

**DIRECCIÓN DE SALUD ESTUDIANTIL
CUENTA DE RECTORÍA 2018**

1. ÁREA DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN
a. PROGRAMA CAMPUS SALUDABLE
JEFA: NÁYADE RODRÍGUEZ

El Programa Campus Saludable es una estrategia para fomentar el bienestar y el autocuidado en la Comunidad UC (alumnos, docentes, administrativos, profesionales y visitantes). Durante el año 2018, se realizaron 43.563 intervenciones que promueven la calidad de vida de quienes estudian y trabajan en la Universidad, aumentando en un 19% la cobertura en relación al año anterior (ver tabla 1 y gráfico 1a-1b).

Tabla 1: Participantes en Programa Campus Saludable 2016-2018

Intervenciones Programa Campus Saludable 2016-2018			
Programa/Campaña	2016	2017	2018
Atención de urgencias en los Campus	1.189	1.416	1.954
Programa Campus Libre de Humo	4.265	12.851	12.630
Programa Pares Educadores en Salud	8.315	10.127	8.214
Programa de Sexualidad y Afectividad	257	535	2.650
Programa de Apoyo para Madres y Padres UC	852	399	727
Campaña de Salud Cardiovascular	292	307	1.001
Programa de Exposición de Fluidos de Alto Riesgo (EFCAR)	276	456	272
Capacitación en primeros auxilios y maniobras vitales	347	642	377
Programa Vive sano y Feria	3.600	4.633	8.723
Intervenciones comunitarias y capacitaciones	2.764	4.278	4.545
Campaña fomento de la hidratación	377	299	789
Campaña prevención del cáncer de piel	90	60	630
Campaña Pedalea Seguro y Prevención de Resfriós	28	365	1.051
Total anual	22.652	36.368	43.563

Gráfico 1a: N° de intervenciones Programa Campus Saludable 2016-2018

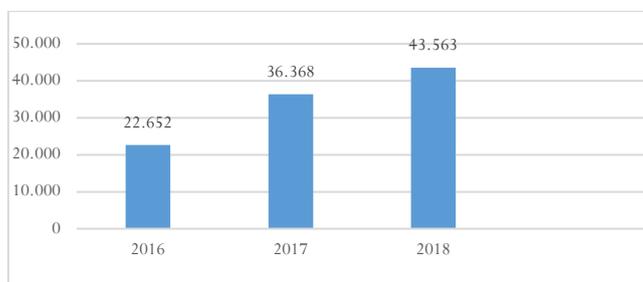
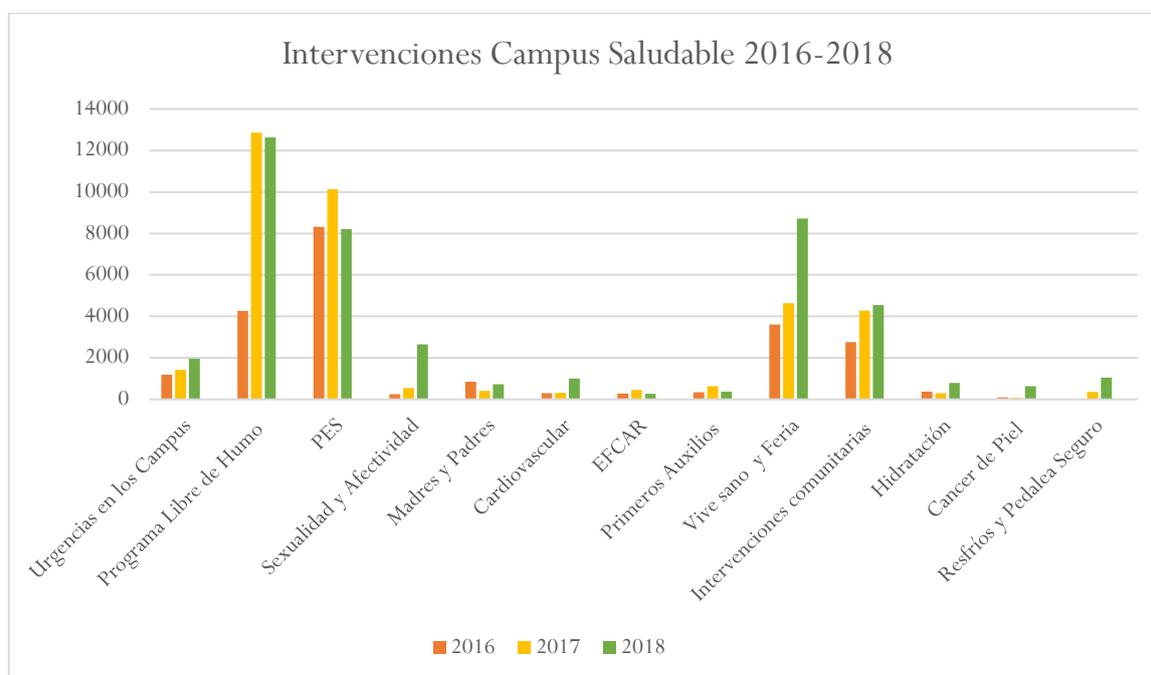


Gráfico 1b: N° de participantes por tema, Programa Campus Saludable 2016-2018



En el primer nivel del modelo de intervención en promoción de salud, se aumentaron las actividades de sensibilización en la gama de temáticas que aborda el programa. Por ejemplo, Campaña de Difusión del Protocolo de Emergencias en los 4 Campus de Santiago, Celebración del Día Mundial de la Salud, Sensibilización en Escuelas trabajando por un área 100% Libre de Humo, Novatos de distintas Escuelas, Ferias de organizaciones estudiantiles y FEUC, entre otras. En total se realizaron más de 25.000 intervenciones de sensibilización.

