



# IV CONGRESO NACIONAL DE CESED



Universidad de Valladolid

“Un reto pendiente: Salud mental en los universitarios”

Salud Mental en Estudiantes Universitarios: Conceptualización y  
Resultados de Investigación

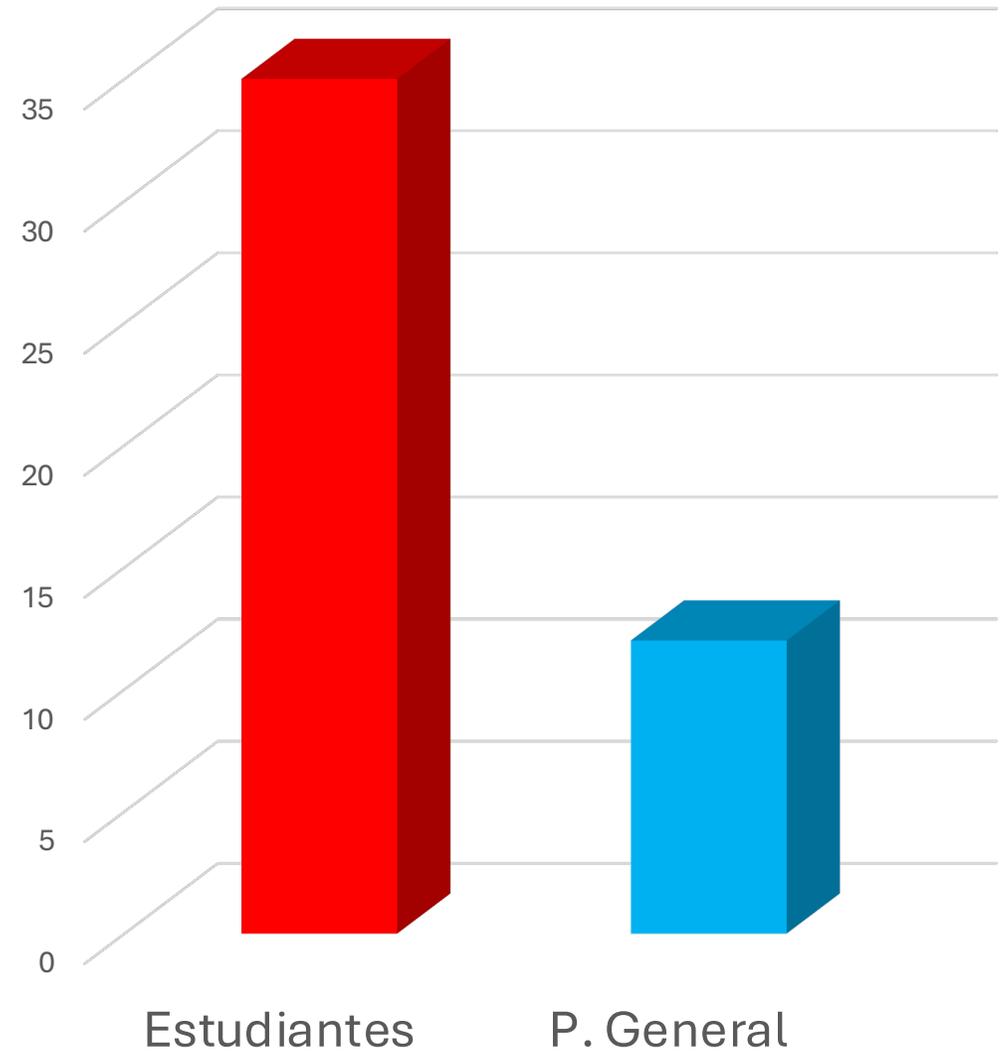
Jairo Rodríguez Medina

Universidad de Valladolid

[jairo.rodriguez.medina@uva.es](mailto:jairo.rodriguez.medina@uva.es)

9 de mayo de 2024

Aproximadamente un 35 % de los estudiantes universitarios sufre algún tipo de problema de salud mental



OMS, Auerbach et al., 2018

# Estructura de la Presentación

1. Conceptualización de los problemas de salud mental
2. Prevalencia en estudiantes universitarios
3. Factores de riesgo
4. Intervención
5. Servicios de Información y Orientación Psicológica en las Universidades

# De qué estamos hablando

1. Conceptualización de los problemas de salud mental



Lisa Haney en Markus & Borsboom (2013)

# Conceptualización de los problemas de salud mental

La salud mental se “define” como:

un estado de bienestar

en el cual el individuo es:

consciente de sus propias capacidades

puede afrontar las tensiones normales de la vida

puede trabajar de forma productiva y fructífera

es capaz de hacer una contribución a su comunidad



# Conceptualización de los problemas de salud mental

El diagnóstico **simplifica** los problemas de salud mental

Problema de salud mental  $\neq$  Diagnóstico

Problemas de Salud Mental  Sistemas Complejos

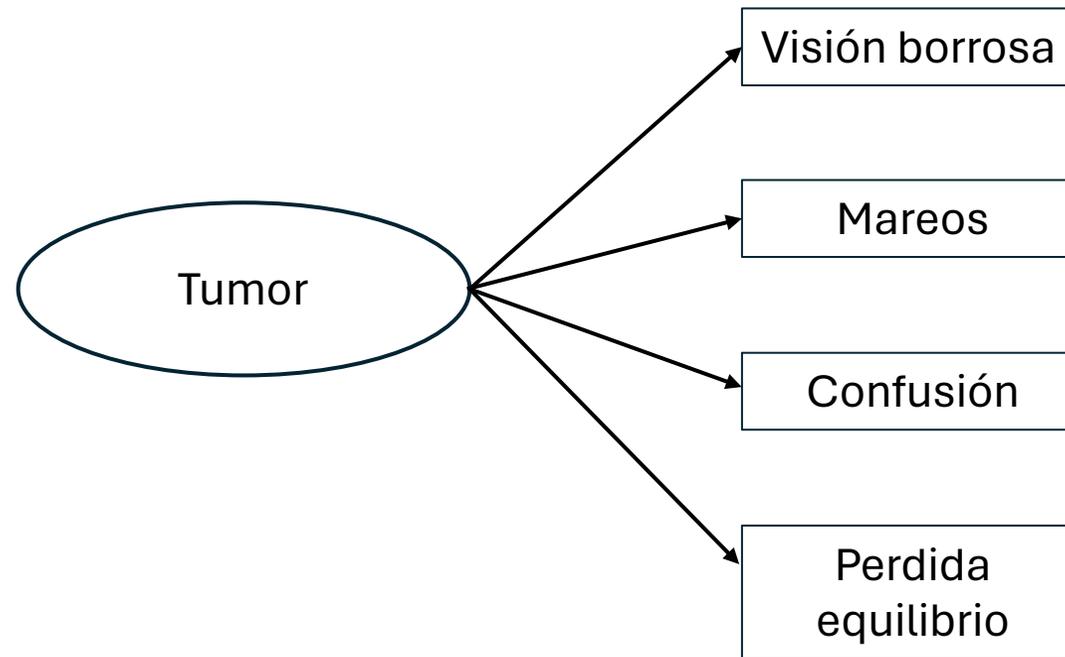
¿Deben considerarse los TM como **categorías** o como **dimensiones**?

