



**“La Salud Mental es Bienestar”:
Propuesta de instrumento de caracterización de la salud mental de las y los estudiantes de
la Facultad de Ciencias Sociales y Humanas**

Susana Builes Canchala

Informe de práctica presentado para optar al título de Trabajadora Social

Asesora

Luz Edilma Aguirre Osorio, Trabajadora Social Docente Investigadora

Universidad de Antioquia
Facultad de Ciencias Sociales y Humanas
Trabajo Social
Medellín, Antioquia, Colombia
2023

Cita

(Builes Canchala, 2023)

Referencia

Estilo APA 7 (2020)

Builes Canchala, S. (2023). *“La Salud Mental es Bienestar”*: Propuesta de instrumento de caracterización de la salud mental de las y los estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales y Humanas [Informe de práctica]. Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.



CRAI María Teresa Uribe (Facultad de Ciencias Sociales y Humanas)

Repositorio Institucional: <http://bibliotecadigital.udea.edu.co>

Universidad de Antioquia - www.udea.edu.co

Rector: John Jairo Arboleda Céspedes.

Decano/Director: Alba Nelly Gómez García.

Jefe departamento: María Edith Morales Mosquera.

El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Antioquia ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por los derechos de autor y conexos.

Dedicatoria

Dedicado a las personas que apoyaron mi proceso de formación, mis conflictos y amor por Trabajo Social.

Agradecimientos

Agradezco a mi familia, amistades y sus familias, quienes me apoyaron cuando sentí mi vocación por Trabajo Social y me cuidaron durante mi proceso.

Gracias a la profesora Luz Edilma Aguirre, quien asesoró mi proceso desde el acompañamiento constante, compartiendo sus experiencias, enseñándome lo que desconocía y fortaleciendo mi formación integral.

Gracias a las y los docentes que le dieron significados al quehacer profesional, especialmente a quienes permitieron que sus estudiantes pudieran ser y expresarse en sus clases.

Gracias a las mujeres que habitan Bienestar FCSH, quienes me recordaron la importancia de acompañar a otras y otros.

Gracias a mis amistades y compañeros de Trabajo Social, que recorrieron el proceso conmigo y nutrieron la experiencia con sus dudas, encuentros, desencuentros y compañía.

Finalmente, gracias.

Tabla de contenido

Resumen	9
Abstract	10
Introducción	11
1 Contexto institucional	14
1.1 Universidad de Antioquia.....	14
1.1.1 Misión y visión	14
1.1.2 Funciones misionales	16
1.1.3 Principios generales y Valores.....	16
1.1.4 Órganos de gobierno	17
1.2 Facultad de Ciencias Sociales y Humanas	17
1.3 Bienestar Universidad de Antioquia.....	19
1.3.1 Misión de Bienestar Universitario	19
1.3.2 Principios del bienestar universitario.....	20
1.3.3 Política de Bienestar Universitario y Objetivo General.....	20
1.3.4 Modalidades de bienestar.....	21
1.3.5 Estructura de Bienestar Universitario	21
1.3.6 Departamentos y programas de Bienestar Universitario	22
1.4 Bienestar Facultad de Ciencias Sociales y Humanas	24
2 Referentes.....	28
2.1 Teórico-conceptual.....	28
2.2 Metodológico	31
2.3.1 Ruta metodológica Instrumento de salud mental.....	32
2.3.1.1 Diseño del instrumento.....	32
2.3.1.2 Implementación del instrumento.....	38

3 Evaluación Bienestar.....	40
4 Reflexión Trabajo Social.....	43
5 Conclusiones	45
6 Recomendaciones Bienestar Universitario FCSH.....	46
Referencias	48

Lista de tablas

Tabla 1 Sistema categorial Instrumento “La Salud Mental es Bienestar”	34
--	----

Lista de figuras

Figura 1 Organigrama – Estructura formal de la Facultad de Ciencias Sociales y Humanas.....	18
Figura 2 Organigrama – Estructura de la dependencia de Bienestar Universitario de la Universidad de Antioquia	21
Figura 3 Sistema de Bienestar Universitario de la Universidad de Antioquia.....	24

Siglas, acrónimos y abreviaturas

DANE	Departamento Administrativo Nacional de Estadística
FCSH	Facultad de Ciencias Sociales y Humanas
OMS	Organización Mundial de la Salud
UdeA	Universidad de Antioquia

Resumen

Debido a la importancia de la salud mental en los contextos educativos y, en coherencia con el Plan de Acción de la Facultad de Ciencias Sociales y Humanas 2022-2025, se construye el Instrumento “La Salud Mental es Bienestar”, el cual está orientado a caracterizar la salud mental de las y los estudiantes de la FCSH en relación con su contexto universitario; esta propuesta se enmarca en la Universidad de Antioquia y la Facultad de Ciencias Sociales y Humanas, concretamente, en Bienestar Universitario en ambas escalas, con referentes teórico-conceptuales orientados al cuidado de sí y autocuidado de la salud mental y una ruta metodológica del instrumento, donde se aprecia la propuesta preliminar de diseño e implementación. Asimismo, el documento contiene varios apartados dirigidos a evaluar y reflexionar el ejercicio de Trabajo Social en Bienestar de la Facultad de Ciencias Sociales y Humanas durante el desarrollo de la Práctica Profesional III, concluyendo que este es un campo con posibilidades para desempeñar habilidades profesionales.

Palabras clave: Salud mental, Cuidado de sí, Autocuidado, Bienestar, Caracterización.

Abstract

Due to the importance of mental health in educational contexts and, consistent with the Plan of Action of the Faculty of Social and Human Sciences 2022-2025, the Instrument “Mental Health is Wellbeing” is constructed and guided to characterize the mental health of the students of the FCSH in relation to their university context; this proposal is developed at the University of Antioquia and the Faculty of Social and Human Sciences, specifically, in University Wellbeing in both scales, with theoretical-conceptual references oriented to self-care of mental health and a methodological route of the instrument, where the preliminary proposal of design and implementation is appreciated. The document also contains some sections aimed at evaluating and reflecting on the exercise of Social Work in Wellbeing of the Faculty of Social and Human Sciences during the Professional Practice III, concluding that this field is considered suitable for developing professional skills.

Keywords: scientific article, review article, research, citation styles

Introducción

La salud mental, como parte integral de la salud de las personas, ha tomado mayor relevancia desde la pandemia por Covid-19 dadas las afectaciones a las prácticas cotidianas, el estado de ánimo y mental y las formas de relacionamiento consigo mismos, otras, otros y el entorno; por esto, la Organización Mundial de la Salud [OMS] retomada por el Departamento Administrativo Nacional de Estadística [DANE] (2021), propone focalizar las acciones en la protección de la salud mental, centrada en la promoción y adopción de estilos de vida saludables, los cuales serán nombrados desde Bienestar FCSH como prácticas cotidianas para el autocuidado.

Entre las afectaciones identificadas por el DANE (2021), se encuentran el aumento de casos de ansiedad, depresión, pánico, soledad, cansancio, irritabilidad, preocupación o nerviosismo como producto del temor a contagiarse del virus, miedo a perder familiares y conocidos y las medidas gubernamentales asumidas para la contingencia y prevención, como las cuarentenas obligatorias, el distanciamiento físico, el cierre de instituciones educativas, el trabajo en modalidad virtual y las redistribuciones de las tareas domésticas y de cuidado.

Además, la salud mental también abarca en Colombia los trastornos mentales, como lo menciona Posada (2013):

Los trastornos mentales son frecuentes, afectan a dos de cada cinco personas adultas en nuestro país, ningún nivel socioeconómico o área geográfica es inmune a ellos, son costosos tanto económica como emocionalmente para la persona, la familia y la sociedad, y la coexistencia de enfermedades físicas y trastornos mentales es muy frecuente (p. 2).

Igualmente, menciona el autor que estos son prevalentes y afectan principalmente a niños, adolescentes y adultos jóvenes, siendo los trastornos de ansiedad, afectivos y del estado del ánimo algunos de los más frecuentes; aunque su mención más allá de contextualizar es expresar que los trastornos son una manifestación concreta del estado mental, pero no la única.

Teniendo presente este dato, la Encuesta de Caracterización Estudiantil 2022-2 y la Caracterización Estudiantil Facultad de Ciencias Sociales y Humanas 2022-2 con enfoque

en salud mental 2019-2022¹ de Bienestar central de la Universidad de Antioquia [UdeA], de la cual se presentó un balance comparativo durante los años 2019-2022 de diferentes aspectos psicológicos de las y los estudiantes, como síntomas presentados el último mes, consumo de sustancias psicoactivas y actividades que han afectado cualquier aspecto de la vida del estudiante, se confirma que las múltiples afectaciones también se muestran en comportamientos y síntomas, entendidos como acciones y manifestaciones emocionales y/o corporales del estado mental que pueden provenir de situaciones concretas frecuentes o esporádicas o derivadas de condiciones de salud mental.

La complejidad con los comportamientos y síntomas se presenta, como lo menciona Cassaretto et al. (2020), debido a la falta de identificación por parte de las y los estudiantes como manifestaciones concretas de su estado de salud mental, en tanto se normalizan, no se clasifican como enfermedad o, pese a un diagnóstico realizado por un profesional en el área de la salud, se minimizan.

De este modo, se genera la necesidad de integrar lo biológico, mental y social de la salud mental como lo nombra Posada (2013), es decir, reconocer la relación existente entre lo familiar, laboral, económico, social y académico con la salud mental, puesto que en esta incide lo experimentado en lo cotidiano.

Entonces, se retoma a González (2020) ya que configura lo educativo en otro ámbito de incidencia para lo mental, plateando la influencia de este en el desarrollo de procesos cognitivos, afectivos, sociales y relacionales y la importancia de concebir a las y los estudiantes como sujetos históricos, con contexto y merecedores de una formación integral.

Este planteamiento se complementa desde el Ministerio de Educación Nacional (2016), al mencionar que "el papel de la educación superior se ha replanteado para ofrecer una formación integral a partir de un enfoque de desarrollo humano" (Colombia. Ministerio de Educación Nacional, p. 7), el cual se asigna complementariamente a las áreas de bienestar.

