

Las enfermedades mentales y los estudiantes universitarios

Para muchos estudiantes la primera vez que viven fuera de casa es cuando entran a estudiar en la universidad. Esta experiencia es retadora para ellos a medida que buscan hacer nuevos amigos, tener éxito en los estudios, establecer su identidad, aprender a vivir de forma independiente y planear su futuro.



Un estudio reciente de la Asociación Americana de Psicología encontró que las enfermedades mentales severas en los estudiantes universitarios son más comunes ahora que hace una década. Este incremento se debe en parte a que más estudiantes han buscado tratamiento para los problemas relacionados con las enfermedades mentales antes de entrar a la universidad. Sin embargo las alarmantes estadísticas muestran que:

- Uno de cada tres estudiantes reporta haber tenido largos períodos de depresión.
- Uno de cada cuatro ha tenido pensamientos o sentimientos suicidas, siendo esta la segunda causa de más muertes entre los

adultos jóvenes de 20 a 24 años de edad.

- Uno de cada siete estudiantes reporta haber presentado algún comportamiento anormal e irresponsable.
- Más del 66% de la gente joven con desórdenes por abuso de sustancias tiene un problema de salud mental relacionado con el mismo.
- Más de dos tercios de los jóvenes no hablan o buscan ayuda para sus problemas de salud mental.
- Los estereotipos son una de las barreras más grandes que impiden que la gente joven busque la ayuda que requiere.

"Estoy en total oscuridad, como alguien que ya tiene un buen rato muerto. He abandonado toda esperanza y me siento totalmente adormecido. Me acuerdo de pensar en las muchas cosas que hiciste en años pasados. Entonces levanto mis manos en oración, porque mi alma es un desierto, sediento del agua en ti". (Salmo 143:3b-6)

Hay una incrementada conciencia de la importancia de tener servicios de salud mental accesibles a los estudiantes en las instalaciones universitarias. No obstante, hoy en día no es posible encontrar el acceso a tales servicios en todas y cada una de las universidades del país.

Las razones para lo anterior incluyen el estigma, la inadecuada inversión financiera en servicios de salud mental y la dificultad de coordinar la forma en que

se hacen llegar y se distribuyen servicios de salud mental en ambientes de educación superior.

¿Cómo pueden responder las comunidades de Fe?

- ~ Educando a los miembros de congregación a reconocer los síntomas de alerta asociados con diversas formas de enfermedades mentales los jóvenes.
- ~ Ofreciendo hospitalidad a estudiantes cerca de su congregación con oportunidades de compañerismo, apoyo y servicio.
- ~ Construyendo una congregación intergeneracional donde los adultos jóvenes constituyan una parte integral de la vida de la comunidad.
- ~ Proporcionando asesoría y otras formas de soporte a quienes padecen de alguna enfermedad mental para que sepan que no están solos en su lucha.
- ~ Manteniéndose informados sobre recursos y oportunidades en campus para construir redes de apoyo como los ministerios universitarios, servicios de salud para estudiantes, los grupos de soporte de igual a igual.
- ~ Apoyando a los jóvenes de congregación que están en universidad con mensajes y otros detalles de cariño. Mostrando interés en sus clases, su carrera y sus metas para el futuro.
- ~ Estando alerta sobre cambios en comportamiento cuando están en campus.



¡Hay esperanza!

¡Hay ayuda!

Las comunidades de Fe **pueden** hacer la diferencia al aumentar el nivel de conciencia, combatir el estigma y abogar por el bienestar de todos los estudiantes universitarios...tanto de su mente, como de su cuerpo y de su espíritu.

“Cuando la mitad de la población de estudiantes universitarios presentan episodios de enfermedades mentales, es imperativo entender la vital importancia que el ministerio universitario representa para aquellos que necesitan soporte y aliento. Es crucial que las comunidades de Fe estén ahí para los jóvenes, apoyándolos y nutriéndolos en su Fe.”

Rev. Dr. Beth Cooper, Ministro de un Campus

AAPC: Asociación Americana de Consejeros Pastorales
www.aapc.org

DBSA: Alianza de Soporte para Depresión y Bipolaridad
www.dbsalliance.org

Fundación Internacional de Bipolaridad
www.InternationalBipolarFoundation.org

Salud Mental América
www.mentalhealthamerica.net

NAMI: Alianza Nacional en Enfermedades Mentales
www.nami.org

SAMHSA: Administración del Abuso de Substancias y Servicios de Salud Mental
www.samhsa.gov

Las enfermedades mentales y los estudiantes universitarios



Cómo pueden responder las comunidades de Fe

Rev. Susan Gregg-Schroeder
Coordinadora de los Ministerios de Salud Mental
www.MentalHealthMinistries.net