Reduccionismo biológico

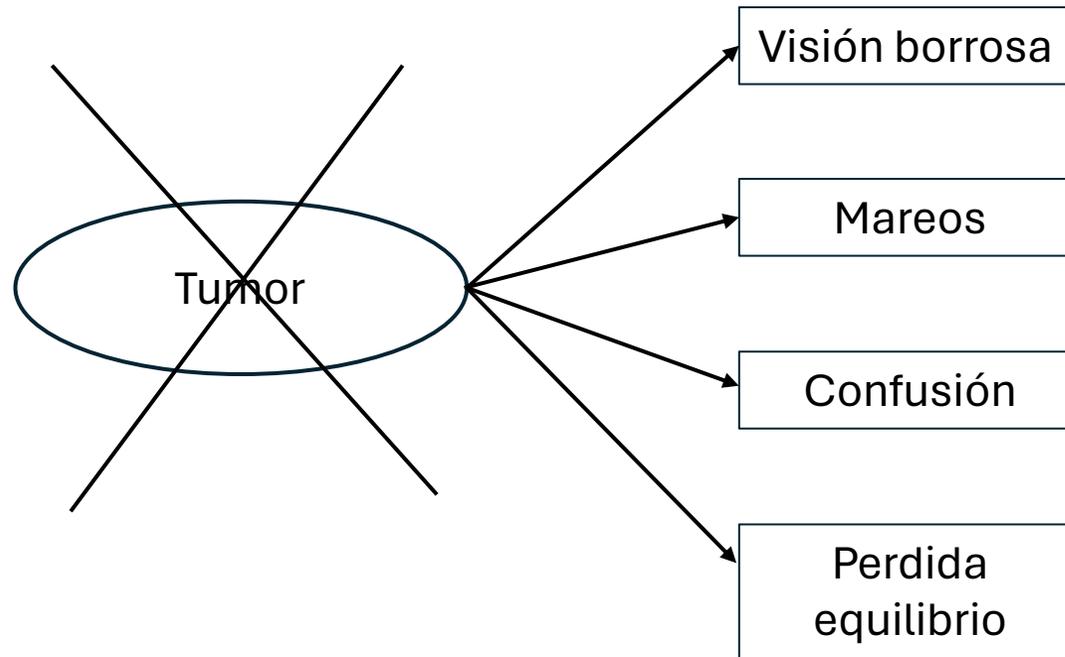
(Fried, 2022)

# Conceptualización de los problemas de salud mental

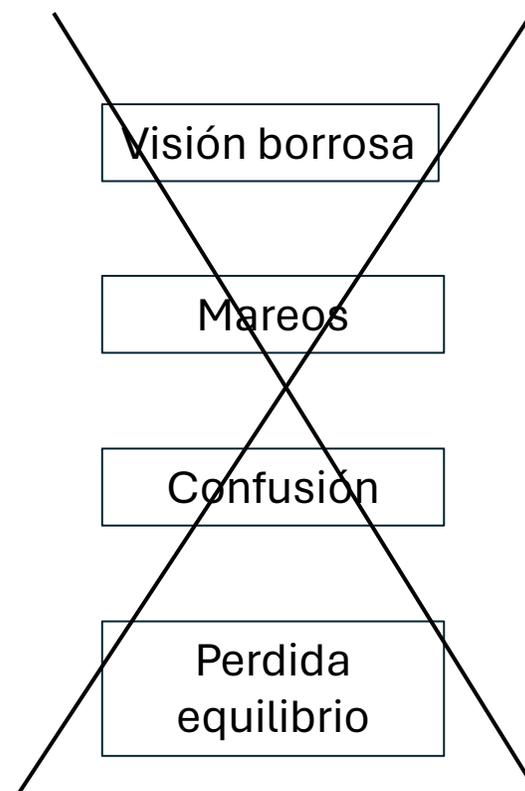
¿Deben considerarse los TM como **categorías** o como **dimensiones**?



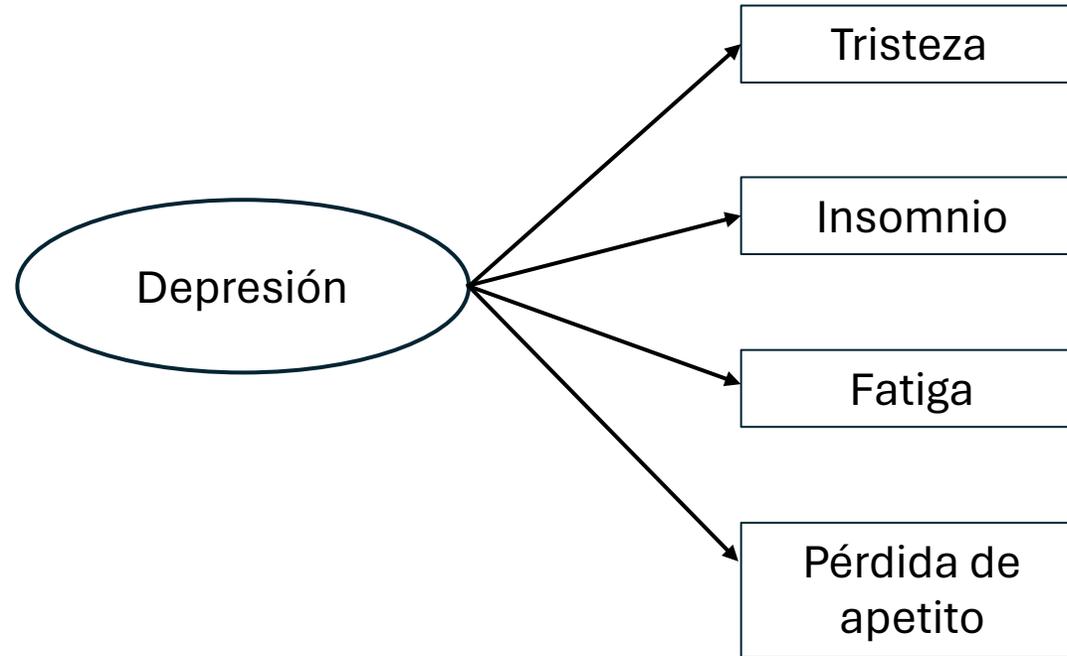
# Conceptualización de los problemas de salud mental



