



Diversidad y salud mental en el ámbito universitario: el desempeño laboral de la actividad docente

por Isabel Cano Ruiz

1. Introducción

En el mes de abril de 2023, un periódico de tirada nacional en España publicaba que el 36% de los jóvenes universitarios de España cumplen criterios para diagnosticarles al menos algún problema de salud mental¹. Asimismo, el 41% de la población universitaria padecerá algún trastorno a lo largo de toda su vida. La mitad de los estudiantes universitarios han tenido algún problema de salud mental durante la pandemia: el 17,1% ha tenido depresión, el 19,5% ansiedad y el 10,2% otros trastornos durante los meses más duros del confinamiento del 2020. Son los datos que se han recogido en el informe *Via Universitària de la Xarxa Vives*, a partir de las encuestas que han respondido 50.000 universitarios de 20 universidades de Cataluña, las Islas Baleares, la Comunidad Autónoma de Valencia y Andorra². Los datos ponen de manifiesto la enorme cicatriz emocional que ha provocado el covid-19 entre la población y, especialmente, los más jóvenes. Por su parte, las cifras internacionales permiten estimar que alrededor del 20% de los estudiantes universitarios cumplen con los criterios de grave depresión³.

El profesorado universitario lleva unos años siendo consciente del aumento en sus aulas de estudiantado con algún problema relacionado con la salud mental; sin embargo, al menos desde una perspectiva personal, a partir de la pandemia se ha notado un aumento de manera exponencial.

El ámbito docente universitario está expuesto a riesgos psicosociales, pero un hecho diferencial que debemos resaltar es el tener que dar soporte a un estudiantado con problemas psicosociales e incluso patologías mentales, que en la gran mayoría de ocasiones no sabemos identificar y ni mucho menos tratar en el aula.

Es cierto que en las etapas preuniversitarias el personal docente desempeña una función esencial en la prevención y detección de señales de alerta ante una situación de vulnerabilidad o riesgo entre el estudiantado. La precocidad en la detección de estas señales es clave, pero ¿cómo van a colaborar

¹ Diario ABC, noticia publicada el 7 de abril de 2023. Disponible en <https://www.abc.es/familia/educacion/jovenes-universitarios-padece-problema-salud-mental-20230403145045-nt.html> [Fecha de consulta: 7 de marzo de 2024].

² Diario Ara, noticia publicada el 24 de mayo de 2022. Disponible en https://es.ara.cat/sociedad/educacion/40-universitarios-sufrieron-ansiedad-depresion-durante-pandemia_1_4382060.html [Fecha de consulta: 7 de marzo de 2024].

³ Auerbach, R. P., Mortier, P., Bruffaerts, R., Alonso, J., Benjet, C., Cuijpers, P., Demyttenaere, K., Ebert, D. D., Green, J. G., Hasking, P., Murray, E., Nock, M. K., Pinder-Amaker, S., Sampson, N. A., Stein, D. J., Vilagut, G., Zaslavsky, A. M., Kessler, R. C., & WHO WMH-ICS Collaborators. (2018). WHO World Mental Health Surveys International College Student Project: Prevalence and distribution of mental disorders. *Journal of Abnormal Psychology*, 127(7), 623–638. <https://doi.org/10.1037/abn0000362>

en la importante tarea de la detección si no recibe formación sobre aquello que deben identificar? Es imprescindible poner a su disposición los conocimientos, el tiempo y los recursos necesarios para poder prestar atención a cambios sutiles, observables desde la escuela, que puedan aparecer entre el estudiantado ante situaciones vitales estresantes, experiencias adversas o por factores personales como la baja tolerancia a la frustración, la tendencia al perfeccionismo o a la autoexigencia. Todo ello, con el fin de dar cumplimiento a la no discriminación en el ámbito de la educación.

La educación superior no es ajena a esta exigencia, pues la Ley Orgánica 2/2023, de 22 de marzo, del Sistema Universitario, en su artículo 37 establece:

“1. Las universidades garantizarán al estudiantado que en el ejercicio de sus derechos y el cumplimiento de sus deberes no será discriminado por razón de nacimiento, origen racial o étnico, sexo, orientación sexual, identidad de género, religión, convicción u opinión, edad, discapacidad, nacionalidad, enfermedad, condición socioeconómica, lingüística, afinidad política y sindical, por razón de su apariencia, o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social.

