



ESPACIO DE ORIENTACIÓN Y ATENCIÓN PSICOLÓGICA (ESFORA) DE LA FACULTAD DE CIENCIAS: LA IMPORTANCIA DE LA SALUD MENTAL Y SU RELACIÓN CON EL DESEMPEÑO ACADÉMICO.

Línea Temática 4: Prácticas de integración universitaria para la reducción del abandono
Tipo de comunicación: Experiencia/Reporte de caso

Mtro. Sánchez-Vega, Rodrigo

Dra. Blum Grynberg, Bertha

Mtro. Zarco Torres, Vicente

Mat. Lucio Gómez-Maqueo, María Guadalupe

Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Ciencias – MÉXICO

e-mail: te.escuchamos@ciencias.unam.mx

Resumen. En los últimos cuatro años la Facultad de Ciencias, bajo la dirección de la Dra. Rosaura Ruíz, ha reportado un crecimiento global del egreso del 22.9% y de la titulación en 30.5%. Esas cifras se alcanzaron gracias a la implementación del Programa Integral de Atención a Estudiantes que incluye: talleres, becas alimentarias y atención psicológica. El objetivo de este trabajo es hacer una descripción general del proyecto responsable de la atención psicológica: Espacio de Orientación y Atención Psicológica (ESFORA). Fueron dos las problemáticas principales que motivaron su creación: los bajos porcentajes de eficiencia terminal y los elevados niveles de problemas psicológicos entre los alumnos. Esas dos graves situaciones representan una problemática no solamente dentro de la Facultad sino en todo país. Las enfermedades mentales son la principal causa de discapacidad en la población juvenil, de entre 12 y 24 años, en el mundo. En el caso de México pueden pasar hasta 14 años antes de que los afectados lleguen con el especialista, la falta de sitios en los que se puedan ofrecer servicios de atención psicológica especializada para los jóvenes elimina la posibilidad de que exista una detección temprana. Los problemas psicológicos en los jóvenes se encuentran estrechamente vinculados con los *años de vida saludables perdidos* (avisa) que se traducen como abandono del empleo o la escuela, desintegración familiar y violencia. En ESFORA ofrecemos una psicoterapia breve y gratuita de hasta 12 sesiones. Nuestra experiencia muestra que ofrecer atención psicológica especializada implica un costo operativo bajo y ofrece grandes resultados a corto plazo tanto por la aceptación del programa, como por la sensación de bienestar expresado por los mismos alumnos y sobre todo por la mejoría de su desempeño académico tomando como indicadores el promedio, los créditos y la seriedad (esto es porcentaje de créditos aprobados de los inscritos).

Descriptor o Palabras Clave: Atención Psicológica, Egreso, Abandono, Psicoterapia Breve, Salud mental.

1 Introducción

Fueron dos las problemáticas principales que motivaron la creación del Espacio de Orientación y Atención Psicológica (ESFORA) de la Facultad de Ciencias: por un lado los bajos porcentajes de eficiencia terminal, y por el otro, los elevados y notorios niveles de problemas psicológicos entre los alumnos. Si bien a simple vista dichas situaciones parecerían ser independientes, en realidad guardan estrecha relación, ya que los problemas psicológicos repercuten en diversas esferas de la vida humana, y el área escolar no es la excepción.

En el año 2001 la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2001) dedicó su Informe Anual de Salud en el Mundo a la salud mental. Dicho texto se centraba en el hecho de que los padecimientos de este tipo habían sido desatendidos durante demasiado tiempo, ahí se reconoce por primera vez que los factores psicológicos son fundamentales para el bienestar general de las personas, las sociedades y los países. También se señalaron una serie de medidas requeridas urgentemente para acabar con la estigmatización, la discriminación y para asegurar la implementación de servicios de prevención y tratamiento eficaces.

Consciente del severo problema que representaban las enfermedades mentales, principalmente la depresión, la OMS decidió modificar la forma en que hasta ese momento se determinaba el impacto de las enfermedades en la sociedad, lo que implicó que se pasara de enfocarse en la mortalidad a los *años de vida saludables perdidos (avisa)*. Los *avisa* se traducen como abandono del empleo o la escuela, la desintegración familiar y la violencia.

