

Salud mental en la universidad: relato de un servicio de psicoterapia para estudiantes de enfermería

Saúde mental na universidade: relato de um serviço de psicoterapia para estudantes de enfermagem

Mental health at the university: report of a psychotherapy service for students of nursing

Deise Coelho de Souza¹

Lucas Rossato²

Vivian Fukumasu da Cunha³

Patrícia Paiva Carvalho de Oliveira⁴

Suzana Oliveira Campos⁵

Fabio Scorsolini-Comin⁶

Recibido: 25/11/2019

Aprobado: 11/05/2020

Publicado: 01/08/2020

Se trata de un informe de experiencia que tiene por objeto presentar un servicio de apoyo psicológico desarrollado en la Escuela de Enfermería de Ribeirão Preto de la Universidade de São Paulo para asistir a los estudiantes universitarios de Enfermería. El servicio se inauguró en el primer semestre de 2019 y ofrece acogida en intervenciones en las modalidades individual y grupal. Las actividades son coordinadas por un profesor y desarrolladas por estudiantes de posgrado con formación en Psicología. En 2019 se atendieron 51 estudiantes. Se sabe que el camino de los estudiantes de la enseñanza superior se caracteriza por cambios en las esferas afectiva, social y profesional, que requieren ajustes a los que no siempre se responde adecuadamente. De esta manera, los servicios prestados hasta ahora han permitido recibir y escuchar intervenciones calificadas que buscaban ayudar en la salud mental y la calidad de vida. Iniciativas como éstas contribuyen a la prevención de las enfermedades psicológicas y a la mejora de las condiciones emocionales de los estudiantes que ya están experimentando síntomas psicopatológicos.

Descriptor: Psicoterapia; Estudiantes de enfermería; Salud mental; Educación superior; Servicios de salud para estudiantes.

Este é um relato de experiência que tem por objetivo apresentar um serviço de apoio psicológico desenvolvido na Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo para o atendimento de estudantes de graduação em Enfermagem. O serviço foi inaugurado no primeiro semestre de 2019 e oferece acolhimento em intervenções nas modalidades individual e grupal. As atividades são coordenadas por um docente e desenvolvidas por pós-graduandos com formação em Psicologia. No ano de 2019 foram atendidos 51 estudantes. Sabe-se que o percurso de estudantes no ensino superior é marcado por mudanças nas esferas afetiva, social e profissional, exigindo ajustamentos que nem sempre são respondidos adequadamente. Deste modo, os serviços prestados até o momento possibilitaram o acolhimento e escuta qualificada em intervenções que procuraram auxiliar na saúde mental e na qualidade de vida. Iniciativas como essa contribuem na prevenção ao adoecimento psíquico e na melhoria das condições emocionais de estudantes que já estão vivenciando sintomas psicopatológicos.

Descritores: Psicoterapia; Estudantes de enfermagem; Saúde mental; Educação superior; Serviços de saúde para estudantes.

This is an experience report that aims to present a psychological support service developed at the University of São Paulo at Ribeirão Preto College of Nursing to assist undergraduate nursing students. The service was opened in the first half of 2019 and offers psychological interventions in individual and group modalities. The activities are coordinated by a professor and developed by graduate students with a background in Psychology. In 2019, 51 students were served. It is known that the trajectory of students in higher education is marked by changes in affective, social and professional spheres, requiring adjustments that are not always answered properly. In this way, the services provided so far have enabled psychological reception and qualified listening in interventions that seek to assist in mental health and quality of life. Initiatives like this contribute to prevention of mental illness and to improvement of emotional conditions of students who are already experiencing psychopathological symptoms.

Descriptors: Psychotherapy; Students; Nursing; Mental health; Education, Higher; Student health services.

1. Psicóloga. Especialista en Psicología Hospitalaria. Especialista en Neuropsicología. Maestra en Psicología. Estudiante de doctorado en Enfermería Psiquiátrica en la Escuela de Enfermería de Ribeirão Preto de la Universidade de São Paulo (EERP-USP), Ribeirão Preto, Brasil. ORCID: 0000-0002-2602-7362 E-mail: deisecsouza@hotmail.com

2. Psicólogo. Maestro en Psicología. Estudiante de doctorado en Enfermería Psiquiátrica en EERP-USP, Ribeirão Preto, Brasil. ORCID: 0000-0003-3350-0688 E-mail: rossatosp@usp.br

3. Psicóloga. Especialista en Psicoterapia Conductual y Cognitiva. Maestra en Psicología. Estudiante de doctorado en Enfermería Psiquiátrica en EERP-USP, Ribeirão Preto, Brasil. ORCID: 0000-0002-0963-956X E-mail: vivianfcunha@usp.br

4. Psicóloga. Especialista en Psicoterapia Conductual y Cognitiva. Especialista en Pedagogía. Especialista en Expresión Ludocreativa. Maestra en Psicología. Estudiante de doctorado en Enfermería Psiquiátrica en EERP-USP, Ribeirão Preto, Brasil. ORCID: 0000-0002-7072-320X E-mail: ppccpsico@gmail.com