2. Las universidades favorecerán que las estructuras curriculares de las enseñanzas universitarias resulten inclusivas y accesibles. En particular, adoptarán medidas de acción positiva para que el estudiantado con discapacidad pueda disfrutar de una educación universitaria inclusiva, accesible y adaptable, en igualdad con el resto del estudiantado, realizando ajustes razonables, tanto curriculares como metodológicos, a los materiales didácticos, a los métodos de enseñanza y al sistema de evaluación.

Las universidades facilitarán a las personas usuarias de las lenguas de signos su utilización cuando se precise.

Las universidades promoverán el acceso a estudios universitarios de las personas con discapacidad intelectual y por otras razones de discapacidad mediante el fomento de estudios propios adaptados a sus capacidades”.

En 2023 la Universidad de Alcalá publicaba, a través de su Unidad de Atención a la Diversidad y en colaboración con el Gabinete Psicopedagógico, la *Guía de apoyo al profesorado: Atención a estudiantes con problemas de salud mental*, con idea de dar respuesta a la demanda del Personal Docente e Investigador sobre la necesidad de información y de herramientas que nos permitan gestionar las situaciones a las que tenemos que hacer frente en nuestra labor como docentes.

2. Pautas y adaptaciones ante el estudiantado con problemas de salud mental

Los estudiantes que tienen problemas de salud mental tienen el doble de probabilidades de abandonar los estudios. Las investigaciones sugieren que la actual crisis de salud mental probablemente afecte las tasas de retención de los estudiantes y provoque un descenso de su compromiso. Para hacer frente a esto, las instituciones educativas tienen que mostrar una verdadera cultura de la atención. El ámbito universitario en general no es ajeno a esta situación y la Universidad de Alcalá ha tratado de detectar cuáles son las necesidades específicas de aprendizaje del estudiantado con problemas de salud mental.

De manera resumida, estas necesidades pueden venir motivadas por:

—Falta de concentración y atención funcional para las tareas requeridas en los procesos de enseñanza-aprendizaje y evaluación.

—Dificultades para asegurar los niveles motivacionales necesarios para mantener el ritmo de estudio

—Dificultades para organizar y planificar el estudio

—Dificultades para cumplir los plazos de entrega de trabajos

—Conductas de evitación a la hora de presentarse a las pruebas presenciales

—Problemas de comprensión y expresión, sobre todo ante proposiciones ambiguas o dobles sentidos.

Desde las distintas unidades de atención a la diversidad existentes en las universidades españolas se informa al profesorado acerca de las pautas para diseñar nuestra guía docente, así como la metodología a seguir en la impartición de nuestra asignatura. Así, desde la Universidad de Alcalá, se indica⁴:

—“A principio de curso, es conveniente entrar en contacto con el o la estudiante para ayudar a afrontar sus dificultades específicas de aprendizaje, y promover una programación y metodología adecuadas que favorezcan su integración en la dinámica de la asignatura”.

En este sentido, si no tengo conocimiento a principio de curso, si entre el estudiantado acudiré a mis clases algún estudiante con algún problema de salud mental por no haberlo comunicado a la unidad correspondiente, de nada sirve esta recomendación.

—“En la planificación docente, resulta conveniente tomar en consideración las situaciones de aprendizaje más favorables para el estudiantado con problemas de salud mental, como el trabajo en grupos pequeños, o en solitario, y potenciar otras posibles vías de acceso a los objetivos y contenidos de la asignatura”.

—“En la medida de lo posible, se recomienda establecer un plan de tutorías con este alumnado que permita seguir sus avances en la materia”.

—“Proporcione, al inicio del curso, la programación de la asignatura, el horario de las tutorías, las fechas para entregar los trabajos, las fechas de exámenes y cualquier otra información relevante”.

Este punto no plantea dificultades, pues todo ello aparece publicado en la web de cada Facultad.

—“Procure facilitar textos, apuntes, lecturas y todo el material que se utilizará en el aula de forma estructurada al inicio del curso”.

—“Utilice documentos visuales de apoyo a las explicaciones orales: láminas, gráficos, transparencias, etc. El uso de estos materiales puede facilitar el aprendizaje”.

En determinados estudios no se podrá seguir esta pauta.

—“Compruebe que va siguiendo la exposición de la información, dando la oportunidad de preguntar cuando no entienda”.

Creo que ningún docente se niega a dar la oportunidad de preguntar a todo el estudiantado que lo necesite, tenga o no problemas de salud mental. Además, si la persona afectada no pregunta, ¿cómo puedo comprobar que sigue la exposición de la información?

—“Intente formularle las preguntas de forma estructurada, clara y concreta para facilitar su entendimiento”.