Más recientemente, la Dra. María Elena Medina Mora, directora del Instituto Nacional de Psiquiatría (INP), señaló que uno de los problemas más graves es el tiempo que

transcurre entre el inicio de síntomas y la búsqueda de ayuda especializada. En el caso de México pueden pasar hasta 14 años antes de que los afectados lleguen con el especialista. En el caso de Japón el tiempo que transcurre en promedio es solo de 1 año y en caso de E.U.A es de 4 (Cruz, 2010).

La reconocida revista británica *The Lancet* publicó un impactante estudio (Gore y cols., 2011) en el que se señala que los problemas mentales en jóvenes de 10 a 24 años son la principal causa de discapacidad en el mundo. Como las problemáticas más frecuentes se señalan ahí los casos de depresión severa, trastorno bipolar, trastornos esquizoides y trastornos psicológicos relacionados con el abuso del alcohol. Éste hecho sí que debería de ser visto con cautela y atención ya que en México el segmento de la población de entre 12 y 24 años alcanza la cifra de 27 422 515 jóvenes, según las cifras del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2010).

Una investigación reciente (2011, González-Fortaleza y cols.) elaborada a partir de análisis de los datos arrojados por El Examen Médico Automatizado (EMA) aplicado a más de 57 000 estudiantes de la UNAM, señala que se detectaron 8197 estudiantes con sintomatología depresiva grave (14.7%). Ésta cifra resulta alarmante si tomamos en cuenta que la depresión es una de las dos principales causas de discapacidad y más aún si pensamos que existen otros problemas psicológicos que no son señalados en dicho trabajo (como son los trastornos de ansiedad y las adicciones).

En México todo parece indicar que ser joven y llegar a la Universidad es una tarea titánica. La Dra. Rosaura Ruiz ex directora de la Academia Mexicana de Ciencias y actual directora de la Facultad de Ciencias de la UNAM, señaló que existen alrededor de 7 millones de jóvenes que no tienen trabajo ni tampoco posibilidades de ingresar a la

preparatoria o a la universidad. A propósito de su propuesta para crear una Secretaría de la Ciencia, lamentó el escaso apoyo gubernamental y señaló que el abandono en el que se encuentran los jóvenes mexicanos tiene que ser objeto de atención, además de que es urgente entender que se trata de un problema de seguridad nacional (Aviléz, 2011).

Miles de jóvenes por distintos motivos ven truncadas las esperanzas de continuar con sus estudios, según cifras del Instituto Mexicano de la Juventud (IMJ, 2008) solo 15 de cada 100 jóvenes se encuentra cursando una licenciatura, 1 de cada 100 cursa una maestría y 2 cada 1000 cursan un doctorado.

En el marco de las Sociedades del Conocimiento la relación entre nivel de estudios y mejor calidad de vida cada vez se encuentra más clara.

Desde hace años se ha hablado de la estrecha relación entre el abandono escolar y la salud mental, de hecho en el Manual diagnóstico de los trastornos mentales (DSM IV, 1995), dentro de los criterios diagnósticos de los *Trastornos del Aprendizaje* se señala que “Los problemas de aprendizaje interfieren significativamente el rendimiento académico o las actividades de la vida cotidiana que requieren lectura, cálculo o escritura.” Más aún en el mismo texto se señala que “La tasa de abandonos escolares de adolescentes con trastornos del aprendizaje se sitúa alrededor del 40%”. El abandono se puede relacionar con experiencias y situaciones de: violencia intrafamiliar, embarazos no deseados, bullying, abortos, abuso sexual, consumo de drogas y relaciones destructivas Pero el abandono también se puede relacionar con síntomas como puede ser problemas de autoestimas, elevadas exigencias, problemas de atención, desinterés, ansiedad, etc. Desde la perspectiva psicoanalítica los problemas académicos y el abandono implican una insuficiencia de la energía psíquica causada

por lo arriba señalado, es decir: situaciones y experiencias por un lado y síntomas (estructuras psicológicas asociadas) por el otro (Sánchez-Vega, 2014).