Así pues, desde Bienestar Facultad de Ciencias Sociales y Humanas [FCSH] se valora que indagar por los ámbitos que inciden en la salud mental, como las manifestaciones corporales y anímicas, las prácticas cotidianas y la interacción, sugerirá algunos aspectos del estado mental y los recursos emocionales, cognitivos y mentales que han desarrollado las y los estudiantes y los

¹ El documento Caracterización Estudiantil Facultad de Ciencias Sociales y Humanas 2022-2 con enfoque en salud mental 2019-2022 se encuentra disponible en la oficina de Bienestar FCSH.

que pueden fortalecerse y agenciarse a través de acciones de la promoción, prevención y/o atención ya que, como lo plantea el Consejo Superior Universitario (2000)², parte de los objetivos de Bienestar referente a la salud mental es considerar los factores psicosociales de riesgo con la finalidad de mejorar el desarrollo integral de las personas y sus condiciones de vida para que se desempeñen en los diferentes ámbitos.

Retomando, debido a la importancia de la salud mental en los contextos educativos, desde Bienestar FCSH se propone el Instrumento “La Salud Mental es Bienestar”, el cual está orientado a caracterizar la salud mental de las y los estudiantes de la FCSH en relación con su contexto universitario; esta propuesta se enmarca en la Universidad de Antioquia y la Facultad de Ciencias Sociales y Humanas, concretamente, en Bienestar Universitario en ambas escalas, con referentes teórico-conceptuales orientados al cuidado de sí y autocuidado de la salud mental y una ruta metodológica del instrumento, donde se aprecia su diseño y propuesta de implementación. Asimismo, este documento contiene varios apartados dirigidos a evaluar y reflexionar el ejercicio de Trabajo Social en Bienestar de la Facultad de Ciencias Sociales y Humanas durante el desarrollo de la Práctica Profesional III y finaliza con las referencias³.

² Las referencias alusivas al Consejo Superior Universitario corresponden al Acuerdo Superior 173 de 2000, por el cual se expide el Sistema de Bienestar Universitario, mientras que aquellas alusivas al Consejo Superior de la Universidad de Antioquia corresponden al Acuerdo Superior 1 de 1994, por el cual se expide el Estatuto General de la UdeA.

³ Las referencias en este informe de práctica se realizan con los nombres y apellidos de las y los autores, diferente a lo establecido por las Normas APA 7, puesto que, desde apuestas ético-políticas personales, se considera importante visibilizar los aportes construidos por mujeres.

1 Contexto institucional

1.1 Universidad de Antioquia

Acorde con el Estatuto General de la Universidad de Antioquia (1994), esta institución estatal de orden departamental creada por la Ley 71 de 1878 desarrolla el servicio público de Educación Superior, está organizada como un Ente Universitario Autónomo y se encuentra vinculada al Ministerio de Educación Nacional y al Sistema Nacional de Ciencia y Tecnología.

En su artículo 2, el Estatuto menciona que el domicilio de la Universidad se encuentra en la calle 67 No. 53 - 108, ciudad de Medellín, Departamento de Antioquia, República de Colombia, aunque “puede establecer seccionales y dependencias en cualquier lugar del territorio nacional, y crear o formar parte de corporaciones, fundaciones y otras instituciones públicas o de economía mixta” (Consejo Superior de la Universidad de Antioquia, 1994). Además, la Universidad tiene por objeto:

La búsqueda, desarrollo y difusión del conocimiento en los campos de las humanidades, la ciencia, las artes, la filosofía, la técnica y la tecnología, mediante las actividades de investigación, de docencia y de extensión, realizadas en los programas de Educación Superior de pregrado y de posgrado con metodologías presencial, semipresencial, abierta y a distancia, puestas al servicio de una concepción integral de hombre. (Consejo Superior de la Universidad de Antioquia, 1994, artículo 3).

1.1.1 Misión y visión

La misión de la UdeA es:

La Universidad de Antioquia, patrimonio científico, cultural e histórico de la comunidad antioqueña y nacional, es una institución estatal que desarrolla el servicio público de la educación estatal con criterios de excelencia académica, ética y responsabilidad social. En ejercicio de la autonomía universitaria, de las libertades de enseñanza, aprendizaje, investigación y cátedra que garantiza la Constitución Política, y abierta a todas las corrientes

del pensamiento cumple, mediante la investigación, la docencia y la extensión, la misión de actuar como centro de creación, preservación, transmisión y difusión del conocimiento y de la cultura.

La Universidad forma en programas de pregrado y posgrado, a personas con altas calidades académicas y profesionales: individuos autónomos, conocedores de los principios éticos responsables de sus actos, capaces de trabajar en equipo, de libre ejercicio del juicio y de la crítica, de liderar el cambio social, comprometidos con el conocimiento y con la solución de los problemas regionales y nacionales, con visión universal.

Como querer fundamental, y en virtud de su carácter transformador, la Institución busca influir en todos los sectores sociales mediante actividades de investigación, docencia y de extensión; está presente en la vida cotidiana de la sociedad por medio de la actividad profesional de sus egresados; vela por la formación de hábitos científicos y por la creación de estrategias pedagógicas que desarrollen la inteligencia y creatividad, orientadas al mejoramiento de la vida, al respeto a la dignidad del hombre y a la armonía de éste con sus semejantes y con la naturaleza.

La Universidad propicia el cambio y avance de la sociedad, y participa en la integración de ésta con los movimientos mundiales de orden cultural, científico y económico; selecciona con esmero, perfecciona, capacita y estimula a sus profesores, empleados y trabajadores, para que el trabajo colectivo, creativo y organizado, permita cumplir con eficacia y calidad los objetivos institucionales; facilita el acceso a la Educación Superior, basada en el principio de igualdad, a las personas que demuestren tener las capacidades requeridas y cumplan las condiciones académicas y administrativas exigidas. (Consejo Superior de la Universidad de Antioquia, 1994, p. 2-3).

En la misma línea, la visión de la Universidad, como institución pública, proyecta para el 2027 su reconocimiento nacional e internacional “por su excelencia académica y por su innovación al servicio de la sociedad, de los territorios y de la sostenibilidad ambiental” (Universidad de Antioquia, s.f., párr. 6).

1.1.2 Funciones misionales

De acuerdo con el portal universitario (s.f.), las funciones misionales están orientadas desde la investigación, docencia y extensión; siendo la investigación y la docencia los pilares de la vida académica y, en conjunto con la extensión, los ejes del carácter académico y social de la Universidad.

La investigación es considerada en el artículo 14 como “fuente del saber, generadora y soporte del ejercicio docente” (Consejo Superior de la Universidad de Antioquia, 1994); la docencia por “su carácter difusivo y formativo (...) tiene una función social que determina para el profesor responsabilidades científicas y morales frente a sus estudiantes, a la Institución y a la sociedad” (Consejo Superior de la Universidad de Antioquia, 1994, artículo 14); por último, la extensión “expresa la relación permanente y directa que la Universidad tiene con la sociedad, opera en el doble sentido de proyección de la Institución en la sociedad y de ésta en aquella” (Consejo Superior de la Universidad de Antioquia, 1994, artículo 15).

1.1.3 Principios generales y Valores

Los principios de la UdeA están dirigidos a cumplir con la responsabilidad adquirida con la sociedad y con la búsqueda de nuevos conocimientos, como menciona el Estatuto General (1994), estos son: Igualdad, Responsabilidad Social, Autonomía, Universalidad, Libertades de Cátedra y de Aprendizaje, Normatividad, Convivencia, Excelencia Académica, Interdisciplinariedad, Investigación y Docencia, Extensión, Autoevaluación, Cooperación Interinstitucional, Participación, Asociación, Derecho Universitario de Petición, Debido Proceso, Planeación, Descentralización, Regionalización, Realidad Económica y Administrativa, Prevalencia de los Principios.

Los valores que orientan a las y los integrantes de la comunidad universitaria, menciona el Referente Ético (2012), se construyeron con el fin de fortalecer la convivencia; estos son: Justicia, Equidad, Libertad, Responsabilidad, Transparencia, Tolerancia, Confianza, Respeto, Solidaridad, Lealtad.

1.1.4 Órganos de gobierno

Según el artículo 28 del Estatuto General (1994), los órganos de gobierno son los estamentos encargados de definir estatutos y reglamentos institucionales, entre estos el Consejo Superior Universitario, Consejo Académico, la Rectoría, los Decanos y Vicedecanos, los Consejos de Facultad, los Directores de Instituto y de Escuela, los Jefes de Departamento Académico y de Centro, y los demás Consejos, Comités y otras autoridades.

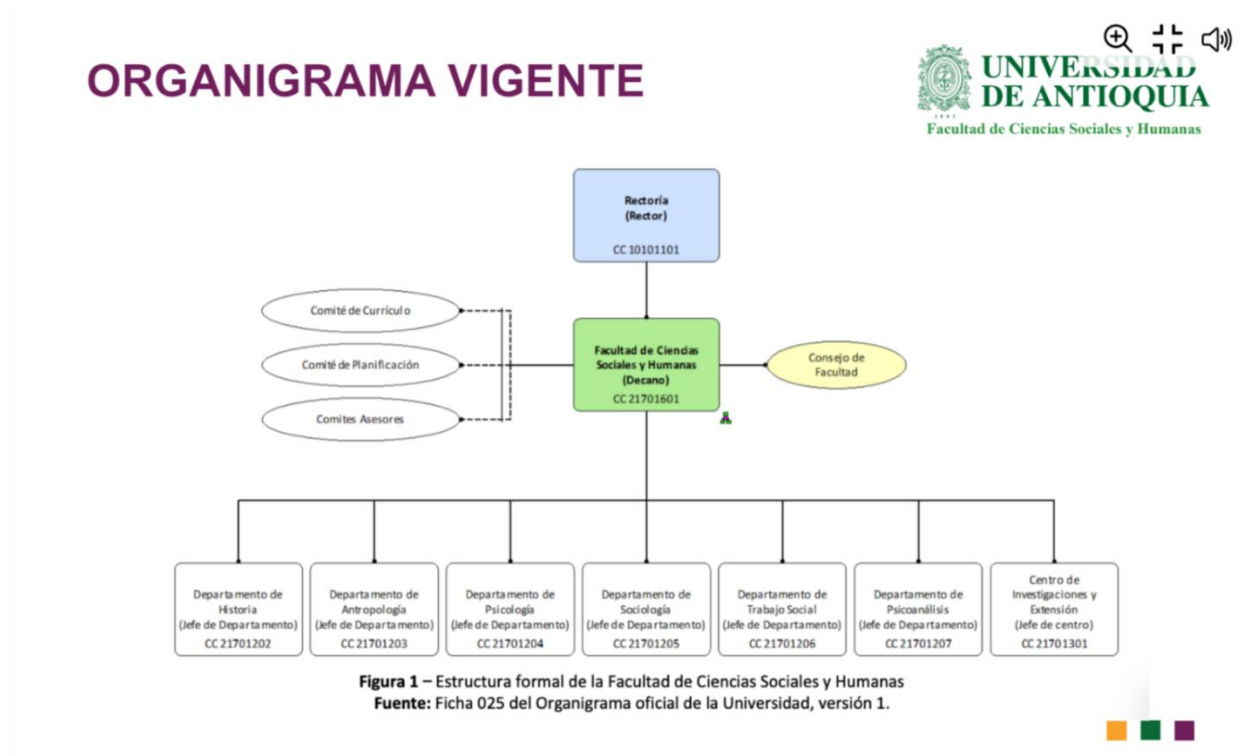
1.2 Facultad de Ciencias Sociales y Humanas