Atención de Urgencias en los Campus

El objetivo de este servicio es atender, en forma oportuna, las urgencias de salud física y mental, producidas y detectadas en el campus, entregando primeros auxilios físicos y psicológicos; asistiendo, evaluando, derivando y posteriormente, realizando seguimiento de los casos.

Durante el año 2018, se registró un aumento de casi un 40% en el número de atenciones de urgencias en los campus, que incluyen a alumnos, funcionarios, académicos y visitantes. Se realizaron 1.202 atenciones de urgencia en Campus San Joaquín, 241 atenciones de urgencia en Campus Oriente y 211 en Campus Lo Contador. Además, se instauró por primera vez este servicio en Casa Central, con un total de 297 atenciones desde su implementación. En total se realizaron 1.954 atenciones, con una evaluación positiva de los usuarios, por ejemplo, en Campus Lo Contador el 92% evalúa con nota entre 6 y 7 la atención y el 96% recomendaría este servicio.

Campus Libre de Humo

El programa busca crear ambientes más saludables para todos los miembros de la comunidad universitaria, brindando apoyo a los fumadores que desean dejar el cigarrillo y disminuyendo la exposición secundaria al humo. En este sentido, se ha avanzado en la meta de declarar la UC libre de humo desde el 2019. En esta línea se aumentan las actividades de sensibilización y se crea el programa “Líderes por un aire limpio”, alumnos que han sido capacitados como fiscalizadores, fomentando la norma social de no fumar en las áreas libres de humo. Entre septiembre y diciembre se realizaron 1.500 horas de fiscalización en los patios.

Se realizó un trabajo anual con la Facultad de Química, Facultad de Ciencias Sociales y Campus Lo Contador como espacios 100% libres de humo, siendo este último el primer Campus en declararse completamente libre de humo (ver foto en ppt). Además, con cada una de las Escuelas declaradas, se realizaron actividades de sensibilización en ferias, talleres, presentaciones a académicos, entrega de loncheras, puerta a puerta de académicos, y se celebró Día Mundial Sin Tabaco con actividades en los cuatro campus de Santiago, sumando un total de 12.630 participantes en las distintas estrategias.

Programa de estudiantes Promotores de Salud, PES (Encargada: Pamela Moreno)

Como parte del staff de PES, participaron 60 alumnos de distintas carreras. Ingresaron al equipo 35 nuevos PES que se capacitaron en estrategias transversales y específicas, por el equipo de Salud Estudiantil y por docentes invitados de las carreras de la salud y Escuela de Enfermería. El número de alumnos participantes permitió dar cobertura a las intervenciones programadas. Trabajaron en las distintas conductas de riesgo/protección presente en los estudiantes, alcanzando un universo de 8.214 pares intervenidos.

Un echo novedoso fue la primera “Feria de Salud PES” (ver foto en PPT), con dos versiones anuales que permitió a 1.200 estudiantes participar de distintas evaluaciones y dar mayor visibilidad al programa de pares.

Algunas de las actividades psicoeducativas de PES fueron:

- La “Bienvenida Novata” con la entrega de tips para distintas temáticas, y actividades lúdicas que motivaron la participación de los novatos.
- Fiesta de la Chilenidad, donde intervinieron todos los equipos; y Feria FEUC.
- Feria Vive Sano, donde se realizaron intervenciones en consumo de drogas, medición de índice de masa corporal y entrega de tips, demostración de maniobra de Heimlich y reanimación cardiopulmonar (RCP); y chequeo de salud joven.
- Actividad de promoción para una sexualidad y afectividad saludable.
- Talleres de primeros auxilios, alimentación saludable, enfermedades crónicas, promoción de la actividad física, sueño y relajación, entre otras.

Los PES (Pares Educadores en Salud) fomentaron las estrategias de sensibilización a través de las redes sociales Facebook e Instagram, alcanzando 44.513 visualizaciones en sus distintas plataformas.



PONTIFICIA
UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE CHILE

Programa Salud Sexual

Este Programa trabaja con énfasis en el autocuidado y la autoagencia emocional y física, así como en la prevención de las infecciones de transmisión sexual. Sumado a actividades de sensibilización, se realizan consejerías confidenciales e individuales para resolver las dudas de los alumnos en esta temática. Durante el año 2018 se atendieron 811 alumnos, aumentando en un 95% la cobertura en relación al año anterior. El 98 % “Recomendaría la consejería a un amigo/a como un medio confiable para responder dudas de salud sexual”.