El objetivo de éste trabajo es hacer una descripción general de ESPORA: problemática, justificación, objetivos, características y resultados obtenido a lo largo de más de 3 años de trabajo. La idea es que nuestro proyecto pueda ser tomado como un modelo o punto de partida para la construcción de otros espacios de atención psicológica en distintas universidades.

2. Método

Participantes: Con el apoyo de la base de datos hemos logrado recapitular los datos sociodemográficos más importantes de nuestra población. El número de estudiantes con los que trabajamos para analizar los datos fueron 455 (63% de mujeres y 37% hombres) del cual prácticamente su totalidad cursan la licenciatura en la Facultad de Ciencias (Actuaría, Biología, Ciencias de la Computación, Ciencias de la Tierra, Física, Matemáticas, Manejo sustentable de Zonas Costeras y Ciencias Ambientales). La edad promedio de la muestra oscila alrededor de los 21 años, en donde el intervalo que va de los 18 a los 23 años abarca el 83% y la moda suele ubicarse alrededor de los 19 años.

Descripción de los objetivos de ESPORA:

- 1) Brindar atención psicológica de calidad a los alumnos de la Facultad de Ciencias;
- 2) Organizar, sistematizar y almacenar la información obtenida en la clínica;
- 3) Funcionar como una red que identifique problemáticas específicas en los alumnos, más allá del campo de la psicología, y ofrezca alternativas para su solución;
- 4) Elaborar informes cualitativos y cuantitativos de las problemáticas detectadas a los directivos de la Facultad de Ciencia y

que al mismo tiempo sirvan para generar investigación en el campo de la psicología clínica y social;

5) Finalmente, contar con un sistema de evaluación múltiple.

Características de la Psicoterapia Psicoanalítica Breve (PPB): Siguiendo a Greenson (2007) la mejor manera de analizar la labor psicoanalítica es diferenciando sus tres principales componentes: paciente, terapeuta y encuadre:

Paciente

1) Características del paciente: En primera instancia los psicoterapeutas deben cerciorarse de que los alumnos que son admitidos en ESPORA pueden llegar a ser beneficiados con la PPB. A la hora de estimar la idoneidad del paciente deben estudiarse los rasgos sanos de personalidad y carácter, así como los patológicos (Greenson, 2007). Cuando algún psicoterapeuta detecta que la problemática diagnosticada entra dentro del espectro psicótico o borderline se le orienta y se le canaliza a un sitio especializado.

2) Motivación: Un requisito fundamental es que el alumno que llegue a ESPORA lo haga por su propio interés,

Encuadre

3) Papel activo del psicoterapeuta: Las PPB se distinguen por el rol predominantemente activo que juegan los psicoterapeutas (Coren, 2001; Fiorini, 2012).

4) Focalización del problema: Para Fiorini (2012) "La focalización de la terapia breve es su condición esencial de eficacia." En la PPB la focalización contribuye a dirigir la atención del paciente hacia el entendimiento y significado de su problemática actual, y al mismo tiempo guiará el trabajo del psicoterapeuta.

5) Flexibilidad en el encuadre: el psicoterapeuta debe tomar en cuenta la premisa de que pacientes con problemáticas y cuadros diferentes requieren tratamientos diferentes.

6) Interpretaciones transferenciales limitadas: si bien los fenómenos transferenciales son tomados en cuenta en la PPB, no intervienen ni con el sentido sistemático ni con el carácter con que se dan en un psicoanálisis tradicional. (Coren, 2003; Fiorini, 2012)

7) Registro de la información: el psicoterapeuta cuenta con formas de registrar la información recabada en la clínica para poder dar un seguimiento más puntual de la problemática detectada y de sus posibles cambios (Fiorini, 2012).

8) Evaluación doble: Por un lado el paciente tiene al alcance la posibilidad de evaluar los aciertos y errores en relación con el trabajo psicoterapéutico. Pero también el psicoterapeuta cuenta con un formato que le permite ir registrando los cambios en el proceso psicoterapéutico para hacer una valoración de su trabajo.