5. Psicóloga. Maestra en Psicología. Profesora del Instituto Taquaritinguense de Ensino Superior, Taquaritinga, SP, Brasil. ORCID: 0000-0003-4708-9551 E-mail: suzanaoc@yahoo.com.br

6. Psicólogo. Pedagogo. Especialista en Gestión Educativa. Maestro y Doctor en Psicología. Becario de Productividad en Investigación en el CNPq. Profesor del Departamento de Enfermería Psiquiátrica y Ciencias Humanas de EERP-USP, Ribeirão Preto, Brasil. ORCID: 0000-0001-6281-3371 E-mail: fabio.scorsolini@usp.br

INTRODUCCIÓN

Con el fin de la escuela secundaria, la preocupación por el futuro es particularmente activa en la vida de los adolescentes, ya que para una proporción importante de ellos se produce la preparación para el ingreso en la educación superior¹. La transición de la escuela secundaria a la universidad representa un paso importante en la trayectoria educativa de los sujetos, ya que este proceso es uno de los factores asociados a su futuro profesional.

El ingreso a la educación superior se caracteriza por ser un acontecimiento destacado en la vida de los estudiantes y está impregnado de transformaciones que repercutirán en el desarrollo. Este período está marcado por complejos cambios en las esferas personal, afectiva, social y profesional que pueden interferir con la capacidad del estudiante para adaptarse a este nuevo contexto de la vida².

Las experiencias en el nuevo contexto de la enseñanza serán permeadas por acontecimientos que pueden ser experimentados como desafiantes e interferirán con la calidad de vida y los aspectos de la salud física y emocional. El impacto del ingreso a la educación superior en la vida de los sujetos requiere ajustes, como la necesidad de organizar acciones que promuevan una buena adaptación a este contexto³⁻⁵.

El ingreso a la educación superior requiere que el estudiante sepa manejar situaciones relacionadas con la vida académica, las relaciones interpersonales, las expectativas de futuro profesional, la adaptación a nuevos contextos, entre otros aspectos. En muchas situaciones, el ingreso a la universidad requerirá cambios y adaptaciones a nuevos contextos, situaciones y relaciones interpersonales que cambiarán significativamente las trayectorias de desarrollo de estos estudiantes.

Entre las situaciones más recurrentes se encuentran las relacionadas con la salida de casa, el tener que vivir en otra ciudad, el estar lejos de los padres, la familia y los amigos, la construcción de nuevos lazos emocionales, la necesidad de una gestión financiera, las exigencias y presiones del entorno académico, la necesidad de una mayor independencia en los estudios y una mayor autonomía, la adquisición de nuevas responsabilidades, la solidificación de la elección profesional, entre tantas otras exigencias que antes no existían^{6,7}.

El ingreso en la educación superior también debe considerarse como un período importante en las experiencias de los estudiantes ya que, para la mayoría, marca el comienzo de la vida adulta. Este período de transición entre la adolescencia y la vida adulta puede ser especialmente importante porque permite la coexistencia de características de ambas fases. Así pues, al entrar en la universidad, muchos estudiantes conservan las características típicas de la adolescencia, mientras que cada vez más necesitan expresar y desarrollar características asociadas con el universo adulto, especialmente en términos de mayor autonomía y responsabilidad en su propia trayectoria de desarrollo.

En este período es necesario ajustarse a un nuevo contexto en el que se intensifican las responsabilidades, las cuestiones relacionales, amorosas y sexuales, las presiones socioeconómicas y las preocupaciones del mercado de trabajo⁸. Además, la mayoría de los estudiantes ya ingresan a la universidad con altas expectativas, sintiéndose presionados a corresponder a las demandas internas y externas, factores que, asociados, pueden generar una intensa angustia e inseguridad^{7,9}.

Estas situaciones presentes en la vida cotidiana de los estudiantes universitarios requieren un proceso constante de adaptación que puede contribuir a su maduración, así como a su desarrollo cognitivo y afectivo. Cuando esas situaciones se asocian con vulnerabilidades emocionales y sociales, pueden provocar sufrimiento psíquico. Las exigencias de la universidad pueden desencadenar o agravar los problemas de salud física y mental^{7,8}. Así pues, las experiencias universitarias pueden contribuir a la vez con imágenes previamente expresadas por los estudiantes, empoderándolos, y también promover nuevos procesos de enfermedad debido a las características de este nuevo período de vida, asociado a un nuevo período de formación educativa.

En la población universitaria ha sido común la presentación de síntomas psicopatológicos como resultado de situaciones experimentadas debido al ingreso a la educación superior. Es común que los estudiantes universitarios presenten algún tipo de sintomatología psicopatológica a lo largo de su educación, con síntomas frecuentes que caracterizan los episodios de depresión y ansiedad. Especialmente en el área de la salud, estos estudiantes tienen altos niveles de estrés y ansiedad⁶. Por lo tanto, se recomienda prestar también atención a la mayor vulnerabilidad de esta población al uso de sustancias psicoactivas⁹.