Asimismo, se aumentaron las campañas de sensibilización en los patios de los campus (ver foto en ppt) y se realizó por primera vez la “Campaña de Test Rápido de VIH”, un nuevo modelo que entrega el resultado de VIH en 20 minutos, sumado a una consejería basada en los factores de riesgo; en esta instancia piloto se atendieron 313 alumnos.

Programa de Apoyo a Madres y Padres UC. (Coordinadora: Anna Macintyre)

El objetivo es entregar apoyo y orientación a alumnos que viven el doble rol de ser padre/madre y estudiante. Se aumentó significativamente el número de alumnos inscritos en el Programa, de 256 a 423 estudiantes en 2018 y se trabajó colaborativamente con representantes estudiantiles de pre y post grado, además de participar en la mesa MAFI que abordaba el apoyo a estudiantes con hijos.

El Programa realizó 727 intervenciones entre las que destacan el aumento de consejerías individuales, talleres y orientación a alumnos en relación a apoyos UC y becas/beneficios. En 2018, se potenció el trabajo con actividades comunitarias y agentes claves. Un logro importante fue realizar actividades en Campus Lo Contador, entre Salud Estudiantil, funcionarios, estudiantes, FADEU y la Administración del Campus. Se celebró la Semana de Lactancia a través de una campaña comunicacional sobre los beneficios de la lactancia, la exposición fotográfica "Familias de Lo Contador", un conversatorio en el Patio de Madera, y el lanzamiento de sala de lactancia del Campus (ver foto en PPT).

Programa Prevención Exposición a Fluidos Corporales de Alto Riesgo. (Encargada: Camila Brito)

Otras situaciones de emergencias son los accidentes por exposición a fluidos corporales de alto riesgo, programa específicamente orientado a las carreras de la salud. Esto incluye orientación telefónica para alumnos con un teléfono de emergencia que funciona las 24 horas del día de lunes a domingo; y capacitaciones en las Escuelas a través de la entrega de estrategias para disminuir la probabilidad de este tipo de accidentes. En 2018 se orientaron telefónicamente 23 estudiantes y capacitaron 249 estudiantes (ver foto adjunta).

Prevención de la violencia sexual para estudiantes: taller stop (Encargada: Anna Macintyre)

Se realizaron en 2018 un total de 32 talleres y junto con 2017 se han realizado 47 talleres con una participación de 807 alumnos equivalente a 1.614 intervenciones. En 2018 se formaron 101 monitores, quienes realizaron 6 talleres interviniendo a 71 alumnos. Los profesionales realizaron 26 talleres intervenido a 343 alumnos.

Gráfico 4: Número de participantes por Escuela

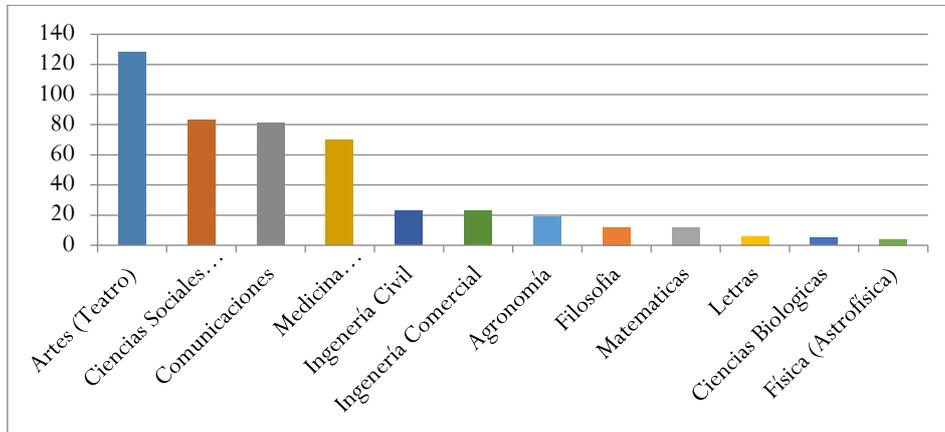
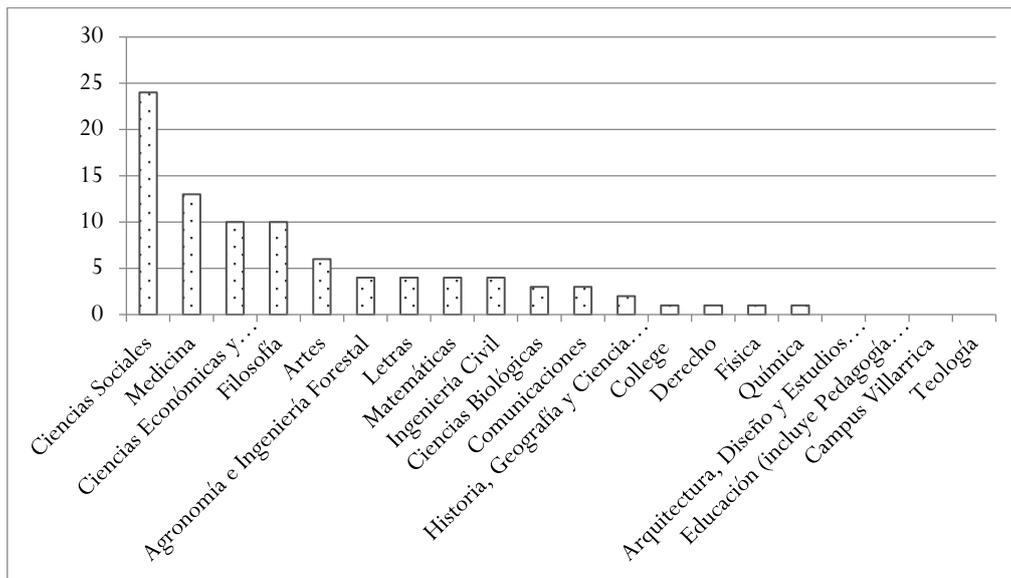


