

DESPATOLOGIZAR LA SALUD MENTAL: EXPERIENCIAS DE ACOMPAÑAMIENTO DEL PROGRAMA DE APOYO PSICOSOCIAL DE LA ESCUELA DE TERAPIA OCUPACIONAL DE LA UNIVERSIDAD DE SANTIAGO DE CHILE

Línea Temática: Prácticas de integración universitaria para la reducción del abandono – Práctica.

*Ana Maturana Valenzuela, Universidad de Santiago de Chile. ana.maturana@usach.cl
Paula Paredes Sierra, Universidad de Santiago de Chile. paula.paredes.s@usach.cl*

Resumen

Este trabajo es una aproximación y una oportunidad de sistematizar una experiencia de cuatro años de trabajo de la Escuela de Terapia Ocupacional, en la apuesta por otras formas de acompañamiento a estudiantes que se encuentran atravesando experiencias de malestar, particularmente durante el estallido social, la crisis sociosanitaria y el retorno a la presencialidad. Cabe destacar que, si bien los hitos sociales identificados vinieron a afectar de distintas formas las vidas del estudiantado, ya se conocían una serie de malestares psicosociales propios de las condiciones de vida actuales. El compartir y abordar estas situaciones a través de estrategias como los acompañamientos, los grupos de acogida y la articulación de redes de apoyo, son apuestas que apuntan hacia la despatologización de estos malestares. Tras cuatro años de implementación, se ha posibilitado la ejecución de apoyos directos, que circula alrededor del 10 al 15% de la comunidad total estudiantil de terapia ocupacional, lo que ha permitido la articulación de redes de apoyo intra e intersectoriales favoreciendo colaboraciones e intercambios en el sistema de apoyos a estudiantes de todos los niveles. Las bases que constituyen al programa han permitido el ejercicio constante y reflexivo sobre las diversas formas de opresión que vive el estudiantado, y han contribuido a su permanencia en la educación superior.

Descriptor o Palabras Clave: Problemas de Salud Mental, Malestar Psicosocial, Prácticas de Despatologización del Malestar, Educación Superior.

Contextualización: El artículo Health and Related Factors Among Undergraduate Students During SARS-CoV-2 Pandemic: A Cross-Sectional Study publicado en el 2022, concluye que la prevalencia de problemas de salud mental es alta entre los estudiantes universitarios y que algunos de los factores asociados, como el sentido de pertenencia, pueden ser utilizados en intervenciones preventivas. Esta alta prevalencia es visibilizada en nuestra Escuela a partir de diálogos que se producen en asignaturas y reuniones con la coordinadora estudiantil, dando cuenta de un malestar psicosocial que circula en la comunidad, como: sufrimiento asociado a problemas de salud mental, dificultades socioeconómicas, duelos a propósito de la pandemia, falta de redes de apoyo social, etc., esto determina la permanencia del estudiantado en sus estudios de educación superior, situaciones que están interseccionadas con las condiciones históricas en las cuales se desenvuelven estas experiencias, particularmente el estallido social, la crisis sociosanitaria y el retorno a la presencialidad. Cabe destacar que si bien los hitos sociales identificados vinieron a afectar de distintas formas las vidas del estudiantado y participantes del programa, ya se conocían una serie



de malestares psicosociales propios de las peculiaridades de vivir en sociedades donde se conjugan una serie de violencias estructurales y sistémicas, tales como: el patriarcado, las lógicas neoliberales, las racionalidades individualistas, las dificultades para acceder a la educación, las expectativas sociales de género, la ausencia de redes de apoyo institucionales o la precariedad laboral, entre otras. Al identificar estas condiciones la Escuela de Terapia Ocupacional de la Universidad de Santiago de Chile, visualiza la necesidad de diseñar estrategias que estén orientadas a prestar apoyos y contención a estudiantes con la intención de generar comunidades que cuenten con sistemas de apoyo colectivos que cuestionan las lógicas de violencia estructural que condicionan la permanencia en la educación superior.

De esta forma se constituye el Programa de Apoyo Psicosocial (en adelante PAPsi) equipo compuesto por académicas y académicos que cuentan con experiencia en el trabajo con jóvenes y adultos en el campo de la salud mental, que destinan entre una y seis horas de su jornada laboral para reunirse con el estudiantado que solicita apoyo. El equipo que acompaña mantiene reuniones mensuales para la coordinación de los acompañamientos, que son liderados por la coordinadora del programa, espacio en el que se revisa y evalúa cada situación abordando de manera colectiva la resolución posible de las problemáticas identificadas. El objetivo de PAPsi es brindar al estudiantado experiencias de despatologización de sus sufrimientos, lejos de la patologización y medicalización del malestar (Soto, 2012). Como fundamento de nuestras prácticas el programa trabaja desde la noción de salud mental, comprendida por Esther Custo como:

