

## Primera Unidad Móvil de Salud Mental Universitaria del país

### Unidad Móvil de Salud Mental Universitaria, una apuesta por el bienestar de los estudiantes y la región

La Universidad de Cundinamarca, a través de la facultad de Ciencias de la Salud y el programa de Psicología pondrán en marcha la primera Unidad Móvil de Salud Mental Universitaria del país con una inversión de 1.266 millones de pesos.

Fusagasugá, 19 de febrero de 2024.

El objetivo de esta iniciativa es formar profesionales competentes, críticos y reflexivos en el campo de la psicología, que se comprometan con el desarrollo social de su entorno. La unidad móvil ofrecerá servicios de apoyo psicológico a los estudiantes y contribuirá con el mejoramiento de la salud mental de la región, mediante la realización de talleres, charlas, orientación y acompañamiento. La unidad cuenta con un equipo interdisciplinario de profesionales y está equipada con los recursos necesarios para brindar una atención integral y de calidad.

Según el último informe del Ministerio de Salud, la situación de la salud mental en el país es preocupante. El documento revela que el 17,4% de la población adulta presenta algún trastorno mental, siendo los más frecuentes la depresión, la ansiedad y el estrés postraumático. El informe también señala que el suicidio es la segunda causa de muerte entre los jóvenes de 15 a 29 años, y que el consumo de sustancias psicoactivas ha aumentado en los últimos años.

La facultad de Ciencias de la Salud liderada por la doctora María Nancy Garzón Soche, tiene proyectada la entrega de la Unidad de Salud Mental a mediados del 2024. “Esta iniciativa surge como una respuesta a la Ley que exige a los estudiantes de Psicología realizar prácticas clínicas en este campo. La Unidad Móvil no solo beneficiará a los estudiantes de la universidad, sino que también ofrecerá servicios

de tamizaje y formación en salud mental a la comunidad del departamento, siguiendo el principio de translocalidad que caracteriza al Modelo Educativo Digital Transmoderno de la institución”.

Es de resaltar que la Unidad Móvil está conformado por tres consultorios con su escritorio, espacio suficiente para atender a los pacientes, batería de baños diseñada como lo pide la norma para el acceso a personas con dificultades de movilidad y una carpa para que los pacientes esperen su turno, ésta podrá trasladarse a las diferentes unidades regionales donde opera la institución y facilitará el acceso a las personas con discapacidad. Antes de iniciar la atención en salud, se gestionarán las licencias y habilitaciones necesarias, explicó la funcionaria.

Agregó que, “el proyecto de inversión consta de dos fases. La primera consiste en la compra del vehículo y el chasis donde se instalará la unidad móvil. Esta unidad tendrá un tamaño adecuado para poder acceder a zonas rurales de difícil acceso. La segunda fase implica la adaptación interna de la unidad móvil y la habilitación de los espacios clínicos para atender a la población. Además, se contará con un espacio de docencia de servicio. Se espera que la unidad móvil pueda entrar en funcionamiento inicialmente en la ciudad de Facatativá y beneficiar a toda la Provincia de Sabana Occidente”, puntualizó la decana.

### **Salud mental en la comunidad educativa**

"La mayoría de las problemáticas actuales están relacionadas con la ansiedad y el estrés". Estos dos factores se deben "a la sobrecarga de actividades laborales, académicas y el uso excesivo de las tecnologías de la información y la comunicación que pueden generar dificultades para afrontarlas", señala Rafael Cortés Lugo, Coordinador del Programa de Psicología extensión Facatativá.

Sin embargo, hay que distinguir entre una problemática y un trastorno, según el grado de afectación que tengan en la vida de las personas, subrayó el profesional. Asimismo, indica que "algunas situaciones nos ponen al límite y nos sentimos abrumados. En ese momento, es importante saber cómo reaccionar y buscar apoyo".

“Según los estudios de salud mental y las cifras que han difundido el Ministerio de Salud y la Organización Mundial de la Salud, los principales problemas que afectan a la población son la ansiedad y el estrés. Estos trastornos se han incrementado debido a la situación actual que vivimos”. Señaló el funcionario.

Añadió que “una Unidad en Salud Mental puede contribuir a beneficiar y a prevenir estos problemas ofreciendo servicios de atención psicológica individual y grupal, talleres de promoción y prevención, campañas de sensibilización, espacios de autocuidado y bienestar, redes de apoyo entre pares y referencias a otros profesionales cuando sea necesario. Además, puede realizar un seguimiento y evaluación de la salud mental de la comunidad universitaria y generar recomendaciones para mejorar las condiciones que favorecen el desarrollo integral de las personas”.

Para cuidar nuestra salud mental, el doctor Cortés Lugo recomienda evitar el exceso de trabajo, buscar soluciones a los conflictos laborales de manera asertiva, no mezclar los problemas familiares con los profesionales y pedir ayuda cuando se requiera, no dejar avanzar las situaciones. También nos anima a la comunidad a trabajar en equipo y a aprovechar los servicios de bienestar que ofrece la institución para estudiantes, administrativos y gestores del conocimiento y aprendizaje.

Agradecemos la divulgación de esta información.

Mayores informes

[comunicacionesaunclit@ucundinamarca.edu.co](mailto:comunicacionesaunclit@ucundinamarca.edu.co)

WhatsApp 3504579522