Psicoterapeuta

9) Formación del psicoterapeuta: Como ya había mencionado anteriormente los psicoterapeutas que laboran en ESPORA son egresados de la Maestría en Psicología con Residencia en Psicoterapia para Adolescentes de la UNAM y por lo tanto poseen sólidos conocimientos teóricos, experiencia clínica en el trabajo con jóvenes, también se encuentran familiarizados con el sistema de supervisión y además se encuentran en su propio análisis.

3. Resultados

Cifras Globales de ESPORA¹

¹ Las cifras se obtuvieron con la ayuda de la base de datos que fue diseñada con el programa SPSS

Número de alumnos atendidos: El número de solicitudes recibidas en tres años ha sido de 854 y el total de alumnos que han sido beneficiados con los servicios que ofrecemos en ESPORA ha sido de 455 alumnos. Esos 455 estudiantes pueden ser catalogados en cuatro rubros: 1) los que finalizan exitosamente su psicoterapia breve, 2) los que se encuentran en tratamiento al finalizar el semestre, 3) los que abandonan el tratamiento y 4) los que debido a su problemática necesitan ser canalizados (un trastorno psicótico).

Eficiencia terminal: Uno de los datos más significativos que hemos obtenido en ESPORA es la eficiencia terminal, que son los alumnos que finalizan la psicoterapia breve de hasta 12 sesiones. Como se puede ver en la tabla de arriba el número de alumnos que han concluido la psicoterapia breve alcanza la cifra de 295, en términos porcentuales en relación con el número total de alumnos atendidos (455) esa cifra representa el 65%. La tabla que muestra las cifras globales se encuentra en la sección de anexos.

Síntomas más frecuentes: los síntomas y signos con la mayor prevalencia en la población estudiantil de ESPORA fueron: la tristeza con un 78% y problemas de autoestima con 65%; llama la atención la elevada cifra de estudiantes que presentan enojo con un 65%, Las dificultades para estudiar y el estrés tienen una prevalencia de 60% y prácticamente la mitad de nuestra muestra (49%) presentó problemas para relacionarse.

Áreas en las que hubo una mejoría (Post tratamiento): la mayor eficacia de la PPB se encuentra en el área emocional, la misma que es indicada por los alumnos como las más conflictiva, con un 87.50%. El segundo lugar son los aspectos familiares en donde se percibe una mejoría en más del 63% de los casos, y en tercer lugar se encontraron los

aspectos académicos con una mejoría de alrededor del 54%.

Estado emocional reportado por los alumnos antes y después de la atención: antes de la psicoterapia breve el 38.7% de los alumnos reportó sentirse regular, el 27.9% mal, 12.6% señaló sentirse bien, el 11.1% muy mal, y finalmente el 7.6% señaló que no sabía. Una vez concluida la psicoterapia a los alumnos se les entrega un formato para que nuevamente señalen cuál es su estado anímico pero ahora después de la psicoterapia breve, los datos muestran un drástico cambio: los alumnos que reportaron sentirse regular pasaron a un 18.9%, los que reportaron sentirse mal disminuyeron a la cifra de solo 1.3%, los que reportaron sentirse bien aumentaron al 52.6%, los que reportaron sentirse muy mal prácticamente desaparecieron con apenas el 0.4% y finalmente los alumnos que señalaron no saber cuál es su estado de ánimo fueron el 1.8%.

Qué tanto les ayudo el tratamiento en relación con su motivo de consulta: Al finalizar la psicoterapia breve también se les pide a los alumnos que señalen qué tanto les ayudo o no les ayudo el tratamiento en relación con su motivo de consulta. Como se puede observar en la gráfica la mayoría de la población 67% señaló que le ayudo mucho el ciclo psicoterapéutico, el 15% señaló que le ayudo medianamente, el 13% que le ayudo totalmente y menos del 1% señaló que no le ayudo en relación con su motivo de consulta.