La salud mental en una comunidad es un proceso resultante de sus condiciones de vida, de su historia y de sus proyectos [...] se asocia a la vivencia de satisfacción tanto material como simbólica, y se evidencia en la construcción de vínculos sanos, creativos y solidarios, en la participación real en las decisiones que afectan a la vida cotidiana de los sujetos, en la posibilidad de la pertenencia, integración y construcción de sus proyectos. (2008, p. 21)

La autora aquí señala la interconexión entre salud mental y condiciones de vida, pilar clave que constituye una de las bases del PAPsi al plantear la importancia de los vínculos, la participación y los proyectos de vida. Augsburg (2004) plantea: “el sufrimiento humano no es sólo un problema de orden biológico, sino que es producido por los contextos culturales y sociohistóricos” lo que nos desafía a pensar en estrategias que permitan contener el malestar alejándonos de la idea de patologización e individualización de estos procesos.

En este escenario, el programa se sitúa apostando a la reflexión crítica e inseparable de nuestro quehacer cotidiano lo que nos permite construir nuevos caminos y horizontes de nuestras prácticas académicas. La Escuela de Terapia Ocupacional de la Universidad de Santiago de Chile sienta sus bases en un proyecto que pone en tensión los fundamentos hegemónicos de la disciplina, que nos permiten reflexionar y problematizar los modos en los cuales ha sido dominada e instalada una única comprensión de la disciplina y sus prácticas. Alejandro Guajardo (2020) se refiere a esto como la terapia ocupacional crítica latinoamericana, que tiene como base la idea de lo justo como bien común y no individual, y que nos interpela a sostener la vida en el enunciado del Buen Vivir como comunidad, asumiendo una lógica anticolonial, antipatriarcal y anticapitalista.



Objetivo:

Favorecer la permanencia en la educación superior de estudiantes de la Escuela de Terapia Ocupacional a través de espacios de apoyo psicosocial bajo la idea de despatologización de los malestares.

Descripción:

A partir de reflexiones y aprendizajes que se realizan en el equipo docente, en base a la experiencia del Programa de Salud Mental Ahora implementado durante los años 2019 e inicios del 2020, el segundo semestre del mismo año se reformulan los principios base que permiten ampliar la comprensión de las problemáticas que expresa la comunidad, constituyéndose así el Programa de Apoyo Psicosocial (PAPsi), propuesta ético - política que nace como respuesta a las distintas dinámicas que precarizan el cotidiano de las vidas de estudiantes e influyen en su trayectoria universitaria, creando nuevas formas de relación y vinculación entre docentes y estudiantado, quienes a través de espacios de acompañamiento y grupos de acogida pueden dialogar en torno a aquellas temáticas que consideran de su interés y que pudieran estar a la base de una vivencia de malestar.

El programa tiene a su base y como propósito responder y acompañar las experiencias de malestar psicosocial que sus participantes explicitan, compartiendo y facilitando el acceso a distintas redes institucionales tanto dentro como fuera de la universidad, que pudieran constituirse en un aporte a la superación de dichos malestares, desde una perspectiva de despatologización de estos. Este programa se enmarca en la propuesta de pregrado de la Escuela Terapia Ocupacional y favorece a estudiantes de los distintos niveles que cursan desde 1° a 5° año de la formación. Durante el año 2023, y a solicitud del equipo de gestión de la escuela, se incorpora el seguimiento a estudiantes del Programa de Acceso a la Educación Superior (PACE).

El PAPsi, es visualizado por el equipo de gestión de la Escuela como un espacio que fortalece al pregrado, a través de la implementación de tres acciones que se detallan a continuación:

- Los **acompañamientos** son espacios personalizados y singulares orientados a legitimar y reconocer el malestar, que a su vez generan espacios de contención y de escucha que permiten al estudiantado expresar de forma segura sentimientos, pensamientos y necesidades. Se busca priorizar las necesidades de apoyo definiendo de forma conjunta redes y acciones. Se caracterizan por ser espacios voluntarios de encuentro que permiten un diálogo íntimo y particular de escucha que permite problematizar las relaciones de poder establecidas por las condiciones estructurales de la vida. Generalmente los encuentros en un inicio se realizan una vez a la semana, para luego tomar una regularidad cada quince días o una vez al mes. Es relevante destacar que este espacio está orientado a favorecer el sentido de pertenencia y autonomía respecto de los procesos personales en el estudiantado que busca cuestionar la patologización del malestar.
Actualmente es la principal estrategia del programa, transformándose en un espacio genuino de reconocimiento de las vivencias de malestar del estudiantado.
- Los **grupos de acogida** están orientados a colectivizar vivencias de malestar, en estos espacios se comparten herramientas y tácticas de resistencia y contención que son definidas