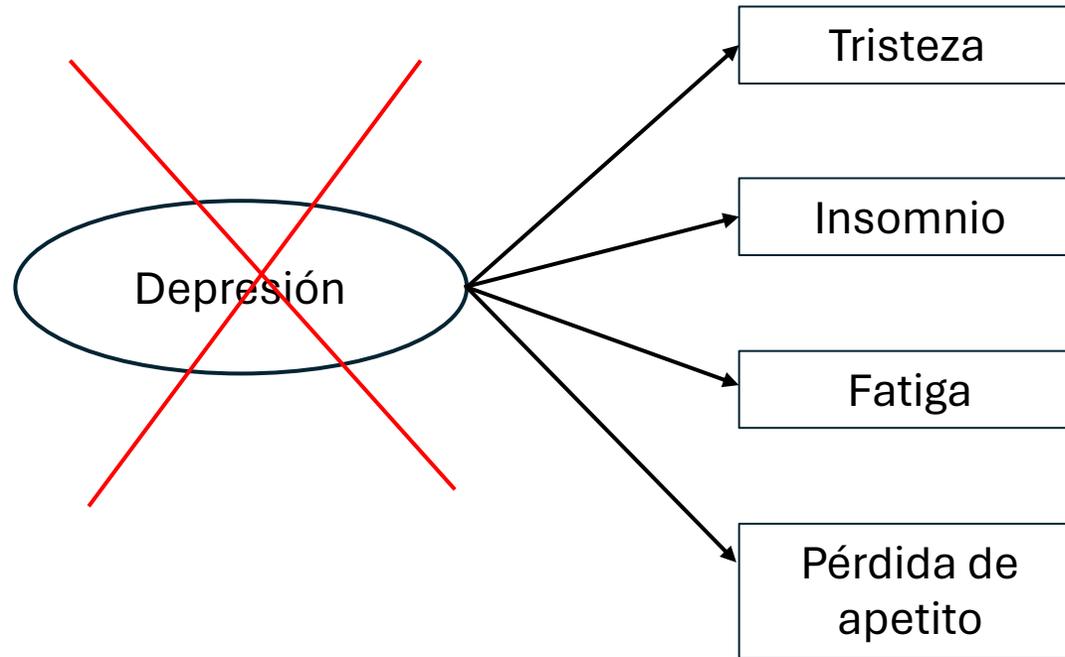
# Conceptualización de los problemas de salud mental



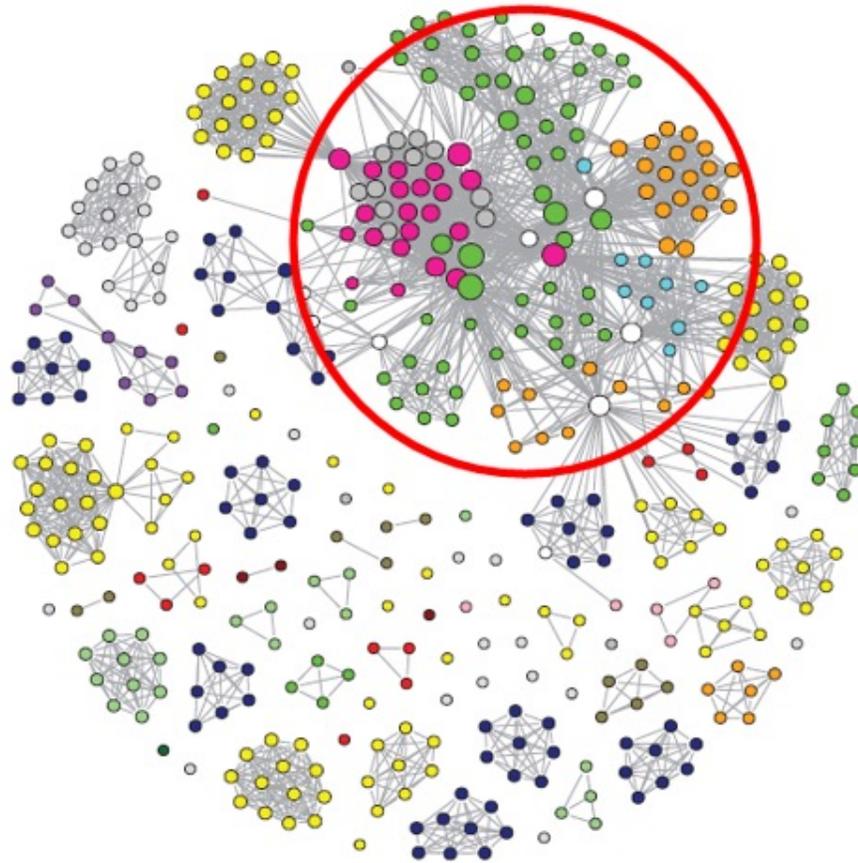
# Conceptualización de los problemas de salud mental



# Conceptualización de los problemas de salud mental



# Conceptualización de los problemas de salud mental



- Trastornos de inicio en la infancia y la adolescencia
- Delirium, demencia y otros trastornos cognitivos
- Trastornos mentales debidos a condición médica
- Trastornos de abuso de sustancias
- Esquizofrenia y otros trastornos psicóticos
- Trastornos del estado de ánimo
- Trastornos de ansiedad
- Trastornos somatomorfos
- Trastornos facticios
- Trastornos disociativos
- Trastornos de sexo y de identidad de género
- Trastornos de la alimentación
- Trastornos del sueño
- Trastornos del control de los impulsos
- Trastornos adaptativos
- Trastornos de personalidad
- Síntomas iguales en múltiples capítulos

# Conceptualización de los problemas de salud mental

Principio	Definición
<b>Complejidad</b>	Los trastornos mentales se caracterizan en términos de la interacción entre diferentes componentes dentro de una red ( <i>network</i> ) psicopatológica.
<b>Correspondencia síntoma-componente</b>	Los componentes de una red psicopatológica corresponden a los problemas que se han codificado como síntomas en el siglo pasado y aparecen como tales en los manuales diagnósticos actuales.
<b>Conexiones causales directas</b>	La estructura de red ( <i>network</i> ) es generada por un patrón de conexiones causales directas entre los síntomas.
<b>Los trastornos mentales siguen una estructura <i>de red</i></b>	La red psicopatológica tiene una topología que no es trivial, en la que ciertos síntomas están más fuertemente interconectados que otros. Estas agrupaciones de síntomas dan lugar a la manifestación fenomenológica de los trastornos mentales como grupos de síntomas que con frecuencia surgen juntos.

## 2. Prevalencia en estudiantes universitarios



## 2. Prevalencia en estudiantes universitarios



# Prevalencia

## Journal of Abnormal Psychology

### WHO World Mental Health Surveys International College Student Project: Prevalence and Distribution of Mental Disorders

Randy P. Auerbach, Philippe Mortier, Ronny Bruffaerts, Jordi Alonso, Corina Benjet, Pim Cuijpers, Koen Demyttenaere, David D. Ebert, Jennifer Greif Green, Penelope Hasking, Elaine Murray, Matthew K. Nock, Stephanie Pinder-Amaker, Nancy A. Sampson, Dan J. Stein, Gemma Vilagut, Alan M. Zaslavsky, Ronald C. Kessler, and WHO WMH-ICS Collaborators

Online First Publication, September 13, 2018. <http://dx.doi.org/10.1037/abn0000362>

Australia

Bélgica

Alemania

México

Irlanda del Norte

Sudáfrica

España

Estados Unidos

14000 estudiantes

8 países

Trastorno Depresivo: 21.2 %

Ansiedad Generalizada: 18.6 %

Abuso del Alcohol: 6.8 %

Trastorno bipolar: 3.5 %

35 %

# Prevalencia en España

Journal of Affective Disorders 273 (2020) 604–613

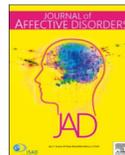


ELSEVIER

Contents lists available at ScienceDirect

Journal of Affective Disorders

journal homepage: [www.elsevier.com/locate/jad](http://www.elsevier.com/locate/jad)



Mental disorders in Spanish university students: Prevalence, age-of-onset, severe role impairment and mental health treatment.

