

MODELO DE SALUD MENTAL DE LA UNIVERSIDAD DE TARAPACÁ

POLÍTICA INTEGRAL DE EQUIDAD

La UTA en el desempeño de su misión y en el cumplimiento de su rol social como institución estatal y regional, **promoverá en todo su quehacer la equidad y la inclusión** en un marco de respeto a la dignidad humana, a la justicia y a los derechos humanos. Asimismo, desarrollará acciones dirigidas a **eliminar cualquier barrera que impida el desarrollo del potencial o forma de discriminación que cause daño** a las y los integrantes de la comunidad universitaria.

DIMENSIONES

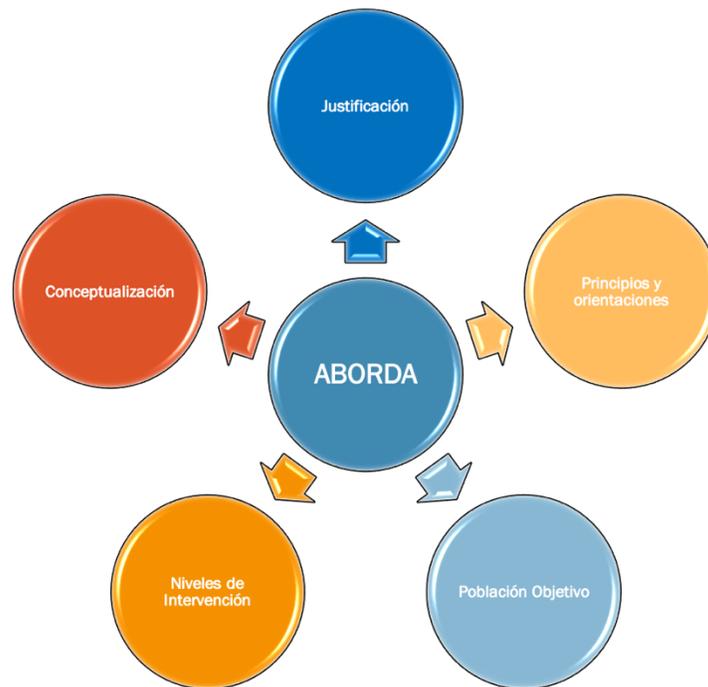
- a) Respeto y Dignidad
- b) Inclusión
- c) Interculturalidad
- d) Equidad de Género y diversidad
- e) Bienestar y Salud mental

OBJETIVO ÁMBITO SALUD MENTAL

Generar **condiciones que promuevan la salud mental** entre los integrantes de la comunidad universitaria y **desarrollar acciones que permitan la detección precoz y/o acompañamiento oportuno** de quienes presenten dificultades en esta área.



MODELO DE SALUD MENTAL EN LA UNIVERSIDAD DE TARAPACÁ



ANTECEDENTES

5 ideas fuerzas:

- 1- Los trastornos de salud mental son una preocupación a nivel mundial:** Se estima que un tercio de los años vividos con discapacidad pueden atribuirse a trastornos neuropsiquiátricos. Globalmente, el 12% de ellos se deben únicamente a la depresión.
- 2- Chile es un país que presenta cifras alarmantes asociadas a problemas de salud mental:** Chile está entre los países con mayor carga de morbilidad por enfermedades psiquiátricas (23,2%) en el mundo según la OMS.
- 3- Estudiantes universitarios son una población de riesgo:** Estudios internacionales señalan que un 35% de los estudiantes universitarios presentan al menos un tipo de problema de salud mental.
- 4- Los problemas de salud mental también son una preocupación en población adulta trabajadora:** De acuerdo a superintendencia de salud, el ranking de diagnósticos de licencias médicas es liderado por los problemas de salud mental. (2019: 23,6% y 2020: 28,5%)

- 5- Los contextos educativos y laborales son claves para la promoción de la salud mental:** Un porcentaje relevante de nuestras vidas transcurren en estos contextos.

CONCEPTOS CLAVES

- **Salud Mental:** “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 y es capaz de hacer una contribución a su comunidad” OMS.
- **Trastornos Mentales:** “Alteración de tipo emocional, cognitivo o del comportamiento, en que quedan afectados procesos psicológicos básicos como la emoción, la motivación, la cognición, la conciencia, etc., y que dificulta la adaptación de la persona al entorno cultural y social donde vive, creando alguna forma de malestar subjetivo” (MINSAL).

No sólo se trata de prevenir o tratar a las personas que padecen trastornos mentales, sino que también trabajar por lograr mayores niveles de salud mental.

¿A QUIÉNES SE DIRIGE ESTE MODELO?

Comunidad Universitaria:

- 1- Estudiantes
- 2- Funcionarios y funcionarias de gestión
- 3- Académicos y académicas

Las intervenciones consideran a las personas, los grupos y la comunidad universitaria en general.

Considerar implica: participación, co-responsabilidad, respeto, equidad, acceso e intervenciones de calidad para todas y todos.