Evaluación: La Secretaría de Asuntos Estudiantiles de la Facultad de Ciencias encabezada por la Mat. Guadalupe Lucio llevó a cabo un trabajo en la que se indagó si existía una mejoría académica de los alumnos que habían asistido a ESPORA. Así, determinaron tres criterios: 1) número de créditos aprobados durante los dos semestres, 2) seriedad (esto es porcentaje de créditos aprobados de los inscritos) y 3) promedio.

Los resultados mostraron que el 73% de los alumnos mejoraron en al menos un indicador después de haber concluido la psicoterapia breve. Cabe señalar que hubo casos en los que los alumnos no mejoraron en ninguno de los tres índices y sin embargo se titularon, sin embargo (paradójicamente) ese dato no fue considerado como un indicador por un error.

4. Conclusiones

En este trabajo se intentó elaborar una descripción del funcionamiento, estructura, así como las cifras que hemos obtenido en más de tres años de trabajo. La idea es que la información aquí presentada sea tomada para argumentar la viabilidad de ESPORA como un modelo de otros posibles espacios de atención psicológica dentro de la Universidad o dentro de otras instituciones académicas.

La psicoterapia psicoanalítica breve que ofrecemos es crucial, eje sobre el que se erige nuestro modelo, pero igual de importante son la base de datos y los formatos que completan el proyecto. Es decir, además de ofrecer atención psicológica especializada contamos con un sistema de almacenamiento de información que incluye signos, síntomas, datos demográficos y académicos, estructura familiar y rasgos psicológicos de los padres, así como una hipótesis diagnóstica de los alumnos. De tal forma que con el paso de tiempo la base de datos se ampliará y utilizando métodos de estadística descriptiva se podrán identificar problemáticas específicas y su frecuencia en cada plantel o Facultad. También se podrán llevar a cabo, mediante procedimientos estadísticos más complejo, correlaciones en distintos niveles e incluso campañas de prevención.

Los resultados que hemos obtenido desde el surgimiento de ESPORA son muy relevantes. El número de solicitudes creciente en cada semestre (pasó de 40 a 218) habla de la aceptación y necesidad de apoyo de los

estudiantes de la Facultad de Ciencias. El porcentaje de jóvenes que concluyen la psicoterapia breve (alrededor del 67%) es digno de ser estudiado *per se*. Y no menos relevantes son los datos que los mismos alumnos hacen de su estado emocional antes y después de haber finalizado la psicoterapia, por ejemplo los datos señalan que antes de la psicoterapia el 27.9% dice sentirse mal y al concluir el proceso ese sector representa únicamente el 1.3% (una diferencia de más de 25 puntos porcentuales), por el otro lado los alumnos que dicen sentirse bien al iniciar la psicoterapia representan el 12.8 % y al finalizar el tratamiento alcanzan la cifra 52.6% (lo que representa una diferencia de casi 40 puntos porcentuales). Ambos datos son desde mi perspectiva los más valiosos que existen en nuestro proyecto.

Teóricamente se podría suponer que el éxito obtenido se relaciona con que el enfoque psicoanalítico, al privilegiar la escucha, favorece la expresión de fantasías, miedos, situaciones traumáticas, deseos y temores que son censurados de forma habitual. Según la concepción psicoanalítica hablar de un problema abre el camino para elaborarlo, simbolizarlo y, por lo tanto, pensarlo de una mejor forma. Recordar contribuye a que los jóvenes puedan re-elaborar y también historizarse, así además de fortalecer las funciones yoicas se posibilita la creación de un continuo que va del pasado, al presente y apunta al futuro. La psicoterapia psicoanalítica otorga un lugar a aquél sujeto al que muchas veces la sociedad le ha negado ese estatus, y de hecho, la relación con el psicoterapeuta ofrece muchas veces un modelo nuevo de formas de relacionarse con los otros. Finalmente, y no menos importante, es señalar que la psicoterapia permite que surjan nuevas formas de afrontar viejos problemas, es decir ofrece posibilidades ante problemas que parecían infranqueables.

