

## **Atención y prevención en salud mental para los estudiantes de ingeniería**

Jiménez, M. Isabel

*Universidad de Valladolid, España*

mariaisabel.jimenez@uva.es

### Introducción

Los estudios universitarios de los grados tecnológicos, especialmente las ingenierías, son de elevada complejidad, tanto en contenidos, como para el desarrollo de las aptitudes requeridas a los futuros ingenieros. Esta elevada dificultad para alcanzar hitos en el desarrollo de su carrera, hace que ciertos estudiantes manifiesten episodios y temporadas de estrés, ansiedad, depresión y/o comportamientos obsesivos y compulsivos. De hecho, estos datos son la tónica general en las carreras universitarias de ingeniería, desde los años 90.

Mi labor como docente en diferentes escuelas de ingeniería desde hace 13 años, me ha permitido, por mi perfil humanista y de orientadora, conocer de primera mano casos concretos de estudiantes con inicio y desarrollo de problemas o estados de pérdida de la salud mental.

### Objetivos

El objetivo de este trabajo ha sido elaborar un procedimiento, como docente en escuelas de ingenierías, para poder detectar, gestionar y derivar a los estudiantes con problemas de salud mental al servicio de salud pertinente.

### Método

El procedimiento que he elaborado y establecido se ha basado en la experiencia y práctica llevada a cabo a lo largo de años, y que ha resultado ser operativa y eficaz.

Dicho procedimiento tiene una serie de 4 fases en las que mi actuación permite ayudar a estos estudiantes a dar respuesta inicial y solución preliminar a los diferentes casos que padecen. Dichas fases son:

- análisis del entorno de la clase,
- detección de casos individuales (si los hay),
- estudio de cada caso específico mediante observación y tutorías,
- pre-diagnóstico y pautas a seguir por el estudiante, dirigiéndole hacia los servicios sanitarios específicos a los que debe acudir.

### Resultados

Tras 13 años de ejercicio como profesora en escuelas de ingeniería, lamentablemente he percibido un incremento de los casos de estrés, ansiedad, trastornos obsesivos-compulsivos e incluso depresión, entre los estudiantes de ingeniería.

La dificultad inherente a los planes de estudios de ingeniería, unida a un ambiente en las clases individualista, competitivo y poco solidario, reflejo de la sociedad y la pérdida del liderazgo de la educación en valores de las familias, hace que los problemas de salud mental aumenten en frecuencia, y que el entorno no sea favorable para solucionarlos.

Mi experiencia personal, detectando, orientando, y derivando a los estudiantes a los servicios sanitarios correspondientes, me ha permitido comprobar la elevada necesidad que hay de dichos servicios, y de forma urgente. Y las universidades deben ser responsables de velar por la salud de sus estudiantes, física, mental y emocional. Algunos de mis alumnos suelen querer continuar recibiendo mi labor orientadora, aunque ya estén en un programa de tratamiento psicoterapéutico, combinando ambos procesos.

### Conclusiones

El procedimiento, aunque sencillo, ha resultado operativo y útil para atender en una primera aproximación, a los estudiantes con problemas de salud mental.

Es necesario, desde las universidades, crear servicios de prevención en materia de salud mental, dirigido especialmente a los estudiantes, por la vulnerabilidad de su edad y etapa de formación elevada en cualificación, y más aún en el caso de los estudiantes de las ingenierías.

**Palabras clave:** ingeniería; salud mental; atención; prevención.



## **Mental health care and prevention for engineering students**

Jiménez, M. Isabel

*University of Valladolid, Spain*

mariaisabel.jimenez@uva.es

### Introduction

University Technologic Degrees, and specifically Engineering Degrees, are quite complex, because of the contents, and also, because the developing of the aptitudes required to future engineers. This high difficulty to achieve goals in their careers development makes some students show cases and intervals of stress, anxiety, depression and obsessive compulsive disorder. And these data are quite often in University Engineering Degrees since the nineties.

My job as teacher in different Engineering Schools since 13 years ago has allowed me, based on my humanistic and tutoring profile, to know specific cases of students with initial or developing different mental disorders, which make them loose their psychological health.

### Objectives

The main goal of this work has been to elaborate a procedure, as teacher in Engineering Schools. And the aim of this procedure is to detect, manage and refer the students with mental disorders to adequate health services.

## Method

The procedure that I have designed and applied has been based on my own experience and practice during professional years. This procedure has been valid and useful at all.

This procedure includes a set of 4 phases where my action allows to help students to achieve an initial response and preliminary solution to the different disorders cases that they feel. These phases are:

- class environment analysis,
- detection of individual cases (if there are),
- study of every specific case by means of observation and tutoring activities,
- first diagnostic, and guidelines and instructions for the student to help them to attend to specific health services.

## Results

After 13 years working as teacher in different Engineering Schools, I have seen how the number of mental disorders cases is increasing. These mental disorders are mostly stress, anxiety, obsessive compulsive disorders and even depression, among engineering students.

The inherent difficulty in Engineering Degrees Programs, jointed with classes environment quite individual, competitive and without solidary, which is the image of society and the loss of power of education in values in families. This fact makes psychological disorders increase with more frequency, and also, the environment is not positive to solve them in the best form.

My professional and personal experience, detecting, tutoring and guiding students to right health services, make me check how these services are really highly needed and with urgency. And Universities must be responsible to take care of their students' health, physical, psychological and emotional. Some of my students want to continue being tutoring by me, although they are going to psychological therapies, but they want to combine both processes.

## Conclusions

This procedure is simple, however, it has been absolutely valid and useful to attend, in first approximation, students with psychological health problems.

Universities need to create prevention services for psychological health, focused to students specifically. Students are very vulnerable because of their age and their life stage studying very high level educational studies, and even more, in the case of engineering students.

**Key words:** engineering; mental health; care; prevention.