por el grupo a partir de sus experiencias, bajo la premisa de las estrategias participativas. Estos espacios de acompañamiento grupal tuvieron fuerza y principal origen durante el año 2019, posterior al estallido social. Ahí se inician espacios de reunión convocadas por docentes, y con el inicio de la pandemia se mantienen y formalizan de forma virtual. Frente a la alta demanda de solicitudes de acompañamiento, y el interés de colectivizar las experiencias, se organizaron grupos que funcionaron de manera cíclica (entre tres y siete sesiones). Dichos grupos de acogida se caracterizan por definir las temáticas a abordar de manera colectiva, siempre contando con una primera reunión diagnóstica en la cual se definen los temas a tratar, facilitados por dos o más integrantes del equipo. ANEXO N°1

Durante el año 2022 se logra retomar el trabajo de los grupos de acogida, en modalidad de taller presencial para el abordaje de la trayectoria universitaria en la educación superior, que resulta particularmente relevante para un grupo de estudiantes que vivencian experiencias de malestar asociadas a la Condición del Espectro Autista.

- La **articulación con redes** institucionales internas y externas, han permitido al estudiantado gestionar y agenciar sus propios espacios, haciendo uso de los recursos institucionales y de las redes colaborativas fuera del espacio universitario. A propósito de las complejas condiciones de vida que se hicieron visibles durante la crisis sociosanitaria por COVID 19, el trabajo de apoyo coordinado con las distintas instancias institucionales se hizo latente, se generaron lazos de apoyo entre los Comité COVID articulado por la Facultad de Ciencias Médicas (FACIMED) y otro por la institución (a través de la Vicerrectoría de Apoyo al Estudiante - VRAE) y el equipo académico del programa. En paralelo se elabora y realiza un catastro de redes de apoyo identificadas dentro de la institución, que explica claramente los contactos a establecer según las distintas necesidades y/o problemáticas que buscan abordar el estudiantado.

A su vez, con el retorno a la presencialidad, se logra establecer un contacto directo y fluido con el Centro de Salud de la Universidad, lo que se mantiene hasta el día de hoy, especialmente con el programa y equipo de salud mental que ahí se ha articulado.

Hoy se han establecido coordinaciones, lazos y articulación de apoyos estratégicos con algunas organizaciones fuera de la institución, que abordan especialmente a la comunidad LGBTIQA+, y a mujeres trabajando por la erradicación de todas las formas de violencia.

Lo anterior, se desarrolla de manera coordinada con el equipo de gestión de la Escuela, con quienes se piensa y construyen acciones paralelas para que el estudiantado que es acompañado por el PAPsi, tenga la posibilidad de ser protagonista de su proceso formativo, a través de la adecuación de metodologías de aprendizaje y evaluación, en función de la situación singular de cada estudiante, reduciendo en su conjunto el abandono, fortaleciendo así la permanencia.

Resultados:

Las estrategias implementadas han contribuido a la consolidación del PAPsi el que se ha transformado en un referente para el equipo de gestión en el acompañamiento al estudiantado de pregrado, gracias a la postulación a proyectos de financiamiento interno que se enmarcan en el Plan de mejoras de la Escuela y en el Plan de Desarrollo Estratégico Institucional 2020 – 2030.

Tras 4 años de implementación, el programa y su trayectoria han posibilitado la ejecución de apoyos directos a través de acompañamientos singulares y colectivos, que alcanza al 15% de la



comunidad total estudiantil de terapia ocupacional que actualmente es de 275 estudiantes matriculados.

Esta trayectoria ha permitido que el PAPsi complemente sus acciones y estrategias con otros ejercicios de resistencia lo que ha posibilitado la articulación y transformación de las prácticas cotidianas sobre cómo se piensa y constituye la experiencia académica tanto en estudiantes como docentes,

Durante el año 2022 se realiza una sistematización de experiencias del PAPSI y la actualización del Diagnóstico Colectivo de Salud Mental de la Escuela de Terapia Ocupacional que muestra resultados que dan cuenta de las necesidades de apoyo que requiere la comunidad estudiantil como por ejemplo: el 57% de las personas que responden a la encuesta consideran que la salud mental está situada en condiciones de vida materiales e históricas y el 69,8% de las personas consideran que la salud mental está atravesada por la desigualdad, patriarcado, Colonialidad y capitalismo.

Durante el segundo semestre del 2023 se realiza una encuesta que profundiza en la caracterización de estudiantes de 1º año de la Escuela de Terapia Ocupacional, que tiene como énfasis indagar sobre las condiciones psicosociales que determinan la transición a la vida universitaria que pueda complementar la información entregada por el área de evaluación de la Vicerrectoría Académica en el documento Diagnóstico de Entrada Terapia Ocupacional 2023.