Así pues, los cursos en las esferas de la salud, por cuanto movilizan sentimientos en relación con el futuro desempeño, ya que actúan directamente con el ser humano, pueden promover una mayor exposición del estudiante al estrés frente a la responsabilidad de atender, de proporcionar una atención adecuada y calificada, así como de ocuparse emocionalmente del sufrimiento que suelen expresar las personas que acuden a los servicios de salud, por ejemplo.

Este escenario demuestra la necesidad de acompañar a los estudiantes en los cursos de salud, y es importante que las instituciones educativas planifiquen y ejecuten acciones que evalúen las condiciones emocionales de los estudiantes universitarios y les ayuden a adaptarse en el contexto académico, evitando la evasión y el abandono de los cursos. Todas estas cuestiones ponen de relieve la pertinencia de ampliar las estrategias de prevención y promoción de la salud mental de los estudiantes en el contexto universitario¹⁰.

El papel de la universidad en este campo es evidente, por lo que las instituciones de enseñanza superior han fomentado estrategias para hacer frente a las enfermedades mentales con miras a promover la salud de los estudiantes universitarios¹⁰. En este sentido, se han observado varias actividades de acogida, grupos de discusión y reflexión sobre el ingreso, adaptación y permanencia en la universidad, grupos de escucha y reflexión sobre experiencias del contexto académico. También hay servicios con un equipo multiprofesional que ofrece exámenes psicológicos, psicoterapia breve y acompañamiento educativo, además de grupos de terapia comunitaria. También se informa de actividades académicas y de extensión, como las Ligas Académicas, que permiten la integración entre los estudiantes de primer año y los veteranos, la afiliación académica, entre otras posibilidades de integración, la acogida y la atención con el universitario.

Desde esta perspectiva y teniendo en cuenta la necesidad de compartir experiencias exitosas en el campo de la acogida de estudiantes y las intervenciones de salud mental con los universitarios, este estudio tuvo por objeto presentar un servicio de apoyo psicológico desarrollado en la Escuela de Enfermería de Ribeirão Preto de la Universidade de São Paulo para ayudar a los estudiantes de Enfermería.

MÉTODO

Este es un relato de experiencia profesional. La experiencia objetivo de la narrativa es un servicio de apoyo psicológico - el Centro de Psicología de la Salud - desarrollado en la Escuela de Enfermería de Ribeirão Preto de la Universidade de São Paulo (EERP-USP) para la atención a los estudiantes de Enfermería. El servicio se inauguró en el primer semestre de 2019 y la experiencia que se narra en este estudio abarca la descripción y el análisis de su primer año de funcionamiento. La experiencia se describirá a partir de la forma en que se puso en marcha este servicio en 2019, y el debate se articulará con la producción científica en el ámbito de la acogida a los estudiantes y la salud mental de los universitarios.

RESULTADOS

A partir de la necesidad de promover la salud y prevenir las enfermedades en el público universitario, sumado a la demanda de la EERP-USP observada por medio de las acciones de acogida de estudiantes a lo largo del año 2018, que apuntaban a la necesidad de que muchos de sus estudiantes pudieran acceder a algún tipo de atención psicológica, en julio de 2018 se creó

el Centro de Psicología de la Salud de la EERP-USP (CPS-EERP-USP), con el objetivo de llevar a cabo acciones dirigidas a la acogida y promoción de la salud mental con este público. El inicio de las actividades en el CPS-EERP-USP se debió también a la percepción de la necesidad de inversión en salud mental de los estudiantes universitarios de la EERP-USP, debido a varias quejas reportadas en espacios como las comisiones de graduación o incluso directamente con algunos profesores.

Este servicio ofrece una acogida psicológica en las intervenciones en las modalidades individual y grupal. Los servicios tienen lugar en una habitación reservada situada en una casa fuera de la EERP-USP, pero dentro del campus, donde funcionan otros servicios de salud mental, como el PROCURA, dirigido a los usuarios de alcohol y otras drogas, y el Centro de Mindfulness, que desarrolla intervenciones sociales, educativas y de salud mental con diferentes públicos. El CPS-EERP-USP es coordinado por un profesor de la EERP-USP con formación en Psicología. En 2019, los servicios fueron realizados por un equipo compuesto por cinco psicoterapeutas y estudiantes de posgrado de la EERP-USP.

En cuanto al número de servicios prestados en el CPS-EERP-USP, en 2019 se examinaron 23 estudiantes universitarios durante el mes de septiembre. Cinco estudiantes no asistieron a la evaluación y dos ya no estaban interesados en el servicio porque ya estaban en el proceso de psicoterapia. A finales de 2019, el servicio había atendido a 18 estudiantes universitarios y tuvo la incidencia de tres abandonos. Estos datos indican que 51 estudiantes universitarios tuvieron algún tipo de contacto con el CPS-EERP-USP en 2019. Este número representa el 9,6% del total de estudiantes de la EERP-USP, según datos reportados por la Institución. A partir de febrero de 2020, debido a la pandemia de COVID-19, no se reanudó el servicio presencial después del período de vacaciones. Dos casos comenzaron a ser seguidos por atención *online*.