Acercamiento multi-enfoques en las intervenciones que permitan considerar de forma integral a las personas y la comunidad



4 NIVELES DE INTERVENCIÓN EN SALUD MENTAL

- I. Promoción del Bienestar Psicosocial.**
- II. Autocuidado y prevención de problemas de salud.**
- III. Sistema de Información, detección temprana de situaciones de riesgo y monitoreo del bienestar psicológico.**
- IV. Atención Psicológica ante problemas de Salud Mental y/o Trastornos.**

Son niveles complementarios, que van desde una amplia cobertura hacia una más focalizada o específica, siendo de complejidad progresiva.

NIVEL I PROMOCIÓN DEL BIENESTAR PSICOSOCIAL

OBJETIVOS	LÍNEAS DE ACCIÓN SUGERIDAS
<p>1- Generar un ambiente promotor de la salud</p> <p>2- Promover hábitos de vida saludables</p>	<ul style="list-style-type: none">- Información sobre hábitos saludables a la comunidad.- Mejoramiento de condiciones físicas y organizacionales que favorezcan la práctica de hábitos saludables.- Modificación de actitudes en relación con los comportamientos de salud a través de actividades de educación, difusión, intervenciones comunitarias, incorporación curricular, entre otros.- Fortalecimiento mesa intersectorial y triestamental de promoción de salud (Red UPS, Coordinadora Decana Celia Bórquez)
Nivel interventivo Promoción/Prevención Primaria	Alcance Prevención Universal Toda la comunidad

NIVEL II AUTOCUIDADO Y PREVENCIÓN DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MENTAL

OBJETIVOS	LÍNEAS DE ACCIÓN SUGERIDAS
<p>Fortalecer factores protectores de la salud mental en la comunidad universitaria.</p>	<ul style="list-style-type: none">- Sensibilización a todos y todas las integrantes de la comunidad universitaria sobre la relevancia del bienestar psicosocial y el cuidado de la salud mental.- Fortalecimiento de la salud mental positiva a través del desarrollo de competencias emocionales.- Generación de espacios de convivencia y participación en la comunidad universitaria (Creación de entornos saludables).- Eliminación de las manifestaciones de discriminación y violencia en todos los espacios de la comunidad universitaria.- Desarrollo de agentes o voluntarios para la promoción de la salud mental
Nivel interventivo Prevención Primaria	Alcance Prevención Universal Toda la comunidad

NIVEL III SISTEMA DE INFORMACIÓN, DETECCIÓN TEMPRANA DE RIESGOS Y MONITOREO DE BIENESTAR PSICOLÓGICO

OBJETIVOS

1- Implementar sistemas de cribaje o tamizaje basados en evidencia con amplia cobertura.

2- Formar a una masa crítica de referentes o facilitadores de salud mental que puedan identificar condiciones de vulnerabilidad o situaciones de riesgo.

3- Informar a la comunidad general sobre indicadores significativos de problemas psicológicos y lugares de atención/tratamiento.

4- Identificar e intervenir en grupos vulnerables o de riesgo.

LÍNEAS DE ACCIÓN SUGERIDAS

- Seguimiento del bienestar psicológico y de factores de riesgo y protección de la salud mental a través de la aplicación masiva de instrumentos de screening.

- Formación/capacitación a los y las integrantes de la comunidad en la detección de problemas de salud mental y primera respuesta ante la presencia de este tipo de problemas.

- Difusión de protocolos de actuación ante problemas de salud mental.

- Retroalimentación continua sobre la situación en salud mental de la comunidad universitaria en diferentes instancias.

- Programa de talleres en salud mental focalizados en grupos de riesgo.

Nivel interventivo
Prevención Secundaria

Alcance
Prevención Selectiva

NIVEL IV ATENCIÓN PSICOLÓGICA OPORTUNA ANTE PROBLEMAS DE SALUD MENTAL

OBJETIVOS

- 1- Favorecer el acceso a la atención psicológica.
- 2- Entregar atención psicológica oportuna y eficaz a las personas que presenten problemas o trastornos psicológicos.
- 3- Fortalecer los equipos de atención desde lo técnico y la protección y cuidado en salud mental de sus integrantes.

LÍNEAS DE ACCIÓN SUGERIDAS

- Difusión de instancias de atención de problemas de salud mental en la comunidad universitaria.
- Eliminación/disminución de barreras de acceso a través de educación, campañas de sensibilización y gestión de iniciativas a nivel directivo.
- Gestión y fortalecimiento de las instancias de atención en salud mental en la institución:
 - Líneas de atención de emergencia.
 - Programas de atención a estudiantes.
 - Programas de atención a académicos/as.
 - Programas de atención a funcionarios/as de gestión.
- Articulación con redes locales y convenios de colaboración.
- Programa de capacitación continua y supervisión para los equipos profesionales a cargo de la atención psicológica en la institución.
- Programa de protección y cuidado de la salud mental de equipos de atención.

Nivel interventivo
Prevención Secundaria

Alcance
Prevención Selectiva