Laura Ballester<sup>a,b,c</sup>, Itxaso Alayo<sup>a,c</sup>, Gemma Vilagut<sup>a,c</sup>, José Almenara<sup>d</sup>, Ana Isabel Cebrià<sup>e,f</sup>, Enrique Echeburúa<sup>g</sup>, Andrea Gabilondo<sup>h</sup>, Margalida Gili<sup>i</sup>, Carolina Lagares<sup>d</sup>, José Antonio Piqueras<sup>j</sup>, Miquel Roca<sup>l</sup>, Victoria Soto-Sanz<sup>j</sup>, Maria Jesús Blasco<sup>a,c</sup>, Pere Castellví<sup>k</sup>, Philippe Mortier<sup>a,c</sup>, Ronny Bruffaerts<sup>l</sup>, Randy P. Auerbach<sup>m</sup>, Matthew K. Nock<sup>n</sup>, Ronald C. Kessler<sup>o</sup>, Alonso Jordi<sup>a,c,p,\*</sup>, on behalf of the UNIVERSAL study group<sup>1</sup>

Universitat de les Illes Balears

Euskal Herriko Unibertsitatea

Universidad de Cádiz

2000 estudiantes

Universidad Miguel Hernández

Universidad Pompeu Fabra

Trastorno Depresivo: 23.1 %

Ansiedad Generalizada: 19.3 %

Abuso del Alcohol: 7 %

41.3 %

# Prevalencia en España

	Lifetime prevalence			
	Total % (SE)	Male % (SE)	Female % (SE)	F (ndf, ddf) <sup>g</sup>
<b>Mental disorders</b>				
Major depressive episode	23.1 (0.92)	17.2 (1.23)	27.9 (1.31)	33.9 (1,106324349)**
Broad mania	3.4 (0.42)	2.5 (0.51)	4.2 (0.63)	4.6 (1,14520)*
Any mood disorder <sup>a</sup>	24.5 (0.94)	18.2 (1.26)	29.6 (1.34)	36.7 (1,984383)**
Generalized anxiety disorder	19.3 (0.86)	11.7 (1.05)	25.3 (1.27)	62.6 (1,2121470)**
Panic Disorder	2.5 (0.35)	1.7 (0.43)	3.1 (0.52)	4.2 (1,16944)*
Any anxiety disorder <sup>b</sup>	20.1 (0.88)	12.9 (1.10)	26.0 (1.29)	55.2 (1,428977)**
Alcohol abuse or dependence	7 (0.56)	9.7 (0.97)	4.8 (0.63)	19.6 (1,1501642)**
Drug abuse or dependence	5.3 (0.5)	7.1 (0.86)	3.8 (0.57)	11.1 (1,15267)**
Any substance use disorder <sup>c</sup>	11.1 (0.69)	15.1 (1.18)	7.8 (0.79)	27.0 (1,52216)**
Attention deficit hyperactivity disorder <sup>d</sup>	11.2 (0.68)	9.6 (0.96)	12.5 (0.97)	4.5 (1,38342293)**
Any mental disorder <sup>e</sup>	41.3 (1.08)	35.1 (1.57)	46.3 (1.47)	36.6 (1,122925)**
<b>Number of disorders</b>				
One disorder	21.3 (0.9)	19.6 (1.31)	22.7 (1.24)	11.0 (3,176409)**
Two disorders	11.7 (0.71)	8.3 (0.91)	14.6 (1.04)	
Three or more disorders	8.2 (0.6)	7.2 (0.85)	9.0 (0.84)	

# Prevalencia en España

	Lifetime prevalence			
	Total % (SE)	Male % (SE)	Female % (SE)	F (ndf, ddf) <sup>g</sup>
<b>Mental disorders</b>				
Major depressive episode	23.1 (0.92)	17.2 (1.23)	27.9 (1.31)	33.9 (1,106324349)**
Broad mania	3.4 (0.42)	2.5 (0.51)	4.2 (0.63)	4.6 (1,14520)*
Any mood disorder <sup>a</sup>	24.5 (0.94)	18.2 (1.26)	29.6 (1.34)	36.7 (1,984383)**
Generalized anxiety disorder	19.3 (0.86)	11.7 (1.05)	25.3 (1.27)	62.6 (1,2121470)**
Panic Disorder	2.5 (0.35)	1.7 (0.43)	3.1 (0.52)	4.2 (1,16944)*
Any anxiety disorder <sup>b</sup>	20.1 (0.88)	12.9 (1.10)	26.0 (1.29)	55.2 (1,428977)**
Alcohol abuse or dependence	7 (0.56)	9.7 (0.97)	4.8 (0.63)	19.6 (1,1501642)**
Drug abuse or dependence	5.3 (0.5)	7.1 (0.86)	3.8 (0.57)	11.1 (1,15267)**
Any substance use disorder <sup>c</sup>	11.1 (0.69)	15.1 (1.18)	7.8 (0.79)	27.0 (1,52216)**
Attention deficit hyperactivity disorder <sup>d</sup>	11.2 (0.68)	9.6 (0.96)	12.5 (0.97)	4.5 (1,38342293)**
Any mental disorder <sup>e</sup>	41.3 (1.08)	35.1 (1.57)	46.3 (1.47)	36.6 (1,122925)**
<b>Number of disorders</b>				
One disorder	21.3 (0.9)	19.6 (1.31)	22.7 (1.24)	11.0 (3,176409)**
Two disorders	11.7 (0.71)	8.3 (0.91)	14.6 (1.04)	
Three or more disorders	8.2 (0.6)	7.2 (0.85)	9.0 (0.84)	