En la sección de Discusión que figura a continuación se presentarán reflexiones sobre la forma en que se ha estructurado el servicio y con referencia a los resultados obtenidos en el primer año de construcción del servicio. La discusión se organizó en tres ejes de reflexión: a) La acogida en la universidad como componente curricular; b) El Centro de Psicología de la Salud de la EERP-USP y c) Próximos pasos y el futuro del CPS-EERP-USP.

DISCUSIÓN

La acogida en la universidad como componente curricular

Estas estrategias que se narran aquí son importantes porque constituyen una lista de acciones que incluyen la acogida de los estudiantes como un componente curricular y ya no como una acción de la universidad en relación con sus estudiantes. Estas políticas de atención al estudiante, especialmente las relacionadas con la transición a la universidad, se orientan ahora por la necesidad de acoger y orientar al estudiante en ese momento, mejorando no sólo su salud mental, sino también haciendo posible que haya menores tasas de evasión y que la formación profesional pueda tener lugar de forma aliada a la consideración que la universidad necesita para promover la atención también a los que se gradúan. En el caso de los estudiantes de cursos de salud, se trata de volver a un lugar común al hablar de la atención: la atención al cuidador. La atención al cuidador en este sentido ya no es una estrategia posible o deseable, sino una política institucional¹¹.

La Universidade de São Paulo (USP) ha desarrollado diferentes acciones para promover la acogida a los estudiantes. A pesar de los servicios tradicionales ya existentes, como el apoyo del Servicio Social en la concesión de ayudas (alojamiento, transporte, permanencia, de emergencias), así como la oferta de atención psicológica en los servicios-escuelas, así como el apoyo prestado por los comités organizadores de los cursos y los comités de graduación, en los últimos años se han pensado y puesto en práctica nuevas iniciativas. Un ejemplo es la construcción de la Oficina de Salud Mental, creada en 2018 en el campus de la capital, que viene prestando atención psicológica, incluida la atención de emergencia, a los estudiantes de los diversos cursos de la USP São Paulo.

En los campus del interior también se están desarrollando varias iniciativas. Un ejemplo de estrategia de atención es la acogida de los estudiantes universitarios que ingresan en la Escuela de Enfermería de Ribeirão Preto de la Universidade de São Paulo (EERP-USP) con la propuesta de dialogar acerca de la transición entre la enseñanza secundaria y la superior¹². Se destaca la integración de los estudiantes universitarios, la profunda participación e implicación de los miembros a lo largo de la reunión y la percepción de los estudiantes verbalizada en *feedback* positivo sobre este espacio de acogida ofrecido por la institución¹².

Sin embargo, estas acciones no se limitan a la USP, sino que han ido cruzando cada vez más las diferentes instituciones, tanto públicas como privadas. Otros servicios que también se pueden ofrecer a los estudiantes universitarios son: selección, psicodiagnóstico, acogida, plantón psicológico, psicoterapia breve, psicoterapia de grupo, entre otros.

Estos servicios pueden llevarse a cabo de diferentes maneras, ya sea en los servicios-escuela de Psicología o cuando la institución cuenta con un equipo de psicólogos responsables por la atención de esta población. La atención a las necesidades de los estudiantes por parte de las instituciones de educación superior es importante, porque al mismo tiempo que crean espacios de acogida, promueven la discusión, la reflexión y la promoción de la salud, además de problematizar el impacto de este espacio en la vida de los sujetos y el debate acerca de cómo la vida universitaria puede ser considerada como un evento estresante y enfermizo para los sujetos.

En vista del proceso enfermizo de los estudiantes universitarios, un público específico que ha demostrado la necesidad de mayores cuidados de su salud mental es el de los estudiantes universitarios del área de la salud. Esta población está expuesta a diferentes contextos y situaciones potencialmente estresantes relacionadas con el entorno de enseñanza y cuidado de la población, a la competencia y a las rutinas de estudios, a las pasantías, a las evaluaciones, a las relaciones de poder entre profesores y estudiantes, entre otros marcadores.

En el caso de la Enfermería, hay exigencias específicas del curso, como la alta carga de trabajo, la inserción en espacios asistenciales que tratan de la vida y la muerte, la inserción en pasantías que requieren tiempo, dedicación, largas horas de trabajo, el rigor requerido en la ejecución de procedimientos que pueden ser invasivos para los pacientes, la exposición a riesgos y el constante temor a cometer errores o a ser evaluado negativamente por los profesores que supervisan las prácticas. Estos elementos hacen que este viaje sea altamente estresante y emocionalmente agotador. Así, se percibe que, debido al contexto de la formación en Enfermería, hay una mayor exposición a elementos considerados vulnerables, lo que coincide con la construcción de una identidad profesional¹³⁻¹⁵.

Considerando que la adaptación a la educación superior es un proceso importante que deben considerar las instituciones educativas, la EERP-USP ha tratado de desarrollar acciones y crear espacios que permitan la acogida y estimulen la promoción de la salud mental de sus estudiantes. Un ejemplo fue la creación del Comité de Acogida de Estudiantes en 2018, integrado por profesores, estudiantes y personal con el propósito de desarrollar actividades de recepción centradas en la atención a los estudiantes.