La Facultad de Ciencias Sociales y Humanas se localiza en el bloque 9 de Ciudad Universitaria, en el cual concentra la mayoría de sus actividades. La FCSH “está dedicada al estudio, la investigación, la producción, conservación y difusión de las disciplinas relacionadas con las ciencias sociales y las humanidades” (Universidad de Antioquia, s.f., párr. 2), así como reflexionar lo epistemológico, didáctico y pedagógico para construir una interdisciplinariedad adecuada a la intervención en los contextos sociales.

La Facultad es una dependencia de la estructura académico-administrativa de la Universidad, encabezada por un decano y el Consejo de Facultad, con la autonomía para la “organización interna, administrar sus recursos, planificar y promover su desarrollo, coordinar, dirigir y administrar investigación, docencia y extensión, en todas sus modalidades y niveles, en un área del conocimiento o en áreas afines” (Universidad de Antioquia, s.f., párr. 1).

Figura 1

Organigrama – Estructura formal de la Facultad de Ciencias Sociales y Humanas



Nota. Universidad de Antioquia. (s.f.). *Quiénes somos.* <http://bit.ly/3YKjOt9>

Actualmente, la FCSH cuenta con los Departamentos de Antropología, Historia, Psicología, Sociología, Trabajo Social y Psicoanálisis, los cuales desarrollan programas académicos de formación en pregrado y posgrado; igualmente cuenta con cinco pregrados en: Antropología, Historia, Psicología, Sociología y Trabajo Social; y once posgrados en:

- Doctorado en Ciencias Sociales
- Doctorado en Psicoanálisis
- Maestría en Antropología
- Maestría en Historia
- Maestría en Intervención Social
- Maestría en Investigación Psicoanalítica
- Maestría en Psicología
- Maestría en Sociología

- Especialización en Problemas de la Infancia y de la Adolescencia
- Especialización en Psicología Organizacional
- Especialización en Psicopatología y Estructuras Clínica

La FCSH se ampara en la misión y visión de la UdeA, por ende, su especificidad radica en el propósito que cada Plan de Acción define para el periodo de tres años, para los años 2022-2025 la misión es:

Construir una ruta académica y administrativa colectiva para la FCSH, que parta del reconocimiento de lo que somos, lo que tenemos, lo que proyectamos y lo que podamos hacer, con el fin de aportar a la defensa de la educación pública y al posicionamiento de las ciencias sociales y humanas en los contextos territoriales en los que interactuamos (Universidad de Antioquia, 2022, p. 2).

1.3 Bienestar Universidad de Antioquia

El Sistema de Bienestar Universitario es expedido por el Consejo Superior Universitario de la UdeA, en el Acuerdo Superior 173 de 2000 (julio 13); este “busca acompañar a estudiantes, docentes y empleados en su proceso laboral o académico, con el fin de generarles calidad de vida, formación integral y sentido de comunidad, a través de diferentes programas y servicios” (Universidad de Antioquia, s.f., párr. 1).

1.3.1 Misión de Bienestar Universitario

El bienestar universitario contribuye a la formación integral, estimula las capacidades de los grupos y de las personas de la Universidad, los apoya mediante el desarrollo de programas que integren el trabajo y el estudio con los proyectos de vida, en un contexto participativo y pluralista.

Desde esta perspectiva, el Sistema de Bienestar Universitario genera condiciones institucionales ético-pedagógicas que faciliten la convivencia y la tolerancia entre los

miembros de la comunidad, y trasciendan los ámbitos académico y laboral. (Consejo Superior Universitario, 2000, artículo 2).

1.3.2 Principios del bienestar universitario

Los principios del bienestar universitario, establece el Sistema de Bienestar Universitario (2000), se relacionan con la Universalidad, entendida como el acceso sin discriminación de la comunidad universitaria a los programas y servicios; la Reciprocidad, referida a la retroalimentación entre la docencia, investigación y extensión con el Sistema de Bienestar Universitario; la Integralidad orientada a la coherencia entre las acciones de Bienestar con la misión institucional; y la Solidaridad, alusiva a la prioridad que tendrán los sectores más vulnerables de la comunidad universitaria en el acceso a los programas y servicios de Bienestar, sin desconocer la cobertura otorgada por el principio de Universalidad.

1.3.3 Política de Bienestar Universitario y Objetivo General

En un marco universal, y en un proceso de articulación con las diferentes dependencias académicas, administrativas y de apoyo a la gestión de la Universidad, Bienestar Universitario buscará mejores condiciones para el desarrollo integral de los miembros de la comunidad universitaria, orientadas a elevar la calidad de vida de sus miembros, al cultivo de la armonía con los semejantes, y al respeto por el medio que los rodea.

Para el efecto, ofrecerá un conjunto de programas y actividades dirigidos al desarrollo intelectual, académico, afectivo, social y físico de la comunidad universitaria. Igualmente, impulsará el surgimiento de procesos dinámicos de interacción que propiciarán el sentido de pertenencia a la Institución, y una cultura de la convivencia y de la integración entre sus miembros.

De la misma manera, contribuirá a estimular una relación responsable de interdependencia con la naturaleza, en la perspectiva del logro de un ambiente favorable para la vida. (Consejo Superior Universitario, 2000, artículo 4).

Por ende, el objetivo general de Bienestar Universitario es “contribuir a la formación integral de las personas mediante la ejecución de programas que mejoren sus condiciones y generen procesos de cambio institucionales, colectivos e individuales, y que se integren en la vida académica, laboral y personal”. (Consejo Superior Universitario, 2000, artículo 5).

1.3.4 Modalidades de bienestar

Las modalidades del bienestar universitario son establecidas, según el Sistema de Bienestar Universitario “por la misión institucional, los grupos de la comunidad a la que se dirigen, y el tipo de vinculación de las personas con la universidad. (Consejo Superior Universitario, 2000, artículo 7).

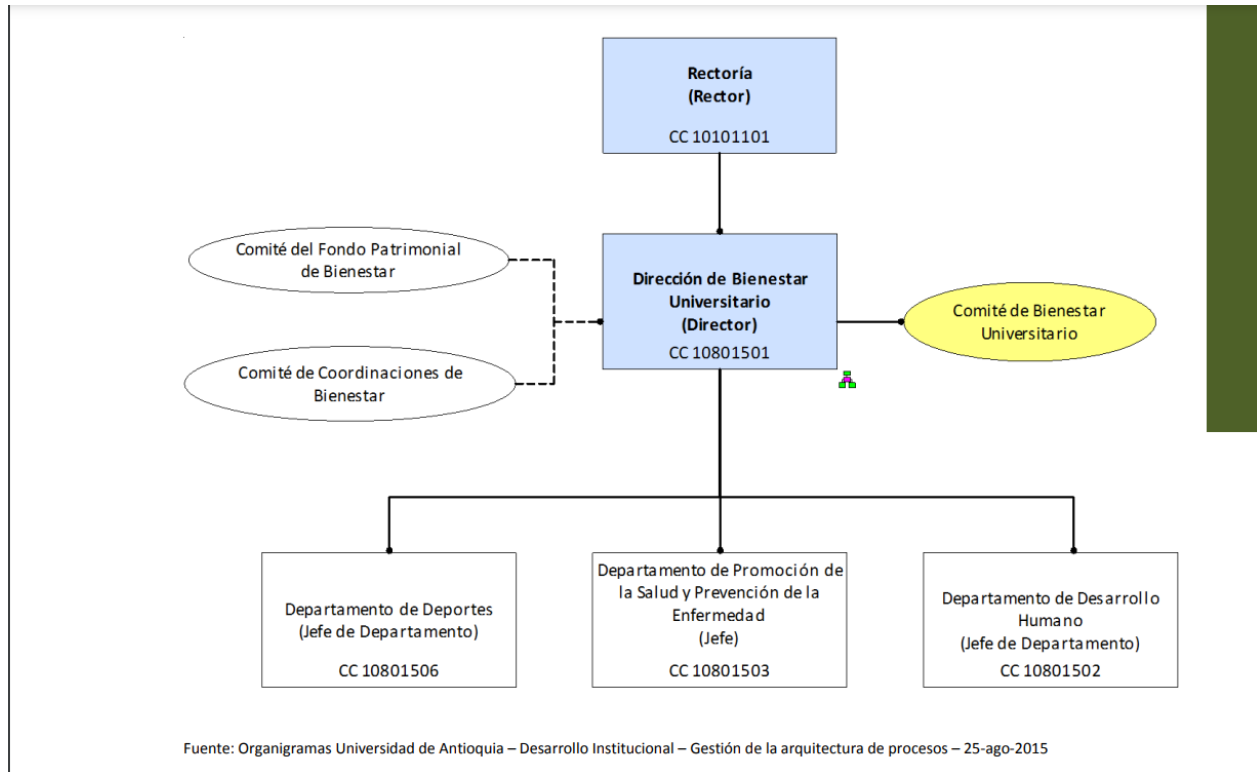
Entonces, Bienestar Estudiantil y Bienestar Laboral tienen un énfasis preventivo y están conformados por programas y proyectos en salud física y mental, deportivos y culturales; el primero pretende formar a las y los estudiantes en lo académico, en una dimensión integral y de proyección social; mientras que el segundo se dirige a mejorar el clima laboral y la calidad de vida de los funcionarios activos y jubilados.

