

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA NACIONAL

Guía de intervención EN CRISIS DE SALUD MENTAL EN EL ÁMBITO EDUCATIVO

2025

SECRETARÍA DE ASUNTOS ESTUDIANTILES
FACULTAD REGIONAL CHUBUT





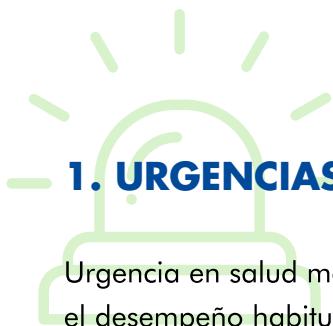
INTRODUCCIÓN

Reconocemos a la salud mental como un proceso determinado por componentes históricos, socioeconómicos, culturales, biológicos y psicológicos, cuya preservación y mejoramiento implica una dinámica de construcción social vinculada a la concreción de los derechos humanos y sociales de toda persona (Ley Nacional de Salud Mental 26657/2010). Partiendo de esta definición, el ámbito de la universidad es un espacio propicio y de gran alcance poblacional para intervenir en salud mental, en tanto se constituye como una institución de referencia en un momento particular y fundamental del ciclo vital de las personas. Tanto estudiantes como todo el personal que cumple funciones en la universidad transcurren gran parte del día allí; dando la posibilidad de que además de los aspectos de rendimiento académico y/o laboral, se puedan observar cuestiones singulares, vinculares y emocionales.

Forma parte fundamental de la universidad promover un entorno seguro y saludable para sus estudiantes, docentes y personal. Reconociendo la importancia de la salud mental en el bienestar en general, esta guía establece pautas para la atención de urgencias de salud mental en nuestra comunidad universitaria.

La presente guía ha sido resultado de la articulación entre la Secretaría de Asuntos Estudiantiles a través del Área de Salud Integral y Deportes y el Centro de atención primaria de Salud (CAPS) Güemes, para acordar un mecanismo único, en cuanto al modo de actuar frente a situaciones de riesgo específicamente en el ámbito de la Salud Mental. Con la presente guía se releva la importancia de contar con una comunidad universitaria informada que pueda responder oportunamente desde una perspectiva de derechos y de cuidado colectivo.

- 1-Urgencias en Salud Mental
- 2-Factores de riesgo - Factores de protección
- 3-Identificación de señales de alarma
- 4-Flujograma de actuación e intervención
- 5-Recursos disponibles.



1. URGENCIAS EN SALUD MENTAL

Urgencia en salud mental es toda situación transitoria que irrumpre y altera las funciones psíquicas, el desempeño habitual y que supone un alto nivel de padecimiento, de tal manera que la persona, el entorno y/o el personal sanitario, consideran que requiere atención inmediata. La urgencia es un emergente del estado de malestar.

Representa un momento crítico que puede reconocerse por la presencia de sintomatología asociada a cuadros de salud mental y/o manifestaciones de un malestar psicológico intenso que requiere de un apoyo y acompañamiento urgente, con el fin de evitar situaciones de riesgo para la persona o para otros miembros de la comunidad.

Algunas de las situaciones críticas que requieren apoyo son:

Síntomas asociados a crisis de pánico, ideas de querer morir, intentos de hacerse daño a sí mismo u otros, alteración del juicio de realidad, alucinaciones, delirios, descontrol emocional o físico.

No es un acontecimiento aislado sino parte del proceso de salud-enfermedad, en el que la persona debe ser asistida de manera integral en el ámbito socio-sanitario y requiere de un seguimiento para evitar la recurrencia.



2. FACTORES PROTECTORES/ FACTORES DE RIESGO

FACTORES DE RIESGO

Son condiciones, características o particularidades que aumentan la probabilidad de ocurrencia de un problema en salud mental o lo agravan tales como:

- Antecedentes familiares;
- Situación traumática previa;
- Aislamiento social;
- Cambio brusco o significativo reciente (pérdida laboral, fallecimiento de alguien cercano, separación, etc.);
- Uso de sustancias psicoactivas;
- Dificultades económicas;
- Discriminación;
- Escasa o nula red de contención.

FACTORES PROTECTORES

Son condiciones, características o particularidades que disminuyen la probabilidad de ocurrencia de un problema en salud mental.

Es imprescindible evaluar y fortalecer los recursos, capacidades y potencialidades de la persona y su entorno.

Entre estos podemos ubicar:

Red de contención familiar o afectiva; Realiza tratamiento en salud mental o sabe a dónde acudir; Sostiene una rutina habitual; Integración social (participación en deportes, asociaciones religiosas, clubes y otras actividades).

3. IDENTIFICACIÓN DE SEÑALES DE ALARMA

Son indicadores que pueden sugerir que una persona está experimentando problemas emocionales o psicológicos que requieren atención inmediata. Entre ellos podemos ubicar:

- Crisis de llanto;
- Inquietud psicomotriz;
- Irritabilidad;
- Dificultades para dormir;
- Signos de intoxicación (alcohol u otras sustancias);
- Autolesiones o intento de autolesión;
- Comportamiento errático e impredecible;
- Discurso incoherente.

4. PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS P.A.P

Son un conjunto de intervenciones diseñadas para ayudar a las personas que han vivido una situación traumática o están bajo gran estrés. La OMS establece que los PAP deben centrarse en proporcionar apoyo humano básico que puede ser ofrecido por cualquier persona, no necesariamente por profesionales de Salud Mental.

MEDIDAS INICIALES DE CUIDADO

- No dejar a la persona sola en un momento de crisis; No dejar al alcance elementos potencialmente riesgosos y prestar atención a que no tenga consigo dichos elementos;
- Convocar a un compañero/a para colaborar en el acompañamiento;
- Disponer de tiempo y espacio privado;
- Escuchar de manera activa y respetuosa;
- Asegurar una comunicación clara, comprensiva y sensible;
- Evitar juzgar su manera de pensar y actuar sin minimizar ni reprochar.

Lo que debemos hacer y decir

- Intente encontrar un lugar tranquilo para hablar, minimizando las distracciones externas. Respete la privacidad y mantenga la confidencialidad de la historia salvo razones de fuerza mayor.
- Sitúese cerca de la persona, pero guardando la distancia apropiada según su edad, género y cultura.
- Hágale entender que está escuchando, p.ej. asintiendo con la cabeza o diciendo "hmmm".
- Tenga paciencia y mantenga la calma.
- Ofrezca información concreta en caso de que disponga de ella. Sea honesto acerca de lo que sabe y de lo que no sabe. "No lo sé, pero intentaré averiguárselo".
- Dé la información de un modo en que la persona la pueda entender; es decir, de forma simple.
- Hágale saber que comprende cómo se siente, y que lamenta sus pérdidas y lo que ha pasado, como haberse quedado sin hogar o haber perdido a un ser querido. "Lo siento mucho. Imagino que esto es muy triste para Ud.".
- Hágale saber que reconoce sus fortalezas y la manera en que se están ayudando a sí mismos.
- Deje espacios para el silencio.

Lo que NO debemos hacer y ni decir

- No presione a la persona para que le cuente su historia. No intromida ni apure a la persona mientras cuenta su historia (por ejemplo, no mire la hora ni hable demasiado rápido).
- No toque a la persona si no está seguro de que sea apropiado.
- No juzgue lo que hayan hecho o dejado de hacer, ni sus sentimientos. No diga cosas como "No debería sentirse así", "Debería sentirse afortunado de sobrevivir".
- No invente cosas que no sabe. No utilice expresiones demasiado técnicas. No cuente la historia de otra persona. No hable de sus propios problemas. No haga falsas promesas ni dé falsos argumentos tranquilizadores. No piense ni actúe como si tuviera que resolver todos los problemas de la persona en su lugar.
- No le quite su fortaleza, su sensación de poder cuidarse a sí mismo/a.
- No hable de otras personas en términos negativos (por ejemplo, llamándoles "locos" o "desorganizados").

5. FLUJOGRAMA DE ACTUACIÓN



6. RECURSOS DISPONIBLES

Hospital Zonal de Puerto Madryn "Dr. Andrés Isola"

Consultas: De 8:00hs a 14:00 hs

Tel. 4453030 Interno 1123

GUARDIA: 107

Colegio de Psicólogos/as:

9 de Julio 175 Piso 1º B

Horario de atención: Lun - Mier- Vier de 8:00 a 14:00 hs y Martes y Jueves de 15:00 a 18:00hs.

Tel: 02804458620 - Email: delegacionmadryn@colpsich.com.ar

CIT (Centro Integral de Tratamiento para problemáticas de consumos)

Villarino 2363 - Tel : 2804687376

Centros de atención primaria de Salud (CAPS):

CARRILLO

Marcos A. Zar y Azcuénaga

Horario de 8 a 14hs - Tel. 4476068

RUCA CALIL

Zarlach esq. Albaracín (Barrio Perón)

Horario de 8 a 14hs - Tel. 154605361

FAVALORO

Río Senguer y El Maitén (Barrio Pujol)

Horario de 8 a 14hs - Tel. 4451887

FONTANA

La Rioja y España - Tel. 4472230

Horario de 8 a 14hs

ROQUE GONZÁLEZ

Estivariz 2484 - Tel. 4452056

Horario de 8 a 16hs

ARISTARAIN

Muzzio entre Necochea y Menéndez

Horario de 8 a 16hs - Tel. 4450552

GÜEMES

Ferrocarriles Patagónicos y Lereux

Horario de 8 a 14hs - Tel. 4454577 (CESIA)

