

Desarrollo universitario integral

El desarrollo y bienestar de los estudiantes universitarios es un tema que ha sido debatido en los últimos meses. En diversas universidades, los estudiantes han expresado agobio debido a una alta exigencia académica -de mayor impacto en quienes presentan brechas académicas de inicio-, lo que implicaría un aumento en los trastornos de salud mental. Como factores de riesgo están la falta de redes familiares y la mayor vulnerabilidad de los estudiantes. Es importante analizar la respuesta de las instituciones a esta situación.

El apoyo a los estudiantes se debe orientar a atender sus necesidades académicas y de salud que puedan surgir durante el desarrollo de las actividades universitarias. En la UC, el centro de apoyo académico ofrece alternativas de reforzamiento que permitan potenciar el desarrollo de habilidades académicas, para que los jóvenes desarrollen su proceso de aprendizaje y estudio en la etapa universitaria. La atención psicoedu-

cativa es un espacio de trabajo individual para abordar temas como aprendizaje estratégico, motivación académica y exploración vocacional, a lo que se suman talleres de habilidades académicas, tutorías y cursos de reforzamiento. Además, hace varios años existe un diplomado de Docencia Universitaria, para entregarle herramientas actualizadas a los profesores, orientadas a los requerimientos de los estudiantes.

En el área de la salud mental, la unidad de apoyo psicológico entrega atención psiquiátrica y psicológica con un servicio de orientación, consejerías, derivación e intervención en crisis. Además, existe un programa de manejo de situaciones que provocan altos niveles de ansiedad y un programa de autocuidado en alcohol y drogas. La construcción de un campus saludable promueve una vida activa y sana, mediante programas y campañas de autocuidado. Ejemplos incluyen la implementación de un campus libre de humo, el programa de estudiantes promotores de salud, de afectividad y sexualidad y de apo-

yo a madres y padres universitarios.

En el caso de los jóvenes, es importante cuidar su vida interior, el desarrollo de valores, los hábitos de estudio, la formación de grupos de trabajo, el cuidado del sueño y descanso, las actividades extraprogramáticas deportivas y recreativas, que tienen relación directa con un mayor rendimiento académico.

Por el contrario, el aislamiento social y familiar, el alto índice de consumo de estimulantes, el abuso del alcohol, las largas jornadas de estudio extenuantes y no programadas, el mal uso de las redes sociales, son algunos factores de riesgo que limitan el desarrollo de un ambiente educacional enriquecedor.

Las universidades representan espacios de aprendizaje, experiencias de vida y de gran crecimiento personal. El apoyo académico, de salud y de vida sustentable a nuestros estudiantes es crucial. El desafío hoy es poder equilibrar la exigencia académica y la calidad de los proyectos universitarios con un estilo de vida saludable.

Ignacio Sánchez

Rector Pontificia Universidad Católica de Chile