Gráfico 5: Número de Monitores por Escuela



Con relación a la evaluación, esta fue mejor valorada que la del 2017. Subió del 90% al 100% la valoración de los participantes en cuanto a considerar la temática de prevención de violencia sexual como de interés. De 80% a 100% aumentó la consideración que los contenidos fueron entregados de manera clara; de 55% a 95% aumento la valoración de sentirse capaz de utilizar los conocimientos para intervenir en una situación de emergencia de riesgo de violencia sexual. Y un 97 % recomendaría a sus compañeros el taller STOP (de 80% el año 2017) (ver tabla 7).

Tabla 6: Evaluación taller STOP, 290 alumnos

	Muy de acuerdo	De acuerdo	Indiferente	En desacuerdo	Muy en desacuerdo
Las temáticas abordadas son de mi interés	100%	-	-	-	-
Los contenidos se entregaron de forma clara	100%	-	-	-	-
Me siento capaz de utilizar los conocimientos y técnicas aprendidas para intervenir en una situación de emergencia	95%	5%-	-	-	-
Recomendaría este taller a un/a compañero/a	97%	3%	-	-	-

Estrategias de difusión

Durante el 2018 se tomó contacto directo con los encargados de asuntos estudiantiles, se enviaron varios correos a los representantes estudiantiles, especialmente previo a las “galitas, galas y fiesta del ombligo”. También hubo difusión en la Mini cumbre, ferias y entre los alumnos PES.

Campañas de promoción y prevención en salud

El objetivo general fue promover la autoenergía y el autocuidado en los miembros de la Comunidad UC.

- **Campaña prevención de enfermedades cardiovasculares**

Orientada a funcionarios, el objetivo es evaluar el riesgo coronario y fomentar el cambio de conducta para disminuir los factores de riesgo, de desarrollar enfermedades cardiovasculares. En la realización de estas intervenciones participaron docentes de la carrera de Nutrición y Dietética y de la carrera de Kinesiología, evaluando integralmente a 244 funcionarios (foto adjunta). Además, por primera vez se incluye una campaña especial para colaboradores externos, con 125 participantes, en la que se realizan controles de presión arterial y glucosa en sangre para toda la comunidad en diferentes instancias.

Como innovación, se incorporaron talleres de nutrición y de pausas laborales activas para todos los participantes de las campañas, con el objetivo de entregar herramientas para mejorar el autocuidado (ver foto en ppt).

- **Campaña Consumo de Agua**

Se implementa por séptimo año consecutivo la Campaña “Eres Agua, Toma Agua”, que mide el nivel de hidratación de los estudiantes y entrega estrategias para ingerir la dosis recomendada por la Organización Mundial de la Salud (OMS), realizándose 789 intervenciones. El Tour del agua se realizó en los 4 campus, además, se trabajó colaborativamente con Sustentabilidad UC en la Semana de la Movilidad Sustentable, y en la Cicletada UC con Deportes. Se implementa una nueva estrategia de intervención para medir el nivel de hidratación de una forma más interactiva y lúdica, la cual es evaluada como “entretenida e interesante” por un 91% de los participantes.

- **Campaña Prevención del Melanoma**

La campaña se centra en la entrega información, autoexamen de piel y fomento del uso de bloqueador solar y factores protectores. La campaña se llama “Revisate, tu piel tiene memoria” y se realizaron 514 intervenciones individuales. Además, gracias a la colaboración de Dermatología Red UC-CHRISTUS se realizó una actividad de revisión de lunares sospechosos a 116 miembros de la Comunidad UC, la cual fue evaluada con una nota 6 y 7 por el 94% de los encuestados.

- **Campaña Pedalea Seguro**

Se implementa una estrategia de intervención orientada a la seguridad en el transporte y a la nueva Ley de convivencia vial, considerando todos los “ciclos” que ingresan en la Ley. Esta campaña tuvo un alcance de 433 estudiantes.

- **Campaña Prevención de Resfríos**

Se plantea una estrategia lúdica para la prevención de resfríos en invierno poniendo énfasis en el lavado de manos y la vacunación existente, con un alcance de 618 estudiantes (ver foto en ppt).

- **Capacitación Primeros Auxilios y Maniobras Vitales**

Profesionales de Campus Saludable realizaron talleres de primeros auxilios solicitados por Escuelas y agrupaciones estudiantiles. Además de un ciclo de talleres específico de reanimación cardiopulmonar y uso de desfibrilador automático para casos de riesgo vital, en total 377 personas fueron capacitadas.