Este requerimiento no está bien planteado, pues todo el profesorado procuramos que nuestras preguntas guarden una estructura lógica y que estén adecuadas al nivel de enseñanza en el que nos encontramos. Porque una cosa es cómo se estructura sintácticamente y morfológicamente una pregunta, y otra bien distinta es el contenido sustantivo por el que se pregunta.

—“Promueva la colaboración entre los y las compañeras en actividades como el préstamo y la toma de apuntes, o el apoyo en la realización de trabajos, prácticas o actividades complementarias. Esto ayuda también a su integración en las actividades universitarias y con el resto de estudiantado. Para hacer más atractiva esa colaboración, puede animarles a participar en el Programa de Estudiantes Ayudantes de la Unidad de Atención a la Diversidad. Quienes participan pueden obtener créditos transversales en reconocimiento a su labor”.

Se puede promover la colaboración entre el estudiantado, pero el profesorado se encuentra con la dificultad de que si no puede decir qué es lo que le pasa al estudiante (no cuenta con su permiso para dar a conocer que tiene algún problema de salud mental), no puede exigir al resto de estudiantes que tengan un trato diferente hacia esa persona en los trabajos académicos.

⁴ *Guía de apoyo al profesorado: Atención a estudiantes con problemas de salud mental*, elaborada por la Unidad de Atención a la Diversidad y revisada por el Gabinete Psicopedagógico de la Universidad de Alcalá, 2023, págs. 8 y 9. Disponible en https://www.uah.es/export/sites/uah/es/conoce-la-uah/.galleries/Galeria-de-descarga-de-Conoce-la-UAH/Guia_PDI_atencion_salud_mental.pdf [Fecha de consulta: 10 de marzo de 2024].

—“Permita la grabación de las clases y las ayudas técnicas que necesite utilizar normalmente el o la estudiante (tabletas u ordenadores portátiles son lo más común)”.

Ayudas técnicas, las que sean necesarias; la grabación de clases no debería permitirse por una cuestión de protección de datos. Además, una persona que se siente grabada no explica con la misma libertad que otra persona que no lo está.

3. El profesorado: la otra cara de la salud mental del estudiantado

Una pregunta que cada vez se hacen muchos docentes es: ¿cómo influye en mí la salud mental de mis estudiantes? No todos los docentes están preparados para saber realizar las adaptaciones requeridas, pues en el aula el estudiantado es cada vez más diverso y hay que atender esa diversidad. En muchas ocasiones, lo que sucede es que el docente se distancia emocionalmente de su trabajo para poder sobrellevar la carga laboral, pone distancia entre sí mismo y sus estudiantes, ignorándolos activamente, sumado a un sentimiento de incompetencia y fracaso de su labor formadora.

Sensu contrario, el intentar adaptar las estrategias metodológicas y de evaluación a la diversidad presente en el aula, puede producir en el docente ansiedad, estrés, inseguridad por estar continuamente pensando si lo que dice o hace puede provocar alguna reacción no deseada.

Ante el número creciente de enfermedades relacionadas con la salud mental entre los jóvenes en general y de los universitarios en particular, debemos hacer una llamada a las instancias públicas para que adopten medidas a corto plazo, y cambios estructurales de hábitos y comportamientos compulsivos y dependientes sobre esta situación que afecta a la salud pública de toda la sociedad y, cómo no, a la salud del personal docente en su faceta de trabajador.

En definitiva, compartimos plenamente las palabras de García, Iglesias, Saleta y Romay cuando sostienen que: “Dado que el sector educativo se vertebra en torno a una ocupación que fácilmente se identifica como más estresante en comparación con otras, algunos de los problemas o de las soluciones podrían venir de la mano de políticas, programas y regulaciones a iniciativa de los gobiernos y diversos cuerpos reguladores. En definitiva, respuestas efectivas y sostenibles a largo plazo requieren iniciativas a nivel sistémico amplio”⁵

Isabel Cano Ruiz
Departamento de Ciencias Jurídicas
Universidad de Alcalá

⁵ GARCÍA, María Matilde, IGLESIAS, Susana, SALETA, Martín, ROMAY, José, “Riesgos psicosociales en el profesorado de enseñanza universitaria: diagnóstico y prevención”, *Journal of Work and Organizational Psychology*, 32, 2016, pág. 179. Disponible en file:///C:/Users/Decanato/Downloads/1-s2.0-S1576596216300184-main.pdf [Fecha de consulta: 18 de marzo de 2024].