# Prevalencia en España

	Lifetime prevalence			
	Total % (SE)	Male % (SE)	Female % (SE)	F (ndf, ddf) <sup>g</sup>
<b>Mental disorders</b>				
Major depressive episode	23.1 (0.92)	17.2 (1.23)	27.9 (1.31)	33.9 (1,106324349)**
Broad mania	3.4 (0.42)	2.5 (0.51)	4.2 (0.63)	4.6 (1,14520)*
Any mood disorder <sup>a</sup>	24.5 (0.94)	18.2 (1.26)	29.6 (1.34)	36.7 (1,984383)**
Generalized anxiety disorder	19.3 (0.86)	11.7 (1.05)	25.3 (1.27)	62.6 (1,2121470)**
Panic Disorder	2.5 (0.35)	1.7 (0.43)	3.1 (0.52)	4.2 (1,16944)*
Any anxiety disorder <sup>b</sup>	20.1 (0.88)	12.9 (1.10)	26.0 (1.29)	55.2 (1,428977)**
Alcohol abuse or dependence	7 (0.56)	9.7 (0.97)	4.8 (0.63)	19.6 (1,1501642)**
Drug abuse or dependence	5.3 (0.5)	7.1 (0.86)	3.8 (0.57)	11.1 (1,15267)**
Any substance use disorder <sup>c</sup>	11.1 (0.69)	15.1 (1.18)	7.8 (0.79)	27.0 (1,52216)**
Attention deficit hyperactivity disorder <sup>d</sup>	11.2 (0.68)	9.6 (0.96)	12.5 (0.97)	4.5 (1,38342293)**
Any mental disorder <sup>e</sup>	41.3 (1.08)	35.1 (1.57)	46.3 (1.47)	36.6 (1,122925)**
<b>Number of disorders</b>				
One disorder	21.3 (0.9)	19.6 (1.31)	22.7 (1.24)	11.0 (3,176409)**
Two disorders	11.7 (0.71)	8.3 (0.91)	14.6 (1.04)	
Three or more disorders	8.2 (0.6)	7.2 (0.85)	9.0 (0.84)	

# Prevalencia en España

	Lifetime prevalence			
	Total % (SE)	Male % (SE)	Female % (SE)	F (ndf, ddf) <sup>g</sup>
<b>Mental disorders</b>				
Major depressive episode	23.1 (0.92)	17.2 (1.23)	27.9 (1.31)	33.9 (1,106324349)**
Broad mania	3.4 (0.42)	2.5 (0.51)	4.2 (0.63)	4.6 (1,14520)*
Any mood disorder <sup>a</sup>	24.5 (0.94)	18.2 (1.26)	29.6 (1.34)	36.7 (1,984383)**
Generalized anxiety disorder	19.3 (0.86)	11.7 (1.05)	25.3 (1.27)	62.6 (1,2121470)**
Panic Disorder	2.5 (0.35)	1.7 (0.43)	3.1 (0.52)	4.2 (1,16944)*
Any anxiety disorder <sup>b</sup>	20.1 (0.88)	12.9 (1.10)	26.0 (1.29)	55.2 (1,428977)**
Alcohol abuse or dependence	7 (0.56)	9.7 (0.97)	4.8 (0.63)	19.6 (1,1501642)**
Drug abuse or dependence	5.3 (0.5)	7.1 (0.86)	3.8 (0.57)	11.1 (1,15267)**
Any substance use disorder <sup>c</sup>	11.1 (0.69)	15.1 (1.18)	7.8 (0.79)	27.0 (1,52216)**
Attention deficit hyperactivity disorder <sup>d</sup>	11.2 (0.68)	9.6 (0.96)	12.5 (0.97)	4.5 (1,38342293)**
<b>Any mental disorder<sup>e</sup></b>	<b>41.3 (1.08)</b>	<b>35.1 (1.57)</b>	<b>46.3 (1.47)</b>	<b>36.6 (1,122925)**</b>
<b>Number of disorders</b>				
One disorder	21.3 (0.9)	19.6 (1.31)	22.7 (1.24)	11.0 (3,176409)**
Two disorders	11.7 (0.71)	8.3 (0.91)	14.6 (1.04)	
Three or more disorders	8.2 (0.6)	7.2 (0.85)	9.0 (0.84)	



# LA SALUD MENTAL EN EL ESTUDIANTADO DE LAS UNIVERSIDADES ESPAÑOLAS

Un estudio de:



Colaboran:



# Síntomas de Depresión e Ideaciones Suicidas



## PREVALENCIA DE SÍNTOMAS DEPRESIVOS



## PREVALENCIA DE IDEACIÓN SUICIDA

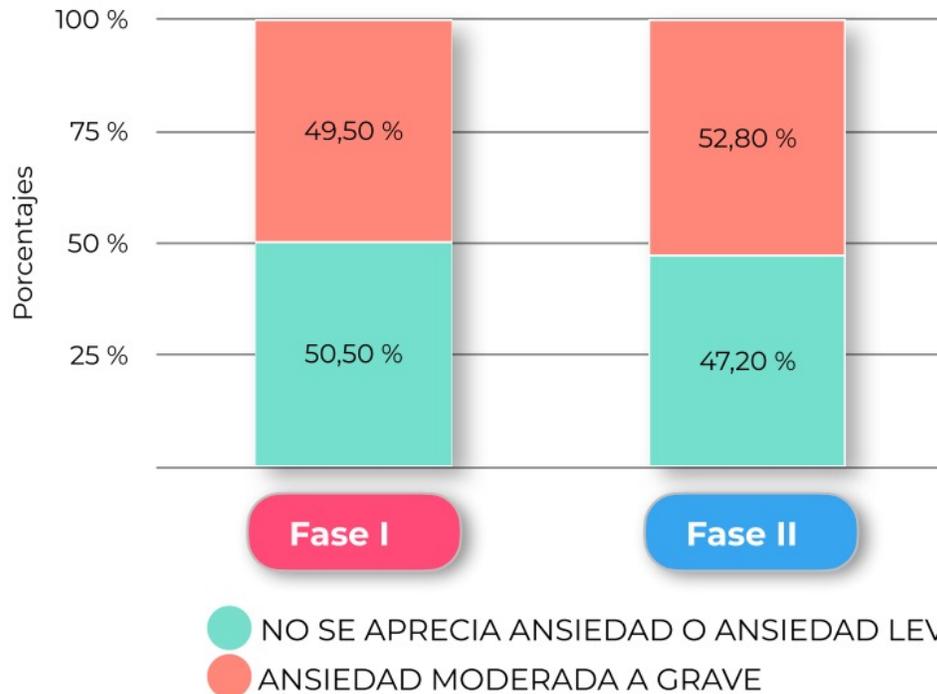


La prevalencia de síntomas depresivos es de aproximadamente uno/a de cada dos estudiantes (49,4% y 46,9%) que completaron la encuesta.

La prevalencia de ideación suicida es de aproximadamente uno/a de cada cinco estudiantes (22,5% y 21,4%) que completaron la encuesta.

# Síntomas de Ansiedad e Insomnio

## PREVALENCIA DE ANSIEDAD MODERADA O GRAVE



La prevalencia de ansiedad moderada o grave es de aproximadamente uno/a de cada dos estudiantes (49,5% y 52,8%) que completaron la encuesta.