Estas actividades se realizan por medio de la construcción de espacios de atención, escucha, orientación, convivencia, integración y pertenencia al ámbito académico. La creación del Programa de Tutoría de la EERP-USP, implementado en septiembre de 2019, y también la Liga de Acogida de Estudiantes de la EERP-USP, con actividades iniciadas en agosto de 2019, son algunas de las actividades llevadas a cabo por el Comité.

El Centro de Psicología de la Salud de la EERP-USP

El CPS-EERP-USP consiste en un grupo de cultura y extensión coordinado por un profesor del curso de Enfermería que promueve la acogida y la atención a los estudiantes universitarios de Enfermería (Bachillerato en Enfermería y Bachillerato y Licenciatura en Enfermería). Las actividades del CPS-EERP-USP se desarrollan por medio del trabajo voluntario de los psicólogos, vinculados a las actividades del Programa de Posgrado en Enfermería

Psiquiátrica y tienen por objeto desarrollar un trabajo de referencia mediante intervenciones breves en las modalidades individual y grupal, ampliando la promoción de la salud y la prevención de las enfermedades mentales.

Todos los profesionales que prestan asistencia tienen experiencia en la atención psicoterapéutica y cada uno de ellos presta sus servicios siguiendo las directrices técnicas del enfoque que orienta la actuación. En la actualidad, hay psicoterapeutas vinculados a enfoques psicodinámicos, cognitivo-conductuales y socio-históricos.

Los servicios psicológicos ofrecidos en el CPS-EERP-USP son gratuitos y exclusivos para los estudiantes de Enfermería de la USP del Campus de Ribeirão Preto. Inicialmente, el modo de atención previsto fue la de psicoterapia breve, siendo posible celebrar hasta ocho reuniones, cada una de ellas de 50 minutos de duración.

La inauguración del servicio ocurrió en el primer semestre de 2019 y se basó en la creación de perfiles del CPS-EERP-USP en las redes sociales (*Facebook e Instagram*), un comunicado electrónico institucional para las clases de graduación y carteles fijados en los tableros de anuncios, con el fin de reclutar interesados en el servicio. Dada la condición de voluntarios de los psicólogos que participan en el servicio, la estrategia de comunicación adoptada entre los interesados y el equipo de profesionales fue por medio del correo electrónico (e-mail).

A partir de un e-mail en el que se expresaba interés en el servicio, el equipo solicitaba información sobre datos personales como el nombre completo, el período estudiado, la edad, el e-mail, el número de teléfono de contacto y la razón principal por la que se está interesado en el servicio. Todas las informaciones se enumeraron en orden de inscripción a partir de este contacto. El número de inscripciones y de interesados hizo que fuera necesario crear una lista de espera para las atenciones que siguiera la prioridad de atender siempre el orden de la solicitud de inscripción.

Con el inicio de las atenciones, el intento de priorizar el orden de inscripción no siempre fue posible en la práctica debido a cuestiones como a) conflicto de horarios entre los graduados y el psicólogo; b) solicitud de atención de emergencia a partir de solicitudes de la EERP-USP (como a partir de los comités organizadores del curso o incluso de los profesores que buscan atención para los estudiantes que más sufren). Con el tiempo, el número de inscripciones con el número de horas disponibles y ofrecidas terminó por no satisfacer las necesidades de asistencia solicitadas.

A medida que se desarrollaban las actividades, se percibió la necesidad de volver a analizar el formato de las atenciones, ofreciendo la ampliación del número de sesiones en función de las demandas de los estudiantes. Así, el número de estudiantes en la lista de espera aumentó significativamente durante los meses iniciales de la oferta de servicios. En consecuencia, el tiempo de disponibilidad para una nueva oportunidad aumentó y la lista de espera terminó por no ser atendida con fluidez, lo que exigió nuevos ajustes en el procedimiento de oferta de atención.

Como estrategia para satisfacer la demanda de los estudiantes de la fila, el equipo eligió realizar un período de selección a lo largo del mes de septiembre de 2019 para conocer a los estudiantes que se inscribieron en el servicio y comprender las demandas que los motivaron a buscar el servicio. Este momento fue importante para analizar los aspectos conductuales y subjetivos de los estudiantes que se graduaban, que podrían destacar la necesidad de recepción y establecer prioridades en el orden de atención que no sólo el orden de inscripción en el servicio.

La preocupación por ofrecer cierto apoyo psicológico a los estudiantes de la EERP-USP aumenta cuando se retoma la información de que el curso de Enfermería es compuesto predominantemente por mujeres graduadas y que los datos indican que las mujeres son más susceptibles de desarrollar y manifestar diferentes subtipos de ansiedad y también tienen una peor calidad de vida en comparación con los hombres, independientemente del curso⁶. Estas

preguntas plantean al equipo CPS-EERP-USP la propuesta de un nuevo reto que consiste en ofrecer el mismo tipo de acogida psicológica en la modalidad grupal, con el fin de proporcionar un apoyo más inmediato, en vista de la lista de espera. La intención es también ofrecer una respuesta al número de registrados, teniendo como pauta el número de voluntarios que participen en el servicio.