- **Vive Sano: alimentación saludable**

En el ámbito de política universitaria, como parte del programa “Vive Sano UC”, se consolidó una comisión para el desarrollo de la Política Alimentaria, donde participan activamente docentes de la carrera de Nutrición y Dietética y miembros del equipo de Sustentabilidad UC, con reuniones periódicas se trabajó en los primeros lineamientos de la propuesta, insumo que fue utilizado para la propuesta de la Política de Sustentabilidad en el ítem Nutrición.

En el área de promoción, se aumentó la cobertura de la campaña “Arma tu plato, sírvete salud”, con la colaboración de docentes de Nutrición y Dietética y Nutricionistas de la empresa Sodexo, se evalúa el consumo de alimentos actual y se entregan recomendaciones para hacerlo más saludable. En esta actividad participaron 208 personas.

Además, se realizó por séptimo año consecutivo la “Feria Vive Sano”, en dos versiones (I y II semestre), esta instancia reúne todas las estrategias de la UC para fomentar el bienestar de las personas. Participaron 8.472 personas en intervenciones de salud física y mental, un 90% más que el año anterior. El 7% de los asistentes evaluó esta instancia con nota entre 6 y 7.

Comunicaciones

Boletines de salud quincenales

Se mantiene el envío de boletines con información y promoción de salud “e-health”, los que son enviados vía e-mail a estudiantes, administrativos, profesionales y académicos. Algunas de las temáticas abordadas fueron el fomento de la hidratación, cuidado de la piel, beneficios de un ambiente libre de humo, prevención del riesgo cardiovascular, prevención del cáncer cervicouterino, entre otras. Se enviaron en promedio 2 mensuales, con alrededor de 5.000.000 de envíos. En promedio de lectura fue del 50% de acuerdo a la estadística de la plataforma correo masivo UC.

Redes sociales

Continúa la publicación diaria de recomendaciones de salud en Facebook (Campus Saludable) y se suma una cuenta en Instagram como medio de difusión. Durante el 2017 se alcanzaron alrededor de 4.718 seguidores en Facebook.

b. PROGRAMA DE ANSIEDAD, ESTRÉS Y SUEÑO **JEFA: MARÍA PAZ JANA**

El Programa de Ansiedad Estrés y Sueño se enmarca dentro de los Programas de Promoción y Prevención en Salud Mental. Su objetivo es psicoeducar y sensibilizar en relación a la ansiedad, el estrés y el sueño junto con promover estrategias saludables para su manejo. A lo largo del año, se ofrecieron servicios individuales, grupales y comunitarios, a modo de promover el bienestar y autocuidado de la comunidad UC.

Durante el año 2018, se realizaron 27.407 intervenciones en diferentes campus UC, aumentando en un 28,3% en relación al 2017 (ver tabla 2).

Tabla 2: Número de intervenciones año 2016-2018

N° de Intervenciones Ansiedad y Sueño			
Servicio	2016	2017	2018
Cursos OFG	20.109	18.314	19.750
Consejerías Individuales	113	134	251
Talleres Psicoeducativos	0	78	318
Talleres de Relajación	116	120	52
Zona Libre de Ansiedad y Estrés	602	1.546	2.794
Bienestar con Huellas	0	84	2.96
Siestarios	0	0	279
Ciclo de Charlas	0	0	114
Workshops y capacitaciones	64	190	168
Participación en ferias	920	898	717
Total anual	21.924	21.634	27.407

Cursos OFG

Los cursos OFG “Manejo de la ansiedad y el estrés en la vida universitaria” y “La Ansiedad y las técnicas de afrontamiento para el autocuidado” siguen siendo ofrecidos en Casa Central, campus San Joaquín y campus Lo Contador. El objetivo de estos cursos es psicoeducar y brindar herramientas saludables para el manejo de la ansiedad y prevención del estrés. Durante el 2018, los cursos aumentaron en un 7,84% comparado al año anterior, dado a que las carreras de Enfermería y College aumentaron las vacantes reservadas para sus estudiantes. En ambos cursos, más del 95% de los participantes indica que fue de utilidad para ellos.

Consejerías individuales

Las consejerías individuales tienen por objetivo brindar apoyo ante alguna dificultad específica que presente un estudiante, en relación a la ansiedad, el estrés y el sueño. Tienen un máximo de 6 sesiones. Las consejerías aumentaron en un 87,3% y, durante el segundo semestre, se incluyó la atención para estudiantes en campus Oriente.

Talleres Psicoeducativos

Los talleres psicoeducativos tienen por objetivo psicoeducar de manera grupal a los estudiantes UC en torno a temáticas específicas relacionadas a la ansiedad y el sueño y trabajar un objetivo específico durante cada sesión. Durante el 2018, se continuó impartiendo el taller “Manejando mi ansiedad” en campus San Joaquín, y se ofrecieron por primera vez los talleres “Aprendiendo a Dormir Mejor”, “Adaptándome a la vida universitaria” y “Trabajando mi ansiedad ante presentaciones orales”, aumentando la participación de los estudiantes en un 307%.