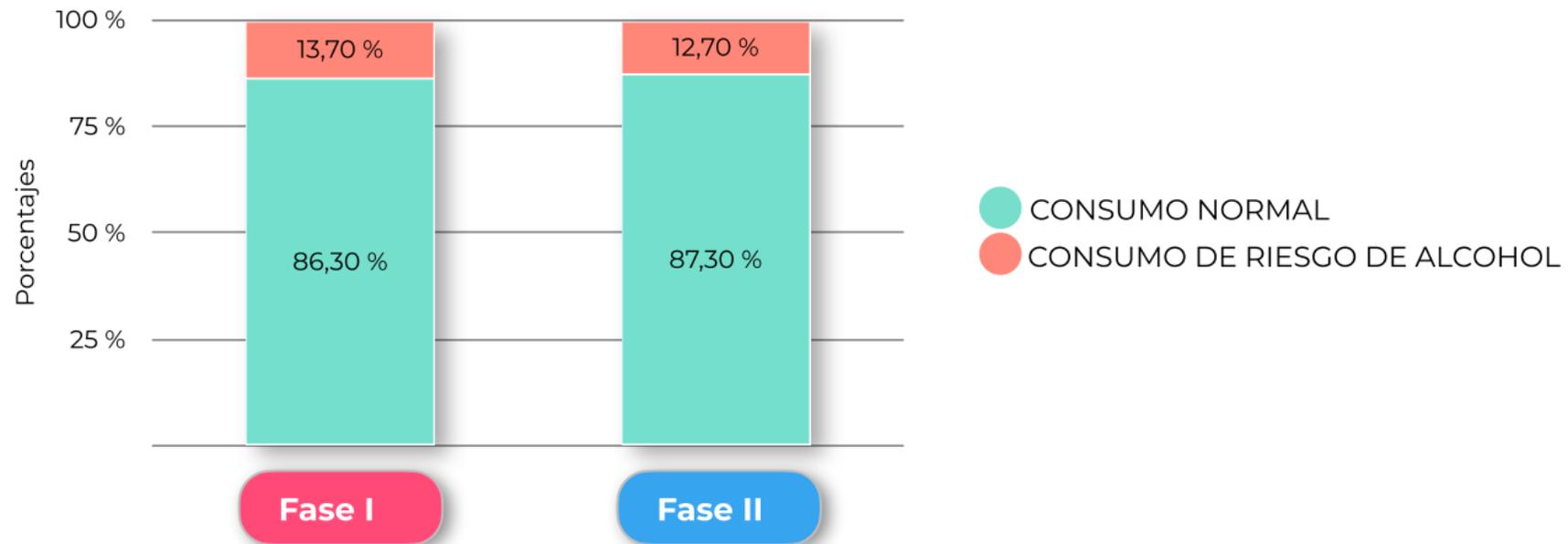
## PREVALENCIA DE INSOMNIO CLÍNICO O GRAVE



La prevalencia de insomnio clínico o grave es de aproximadamente uno/a de cada cinco estudiantes (21,9% y 24,1%) que completaron la encuesta.

# Consumo de Riesgo de Alcohol

## PREVALENCIA DE CONSUMO DE RIESGO DE ALCOHOL



La prevalencia de consumo de riesgo de alcohol es de aproximadamente uno/a de cada siete estudiantes (13,7% y 12,7%) que completaron la encuesta.

### 3. Factores de Riesgo



# Factores de Riesgo

- Presión académica
- Inestabilidad económica
- Dificultades para conciliar el sueño
- Soledad
- Falta de apoyo social
- Discriminación
- Historial de problemas de salud mental

Factores Biológicos  
Factores Psicológicos  
Factores Sociales

# Factores Biológicos

- **Discapacidad Sensorial / Motriz / Intelectual**

La prevalencia de problemas de salud mental en estudiantes con discapacidad es significativamente más alta **67 %**

- **Problemas de salud o enfermedades graves**

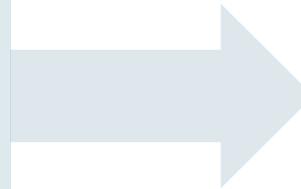
Mayor riesgo de depresión / ansiedad / ideaciones suicidas

- **Trastornos del sueño**

Mayor riesgo de depresión / ansiedad

# Factores Psicológicos

- **Autoestima**
- **Regulación Emocional**
- **Autopercepción de la Salud**
- **Estrés**
- **Funcionamiento Cognitivo**



Mayor Riesgo de Depresión

Rumiación negativa  
Sentimiento de carga  
Evitación de la resolución de problemas

/ Afrontamiento negativo  
/ Falta de pertenencia  
/ Déficit en la alternancia mental

# Factores Psicológicos

- **Historial Psiquiátrico**

Ideación suicida / intentos y planes de suicidio / autolesiones



Depresión

- **Historial Psiquiátrico Familiar**

# Factores Sociales

- **Aislamiento social**

Depresión / estrés / ansiedad / ideación suicida

- **Acoso Escolar**

Ideación suicida / ansiedad / depresión

- **Problemas Económicos**

# Factores Relacionados con la Ed. Superior

*Journal of Affective Disorders 256 (2019) 393–403*

- **Contexto Académico**

Estudiantes de Ciencias Sociales ¿?

2013). The widespread socio-cultural variations could be an underlying factor for the differences in psychological disorders in students. Our study found an association between the students of different study faculties and their suffering from psychological disorders. The students of social sciences faculty were found to be significantly more likely to experience depression than those of other faculties. It was often observed that the students of social sciences were used to leading unhealthy and sedentary lifestyles, sleeping a few hours before sunshine, tobacco and alcohol consumption, spending more time in screen-based activities, etc.

Aumento de la demanda académica

Preocupaciones sobre el rendimiento académico

Estrés académico

La falta de claridad en la estructura educativa y la carga de trabajo de estudio

# Estilo de Vida

- **Actividad Física** (Hossain et al., 2019)

Depresión

- **Alcohol**
  - **Drogas**
  - **Tabaco**
- Depresión / Ansiedad / Estrés

También son factores de riesgo de suicidio

- **Calidad de la Dieta** (Hossain et al., 2019)

Depresión / Ansiedad

- **Uso del teléfono móvil** (Hossain et al., 2019)

Depresión

# Consecuencias

- Bajo rendimiento académico
- Mayores tasas de abandono

> 210 % incremento del abandono entre 2016 y 2020

(Hubble and Bolton, 2020)

Falta de evidencia de calidad sobre factores de riesgo

# 4. Intervención



# Enfoque Integral



## Whole university approach

A whole university approach recommends that all aspects of university life promote and support student and staff mental health.



## Improving mental health in universities

A whole university approach to mental health means significant cultural and structural change.



28 SEPTEMBER 2022 · RESOURCES

## Mental health leadership tool

Universities understand that the wellbeing and mental health of our students and staff is a priority. To support them, we have developed a new toolkit for university leaders on how to lead a mentally healthy university.



12 JULY 2022 · PUBLICATIONS

## NHS-university partnerships: working together for student mental health

Examples of NHS-university partnerships that are joining-up mental health care for students.