POZZI

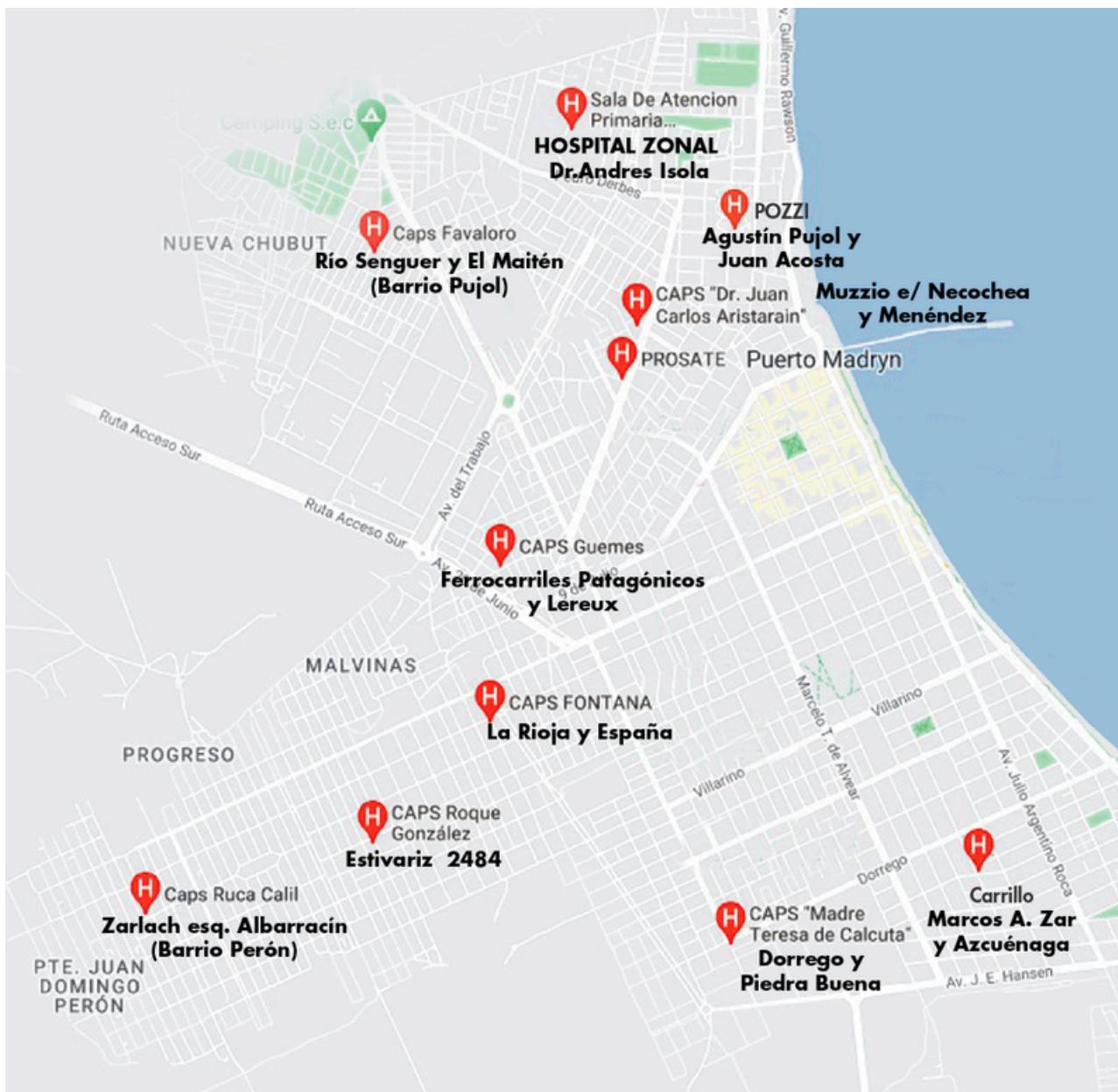
Agustín Pujol y Juan Acosta

Horario de 8 a 14hs - Tel. 4451387

Teresa de CALCUTA

Dorrego y PiedraBuena

Horario de 8 a 14hs - Tel. 4450101



FAVALORO, RUCA CALIL, FONTANA y CARRILLO

Sábados: Horario de 8 a 10hs para controles.

De 10 a 12 hs. atención médica a demanda.

RUCA CALIL y FAVALORO

Domingos y feriados: Enfermería de 8 a 13hs

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

Primera ayuda psicológica:

guía para trabajadores de campo. OMS 2012 Ley Nacional de Salud Mental 26657 (2010) Poder ejecutivo Estado argentino (Diciembre 2 de 2010). Ley Nacional de Salud Mental [N°26657/10].

Recuperado de:

<https://www.argentina.gob.ar/justicia/derechofacil/leysimple/salud-mental>

Fecha Elaboración 1ra versión: MARZO 2025

Fecha de Entrada en Vigencia: Año académico 2025

Descripción de la revisión: Revisión anual.

Elaboró:

Psicóloga Florencia Denenne (MP 1023) y la Lic. Verónica Negrin (MP 524), ambas profesionales del primer Nivel de atención en Salud Mental del Caps Güemes y Prof. Claudia Salemme del Área de Salud Integral y Deportes de la Secretaría de Asuntos Estudiantiles.

Revisó:

Mg. Claudia García - Jefa del servicio de salud mental del Hospital A. Isola y la Lic. Conci Virginia - Coordinadora de salud mental en primer nivel.



CONTACTO

saludydeportes@frch.utn.edu.ar

@saechubut

www.frch.utn.edu.ar