1.3.5 Estructura de Bienestar Universitario

Instaura el Consejo Superior Universitario (2000) en el artículo 9, que Bienestar Universitario estará compuesto por el Comité de Bienestar Universitario, el Director de Bienestar, el Asistente de Bienestar, los Departamentos de Promoción de la Salud y Prevención de la Enfermedad, Desarrollo Humano y Deportes; de igual modo, por los Comités de Coordinadores de Bienestar, del Fondo Patrimonial de Bienestar y todos aquellos que se reglamenten internamente.

Figura 2

Organigrama – Estructura de la dependencia de Bienestar Universitario de la Universidad de Antioquia



Nota. Dirección de Bienestar Universitario. (s.f.). *Manual de Gestión de la Dirección de Bienestar Universitario* (pp. 2). <https://bit.ly/3lqnK3K>

1.3.6 Departamentos y programas de Bienestar Universitario

El Departamento de Promoción de la Salud y Prevención de la Enfermedad, establece el Consejo Superior Universitario (2000), está orientado a mejorar las condiciones de salud de todos los miembros de la comunidad educativa, promocionar hábitos de vida saludables y procesos de autocuidado, prevenir situaciones críticas y factores de riesgo de la población universitaria. Asimismo, “las acciones de promoción de la salud y de prevención de la enfermedad dirigidas a los estudiantes procurarán el mejoramiento permanente de las condiciones psíquicas, físicas y ambientales” (Consejo Superior Universitario, 2000, artículo 17).

Los programas pertenecientes a este Departamento se encaminan desde los siguientes campos: Promoción de la salud, encargado de hábitos y estilos de vida saludables; Prevención de la enfermedad, para identificar y controlar factores de riesgo en la condición física individual y el medio ambiente que pueden afectar el rendimiento laboral o académico de los miembros de la comunidad universitaria; Salud mental, dirigido a los factores psicosociales de riesgo y la atención psicosocial; Fomento de la Salud Ocupacional Estudiantil, para fomentar la salud ocupacional en el desarrollo de las actividades académicas y de las prácticas profesionales; Psicoorientación, el cual “son programas educativos, preventivos o remediales que intervienen en aspectos relacionados con la integración a la vida universitaria, con los procesos de aprendizaje y con los hábitos de estudio” (Consejo Superior Universitario, 2000, artículo 19).

Igualmente, el Departamento de Desarrollo Humano, menciona el Consejo Superior Universitario (2000), elaborará e implementará programas enfocados en el desarrollo de proyectos de vida en el ámbito personal, académico y laboral de los miembros de la comunidad educativa, a través de su formación en habilidades, aptitudes y destrezas que les cualifiquen en los ámbitos ya mencionados. También, “fortalecerá las relaciones humanas, la adaptabilidad, y el desempeño de las personas en la comunidad” (Consejo Superior Universitario, 2000, artículo 20).

Esto, por medio de programas conducidos a: Desarrollo y promoción del talento humano, con acciones orientadas a fomentar capacidades en diferentes aspectos y etapas de la vida; Fomento artístico y cultural, para el desarrollo de aptitudes, creatividad y conformación de grupos institucionales en las diferentes ramas del arte; Fomento de ahorro y crédito, intencionado a velar por el bienestar económico y mejoramiento de la calidad de vida; Apoyo social, para brindar servicios relacionados con transporte, alimentación, asignación de becas, apoyo logístico en actividades universitarias, entre otros; Bienestar Estudiantil, dirigido a brindar apoyos económicos y sociales a estudiantes de menores recursos.

Por último, el Departamento de Deportes, determina el Consejo Superior Universitario (2000), está encargado de la práctica del deporte de carácter formativo, recreativo y representativo, del desarrollo de aptitudes deportivas y mejoramiento de la salud física y psíquica de la comunidad universitaria, así como de “la administración de escenarios deportivos, la organización de eventos y la gestión de recursos para las prácticas deportiva y recreativa”. (Consejo Superior Universitario, 2000, artículo 23).

Así pues, los programas de este departamento son: Deporte recreativo y aprovechamiento del tiempo libre, encargado de desarrollar actividades físicas recreativas y deportivas para el uso saludable del tiempo libre; Formación deportiva, en los niveles de iniciación y formación; Deporte representativo, para definir y apoyar la participación y representación de la universidad en competencias de los diferentes deportes.

Figura 3

Sistema de Bienestar Universitario de la Universidad de Antioquia



Nota. Fuente Universidad de Antioquia. (s.f.). *El Bienestar en la UdeA*. <https://udea.edu.co/wps/portal/udea/web/inicio/bienestar/bienestar/>

1.4 Bienestar Facultad de Ciencias Sociales y Humanas

Bienestar de la Facultad de Ciencias Sociales y Humanas está ubicado en la oficina 9-357 de Ciudad Universitaria, se encarga de orientar y desarrollar programas y servicios para la atención, acompañamiento y permanencia de las y los estudiantes. Entre los servicios y estrategias que Bienestar FCSH orienta se encuentran:

- Servicio de alimentación: “dirigido a estudiantes de pregrado de los estratos socioeconómicos 1, 2 y 3 y excepcionalmente de otros estratos, que permanecen largas jornadas académicas en la Alma Máter y presentan dificultades económicas para acceder a un consumo alimenticio” (Universidad de Antioquia, s.f., párr. 1).
- Tiquete estudiantil: otorgado a estudiantes de pregrado de los estratos 1,2 y 3 menores de 25 años para el Sistema de Transporte del Valle de Aburrá SITVA o bus en el Área Metropolitana.
- Servicio de salud: “se ofrece a aquellos estudiantes que no tienen EPS o cuya entidad es ineficiente para atender sus demandas de salud. El servicio de salud estará activo durante 3 meses”. (Universidad de Antioquia, s.f., párr. 11).
- Apoyo económico para eventos académicos: se brindan recursos económicos desde el Fondo Patrimonial de la universidad para apoyar a las y los estudiantes con costos de participación en eventos académicos nacionales, como inscripción y movilidad. También, en la realización de eventos académicos de la Facultad.
- Becas Solidarias para la Permanencia: “Bienestar Central ofrece un apoyo económico para la sostenibilidad a estudiantes de pregrado de estratos 1, 2 y 3, con el objetivo de contribuir a la disminución de la deserción académica”. (Universidad de Antioquia, s.f., párr. 6).
- Compensación y recepción de horas de labor social: se orienta sobre lugares para compensar horas de labor social en la FCSH y se reciben los formatos de reporte de horas del Fondo Sapiencia.
- Póliza de seguros: se orienta el procedimiento de compra y activación de la Póliza de seguros, esta como un requisito para la realización de actividades dentro y fuera de la Universidad.

Ahora bien, los servicios y estrategias que desarrolla son:

- Psicoorientación: ofrecido a las y los estudiantes de pregrado por parte de practicantes de psicología “para discutir cualquier asunto personal que genere indisposición y pueda afectar el desempeño académico o la permanencia en la Universidad”. (Universidad de Antioquia, s.f., párr. 1).

- Talleres Psicopedagógicos: “se ofrecen diferentes talleres y conferencias dirigidos a desarrollar y fortalecer habilidades sociales, académicas y de autocuidado en los estudiantes de la Facultad”. (Universidad de Antioquia, s.f., párr. 4).
- Servicio de microondas.
- Ludoteca: juegos de mesa que se prestan a los estudiantes de la Facultad hasta por dos días.
- Préstamo de implementos deportivos hasta por dos días.
- Apoyo en trámites administrativos: se ofrece asesoría y acompañamiento a las y los estudiantes en trámites y gestiones administrativas, como: matrícula, cancelación de cursos, cancelación de semestre, solicitud de reliquidación de matrícula, trámites de graduación.

Por otro lado, los programas para el acompañamiento y formación que conforman Bienestar FCSH son:

- Entre Nos: diseñado para contribuir a la “inserción y permanencia en la vida universitaria de las y los estudiantes de pregrado de la Facultad, promoviendo la cultura del acompañamiento y brindando información oportuna que facilite el cuidado de sí, y la gestión del propio Bienestar” (Universidad de Antioquia, s.f., párr. 2).
Dirigido a las y los estudiantes de la FCSH de primer semestre, estudiantes con ingreso por mecanismos especiales, estudiantes con procesos de acompañamiento adelantados y estudiantes que presten acompañamiento a las y los estudiantes antes mencionados.
- Familiarízate con la U: su objetivo principal es “articular a las familias al proceso de formación de los estudiantes, de modo que se conviertan en un factor protector de la permanencia y graduación de la Universidad”. (Universidad de Antioquia, s.f., párr. 10). Además, que conozcan factores de riesgo y factores de protección de la deserción, bajo rendimiento académico y cancelación de cursos de los estudiantes.
- Cátedra del cuidado de sí -Nataly Palacios Córdoba: diseñado para fomentar la toma de consciencia de las y los estudiantes sobre el autocuidado, la autoestima y la autoprotección a través de la prevención de hechos violentos y promoción del autocuidado de mujeres y hombres.

- Tutorías: conformado por docentes pertenecientes a cada programa de la Facultad para brindar apoyo académico, administrativo y en dificultades socioafectivas que puedan poner en riesgo el desempeño académico y permanencia en la Universidad de las y los estudiantes.
- Plan de Acompañamiento PARES: el programa tiene por pretensión el acompañamiento experiencial y académico a estudiantes de primeros semestres de la Facultad de Ciencias Sociales y Humanas para generar redes de apoyo que contribuyan a evitar la deserción.

2 Referentes

2.1 Teórico-conceptual

El cuidado de sí como una postura política que implica formas de relacionamiento de las y los sujetos consigo mismos, otras y otros y con el entorno, es también una actitud, una postura de autorreflexión y acciones ejercidas sobre sí mismo dirigidas a hacerse cargo de sí, como lo menciona Lanz (2012) referenciando a Foucault.

Continúa Lanz (2012) mencionando que el cuidado de sí es autoconocimiento que permite la interpelación y formación, son miradas, actitudes, comportamientos y acciones orientadas a transformar el relacionamiento; agregan Garcés y Girarlo (2013) que para cuidar de sí es requisito conocerse y conocer los principios o reglas de conducta sociales, ya que somos seres en sociedad.

