñar programas más flexible e inclusivos que apunten a integrar lo distinto y acoger a cada estudiante desde su condición en un espacio en donde se promueve la búsqueda del conocimiento desde la libertad de enseñanza y aprendizaje. En cualquier caso, las organizaciones académicas del futuro deberán acostumbrarse a la diversidad como prin-



cipio básico (Brunner et al., 2019).

Esta declaración lleva también a estar atentos a las nuevas generaciones y a su mayor conciencia en el bienestar psicológico y social, y por ende a las manifestaciones conductuales que evidencian alteraciones del desarrollo o trastornos en la esfera de la salud mental que pueden complejizar la vida o llevar a un adolescente a pensar en atentar contra ella, esta preocupación lleva a situar la salud mental como un tema prioritario dentro del quehacer y la vida universitaria. La relación bidireccional entre la salud mental y la violencia está claramente establecida; por ejemplo, la depresión es un factor de riesgo para suicidio, así como el consumo de sustancias es un factor de riesgo para agresión (Sarabia, 2018).

Lo anterior conlleva una complejidad mayor pues obliga a la universidad a incorporar además de su vocación de enseñanza, una vocación de servicio y apoyo a la experiencia, salud y bienestar de los estudiantes, estimulando la aparición de programas de apoyo, acompañamiento, prevención y otras instancias que permitan cautelar la salud física y mental de los estudiantes, cautelando que los programas de promoción y prevención se concentren en intervenciones basadas en datos probatorios y adecuados al contexto en que se utilizan (Rodelo y Garay, 2020).

Finalmente es claro que la posmodernidad ha puesto nuevos desafíos a las instituciones de educación superior y las han obligado a ampliar el giro de formación disciplinar a una

formación más integral, que apunte a una salud física y mental de calidad que asegure bienestar para el desarrollo personal y social de todos sus estudiantes.

5. REFERENCIAS

Acosta, Y., Monroy, G., Alvear, R., & Meneses, S. (2019). ¿Qué afecta más al estudiante universitario, vivir solo o en una familia disfuncional?. *Enfermería Investiga*, 4(2), 3-7.

Benítez, A., Sánchez, S., Bermejo, M. L., Franco-Reynolds, L., García-Herreraiz, M. A., & Cubero, J. (2019). Análisis del Riesgo de sufrir Trastornos Alimentarios en jóvenes universitarios de Extremadura (España). *Enfermería Global*, 18(2), 124-143.

Brunner, J. J., Vargas, J. R. L., Ganga, F., & Rodríguez-Ponce, E. (2019). Idea moderna de universidad: de la torre de marfil al capitalismo académico. *Educación XX1*, 22(2), 119-140.

Bustos Arcón, V. Á., & Russo de Sánchez, A. R. (2018). Salud mental como efecto del desarrollo psicoafectivo en la infancia. *Psicogente*, 21(39), 183-202.

Cala, L. M. V., García, J. A. N., Saldarriaga, A. M. P., Sandoval, J. N. D., Chávez, P. A. D., Badillo, M. C. C., & Pablo, J. N. R. (2020). Salud mental y deserción en una población universitaria con bajo rendimiento académico. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, (60), 137-158.

Canova-Barrios, C., Quintana-Honores, M. y Álvarez-Miño, L. (2018). Estilos de Vida y su implicación en la salud de los estudiantes Universita-



rios de las Ciencias de la Salud: Una revisión sistemática. *Revista Científica de UCES*, 23(2), 98-126.

Cañón Buitrago, S. C., & Carmona Parra, J. A. (2018). Ideación y conductas suicidas en adolescentes y jóvenes. *Pediatría Atención Primaria*, 20(80), 387-397.

Castelao-Naval, O., Blanco-Fernández, A., Meseguer-Barros, C. M., Thuissard-Vasallo, I. J., Cerdá, B., & Larrrosa, M. (2019). Estilo de vida y riesgo de trastorno alimentario atípico en estudiantes universitarios: realidad versus percepción. *Enfermería clínica*, 29(5), 280-290.

Cervantes Arreola, D. I., Valadez Sierra, M. D., Valdés Cuervo, A. A., & Tánori Quintana, J. (2018). Diferencias en autoeficacia académica, bienestar psicológico y motivación al logro en estudiantes universitarios con alto y bajo desempeño académico. *Psicología desde el Caribe*, 35(1), 7-17.

Duno, M., & Acosta, E. (2019). Percepción de la imagen corporal en adolescentes universitarios. *Revista chilena de nutrición*, 46(5), 545-553.

Escolar-Llamazares, M. C., Martínez, M. Á. M., Alonso, M. Y. G., Gómez, M. B. M., Val, E. M., & Ortega, F. L. (2019). Factores de riesgo de trastornos de la conducta alimentaria entre universitarios: Estimación de vulnerabilidad por sexo y edad. *Revista mexicana de trastornos alimentarios*, 8(2), 105-112.

Espinosa Rodríguez, R., Pérez de Celis Herrero, C., Lara Muñoz, M. D. C., Somodevilla García, M. J., & Pineda Torres, I. H. (2018). Chatbots en

redes sociales para el apoyo oportuno de estudiantes universitarios con síntomas de trastorno por déficit de la atención con hiperactividad. *Revista Iberoamericana de Tecnología en Educación y Educación en Tecnología*, (22), 52-62.