El recorrido de las actividades de selección y psicoterapia breve retrata los desafíos de tratar el sufrimiento psíquico en el contexto universitario, e indica la importancia de las iniciativas y programas que pueden abordar estas cuestiones ante las pruebas que demuestran la necesidad de dicha atención¹⁰. Las principales demandas planteadas por los estudiantes universitarios atendidos se refieren a la dificultad de hacer frente a la transición necesaria para adaptarse a la Educación Superior¹⁰, con informes de síntomas de ansiedad, depresión y estrés⁸⁻¹³, ideación suicida, dificultades para expresar las habilidades sociales y el autocuidado⁶⁻¹⁵ y el establecimiento de relaciones interpersonales en el contexto universitario, familiar y personal³⁻⁵.

Se entiende que la mayoría de estas demandas están en consonancia con los desafíos tanto de la transición de la adolescencia a la edad adulta en la contemporaneidad como de la transición a la educación superior, que debe ir acompañada de la adopción de estrategias de afrontamiento y también de la adaptación al nuevo contexto y sus características. Estas demandas, por lo tanto, son consistentes con los estudios mencionados en este informe que tratan de la salud de los estudiantes universitarios.

Un reto del trabajo son las barreras institucionales que también forman parte de las facilidades o dificultades en este trayecto. La EERP-USP no proporciona una estructura física que pueda aumentar la cantidad de atención, aunque haya un mayor número de voluntarios, porque hay limitaciones de materiales y espacio, que deben pensarse y articularse a partir de modelos que garanticen al usuario la calidad del servicio psicológico, como la confidencialidad, la preservación de sus identidades, la seguridad y la comodidad para expresarse libremente. Tampoco existe una articulación de la asociación multiprofesional, que es necesaria en casos de trastornos más graves y de medicación. Por otra parte, la Institución muestra su apoyo a la iniciativa por medio de la divulgación del servicio, la disponibilidad de material de oficina, no interponiendo, además, nuevos impedimentos.

Otro aspecto destacado es el de los límites del equipo de psicólogos voluntarios, que a veces tienen horarios disponibles, pero que no se ajustan a los horarios libres de los estudiantes. Hay que tener en cuenta que el curso de Bachillerato en Enfermería tiene clases por la mañana y por la tarde, mientras que el curso de Licenciatura en Enfermería tiene actividades por la tarde y por la noche. En el caso de los estudiantes de los últimos años, se añaden las pasantías, que pueden tener lugar en momentos distintos de las clases, e incluso en servicios y equipos fuera del campus, lo que puede dificultar el acceso a la atención.

Ante estas condiciones, se observa que lo que se ofrece no siempre responde a las posibilidades de los estudiantes, lo que refleja las limitaciones del equipo, pero también las delimitaciones de este servicio a partir de la condición institucional. En la práctica, esas cuestiones se revelaron y exigieron nuevos ajustes a los voluntarios, que también sufren las vicisitudes de sus problemas personales y profesionales. Además, la configuración del voluntariado está ligada a la condición de vínculo institucional, un grupo compuesto en su mayoría por estudiantes de doctorado de la EERP-USP. En este contexto, no hay garantía de que el servicio siga existiendo durante mucho tiempo si no hay posgraduados con formación en Psicología vinculados al Programa de Posgrado en Enfermería Psiquiátrica.

Próximos pasos y futuro del CPS-EERP-USP

En vista del camino recorrido hasta ahora, se observa la necesidad de una constante adaptación y mejora del servicio ofrecido. Desde el comienzo de sus actividades, el CPS-EERP-USP ha sufrido y sigue sufriendo las adaptaciones típicas de un servicio público de atención relacionado con la gestión de los recursos físicos y del personal.

El *setting* psicoterapéutico en el que se celebran las reuniones, por ejemplo, se ha adaptado y organizado a medida que se distribuye la asignación de recursos financieros. Así pues, el espacio toma forma mediante la adquisición de muebles y materiales que provienen de los recursos públicos, así como mediante donaciones, con el fin de proporcionar un espacio confortable que promueva la mejora constante de la calidad de los servicios ofrecidos.

No importa cuántas barreras existan que interfieran con el desarrollo de las actividades, hay elementos que también son esenciales: un equipo comprometido, que se ajusta y se adapta constantemente a los retos que se plantean, el intercambio de experiencias y discusiones de casos entre psicólogos, el análisis de cada caso y la búsqueda de estrategias de intervención efectivas para las demandas presentadas, el incentivo de la institución para el desarrollo de acciones y la disponibilidad de espacio físico, recursos materiales, difusión, disponibilidad de técnicos administrativos para asistir cuando sea necesario para que las actividades prácticas se lleven a cabo, la orientación y el seguimiento de un profesor comprometido con el servicio prestado, entre otros.

En la actualidad, además de los servicios ya ofrecidos, se está planificando la acogida psicológica en la modalidad de grupo para promover un espacio de intercambio de experiencias entre los estudiantes. Los servicios de grupo pondrán a disposición de los estudiantes otro recurso para trabajar aspectos relacionados con su salud mental, con el fin de compartir experiencias vividas y crear un espacio para la escucha empática, dialogando sobre cuestiones personales y académicas. Se entiende que la modalidad grupal de atención puede ser importante porque permite no sólo compartir las experiencias relacionadas con la transición a la educación superior¹², sino también una forma de fortalecer las relaciones, fomentar el apoyo social y la adopción de estrategias colectivas para hacer frente a los desafíos de este período.