También se retoma a Muñoz (2009) para comprender que el cuidado, tanto sus representaciones sociales como sus prácticas, se construyen en las interacciones de los grupos sociales, por tanto, las nociones de cuidado son intersubjetivas y con posibilidades de transformación.

El cuidado de sí se entiende, además, como un medio para que, según Garcés y Giraldo (2013), las y los individuos se conviertan en sujetos de sus propias acciones y, desde Foucault (1984), en sujetos con capacidad de centrarse sobre sí mismos, lo que hacen y el lugar que ocupan entre los demás; los autores coincidiendo en que las y los individuos tienen la posibilidad de transformarse debido a la capacidad de reflexión sobre sí mismos.

Por este motivo, las apuestas de la FCSH están orientadas a la promoción, protección y atención de la salud mental como parte del cuidado de sí, entendiendo que esta “se relaciona con las condiciones de vida, con las posibilidades de desarrollo afectivo, emocional, intelectual y laboral, y con la capacidad de integración al medio social y cultural” (Garcés, 2010, p. 337), por lo que es necesaria para el bienestar físico y emocional, especialmente en contextos educativos, donde el estado óptimo de la salud mental es fundamental para la formación integral.

No obstante, las “dificultades en el desarrollo del ciclo vital, la adaptabilidad al medio, manejo del tiempo, la capacidad de desarrollar habilidades sociales o la incompatibilidad entre las relaciones personales y las obligaciones académicas” (Beltrán y Rebolledo, 2010, p. 6) han

generado en la población universitaria malestar psicológico y la manifestación de síntomas anímicos y corporales como respuesta a las afectaciones del estado de salud mental.

Pero, ¿qué se entiende por salud mental? La salud mental es definida por la Ley 1616 de 2013 como un estado dinámico conformado por recursos emocionales, cognitivos y mentales que los sujetos manifiestan en sus interacciones, comportamientos y actividades cotidianas o, según Palacios y Martínez (2007), como ausencia de síntomas disfuncionales, calidad de vida o bienestar físico y emocional.

De estas, se considera que la concepción de Ley de Salud Mental es acorde con las pretensiones del Instrumento ya que permite entender las diferentes dimensiones de la salud mental y agregar cuatro: primera, los síntomas se asocian a manifestaciones emocionales y/o corporales que pueden provenir de situaciones concretas frecuentes o esporádicas o derivadas de alguna condición de salud mental; segunda, el estado de ánimo como “la actitud o la disposición a responder emocionalmente de una manera particular que poseen las personas en determinado momento” (Colombia. DANE, 2021, p.11 referenciando a Asociación Americana de Psicología, s.f.).

Tercera, el bienestar comprendido por el DANE (2021) como un estado “en el que las personas son capaces de realizar sus tareas de manera tranquila pese al estrés que experimentan y lograr así una mayor productividad” (p. 7), aunque se difiere con lo último y se reconfigura en: la capacidad para desarrollar las actividades cotidianas pese al estrés, síntomas o condiciones de salud mental-cognitiva, ubicando estas y el bienestar en lo subjetivo.

Cuarta, siendo esta la más amplia, el autocuidado entendido como las actividades o prácticas cotidianas que realizan las y los sujetos para el cuidado de su salud; de forma similar, y con énfasis en la salud pública, Muñoz (2009) retoma a Morales, Pérez y Menares (2003) para extender el autocuidado a actividades realizadas por individuos, familias y/o comunidades para la promoción y restablecimiento de la salud y la prevención de la enfermedad; agrega la autora:

El autocuidado está referido al conjunto de acciones intencionadas que realiza la persona para lidiar con los factores, internos o externos, que pueden comprometer su vida y desarrollo posterior. Estas acciones tienen como objeto mantener el funcionamiento íntegro de la persona de forma independiente. (Muñoz, 2009, p. 393).

Lo anterior, referido a que el autocuidado son prácticas cotidianas intencionadas que se aprenden a través del uso constante y contribuyen en el funcionamiento y desarrollo de las y los sujetos ya que están orientadas a hacerse cargo de sí mismos; entre estas las relacionadas con la alimentación, sueño, actividades culturales, académicas, física y de ocio, salud sexual y reproductiva, salud mental y el uso de servicios para su cuidado, como psicoorientación o terapia.

Igualmente, Beltrán y Rebolledo (2010) lo conciben como prácticas realizadas para mantener la salud, el bienestar, la vida y aportar a la “integridad estructural, desarrollo y funcionamiento humano. Sirve para prevenir accidentes, enfermedades, adicciones y muchos más riesgos que pueden llegar a ser mortales o pueden causar daños psicológicos y trastornos mentales”. (p. 39).

Retomando, el autocuidado en los contextos universitarios, mencionan las autoras, favorece la adopción de una cultura socio-personal de cuidado donde se asume la importancia del cuidado de sí, otras, otros y lo otro y las prácticas cotidianas para ejercerlo, comprendiendo que el autocuidado está orientado hacia el bienestar corporal y psicológico individual y, paralelamente, social.

En la misma línea, Figueroa (2015), Garcés y Giraldo (2013) resaltan la necesidad de desarrollar el cuidado-atención-reflexión de sí para lograr el cuidado de otras, otros y el entorno y ser constante en su práctica. Es así, que los últimos plantean como fundamental en el cuidado de otros y otras su reconocimiento y valoración y el propósito de mejorar sus formas de relacionarse.

Por otro lado, en la construcción del cuidado, Figueroa (2015) identifica un sesgo referente a las prácticas legitimadas y promovidas para lo femenino y lo masculino, planteando que para lo masculino la identidad y los aprendizajes de género influyen en las prácticas de autocuidado físico y emocional, concretamente en dificultades o falta de interés para establecer prácticas de autocuidado, abandono de estas o, incluso, la exposición a posibles factores de riesgo para la salud. Igualmente, menciona el autor que el sesgo de género debe replantearse desde significados de las acciones de cuidado que guíen a la legitimación del cuidado de sí en lo masculino y al reconocimiento de las prácticas ya existentes que no son nombradas.

Del mismo modo, resignificar el cuidado en lo femenino trascendiendo los roles de género que han implicado en este la priorización de las y los otros y lo otro, lo que autoras como Carrasco (1992) y Esquivel (2011) han denominado trabajos de cuidado y trabajo doméstico

respectivamente, los cuales están orientados al sostenimiento de la vida de otros; por esto, se plantea que el cuidado de sí en lo femenino también pueda centrarse en el autocuidado.

Entonces, puede afirmarse que el cuidado de sí tiene como fundamento la apropiación de sí mismo por medio del autoconocimiento, la toma de decisiones y el empoderamiento del cuerpo que, finalmente, como lo expresa Figueroa (2015) llevan a legitimar el autocuidado, el cual se convierte en una expresión de autoestima ya que se evita la negligencia o prácticas perjudiciales a corto, mediano y largo plazo.

Como expresan Garcés y Giraldo (2013), retomando a Foucault, el cuidado de sí contribuye a establecer una relación del individuo consigo mismo en la medida que reflexiona sobre sus prácticas individuales y cultiva habilidades que lo convierten en sujeto de sus propias acciones y lo preparan constantemente para afrontar acontecimientos durante toda su vida.

Adicionalmente, Lanz (2012) aborda en el cuidado de sí la importancia de conocer lo que se desea para sí mismo como producto de la reflexión y como paso previo al cuidado de otros porque “el individuo que cuida de sí mismo, que se preocupa por sí mismo es aquel que es capaz a la vez de cuidar de los otros” (p. 40).

Esta afirmación, conduce a concluir que el cuidado de sí fortalece el relacionamiento consigo mismo, otras, otros y lo otro, por esto, se propone realizar intervenciones desde Bienestar universitario basadas en el cuidado de sí como una apuesta ética que promueve acciones de autocuidado de las emociones, pensamientos y cuerpo en las y los integrantes de la FCSH que, paralelamente, mejorarán la convivencia con otras y otros al interior de la comunidad educativa y con lo material y simbólico de la universidad.

2.2 Metodológico

La Caracterización como un instrumento cuantitativo y/o cualitativo de generación de información, como plantea Girón (2018) pretende unificar características de la población y aportar en la planeación de estrategias de intervención, para el caso, determinar algunos aspectos del estado de salud mental de las y los estudiantes de la FCSH.

También, menciona Sánchez (2011) que, desde una perspectiva investigativa, la caracterización es una descripción cualitativa que identifica datos, como aspectos, componentes, procesos, experiencias, prácticas, para profundizar en ellos.

2.3.1 Ruta metodológica Instrumento de salud mental

2.3.1.1 Diseño del instrumento Ahora bien, la propuesta preliminar del Instrumento se realiza a solicitud de la Coordinación de Bienestar FCSH en coherencia con el Plan de Acción FCSH 2022-2025, puesto que se identifica como situación problema la salud mental de los miembros de la comunidad universitaria, especialmente, de las y los estudiantes.

Esta se basa en la Caracterización Estudiantil Facultad de Ciencias Sociales y Humanas 2022-2 con enfoque en salud mental 2019-2022 y la Encuesta Pulso Social (EPS) implementada por el DANE en el año 2021, en la cual se indagó por el estado de ánimo, la situación de trabajo y salud mental, redes de cuidado, actividades para sentirse mejor, bienestar subjetivo y suicidio.

Ambas encuestas permitieron establecer variables referentes a la salud mental, especialmente las que se consideraron inciden en esta, como las manifestaciones corporales y anímicas, las prácticas cotidianas y la interacción, que pueden sugerir algunos aspectos del estado mental y los recursos emocionales, cognitivos y mentales que han desarrollado las y los estudiantes y los que pueden fortalecerse y agenciarse a través de acciones de la promoción, prevención y/o atención ya que, como lo plantea el Consejo Superior Universitario (2000), parte de los objetivos de Bienestar sobre la salud mental es considerar los factores psicosociales de riesgo con la finalidad de mejorar el desarrollo integral de las personas y sus condiciones de vida para que se desempeñen en los diferentes ámbitos.

