



# Protocolo de atención de urgencias psicológicas: una herramienta para promover la salud mental



En la resolución R-162-2019, la Rectoría declaró de interés institucional la promoción y desmitificación de la salud mental, y el año 2020 será el "Año de la Salud Mental", bajo el lema "Nuestra salud mental importa". A partir de ello, la OBS construirá con la colaboración de todos y todas un Plan de Salud Mental que articule las acciones que se desarrollan en la comunidad universitaria.

Foto: Gustavo Chavarría / OBS

A partir de este año, la Universidad de Costa Rica (UCR) cuenta con una guía para el manejo adecuado de urgencias psicológicas, de las que puede ser susceptible cualquier miembro de la comunidad universitaria o visitante en nuestra institución.

Un urgencia psicológica es entendida como una alteración del estado de ánimo, del pensamiento o de la consciencia de una persona, que perturba de manera aguda y notable su comportamiento, y pone en riesgo su integridad y la de los demás.

Con la publicación del Protocolo de Atención a Personas de la Comunidad Universitaria con Urgencias Psicológicas (aprobado mediante la resolución R-336-2018 de diciembre anterior), la Oficina de Bienestar y Salud (OBS) ha podido compartir con docentes, estudiantes y administrativos espacios para discutir esta guía y reflexionar sobre la salud mental.

"Cada persona tiene situaciones distintas, en diversos contextos, que pueden rebasar sus capacidades de respuesta en ese momento. Como institución debemos apoyar a quienes circunstancial o permanentemente requieran de atención para garantizar su salud mental", expresó el rector Henning Jensen.

El eje central de esta guía radica en activar el sistema de alerta a la Sección de Seguridad y Tránsito al teléfono 2511-4911, que a su vez envía un oficial de seguridad motorizado para evaluar la situación y comunicarla a la ambulancia de la OBS, para posteriormente desplegar los protocolos internos correspondientes.

"Seguir estos pasos es fundamental, pues nos permite centralizar la atención y evitar que se informe primero a instancias o departamentos que no tienen la capacidad de apersonarse a la brevedad que la urgencia amerita", indicó Sedalí Solís, jefa de la OBS. "Por eso es de suma importancia que la comunidad sepa identificar las manifestaciones de una urgencia psicológica", añadió.

Estas pueden ser una actividad verbal o motora aumentada o inadecuada (como una respuesta exagerada o extraña); alteraciones de las funciones psíquicas (alucinaciones, delirios o alteraciones de la consciencia); despersonalización (sentirse separado de su cuerpo) o intento o ideación suicida u homicida. Quienes acompañen o vean a una persona con estas manifestaciones deben apegarse al procedimiento establecido para que sea atendida oportunamente.

Si bien este protocolo se aplica solo a la Sede Rodrigo Facio, Solís señaló ya se ha tenido contacto con el Consejo de Área de Sedes Regionales para que estos pasos sean una guía para definir un procedimiento en cada recinto, según las condiciones y capacidades de cada uno y de su comunidad.

"Muchos estudiantes, por desconocimiento o miedo a las burlas de las demás personas, no se preocupan por sus problemas emocionales y dejan que crezcan hasta requerir atención psicológica o psiquiátrica. Por esto nos estamos enfocando en crear espacios de recreación y de acompañamiento para los y las estudiantes", explicó Michelle Quesada, coordinadora de la Comisión de Salud Mental de la Federación de Estudiantes (FEUCR).

La socialización del protocolo también ha permitido discutir temas relacionados con el bienestar y la salud mental en la comunidad.

La Escuela de Ciencias de la Comunicación Colectiva (ECCC) es una de las unidades que se ha comprometido con este aspecto. Allí, una comisión interna de salud mental ha velado por sensibilizar sobre estos temas, y crear vínculos entre estudiantes y personal para identificar necesidades y atenderlas.

Entre sus acciones se encuentran capacitaciones e intervenciones a lo largo del semestre, una redefinición de roles del profesor consejero, y la inclusión de temáticas sobre salud mental en diversos cursos.