En base a estos elementos, es importante señalar que el CPS-EERP-USP es un servicio que puede desencadenar importantes reflexiones institucionales, no sólo en la Universidade de São Paulo, sino también en otras universidades. La atención a las demandas de los estudiantes universitarios en materia de atención de la salud mental se ha convertido en una realidad y, más que eso, en una invitación a los gestores educativos a insertar esta atención como un componente curricular necesario para la formación de estos estudiantes.

Al promover la salud y acogida a los estudiantes de estos cursos, la universidad también se dedica a la tarea de pensar en la atención, en este caso, empezando por la atención a los que se propone graduar. Cuando la atención y la acogida se convierten en componentes curriculares, pueden convertirse en una política a desarrollar y madurar institucionalmente, creando las condiciones materiales para que se puedan implementar, seguir y desarrollar servicios o acciones encaminadas a promover el bienestar de sus estudiantes. El CPS-EERP-USP es, por lo tanto, una importante iniciativa que debe compartirse con los responsables de la educación de las diferentes instituciones de enseñanza superior.

CONCLUSIÓN

La atención a las condiciones de salud mental de los estudiantes de educación superior ha sido una demanda recurrente en estos días debido al número de casos de enfermedades psíquicas en esta población. Las consecuencias de las enfermedades mentales en el público universitario han repercutido en el sistema educativo e influido en las tasas de abandono de la universidad ya que, en muchas situaciones, los estudiantes acaban abandonando el curso porque no pueden hacer frente a las exigencias que se les presentan.

El ingreso a la educación superior es un proceso delicado porque implica una serie de ajustes y exigencias a los sujetos que no siempre están en condiciones de responder adecuadamente a las demandas que se les plantean. Por lo tanto, las instituciones educativas también necesitan desarrollar acciones, programas y servicios que puedan ayudar a los estudiantes a enfrentar los desafíos que se presentan en este proceso.

Es importante establecer servicios para los estudiantes como los que ofrece el CPS-EERP-USP, ya que pueden acomodar las demandas que surgen en la población universitaria. Las actividades desarrolladas por estos programas ayudan a los estudiantes a enfrentar situaciones difíciles que son personales y pueden interferir directamente con el rendimiento académico.

Se sabe que las experiencias desadaptativas en el espacio universitario pueden tener consecuencias significativas en el desarrollo de los sujetos, interfiriendo en sus condiciones de salud física, psicológica, en los aspectos cognitivos y relacionales. En consecuencia, estos aspectos afectarán a la calidad de vida de los sujetos y podrán definir su permanencia o abandono del curso elegido.

En relación con los servicios ofrecidos por el CPS, aunque no ha sido posible satisfacer toda la demanda institucional, los servicios prestados hasta ahora permiten ofrecer un espacio de acogida, escucha atenta e intervenciones que buscan mejorar las condiciones de salud mental de los atendidos. Además, las selecciones realizadas permitieron conocer a los estudiantes que aún no habían sido atendidos, comprender sus demandas, analizar el estado emocional y las posibles condiciones psicopatológicas, proporcionando datos para planificar y organizar nuevas actividades.

Esos itinerarios pueden ser importantes para contribuir al desarrollo y la aplicación de nuevas iniciativas, con el fin de crear una lista de medidas que puedan ser efectivamente incorporadas por las instituciones de enseñanza superior con miras a incluir la acogida como componente del programa de estudios y, de ese modo, promover una importante innovación en la forma en que los estudiantes se forman para el mercado de trabajo, para la actuación en la salud, para la sociedad y también para la vida.

REFERENCIAS

1. Kindelberger C, Safont-Mottay C, Lannegrand-Willems L, Galharret JM. Searching for autonomy before the transition to higher education: how do identity and self-determined academic motivation co-evolve? *J Youth Adolesc.* [Internet]. 2019 [citado en 25 mar 2020]: 1-14. DOI: 10.1007/s10964-019-01137-5
2. Cabras C, Mondo M. Coping strategies, optimism, and life satisfaction among first-year university students in Italy: gender and age differences. *High Educ.* [Internet]. 2018; 75(4):643-54. doi: 10.1007/s10734-017-0161-x
3. Maunder RE. Students' peer relationships and their contribution to university adjustment: The need to belong in the university community. *J Furth High Educ.* [Internet]. 2018 [citado en 25 mar 2020]; 42(6):756-68. DOI: 10.1080/0309877X.2017.1311996
4. Meehan C, Howells K. In search of the feeling of 'belonging' in higher education: undergraduate students transition into higher education. *J Furth High Educ.* [Internet]. 2019 [citado en 25 mar 2020]; 43(10):1376-90. DOI: 10.1080/0309877X.2018.1490702
5. Van Rooij ECM, Jansen EPWA, Van de Grift WJCM. First-year university students' academic success: the importance of academic adjustment. *Eur J Psychol Educ.* [Internet]. 2018 [citado en 25 mar 2020]; 33(4):749-67. DOI: 10.1007/s10212-017-0347-8
6. Lantyer AS, Varanda CC, Souza FGD, Padovani RDC, Viana MDB. Ansiedade e qualidade de vida entre estudantes universitários ingressantes: avaliação e intervenção. *Rev Bras Ter Comport Cogn.* [Internet]. 2016 [citado en 25 mar 2020]; 18(2): 4-19. DOI: 10.31505/rbtcc.v18i2.880
7. Silva CP, Souza FAD, Albuquerque FDN, Almeida TA, Araújo LFD. Psicologia e saúde mental: um estudo das representações entre universitários de psicologia. *Salud Soc.* [Internet]. 2018 [citado en 25 mar 2020]; 9(3):210-20. DOI: 10.22199/S07187475.2018.0003.00001
8. Lacerda AN. Índícios de estresse, ansiedade e depressão em estudantes universitários. (monografia). Brasília, DF: Universidade de Brasília; 2016.