Además, se pretende profundizar en diferentes variables de la relación salud mental-academia ya que la población universitaria presenta factores propios de la vida universitaria que inciden en el estado de salud mental, entre estos “dificultades en el desarrollo del ciclo vital, la adaptabilidad al medio, manejo del tiempo, la capacidad de desarrollar habilidades sociales o la incompatibilidad entre las relaciones personales y las obligaciones académicas” (Beltrán y Rebolledo, 2010, p. 6); así como el acceso a recursos, la “motivación e interés personal, pasando por la estrategia educativa del profesor, la disponibilidad de recursos didácticos en su institución, la alimentación, el nivel educativo de sus padres, o problemas respecto a sus aptitudes mentales” (Palacios y Martínez, 2007, p. 114). Estos agravados por las condiciones sociales y económicas posteriores a la pandemia que, de igual forma, disminuyeron las habilidades de socialización de las

y los estudiantes, aumentaron las sensaciones de soledad y preocupación y obstaculizaron las redes de apoyo.

También, se incorporan las prácticas cotidianas como una dimensión de la salud mental ya que:

La observación del comportamiento de una persona en su vida diaria es la principal manera de conocer el estado de su salud mental en aspectos como el manejo de sus temores y capacidades, sus competencias y responsabilidades, la manutención de sus propias necesidades, las maneras en las que afronta sus propias tensiones, sus relaciones interpersonales y la manera como lidera una vida independiente. Además el comportamiento que tiene una persona frente a situaciones difíciles y la superación de momentos traumáticos permiten establecer una tipología acerca de su nivel de salud mental”. (Beltrán y Rebolledo, 2010, p. 38-39).

En efecto, las pretensiones metodológicas del Instrumento son amplias y se quedan cortas en el boceto preliminar, sin embargo, el diseño del Instrumento a implementar se proyecta para el semestre 2023-1, a cargo de un equipo interdisciplinario de profesionales en las Ciencias Sociales y Humanas principalmente, este pretende caracterizar algunos aspectos de la salud mental de las y los estudiantes de la FCSH y aportar en la construcción posterior de un diagnóstico integral y participativo; por ende, se propone un sistema categorial basado en indicar varios aspectos del estado de salud mental y físico a través de las prácticas cotidianas, el estado mental por diagnósticos de profesionales en el área de la salud, los comportamientos y sensaciones físicas y anímicas que pueden relacionarse con manifestaciones del estado mental, algunas formas de relacionamiento consigo mismo y las redes de apoyo como pista de relacionamiento con otras y otros.

Tabla 1*Sistema categorial Instrumento “La Salud Mental es Bienestar”*

Categoría	Subcategorías	Dimensiones	Indicadores
Salud mental	Prácticas cotidianas	Sueño	Horas diarias de sueño
			Calidad de sueño
		Alimentación	Acceso a comidas diarias (# de comidas al día)
			Calidad de la alimentación (establecer qué se entiende por calidad de la alimentación)
		Ocio	Horas diarias dedicadas al desarrollo de actividades de ocio
			Actividades de descanso realizadas
		Actividad física	Horas semanales dedicadas al desarrollo de actividades físicas
			Actividad física realizada
		Actividades culturales	Horas semanales dedicadas al desarrollo de actividades culturales
			Actividades culturales realizadas
		Actividades académicas	Horas semanales dedicadas al desarrollo de actividades académicas
			Carga académica
			Técnicas de estudio empleadas
			Pedagogía empleada por los docentes
			Afinidad con lo estudiado
			Habilidades relacionadas con lo estudiado

	Consumo de sustancias	Tipo de sustancia	
		Frecuencia de consumo por cada sustancia	
Cantidad de consumo por cada sustancia			
Uso de la sustancia: recreativo ocasional, recreativo frecuente, dependiente, medicinal			
	Percepción general de las prácticas cotidianas		
Cuidado de sí	Diagnósticos realizados por profesionales y especialistas en salud mental y física		
	Comportamientos y sensaciones físicas y anímicas	Preocupación	
		Nerviosismo	
		Aburrimiento	
		Tristeza	
		Soledad	
		Irritabilidad	
		Ansiedad	
		Estrés	
		Dolores de cabeza frecuentes	
		Migraña	
		Mal apetito	
		Exceso de apetito	
		Náuseas	
		Dolor en el cuello	
		Dolor en los hombros	
		Dolor en alguna parte del cuerpo	
Dificultades para dormir			
Dormir en exceso			

			Dolores estomacales
			Llorar con frecuencia
			Asustarse con facilidad
			Cansancio todo el tiempo
			Sentir los latidos de su corazón a pesar de no haber realizado ningún esfuerzo físico
			Ataques de pánico
			Dificultades para respirar
			Dificultades para desempeñar actividades diarias
			Dificultades para disfrutar actividades diarias
			Dificultades para tomar decisiones
			Sensación de incapacidad para desempeñar un papel útil en su vida
			Pérdida de interés en las cosas
			Dificultades para pensar con claridad
			Ideación suicida
			Autolesiones
	Intentos suicidas		
	Relacionamiento consigo mismo	Autoestima	Cuidado del cuerpo (salud física)
			Cuidado de lo psicológico (salud mental)
		Autonomía	Capacidad de toma de decisiones
			Nivel de satisfacción con las decisiones tomadas
Emociones		Emociones más sentidas (Frecuencia)	
		Herramientas de agenciamiento de emociones	
Redes de apoyo		Conformación de la red de apoyo (¿Quiénes?)	
	En qué momento las utiliza		

		Satisfacción con su vida. ¿Sí? ¿No? ¿Por qué?
		Percepción general de relacionamiento consigo mismo

2.3.1.2 Implementación del instrumento Acerca de esta, se presentan tres formas de aplicación posibles: primera, implementar el instrumento a la totalidad de estudiantes de la FCSH una vez por semestre a través de docentes pertenecientes a cada pregrado o profesionales en el área de las Ciencias Sociales y Humanas que puedan realizar seguimiento durante la vida universitaria, profundizar en los ámbitos que influyen en la salud mental y prevenir desde el acompañamiento, puesto que un ambiente educativo que prioriza el bienestar y la formación integral de sus estudiantes puede lograrse por medio de la prevención, promoción e intervención oportuna como plantea González (2020).

Segunda, enviar el Instrumento como una Encuesta de Caracterización Estudiantil en Salud Mental desde Bienestar FCSH cada semestre, acordando con docentes y administrativos su divulgación entre las y los estudiantes y, de ser necesario, generar espacios en clase para su respuesta, debe ser prioridad en los objetivos de la Facultad conocer el estado de salud mental de sus estudiantes para generar contextualizadas.

Tercera, aplicar el instrumento mínimo tres veces durante el transcurso de la vida universitaria de las y los estudiantes, sea por medio de docentes o como encuesta de caracterización. Para las tres opciones se sugiere aplicar el Instrumento a mediados del semestre para abarcar parte del semestre pasado y el semestre en curso y articular la información hallada con las particularidades encontradas en las caracterizaciones de Bienestar FCSH.

Asimismo, se propone realizar la interpretación de la información generada, así como el ajuste del instrumento, por medio de un equipo interdisciplinario que cuente con representantes de los diferentes programas de pregrado y Bienestar FCSH.

Sobre la interpretación, Bonilla y Rodríguez (1997) lo definen como un proceso de descripción de los hallazgos, búsqueda de sentido y orientación los resultados e identificación de las relaciones entre variables; por esto se sugiere que la interpretación esté dirigida a contextualizar el componente académico desde posibles implicaciones a la salud mental, nutrir la caracterización desde el acercamiento con las y los estudiantes y generar acciones individuales y colectivas para la promoción de la salud, como se indica en el Sistema de Bienestar Universitario de la UdeA (2000). Además, considerar los posibles factores de riesgo para la deserción y factores que favorecen la permanencia, ya que son objetivos primordiales de Bienestar.

También, es necesario que el proceso de caracterización, interpretación de los datos, consolidación de los resultados e intervenciones se socialicen, sino construyan, con las y los

estudiantes, entendiendo que son los principales actores en el cuidado de sí, por ende, se requiere su participación.

Por otro lado, se plantea comenzar la implementación del Instrumento con las y los estudiantes de la FCSH, aunque con la proyección de su posterior o paralela aplicación a docentes y administrativos, esto dependiendo del alcance diagnóstico y el recurso humano disponible.

3 Evaluación Bienestar

Bienestar universitario de la FCSH se considera un campo apto para el desarrollo de habilidades profesionales de Trabajo Social debido a las múltiples posibilidades que ofrece, es así que se presentan los logros y limitaciones de las funciones desempeñadas y las diferentes acciones desarrolladas, con posibilidad o continuidad de desarrollo y fortalecimiento en Bienestar FCSH, las cuales dan cuenta del proceso de práctica y sus múltiples posibilidades.

En cuanto a los programas PARES y Familiarízate con la U, se resalta la posibilidad de intervención con estudiantes y familias y el fortalecimiento de redes de apoyo institucionales, sin embargo, se dificulta su continuación y cobertura durante los semestres ya que los programas carecen de los diversos componentes de la fase de diseño y planeación, como objetivos, fundamentación teórica y metodológica, sistema evaluativa y cronograma. También, debido a la falta de empalme entre las y los practicantes o profesionales encargados de los programas.

Con PARES, se cumple la función de orientación y acompañamiento a las practicantes encargadas de consolidarlo e implementarlo; mientras que con Familiarízate la implementación se redujo a un encuentro virtual, principalmente por la falta de reconocimiento del programa en la comunidad educativa, lo que llevó a la desmotivación en la planeación de los encuentros y, por ende, a su pausa durante el semestre 2022-2, asunto que pudo evitarse si el programa contara con estrategias de difusión que faciliten su posicionamiento y planeación desde el inicio del semestre.

Otra de las limitaciones fue respecto de la construcción del diagnóstico en salud mental de las y los estudiantes de la FCSH, puesto que desde la Encuesta de Caracterización Estudiantil de Bienestar FCSH y Bienestar UdeA se identificó que las preguntas existentes son insuficientes para consolidar información sobre la salud mental, además, que no se contaba con el tiempo ni los recursos humanos para avanzar en este, como un equipo interdisciplinario en articulación con docentes pertenecientes a los diferentes pregrados de la Facultad; por lo tanto, se cambió el alcance de la práctica a consolidar los datos preliminares de las Encuestas de Caracterización Estudiantil de Bienestar FCSH y relacionarlas con lo recolectado por Bienestar UdeA.