4 MARCH 2021 · CASE STUDY

## What's Up With Everyone? Starting a conversation about students' mental health

This University Mental Health Day, Professor Paul Crawford discusses the new campaign What's Up With



13 DECEMBER 2021 · OPINION

## How can universities work together to improve student mental health?

Our President, Professor Steve West CBE, builds on the insight from the Scottish sector's Thriving Learners study to set out what is next for

# Enfoque Integral



La salud mental está “determinada” por un conjunto de factores individuales, interpersonales, comunitarios, estructurales y ambientales



Un entorno saludable es un lugar en el que las personas realizan sus actividades cotidianas y donde **los factores ambientales, organizacionales y personales interactúan para afectar la salud y el bienestar**

# Enfoque Integral

- Reconocer el efecto de la cultura y el medio ambiente, así como las desigualdades específicas, en la salud mental y el bienestar
- Transformar la universidad en un espacio saludable
- Capacita a estudiantes y personal para que se responsabilicen de su propio bienestar

Prevención e intervención temprana — Información sobre la salud mental  
Servicios de apoyo

# Enfoque Integral

Todos los aspectos de la vida universitaria deben promover y apoyar la salud mental de estudiantes y personal



Se apoya en cuatro dominios  
Aprendizaje — Apoyos — Trabajo — Vida

Las universidades tienen la **responsabilidad** de apoyar e intervenir de forma temprana

[Stepchange: mentally healthy universities](#)

# Enfoque Integral — Aprendizaje

## Curriculum y pedagogía

Revisar el diseño del currículo y los métodos de enseñanza-aprendizaje teniendo en cuenta la salud mental

## Comunidades y entornos de aprendizaje

Desarrollar entornos colaborativos, seguros y de apoyo – incluyendo los entornos digitales – que tengan un impacto positivo en la salud mental

## Autoestima y confianza

Apoyar a los estudiantes para que desarrollen las habilidades que necesitan para prosperar en la vida cotidiana

# Enfoque Integral — Aprendizaje

## Personal docente

Aclarar el papel del personal docente en la salud mental de los estudiantes a través de una formación y desarrollo adecuados

## Evaluación

Asegurar que las evaluaciones amplíen y pongan a prueba el aprendizaje sin imponer un estrés innecesario

## Ajustes para el estudio y para la práctica

Introducir el apoyo a la salud mental en todos los procesos

# Enfoque Integral — Servicios de Apoyo

La demanda de servicios de apoyo a la salud mental entre estudiantes y personal ha aumentado significativamente

Estos servicios deberían:

Integrarse en una **Estrategia integral de salud mental universitaria**

**Diseñarse en colaboración con estudiantes y personal**

**Auditarse periódicamente**

**Accesibles**

**Desarrollarse en colaboración con el sistema sanitario**

# Enfoque Integral — Trabajo

Una buena salud mental es fundamental para la implicación, la productividad y la creatividad del personal

Fomentar acciones de formación y charlas sobre la salud mental

Implementar intervenciones efectivas para el bienestar

Capacitar al profesorado para promover la salud mental

Garantizar que el apoyo sea de fácil acceso para el personal

# Enfoque Integral — Vida

Convertir a las Universidades en Entornos Mentalmente Saludables

Colaborar con las Asociaciones de Estudiantes para:

Apoyar la integración social de los estudiantes

Reducir la soledad

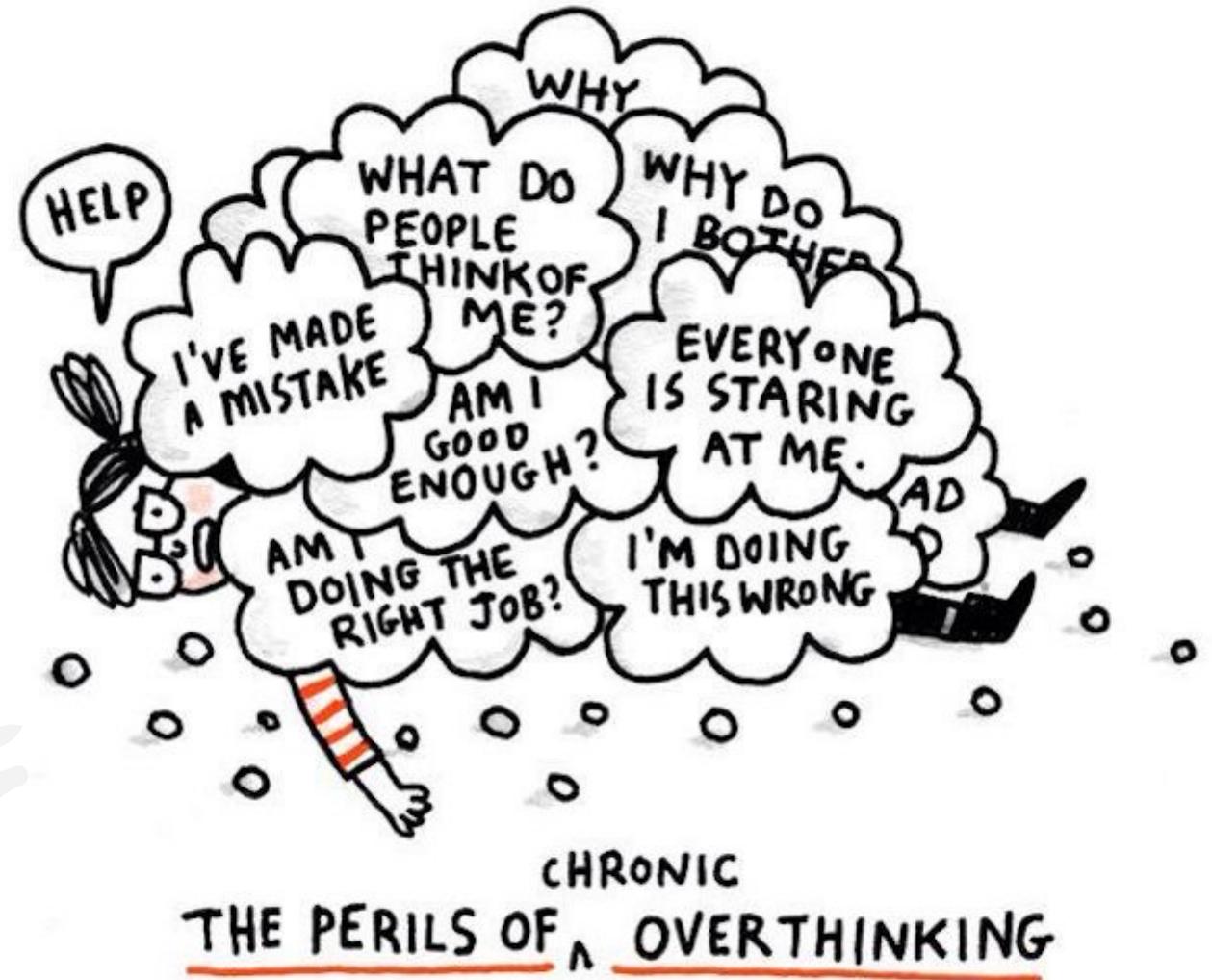
Mejorar el bienestar

Fomentar hábitos de vida saludable

Crear espacios seguros e inclusivos

Diseñar espacios que promuevan la salud mental

# 5. Servicios de Información y Orientación Psicológica en las Universidades



# Servicios de Información y Orientación Psicológica en las Universidades

## Información y orientación psicológica

La Delegación del Rector para la Responsabilidad Social Universitaria (RSU) pone a disposición de estudiantes, profesorado y personal un **servicio de información, orientación y asesoramiento psicológico en los cuatro campus de la UVa**.