En realidad los costos de echar a andar un proyecto como ESPORA son bajos, y sin

embargo las ventajas que representa tanto para la Universidad, como para los estudiantes y la sociedad son muchas. Hay que tomar en cuenta que también los directivos resultan beneficiados ya que los estudiantes suelen expresar su agradecimiento. Además, con toda la infraestructura y resultados del proyecto resulta factible el buscar apoyo económico proveniente de la iniciativa privada para que ESPORA pudiera ser incluso autosustentable.

Para finalizar es importante señalar que la estrecha relación entre el abandono y la salud mental queda puesta en evidencia desde distintos frentes. Por un lado desde los criterios diagnósticos, desde la teoría psicoanalíticas, desde la información que nosotros hemos recopilado en nuestra base de datos, desde la evaluación que los alumnos hacen de su mejoría en el área académica al concluir la psicoterapia breve y finalmente dicha relación queda corroborada con el uso de procedimientos estadísticos (elaborados por una instancia ajena a nuestro equipo) que tomaron en cuenta tres indicadores: el promedio, los créditos y la seriedad (esto es porcentaje de créditos aprobados de los inscritos).

Agradecimientos

Nos encontramos plenamente agradecidos con el apoyo que en todo momento nos ha brindado La Secretaria General: Dra Catalina Elizabeth Stern Forgach

5. Referencias

- American Psychiatric Association (2014). DSM-IV. Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales. Barcelona, Masson.
- Aviléz, K. (24 de octubre de 2011). Urge una secretaría de ciencia, dice Rosaura Ruiz. La Jornada. Recuperado de: <http://www.jornada.unam.mx/2011/10/24/politica/011n2pol>
- Cruz Martínez, Á (26 de marzo de 2010). Depresión, segunda discapacidad en el orbe. La Jornada. Recuperado de: <http://www.jornada.unam.mx/2010/03/26/sociedad/039n2soc>
- Fiorini, H. (2012) *Teoría y técnica de psicoterapias*. Buenos Aires, Nueva visión.
- González-Fortaleza, C., Solís, C., Jiménez, A., Hernández, I., González, A., Juárez, F., Medina-Mora, M. y Fernández-Varela, H. (2011) Confiabilidad y validez de la escala de depresión CES-D en un censo de estudiantes de nivel medio superior y superior, en la Ciudad de México. *Salud Mental*. Vol. 34, 53-59.
- Gore, F., Bloem, P., Patton, G., Ferguson, J., Joseph, V., Coffey, C., Sawyer, S. y Mather, C. (2011) "Global burden of disease in young people aged 10—24 years: a systematic analysis." *The Lancet*, Volume 377, Issue 9783, Pages 2093 - 2102.
- Greenson, R. (2007). *Técnica y práctica del psicoanálisis*. México, Siglo XXI
- Instituto Mexicano de la Juventud y la Secretaría de Educación. Programa Mediano Plazo 2008-2012, cifras oficiales. Recuperado de: http://www.intranet.imjuve.org.mx/sitioimj/contenidos/programas/PMP_IMJ_2008-2012.pdf
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (2010). Censo de población y vivienda 2010. Recuperado de INEGI: http://www.inegi.org.mx/lib/olap/consulta/general_ver4/MDXQueryDatos.asp?proy=cpv10_p12mas
- Organización Mundial de la Salud.(2001). Informe sobre la salud en el mundo 2001. Salud mental: nuevos conocimientos, nuevas esperanzas. Ginebra, Suiza. Recuperado de: http://www.who.int/whr/2001/en/whr01_djmessage_es.pdf
- Sánchez-Vega, R. (2014). Espacio de Orientación y Atención Psicológica (ESPORA) de la Facultad de Ciencias: Un modelo de atención psicológica para la Universidad. Tesis de maestría. UNAM, México.

6. Anexos

Semestre	Solicitudes	Alumnos atendidos	Concluyeron psicoterapia	En tratamiento al finalizar el semestre	Abandonos	Canalizaciones
2011-2	47	47	30	5	10	2
2012-1	80	55	32	14	8	1
2012-2	129	87	59	15	10	2
2013-1	176	85	51	20	11	2
2013-2	202	95	70	13	17	1
2014-1	220	86	53	19	13	1
Total	854	455	295	86	69	9

Tabla que muestra las cifras globales.