Esta consolidación, sumada a la propuesta de Instrumento de Caracterización de la salud mental de las y los estudiantes de la FCSH, tuvieron por finalidad establecerse como un insumo en la futura construcción del diagnóstico en salud mental, convirtiéndose ambos productos en alcanzables durante la práctica, aunque desafiantes debido a la magnitud de la información y su

relativa novedad porque, si bien la salud mental en contextos universitarios es un tema ampliamente estudiado, en Bienestar FCSH no se contaba con información analizada referente a la salud mental de las y los estudiantes ni formas de indagar por esta, por tanto, los productos se derivan fundamentalmente de lo encontrado en las Caracterizaciones.

Entre los logros de la Caracterización Estudiantil, se identifica que su consolidación contribuye a ahondar en el conocimiento sobre las y los estudiantes matriculados en la FCSH, así como a su socialización y conversación en los Comités de carrera y con docentes, quienes tienen interacción directa con las y los estudiantes y, de igual forma, orientan intervenciones.

Entre las acciones desarrolladas durante la práctica se encuentran la orientación de estudiantes acerca de programas y servicios universitarios y remisión a las dependencias o personas adecuadas; el fortalecimiento del trabajo en equipo con practicantes, auxiliares, la Coordinadora de Bienestar FCSH y otros integrantes de la comunidad académica en eventos o actividades; apoyo a la consolidación de las caracterizaciones de las y los estudiantes nuevos en el semestre 2022-2; conocimiento de algunas rutas o de actores internos que pueden activar rutas; fortalecimiento de la escucha activa que, de forma constante, contribuyen a identificar las necesidades y/o demandas de las y los estudiantes en su experiencia universitaria; trabajo con familias en modalidad virtual y atención a una estudiante en servicio de psicoorientación.

Referente a las acciones con posibilidad o continuidad de desarrollo en el campo, están: trabajo presencial y/o virtual con grupos de estudiantes, docentes, administrativos y/o familias con diversos énfasis, como pueden ser salud mental y Violencias Basadas en Género, los cuales fueron orientados desde el Plan de Acción 2022-2025 de la FCSH; conocimiento y capacitación de rutas al interior de la universidad o externas a esta a nivel local, municipal y nacional.

También, como lo plantea González (2020), la prevención de la salud mental es una labor que las instituciones educativas están en capacidad de realizar para disminuir riesgos en su afectación o deterioro, por tanto, se puede fomentar, por parte de los diferentes miembros de la FCSH, la identificación de algunos síntomas corporales y/o anímicos y comportamientos como manifestaciones concretas del estado de salud mental, reduciendo su normalización y minimización.; generar más espacios dirigidos al cuidado de la salud mental, como grupos focales para compartir acerca de la sobrecarga académica, técnicas de estudio, manejo del estrés o agenciamiento de emociones o, espacios presentados desde la importancia del disfrute de actividades de ocio y el autoconocimiento de sus cuerpos, pensamientos y las formas de

relacionamiento consigo mismos, otras y otros; además, proponer que algunas actividades se realicen en espacios de clase para favorecer la participación de las y los estudiantes y docentes.

En acciones a fortalecer se identifican: promover la continuidad de practicantes de Trabajo Social de nivel II y III para posicionar la disciplina en el equipo de Bienestar FCSH; fomentar la atención a estudiantes por parte de practicantes de Trabajo Social en el servicio de psicoorientación y seguimiento de sus procesos en dos sentidos: para indagar si las situaciones de consulta y/o percepciones de esta han cambiado o, consultar el estado de remisión de los casos, interna o externamente, igualmente promover que las y los practicantes dejen sus productos finalizados a disposición de la oficina de Bienestar ya que esto facilita la adaptación al campo y reconocer los procesos previos y a continuar.

Por todo lo anterior, se considera a Bienestar FCSH como una agencia que permite el desarrollo de las y los profesionales en Trabajo Social en los diferentes niveles de práctica, puesto que incluye diversas poblaciones, campos y funciones de acuerdo con estos, la posibilidad de presentar y desempeñar propuestas de intervención y, sobre todo, facilita la interacción constante con las y los integrantes de la comunidad universitaria, la cual es esencial para la intervención en Trabajo Social.

4 Reflexión Trabajo Social

El ámbito de la salud mental es un campo que requiere la intervención interdisciplinaria para su funcionamiento y calidad, esta entendida como “una puesta en común, una forma de conocimiento, de entender y abordar un fenómeno o problemática determinada” (Garcés, 2010, p. 336); por esto desde la propuesta “La Salud Mental es Bienestar” se plantea para el diseño, implementación, análisis e interpretación de la información y evaluación la presencia de diferentes actores de la FCSH, incluyendo profesionales con posibilidades de intervención, así como aquellos que tienen conocimientos sobre las condiciones de las y los estudiantes desde el acercamiento y las y los estudiantes que, finalmente, son quienes están en la capacidad de accionar sobre sí mismos.

Dado que la salud mental se compone también por lo psicosocial, como indica Garcés (2010), implica las condiciones psicológicas y las condiciones sociales que pueden favorecer o poner en desventaja a los sujetos, entre estas las económicas, educativas, laborales, de vivienda o condiciones de salud física; además del incremento en labores de cuidado para las personas que conforman la red de apoyo y posibles afectaciones en su relacionamiento.

En este sentido, las y los trabajadores sociales son esenciales en esta articulación ya que aportan contexto a lo psicológico, el cual es necesario para la calidad y coherencia de la intervención, además, debido a que poseen herramientas profesionales para intervenir o, siendo el caso, orientar y remitir la intervención; como también menciona Garcés (2010), otras formas del ejercicio profesional son orientar servicios y atención psicosocial, no solo a los actores directos de intervención, sino a quienes están vinculados con estos, fortalecer las redes de apoyo y las formas de relacionarse con otras, otros y el entorno: aunque desde Bienestar FCSH este tipo de articulación para intervención directa con los sujetos y sus redes de apoyo no se realiza, puesto que el campo no está diseñado con esa finalidad ni alcance.

Del mismo modo, en Bienestar FCSH se puede aportar en la construcción interdisciplinaria de un diagnóstico participativo con estudiantes de la FCSH ya que, como lo menciona Navarrete (2017), una de las funciones de las y los trabajadores sociales es la identificación de “situaciones definidas por la comunidad como problemáticas a partir del acercamiento y análisis del contexto socio- cultural en el que se presentan” (p. 43), esto con los fines de conocer a las y los estudiantes de la FCSH y planear acciones contextualizadas con sus realidades y necesidades y la influencia

de estas en su condición de salud mental en intersección con el contexto universitario, teniendo entre sus referentes el autocuidado y el bienestar, como se establece en el Sistema de Bienestar Universitario de la UdeA (2000): “el bienestar universitario contribuye a la formación integral, estimula las capacidades de los grupos y de las personas de la Universidad, los apoya mediante el desarrollo de programas que integren el trabajo y el estudio con los proyectos de vida” (artículo 2); de este modo, fomentar que las y los jóvenes, más allá de su estatus de estudiantes, tomen lugar en las aulas de clase y en otros espacios de formación, ocio y recreación.

Asimismo, Bienestar FCSH, como una dependencia orientada a la formación integral, tiene una apuesta pedagógica en la cual las y los Trabajadores Sociales pueden generar “procesos de concientización, de capacitación, de movilización de recursos personales, grupales, comunales e institucionales y construcción de redes y alianzas de solidaridad” (Molina, 1994, p. 6) que fomenten que las y los actores, en este caso estudiantes de la Facultad, agencien capacidades de gestión, participación y toma de decisiones.

Esta apuesta pedagógica también es nombrada por Cifuentes (2004), retomando a Kisnerman (1998), como educar socialmente, en su concepción orientado a desarrollar las capacidades de las personas con la finalidad que puedan transformar sus situaciones problemas por medio de la organización grupal y con la posibilidad de vincularles con actores o instituciones que les faciliten recursos, servicios y oportunidades.

Desde ambas posturas, es posible desarrollar el componente pedagógico de Trabajo Social en Bienestar FCSH ya que se fomenta constantemente el trabajo con grupos con el objetivo de contribuir a la formación académica, cultural, deportiva o recreativa y formar habilidades para la vida, y programas y servicios para el acompañamiento, lo que genera redes.

En la misma línea, continúa Cifuentes (2004) mencionando que el acompañamiento de las y los estudiantes requiere integrarles como actores activos, contextualizados, históricos y con proyección, que tienen potencialidades y aspectos a fortalecer y, en este sentido, son el principal referente para conocer acerca de los factores que influyen en su bienestar físico y mental y que pueden influir en la permanencia estudiantil.

Por último, es fundamental recordar que la intervención es una relación complementaria, por tanto, requiere de la voluntad de la comunidad educativa para participar, proponer y priorizar las acciones de Bienestar, lo que influirá en el impacto, cobertura y continuación de los procesos y programas.

5 Conclusiones

- La experiencia cotidiana de psicoorientación en Bienestar FCSH demuestra que la atención es una necesidad y demanda institucional por parte de las y los estudiantes que, pese a los esfuerzos e intenciones de los profesionales y practicantes vinculados, es insuficiente; por esto, no solo debe continuarse con el servicio de recepción y psicoorientación de estudiantes, sino fortalecer el autocuidado como una estrategia de promoción del cuidado de la salud mental y de prevención de riesgos para la misma.
- La promoción del cuidado de la salud mental es competencia de todos los actores de la FCSH, entendiendo que el autocuidado comienza por cada uno, pero está influenciado y repercute en las relaciones con otras, otros y el entorno, igualmente, puesto que identificar algunos comportamientos y síntomas en compañeras y compañeros es posible desde la convivencia cotidiana. Como lo mencionan Beltrán y Rebolledo (2010), el autocuidado en los contextos universitarios favorece la adopción de una cultura socio-personal de cuidado donde se asume la importancia del cuidado de sí, otras, otros y lo otro y las prácticas cotidianas para ejercerlo, comprendiendo que el autocuidado está orientado hacia el bienestar corporal y psicológico individual y, paralelamente, social.
- La experiencia en Bienestar FCSH es diversa y con movimiento constante, así como hay funciones desde Trabajo Social para desarrollar activa o pasivamente habilidades profesionales, también se desempeñan actividades propias de la oficina de Bienestar que fomentan la interacción con miembros de la comunidad educativa, como acompañar y participar de eventos de la Facultad o en espacios de formación para estudiantes, estar presencialmente en la oficina para la orientación de estudiantes u otras personas, préstamos de juegos o implementos deportivos y uso del microondas.
- Dependiendo de las necesidades y demandas institucionales, Bienestar FCSH permite la intervención con diversas poblaciones, como estudiantes, docentes, administrativos y familias; asimismo, la Coordinadora de Bienestar promueve la posibilidad de presentar y desempeñar propuestas de intervención acorde con los intereses de las y los practicantes.