Se trata de un **servicio gratuito (primeras 3 sesiones), anónimo y confidencial**. El servicio tiene como objetivo **mejorar la salud psicológica de las personas que forman parte de la Comunidad Universitaria de la UVa**, ayudando a la prevención e interviniendo cuando surgen las primeras dificultades emocionales. Se ofrece **información, orientación y/apoyo** en aspectos relacionados con el bienestar emocional, ansiedad, trastornos del sueño, dificultades y pautas en la organización en los estudios o cualquier cuestión que pueda preocuparos en relación a la vida universitaria y que puedan ser atendidas desde la psicología.

Las personas de la comunidad universitaria **víctimas de violencia de género o de acoso sexual y/o por razón de sexo** podrán ser atendidas por este servicio de manera prioritaria, comunicando previamente su situación y necesidad a la Unidad de Igualdad de la UVa (**contacto**).

El **servicio es prestado por profesionales de la psicología que atienden, personalmente, en los cuatro campus de la UVa**:

**PARA PEDIR CITA:** Envía un correo electrónico solicitando consulta con tu cuenta de correo de la UVa y no olvides presentar tu tarjeta UVa para identificarte cuando acudas al Centro de atención.

# Servicios de Información y Orientación Psicológica en las Universidades

- Solo en torno al 16 % de los estudiantes con problemas de salud mental reciben ayuda / tratamiento (Bird et al., 2019)

## Barreras para la utilización de estos servicios

Género

**Estigma**  **retraso en la búsqueda de ayuda**

Actitudes de la familia y los compañeros

Alfabetización en salud mental

(D'Amico et al., 2016)

## ¿CONOCES LA EXISTENCIA DE UN GABINETE DE PSICOLOGÍA EN TU UNIVERSIDAD?



## ¿ALGUNA VEZ HAS SIDO USUARIO/A DEL GABINETE DE PSICOLOGÍA DE TU UNIVERSIDAD?



Aunque un tercio del estudiantado (34,2% en Fase I y 35,9% en Fase II) conocía la existencia del gabinete de psicología de su universidad, solo un 4,4% en Fase I y un 5,2% en Fase II de los/as estudiantes habían sido usuarios/as del gabinete de su universidad.

# Algunas reflexiones personales



Gemma CORRELL

# Algunas reflexiones personales

- Autoexplotación e hiperindividualismo

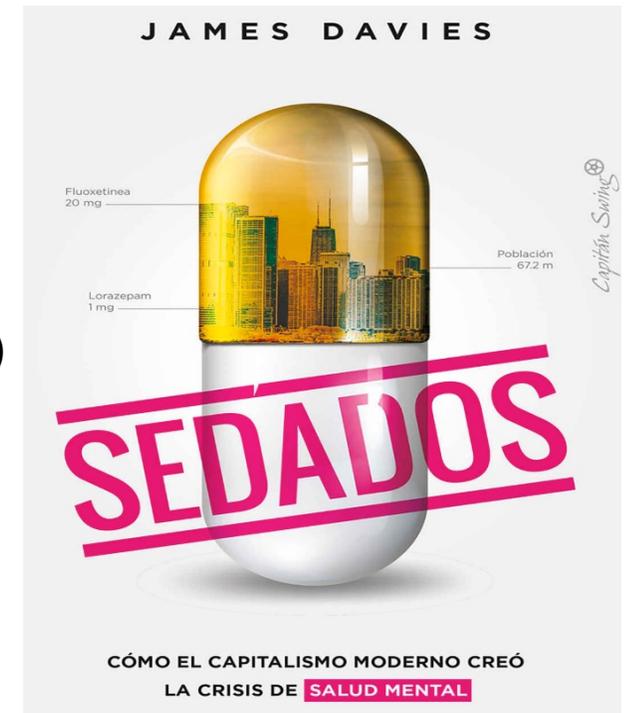
Google — Apple — Facebook — Amazon — Microsoft



Nuevos métodos de explotación  
Hiperindividualismo

Achacamos el sufrimiento a unas mentes y cerebros defectuosos en vez de vincularlo a unas condiciones sociales, políticas y laborales nocivas (Davies, 2022)

- Generación milenial vs Generación quemada
- Elogio de la lentitud





Universidad de Valladolid

# MUCHAS GRACIAS A TODOS POR VUESTRO INTERÉS Y ATENCIÓN

Salud mental y bienestar emocional de los estudiantes con necesidades educativas especiales:  
Un reto para los docentes del siglo XXI

Jairo Rodríguez Medina

Universidad de Valladolid

[jairo.rodriguez.medina@uva.es](mailto:jairo.rodriguez.medina@uva.es)

9 de mayo de 2024

# Referencias

Auerbach, R. P., Mortier, P., Bruffaerts, R., Alonso, J., Benjet, C., Cuijpers, P., Demyttenaere, K., Ebet, D. D., Greif Green, J., Hasking, P., Murray, E., Nock, M. K., Pinder-Amaker, S., Sampson, N. A., Stein, D. J., Vilagut, G., Zaslavsky, A. M., Kessler, R. C., & WHO WMH-ICS Collaborators. (2018). WHO World Mental Health Surveys International College Student Project: Prevalence and distribution of mental disorders. *Journal of Abnormal Psychology, 127*(7), 623–638. <https://doi.org/10.1037/abn0000362>

Ballester, L., Alayo, I., Vilagut, G., Almenara, J., Cebrià, A. I., Echeburúa, E., Gabilondo, A., Gili, M., Lagares, C., Piqueras, J. A., Roca, M., Soto-Sanz, V., Blasco, M. J., Castellví, P., Mortier, P., Bruffaerts, R., Auerbach, R. P., Nock, M. K., Kessler, R. C., & Jordi, A. (2020). Mental disorders in Spanish university students: Prevalence, age-of-onset, severe role impairment and mental health treatment. *Journal of Affective Disorders, 273*, 604–613. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.04.050>

D'Amico, N., Mechling, B., Kemppainen, J., Ahern, N. R., & Lee, J. (2016). American College Students' Views of Depression and Utilization of On-Campus Counseling Services. *Journal of the American Psychiatric Nurses Association, 22*(4), 302–311. <https://doi.org/10.1177/1078390316648777>

Fried, E. I. (2022). Studying Mental Health Problems as Systems, Not Syndromes. *Current Directions in Psychological Science, 31*(6), 500–508. <https://doi.org/10.1177/09637214221114089>

Hossain, S., Anjum, A., Uddin, M. E., Rahman, M. A., & Hossain, M. F. (2019). Impacts of socio-cultural environment and lifestyle factors on the psychological health of university students in Bangladesh: A longitudinal study. *Journal of Affective Disorders, 256*, 393–403. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.06.001>

Sheldon, E., Simmonds-Buckley, M., Bone, C., Mascarenhas, T., Chan, N., Wincott, M., Gleeson, H., Sow, K., Hind, D., & Barkham, M. (2021). Prevalence and risk factors for mental health problems in university undergraduate students: A systematic review with meta-analysis. *Journal of Affective Disorders, 287*, 282–292. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.03.054>