Zona libre de ansiedad y estrés

Por quinto año consecutivo, se realizan dos ferias “Zona libre de ansiedad y estrés” con el objetivo de sensibilizar a la comunidad UC en cuanto a la ansiedad, estrés y sueño. Una vez más, se ofrecieron actividades para los estudiantes, tales como clases de Stretching Consciente y Yoga; rincón creativo, “masajes express”, una charla sobre la ansiedad y su relación con la ansiedad, entre otras cosas. Dentro de los resultados de la encuesta de evaluación, destacan el haber podido aprender información de utilidad, recibir tips prácticos y conocer sus niveles de ansiedad, estrés y sueño a través de autodiagnósticos mediados por un profesional.

Bienestar con Huellas

En colaboración con Bibliotecas UC y Fundación Junto a Ti, se realizaron intervenciones con perros terapéuticos en semanas de evaluaciones y alta demanda académica para los estudiantes UC. Las actividades tuvieron una alta convocatoria y un alto nivel de satisfacción. Durante el segundo semestre, se realizó una

campana llamada “Sigue la Huella de Zucca”, que dio lugar a la visita de una perra terapéutica en las bibliotecas de campus San Joaquín, Casa Central y campus Oriente. El 98% de los participantes indicó que le gustaría que se volvieran a realizar actividades como ésta y el 92% de ellos consideró que el haber participado le favoreció en su estado de ánimo. Durante el segundo semestre del año, se invitó a Animalia UC para promover la adopción y la tenencia responsable.

Siestarios

Durante el segundo semestre, se intervino en relación al sueño y las siestas a través del uso de siestarios. Éstos fueron instalados en campus San Joaquín, campus Lo Contador y Casa Central, donde participaron 279 estudiantes. Todos los participantes completaron un cuestionario sobre su calidad de sueño y recibieron información sobre los beneficios de un buen dormir en la etapa universitaria y el uso adecuado de una siesta. El 82% de los participantes consideró que fue una muy buena intervención.

Ciclo de charlas

Se organizó un ciclo de charlas en campus San Joaquín y Casa Central exclusivo para funcionarios UC, donde se abordaron temas tales como “Manejando mi ansiedad dentro y fuera del trabajo”, “Negociando con el estrés”, “Sueño y bienestar



PONTIFICIA
UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE CHILE

laboral”, entre otros. Participaron 114 personas, el 82% de ellos consideró que los contenidos fueron de utilidad, y el 96% dijo que recomendaría el ciclo de charlas a otro colega.

Workshops y capacitaciones

A lo largo del año, se ofrecieron diferentes capacitaciones y workshops en Unidades Académicas, alcanzando la participación de 168 personas.

Participación en actividades/ferias

Como todos los años, se participó de la Feria Bienvenida Novata y Feria Vive Sano. Además, se destaca la participación del equipo en actividades organizadas por la escuela de Ingeniería Civil, Ciencias de la Salud, Filosofía e Ingeniería Comercial, donde se gestionaron actividades relacionadas a la promoción de la salud mental y el bienestar de sus alumnos. El total de intervenciones alcanzó 717 participantes, aumentando

Redes Sociales

Durante el 2018, específicamente en Facebook, tuvimos un alcance de 191.823 personas y 3.946 interacciones con los usuarios. En Instagram, tuvimos 1.798 interacciones.

c. PROGRAMA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO: +OPCIONES **ENCARGADAS: CATALINA MUÑOZ, MARÍA EUGENIA MILLAN, CARMIÑA PONS**

Capacitaciones

Durante el año 2018 hubo un significativo aumento en la solicitud de capacitaciones de Prevención del Suicidio por parte de la Comunidad UC, tanto estudiantes, administrativos como docentes, capacitándose un total de 1075 personas. El doble de personas respecto el 2017 y 4 veces más que el año 2016.

El equipo fue certificado como instructores en el QPR Institute, con el objetivo de poder ofrecer una capacitación práctica, probada y basada en evidencia para la prevención del suicidio, de manera que todas las personas de la comunidad UC que se capaciten puedan ayudar interviniendo de manera efectiva en personas que están con riesgo suicida o en crisis.

Posvenciones

Se realizaron 8 intervenciones de posvención, que se realizan en caso de muertes traumáticas o suicidios. Se apoyó a 41 alumnos y 18 funcionarios. Las intervenciones de posvención fueron ofrecidas para 1 suicidio de un alumno y 2 intentos de suicidios de otro alumno.

Intervenciones y Reuniones con UA

Se realizaron 4 intervenciones a 2 Unidades Académicas, las cuales tuvieron situaciones complejas que abordar con alumnos y se les apoyo realizando intervenciones grupales a un total de 55 alumnos.

Además, se realizaron 12 reuniones con UA, donde se apoyaron a 34 personas (directivos, docentes, administrativos y CCAA) de manera de orientarlos en situaciones complejas que presentaron con alumnos de sus UA.