García Álvarez, D., Hernández Lalinde, J., Espinosa Castro, J. F., & José Soler, M. (2020). Salud mental en la adolescencia montevideana: una mirada desde el bienestar psicológico. *Archivos venezolanos de farmacología y terapéutica*, 39(2), 182-190.

García-Carretero, M. Á., Moreno-Hierro, L., Martínez, M. R., de los Ángeles Jordán-Quintero, M., Morales-García, N., & O'Ferrall-González, C. (2019). Patrones de consumo de alcohol en estudiantes universitarios de Ciencias de la Salud. *Enfermería Clínica*, 29(5), 291-296.

Gómez Tabares, A. S., Núñez, C., Caballo, V. E., Agudelo Osorio, M. P., & Grisales Aguirre, A. M. (2019). Predictores psicológicos del riesgo suicida en estudiantes universitarios. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 27(3), 391-413.

Mancillas, S., & Heredia, E. (2021). Las universidades públicas, más allá de la posmodernidad. *Carlos Haefner Daniel Camarena*, 105.

Mata, M. E. S., Robles-Amaya, J., Ripalda-Asencio, V., & Calderón-Cisneros, J. (2018). La percepción del riesgo relacionado al consumo de alcohol en adolescentes escolarizados/as. *Revista Prisma Social*, (23), 235-249.

Mateo, C. M., Hernández, M. P., & Cabrero, R. S. (2019). El bienestar psi-



cológico en la adolescencia: Variables psicológicas asociadas y predictoras. *European journal of education and psychology*, 12(2), 139-151.

Moran, V. E., Olaz, F. O., Pérez, E. R., & Del Prette, Z. A. (2018). Desarrollo y validación del Test de Ansiedad Social para estudiantes universitarios (TAS-U). *LIBERABIT. Revista Peruana de Psicología*, 24(2), 195-212.

Ordóñez-Iriarte, J. M. (2020). Salud mental y salud ambiental. Una visión prospectiva. Informe SESPAS 2020. *Gaceta sanitaria*, 34, 68-75.

Rodelo Valle, C., & Garay Núñez, J. R. (2020). Representaciones sociales de la salud mental y de los trastornos mentales en estudiantes universitarios de enfermería. Dilemas contemporáneos: educación, política y valores, 8(SPE5).

Rossi, J. L., Jiménez, J. P., Barros, P., Assar, R., Jaramillo, K., Herrera, L., ... & Martínez, F. (2019). Sintomatología depresiva y bienestar psicológico en estudiantes universitarios chilenos. *Revista médica de Chile*, 147(5), 579-588.

Sarabia, S. (2018). Violencia: una prioridad de la salud pública. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 81(1), 1-2.

Salcedo, A. S., Burgos, A. V., Arbeláez-Campillo, D. F., Rojas-Bahamón, M. J., López, P. V., Leiva, G. M., & Sepúlveda, J. G. E. (2022). Gobernanza universitaria: las nuevas incertidumbres en las formas de trabajo post pandemia. *Encuentros. Revista de Ciencias Humanas, Teoría Social y Pensamiento Crítico.*, (15), 426-437.

Soto, A, Véliz, A., & Dörner, A. (2020a). Bienestar e identidad adolescente en el contexto de Pandemia: Efectos de confinamiento. *Comunidad y Salud*, 18(2), 43-48. <http://servicio.bc.uc.edu.ve/fcs/cysv18n2/arto6.pdf>

Soto, A., Villarroel, P., & Véliz A. (2020b). Factores que intervienen en riesgo suicida y parasuicida en jóvenes Chilenos. *Propósitos y Representaciones*, 8(3), 672. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2020.v8n3.672>

Soto Salcedo, A., Villarroel Gruner, P., Véliz Burgos, A., Moreno Leiva, G., & Estay Sepúlveda, J. G. (2021). Intervenciones para la prevención del suicidio en adolescentes y jóvenes. Revisión sistemática. *Revista Eugenio Espejo*, 15(3), 145-161.

Tabares, A. S. G., & Peralta, Y. B. M. (2021). Orientación suicida y su relación con factores psicológicos y sociodemográficos en estudiantes universitarios. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 12(2), 469-493.

Trunce Morales, S. T., Villarroel Quinchalef, G. D. P., Arntz Vera, J. A., Muñoz Muñoz, S. I., & Werner Contreras, K. M. (2020). Niveles de depresión, ansiedad, estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Investigación en educación médica*, 9(36), 8-16.

Urday-Concha, F., Gonzáles-Vera, C., Suca, L. J. P., Pantigoso Bustamante, E. L., Sánchez, S. H. C., & Pinto-Ope, L. (2019). Percepción de riesgos y consumo de drogas en estudiantes universitarios de enfermería, Arequipa, Perú. *Enfermería Actual de Costa*



Rica, (36), 19-35.

Valerio Ureña, G., & Serna Valdivi, R. (2018). Redes sociales y bienestar psicológico del estudiante universitario. *Revista electrónica de investigación educativa*, 20(3), 19-28.

Véliz Burgos A., & Dörner Paris, A. (2019). Reflexiones respecto al bienestar psicológico y salud mental en estudiantes de primer año de una Universidad Estatal. *Revista Ciencias de la Documentación*, 63-71.