6 Recomendaciones Bienestar Universitario FCSH

- Se sugiere generar espacios quincenales para conocer y/o articular acciones entre los diferentes practicantes, lo que podría contribuir a consolidar un equipo de profesionales en Bienestar FCSH.
- Se recomienda continuar desde la coordinación de Bienestar FCSH solicitando espacios semestrales con los comités de carrera de los pregrados para socializar las caracterizaciones y conversar sobre los intereses y necesidades que cada departamento identifica para el bienestar de las y los estudiantes.
- Se sugiere gestionar espacios de articulación entre Bienestar FCSH y las Asambleas de Estudiantes o Consejo de Estudiantes de la FCSH para socializar con las y los estudiantes lo encontrado en las Caracterizaciones Estudiantiles con la finalidad de promover el reconocimiento entre compañeros, considerar sus realidades en la toma de decisiones estudiantiles y en la implementación de acciones solidarias.
- Para la Caracterización Estudiantil se recomienda ampliar la intersección y análisis de los datos recolectados, teniendo en cuenta las particularidades e interés de su programa y de las y los estudiantes matriculados en este.
- En la construcción del diagnóstico, se recomienda la articulación de representantes de los diferentes departamentos, Bienestar FCSH, profesionales de las Ciencias Sociales y, especialmente, de las y los estudiantes, comprendiendo que es importante vincularles participativamente. Además, para su implementación, profundizar en los aspectos físico, académicos y de relacionamiento que influyen en la salud mental, puesto que un ambiente educativo que prioriza el bienestar y la formación integral de sus estudiantes puede lograrse por medio de la prevención, promoción e intervención oportuna como plantea González (2020).
- Acerca del programa Familiarízate con la U, se sugiere al equipo de Bienestar FCSH consolidar los diferentes componentes del diseño del programa y ajustarlo semestralmente previo a su desarrollo, replanteando las estrategias de convocatoria, difusión y metodología de los encuentros con la expectativa de lograr su reconocimiento a nivel de Facultad e incrementar la asistencia y participación de las familias.

- De igual forma, se recomienda planear oportunamente las acciones del programa PARES y afianzarlo como un medio para fortalecer el acompañamiento y redes de apoyo entre estudiantes, pensando como un programa por, para y desde estudiantes.
- Asimismo, se sugiere construir un sistema de evaluación para realizar seguimiento y monitoreo a los programas PARES y Familiarízate.
- Se recomienda considerar las acciones a fortalecer mencionadas previamente, como promover la continuidad de practicantes de Trabajo Social de nivel II y III para posicionar la disciplina en el equipo de Bienestar FCSH y fomentar que las y los practicantes dejen sus productos finalizados a disposición de la oficina de Bienestar ya que esto facilita la adaptación al campo y reconocer los procesos previos y a continuar.
- Por último, se sugiere continuar con la articulación de acciones al interior de Bienestar FCSH, retomando los diversos elementos, como caracterizaciones, psicoorientación, atención de casos; así como las dependencias pertenecientes a la FCSH y las y los estudiantes, con la finalidad de fortalecer las intervenciones.

Referencias

- Beltrán Baquero, Carmen Rosalba & Rebolledo Otero, Isabel Cristina. (2012). Programa de Salud Mental. En *Programa de Intervención Psicosocial en la prevención de la deserción en la comunidad estudiantil de la Universidad del Cauca* (pp. 30-47). <https://bit.ly/40NKnPH>
- Bonilla Castro, Elssy & Rodríguez Sehk, Penélope. (1997). *Más allá del dilema de los métodos*. Ediciones Uniandes. Grupo Editorial Norma.
- Carrasco, Cristina. (1992). El trabajo de las mujeres: producción y reproducción (*) (Algunas notas para su reconceptualización). *Cuaderno de economía*, (20), 95-109. https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/5639/34170_7.pdf?sequence=1
- Cassaretto Bardales, Mónica; Martínez Uribe, Patricia & Tavera Palomino, Mariela. (2020). Aproximación a la salud y bienestar en estudiantes universitarios: importancia de las variables sociodemográficas, académicas y conductuales. *Revista de Psicología* 38(2), 499-528. <https://doi.org/10.18800/psico.202002.006>
- Cifuentes Gil, Rosa María. (2004). Conceptos para “leer” la intervención de Trabajo Social, aporte a la construcción de identidad. <https://www.ts.ucr.ac.cr/binarios/pela/pl-000157.pdf>
- Colombia. Congreso de Colombia. (2013). *Ley 1616 de 2013: Por medio de la cual se expide la ley de salud mental y se dictan otras disposiciones*. Diario oficial.
- Colombia. Departamento Administrativo Nacional de Estadística [DANE]. (2021). *Nota Estadística Salud Mental en Colombia: un análisis de los efectos de la pandemia*. <https://bit.ly/3HOp0oZ>
- Colombia. Ministerio de Educación Nacional. (2016). Lineamientos de Política de Bienestar para Instituciones de Educación Superior. https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-360314_recurso.pdf

Consejo Superior de la Universidad de Antioquia. *Acuerdo Superior 1 de 1994 (marzo 5): por el cual se expide el Estatuto General de la Universidad de Antioquia*. Universidad de Antioquia. <https://bit.ly/3Yomblk>

Consejo Superior Universitario. *Acuerdo Superior 173 de 2000 (julio 13): por el cual se expide el Sistema de Bienestar Universitario de la Universidad de Antioquia*. Universidad de Antioquia.

Esquivel, Valeria. (2011). La Economía del Cuidado: un recorrido conceptual. En Sanchís, Norma (Comp.), *Aportes al debate del desarrollo en América Latina. Una perspectiva feminista* (pp. 20-30). Taller Gráfico RAFF.

Figueroa Perea, Juan Guillermo. (2015). El ser hombre desde el cuidado de sí: algunas reflexiones. *Latinoamericana de Estudios de Familia*, 7, 121-138. <https://revistasoj.s.ucaldas.edu.co/index.php/revlatinofamilia/article/view/3146>

Foucault, Michel. (1984). La ética del cuidado de sí como práctica de la libertad (diálogo con H. Becker, R. Fornet-Betancourt, A. Gómez-Müller, 20 de enero de 1984).

Garcés Giraldo, Luis Fernando, & Giraldo Zuluaga, Conrado. (2013). El cuidado de sí y de los otros en Foucault, principio orientador para la construcción de una bioética del cuidado. *Discusiones Filosóficas*, 14(22), 187-201. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-61272013000100012

Garcés Trullenque, Eva M^a. (2010). El Trabajo Social en salud mental. *Cuadernos de Trabajo Social*, 23, 333-352. <https://revistas.ucm.es/index.php/CUTS/article/view/CUTS1010110333A>

Girón Castellanos, Milagros. (2018). Estructuración de instrumento para caracterización de población abordada en el área comunitaria fase III. <http://hdl.handle.net/20.500.12495/2373>

González Sierra, Angie Tatiana. (2020). Revisión teórica acerca de la relación entre la educación y la salud mental en Colombia. <https://repository.unicatolica.edu.co/handle/20.500.12237/2147>

Lanz, César. (2012). El cuidado de sí y del otro en lo educativo. *Utopía y Praxis Latinoamericana*, 17(56), 39-46. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27921998005>

Molina, Lorena. (1994). Modelos de atención social en la práctica profesional de trabajo social. <https://www.ts.ucr.ac.cr/binarios/congresos/nac/cr/cr-con-04-23.pdf>

Muñoz Franco, Nora Eugenia. (2009). Reflexiones sobre el cuidado de sí como categoría de análisis en salud. *Salud colectiva*, 5(3), 391-401. <http://bit.ly/3HZcvHk>

Navarrete Puentes, Nicolás. (2017). El papel del trabajador social en el ámbito educativo. *Folios de Humanidades y Pedagogía Folhmyp*, (6), 37-46. <https://revistas.pedagogica.edu.co/index.php/FHP/article/view/6418/6049>

Palacios Sañudo, Jorge Enrique & Martínez De Biava, Yadira. (2007). Relación del rendimiento académico con la salud mental en jóvenes universitarios. *Psicogenete*, 10(18), 113-128. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=497552352003>

Posada, José A. (2013). La salud mental en Colombia. *Biomédica*, 33(4), 497-498. <https://bit.ly/3Xol83u>

Sánchez Upegui, Alexánder Arbey. (2011). Instrumento para la caracterización de experiencia. En *Manual de redacción académica e investigativa: Cómo escribir, evaluar y publicar artículos* (pp. 198). Católica del Norte Fundación Universitaria. <https://cife.edu.mx/recursos/wp-content/uploads/2019/01/manual-de-redaccion-mayo-05-2011.pdf>

Universidad de Antioquia. (s.f.). *Bienestar*. <http://bit.ly/3IfbfRr>

Universidad de Antioquia. (s.f.). *Bienestar con sentido*. <http://bit.ly/3Yr0K3o>

Universidad de Antioquia. (s.f.). *Departamentos*. <http://bit.ly/40ZRkO3>

Universidad de Antioquia. (s.f.). *Deportes*. <http://bit.ly/40P2y7A>

Universidad de Antioquia. (s.f.). *Estrategias*. <http://bit.ly/3YonbWC>

Universidad de Antioquia. (s.f.). *Funciones misionales*. <http://bit.ly/3Yp7UVA>

Universidad de Antioquia. (s.f.). *Misión y Visión*. <http://bit.ly/3HPhSIV>

Universidad de Antioquia. (s.f.). *Plan de Acción 2022-2025*. <http://bit.ly/3IcTKAj>

Universidad de Antioquia. (2012). *Referente Ético Universidad de Antioquia*.
<https://bit.ly/3xcpdgT>

Universidad de Antioquia. (s.f.). *Tutorías*. <http://bit.ly/3Xm5NAv>

Universidad de Antioquia. (s.f.). *Unidades académicas*. <http://bit.ly/3K055WS>