Psicoeducación

Se crearon nuevos folletos informativos para entregar en las capacitaciones y ferias. Además, se enviaron 3

	Capacitaciones			Posvenciones	Intervenciones	Reuniones UA
	Estudiantes	Administrativos y Docentes	Total			
2016			232	156	-	6
2017			566	155	-	-
2018	696	379	1075	41	55	34

correos masivos con información de signos de sufrimiento emocional y riesgo suicida.

Tabla 3: Número de intervenciones año 2016-2018

d. PROGRAMA DE AUTOCUIDADO EN DROGAS PARA ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS (PADEU) **COORDINADORA: VANESSA CANTILLANO**

El Programa de Autocuidado en Drogas para Estudiantes Universitarios (PADEU) busca promover el autocuidado de los miembros de nuestra comunidad en el uso de tabaco, alcohol, marihuana y otras drogas. Incorpora como eje central estrategias preventivas y educativas en el autocuidado y la gestión de riesgos. El programa ofrece distintas actividades y modalidades de intervención, tanto para los alumnos como los funcionarios, se respeta la confidencialidad y están a cargo de profesionales de salud mental. Áreas de intervención del programa son: (1) apoyo: atención clínica y consejerías; (2) capacitaciones: Taller Organizadores de eventos y guardias pares y Talleres de Salud mental desde la perspectiva del uso de alcohol y otras drogas; (3) investigación: estudios de prevalencias y desarrollo de instrumentos y; (4) extensión: se comparte el conocimiento y la experiencia respecto al abordaje del consumo riesgoso y abusivo de alcohol y otras drogas (ver tabla 4).

Atención clínica, Consejerías:

Las Consejerías se basan en entrevista motivacional. Corresponden a una intervención breve (1 a 4 sesiones). En el caso de preocupación del alumno por su consumo de alcohol y/o marihuana se realiza evaluación de riesgo, acuerdo de objetivos y co-construcción de estrategias para reducir los riesgos. En el caso de preocupación del alumno por su consumo de tabaco se realiza evaluación inicial con foco en comorbilidad (médica y psiquiátrica) y luego intervención grupal o individual. Cuando la consulta a consejería es por preocupación de consumo de persona cercana o familiar, se entrega información y recomendaciones de cómo abordar situaciones difíciles relacionadas con esta temática. Si es pertinente, se realiza una derivación interna y se trabaja en coordinación con terapia individual en la Unidad de Apoyo Psicológico.

Tabla 4: Número de intervenciones individuales año 2016-2018

Actividad	2018	2017	2016
Consejerías	46	49	98
Asesoría técnica (Unidades académicas)	70	-	-
Capacitación sobre entrevista motivacional (profesionales)	45	-	-
Investigación	1	2	1
Reunión con alumnos	4	-	-
Reunión con Autoridades/ Académicos	24	-	-
Capacitación PES/Líderes	35	4	65
Intervenciones en Ferias	1.167	1.159	1.252
Ciclo de charlas	-	98	99
Taller TOE	143	221	227
Charla Salud Mental/Clases	-	107	156
Total	1.535	1.640	1.898

Extensión e Investigación

Se planificó el VIII estudio de drogas en estudiantes UC, con nueva metodología, en conjunto con equipo de DATA UC y se difundió el instrumento CUPIT, su utilidad dentro y fuera de la Comunidad UC. El instrumento CUPIT (*CANNABIS USE PROBLEMS IDENTIFICATION TEST*), fue validado por el equipo del Programa en 2015 y publicado en enero de 2017 en la revista Drug and Alcohol Dependence (Psychometric properties of the Spanish version of the Cannabis Use Problems Identification Test among Chilean university students: A validation study. Cantillano V, Del Villar P, Contreras L, Martínez D, Zuzulich MS, Ramírez C, Pons C, Bashford J. Drug Alcohol Depend. 2017 Jan 1;170:32-36). El instrumento está compuesto por 16 preguntas y evalúa: el consumo de cannabis en los últimos 12 meses (frecuencia e intensidad), en los últimos 3 meses (frecuencia e intensidad), los problemas inducidos por la droga, el riesgo de daño actual o en los próximos 12 meses y la dependencia.

Se realizaron presentaciones en Unidades Académicas de los resultados de VII estudio de drogas en estudiantes UC. Se hizo énfasis en los problemas asociados al consumo de marihuana, por su prevalencia y problemáticas; y por la disponibilidad de un instrumento validado (CUPIT) en nuestra población. Se fortalecieron las estrategias de trabajo conjunto con las Unidades académicas y se compartió información con los docentes sobre cifras de prevalencia en la UC y sobre efectos de marihuana en la salud.

Además, se entregó información basada en la evidencia respecto de los problemas asociados al consumo de alcohol y otras sustancias a través de medios presenciales y electrónicos y se realizó reunión con Secretaria General para la coordinación y trabajo conjunto de reforzar el conocimiento y cumplimiento de la Política de alcohol y drogas por la Comunidad UC.



Se presentaron trabajos en Congreso NASPA, en la Jornada de Adolescencia Clínica Alemana de Santiago y en el Congreso INEBRIA.

Sensibilización

A través de contenidos de correo masivo y redes sociales (ver tabla 5).