Todas estas acciones han permitido la realización de capacitaciones a docentes en temáticas de diversidad-divergencias sexuales y de género, conversatorios con estudiantes en temáticas de diversidades, género y nuevas masculinidades, acciones que contribuyen a la convivencia en la educación superior.

Conclusiones:

Las prácticas que se desarrollan en el programa han contribuido a la reducción del abandono de la carrera, impulsando otras formas posibles de abordar el malestar psicosocial, al situar y reconocer al estudiantado dentro de un entramado social, desmantelando los factores asociados a las condiciones de vida que determinan su permanencia en la educación superior. Es por esto por lo que espacios como el PAPsi son entendidos como proyectos comunitarios que contribuyen al bien común y a la construcción de una comunidad que piensa estrategias conjuntas de apoyo entretejiendo modos y formas de relación, que desafíen, transgredan y fisuren los mandatos instituidos (Walsh, 2017).

Estos lineamientos han permitido el ejercicio constante y reflexivo sobre las diversas formas de opresión que vive el estudiantado, determinadas por contextos capitalistas y patriarcales que se expresan en la vida cotidiana, lo que ha permitido desplazar la idea de patologización del sufrimiento a lógicas despatologizantes del malestar, que facilita al estudiantado superar categorías hegemónicas de la salud, reconociendo y valorando las diversas formas de malestar como expresión cotidiana, identificando resistencias colectivas que son propias de experiencias comunes y cotidianas.

Los acompañamientos y grupos de acogida favorecen espacios que materializan en lo posible la construcción de estudiantes reflexivos que reconocen el lugar y la posición que ocupan sus



experiencias en su vinculación a la educación superior. Ambas estrategias han posibilitado espacios libres de juicios que han fomentado la participación e intercambios de experiencias, que se traducen en la generación de diálogos recíprocos. Que son entendidas como prácticas de reconocimiento genuino de saberes, asumiendo que todas/os/es tenemos mucho que decir, tenemos historia y agencia (Martínez & Silva, 2022)

Agradecimientos

A las/os/es estudiantes que comparten parte de sus experiencias, sentimientos y emociones en una relación de transformación y que nos interpela a producir otros modos de acompañamiento en la trayectoria universitaria. A la docente Gloria Silva Espinosa, por la energía y por impulsar reflexiones dentro del equipo que sentaran las bases para pensar este programa y a las/os/es docentes que fueron claves durante los inicios y la posterior permanencia del programa.

Referencias:

- Augsburger, A.C (2004) La inclusión del sufrimiento psíquico: un desafío para la epidemiología. *Psicología & Sociedades*; 16 (2): 71-80.
- Guajardo Córdoba, A. (2020). A propósito de nuevas formas de colonización en terapia ocupacional. Reflexiones sobre la idea de Justicia Ocupacional desde la perspectiva de una filosofía política crítica. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*. 28(4), 1365-1381.
- Custo, E. (2008). *Salud mental y ciudadanía: una perspectiva desde el trabajo social*. Editorial Buenos Aires.
- Soto, C. P. (2012). *Una nueva antipsiquiatría: Crítica y conocimiento de las técnicas de control psiquiátrico*. Lom Ediciones.
- Valdés, J. M., Díaz, F. J., Christiansen, P. M., Lorca, G. A., Solorza, F. J., Alvear, M., ... & Gaete, J. (2022). Mental health and related factors among undergraduate students during SARS-CoV-2 pandemic: a cross-sectional study. *Frontiers in Psychiatry*, 13.
- Walsh, K. (2017). *Gritos, Grietas y siembras de vida: entretejeres de lo pedagógico y lo decolonial*. Editorial Abya-Yala.
- Martínez, M. & Silva, G. (2020). Históricas, no históricas: contra la patologización de la vida de las mujeres. En red chilena contra la violencia de la mujeres (ed). *Violencia Estructural: Intersecciones (in)visibles*. (117-137). Fundación Heinrich Böll

ANEXO N°1

A continuación, un ejemplo de las temáticas abordadas durante el año 2020:

Fecha	Grupo	Temáticas abordadas
09/06/2020	2	Conformación del espacio y propuestas de temáticas: manejo de emociones, insomnio, manejo del estrés y ansiedad, cuidado de hijas/os/es...
16/06/2020	1	Técnicas de relajación y cuidado de sí
23/06/2020	2	Estrategias para establecer límites
30/06/2020	1	Cómo proyectarse en tiempos de pandemia y sentido de esta en un contexto de proyecto de vida
07/07/2020	2	Estrategias para manejar el estrés, ansiedad y tristeza
14/07/2020	1	Evaluación del grupo de acogida
21/07/2020	2	Estrategias de respiración, formas en que se viven situaciones de estrés