9. Santos MVF, Pereira DS, Siqueira MM. Uso de álcool e tabaco entre estudantes de psicologia da Universidade Federal do Espírito Santo. J Bras Psiquiatr. [Internet]. 2013 [citado en 25 mar 2020]; 62(1):22-30. DOI: 10.1590/S0047-20852013000100004
10. Padovani RC, Neufeld CB, Maltoni J, Barbosa LNF, Souza WF, Cavalcanti HAF, et al. Vulnerabilidade e bem-estar psicológico do estudante universitário. Rev Bras Ter Cogn. [Internet]. 2014 [citado en 25 mar 2020]; 10(1):2-10. DOI: 10.5935/1808-5687.20140002
11. Scorsolini-Comin F, Gabriel CS. O que pode ser considerado inovador no ensino superior contemporâneo? Considerações sobre o acolhimento estudantil. Rev SPAGESP. 2019; 20(2):1-6.
12. Rossato L, Scorsolini-Comin F. Chega mais: O grupo reflexivo como espaço de acolhimento para ingressantes no ensino superior. Rev SPAGESP [Internet]. 2019 [citado en 25 mar 2020]; 20(1):1-8. Disponible en: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-29702019000100001&lng=pt
13. Guo L, Jones MC, Liu Y, Yv S, Zhu Y, Guo Y. Cross-cultural validation of the Student Nurse Stress Index Scale: a descriptive survey targeting student nurses in China. J Affect Disord. [Internet]. 2019 [citado en 25 mar 2020]; 251:31-8. DOI: 10.1016/j.jad.2019.03.017
14. Labrague LJ, McEnroe-Petitte DM, De Los Santos JAA, Edet OB. Examining stress perceptions and coping strategies among Saudi nursing students: a systematic review. Nurse Educ Today [Internet]. 2018 [citado en 25 mar 2020]; 65:192-200. DOI: 10.1016/j.nedt.2018.03.012
15. Smith GD, Yang F. Stress, resilience and psychological well-being in Chinese undergraduate nursing students. Nurse Educ Today [Internet]. 2017 [citado en 25 mar 2020]; 49:90-5. DOI: 10.1016/j.nedt.2016.10.004

CONTRIBUCIONES

Deise Coelho de Souza, Lucas Rossato, Vivian Fukumasu da Cunha y Patrícia Paiva Carvalho de Oliveira contribuyeron con la recogida de datos, el análisis y la redacción. **Suzana Oliveira Campos** participó en la recogida de datos y la revisión. **Fabio Scorsolini-Comin** actuó en la elaboración del proyecto que dio lugar al estudio, en el análisis, la redacción y la revisión.

Como citar este artículo (Vancouver)

Souza DC, Rossato L, Cunha VF, Oliveira PPC, Campos SO, Scorsolini-Comin F. Salud mental en la universidad: relato de un servicio de psicoterapia para estudiantes de Enfermería. REFACS [Internet]. 2020 [citado en: *insertar el día, mes y año de acceso*]; 8(Supl. 1):648-657. Disponible en: *insertar el link de acceso*. DOI: *insertar el link de DOI*.

Como citar este artículo (ABNT)

SOUZA, D. C.; ROSSATO, L.; CUNHA, V. F.; OLIVEIRA, P. P. C.; CAMPOS, S. O.; SCORSOLINI-COMIN, F. Salud mental en la universidad: relato de un servicio de psicoterapia para estudiantes de Enfermería. REFACS, Uberaba, MG, v. 8, p. 648-657, 2020. Supl. 1. Disponible en: *insertar el link de acceso*. Acceso en: *insertar el día, mes y año de acceso*. DOI: *insertar el link de DOI*.

Como citar este artículo (APA)

Souza, D. C., Rossato, L., Cunha, V. F., Oliveira P. P. C., Campos, S. O., & Scorsolini-Comin, F. (2020). Salud mental en la universidad: relato de un servicio de psicoterapia para estudiantes de Enfermería. REFACS, 8(Supl. 1), 648-657. Recuperado en: *insertar el día, mes y año de acceso de insertar el link de acceso*. DOI: *insertar el link de DOI*.