Tabla 5: Estadística de sensibilización a través de correo masivo (E- Health)

NOMBRE CAMPAÑA	VISUALIZACIÓN
Servicios PADEU	15.761
PADEU medicamentos para estudiar	17.793
Política de alcohol	10.056
Campaña 18	17.626
18 sin excesos	19.507
E-health "la salud mental es...."	16.367
E-health marihuana docentes	1.366
E-health marihuana funcionarios	1.600
E-health Alcohol 1 y 2	32.702

e. **PREVENCIÓN DE VIOLENCIA DE PAREJA**
COORDINADORA: CONSUELO ACHIARDI

Durante el 2º semestre del año 2018 se terminó el proyecto Programa de “Prevención de violencia de pareja de la UC”, se realizó una revisión de la bibliografía disponible sobre violencia en jóvenes, intervenciones de prevención de violencia en universitarios, factores de riesgo de violencia de pareja.

Se elaboró un marco teórico que desde el enfoque ecológico de prevención de la violencia que permitió elaborar las acciones que se implementaron.

Consejerías violencia de pareja

Es espacio de reflexión sobre el modo en que se desarrollan las relaciones de pareja, de promover relaciones afectivas saludables y de cómo pesquisar señales que podrían dar cuenta de estar en una relación disfuncional. Se iniciaron el segundo semestre de 2018. La difusión fue a través de correo masivo a los estudiantes y a los encargados de asuntos estudiantiles; y por redes sociales. Se realizaron 28 consejerías y 5 talleres.

2. **ÁREA DE CLÍNICA**

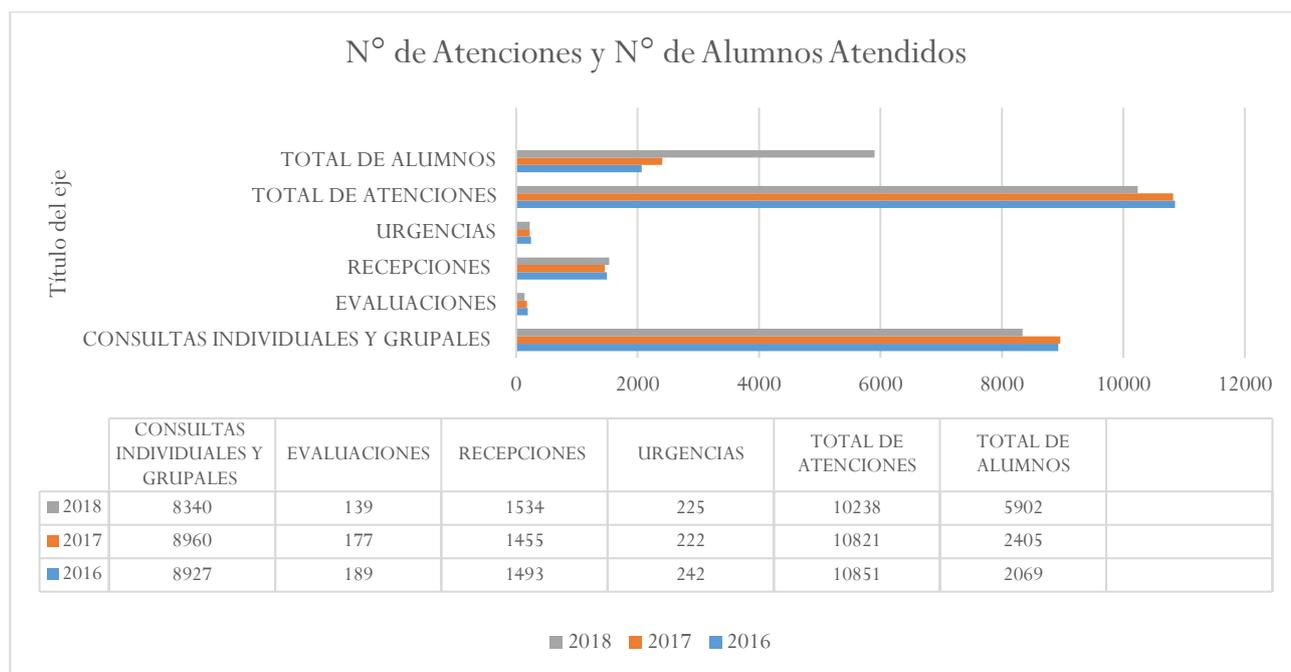
a. **CENTRO DE SALUD MENTAL ESTUDIANTIL (EX UAP)**
JEFA: MARIA EUGENIA MILLAN (SUBRROGANTE)

Psicoterapia individual

En 2018 se realizaron 10238 atenciones; se vieron un total 5902 alumnos e ingresaron a la atención psicológica 1534 nuevos pacientes (415 alumnos más que el año 2016) (ver gráfico 2). Los motivos de consulta más frecuentes durante el 2018 fueron: problemas afectivos (mc.2), problemas interpersonales (mc.3, mc.22),

problemas de rendimiento (mc.10) y problemas de pareja (mc.4). Los diagnósticos más frecuentes fueron: trastornos adaptativos (43%), trastornos de ansiedad (37%), trastornos del ánimo (32%), trastornos de personalidad (26%), abuso y dependencia de drogas (5%) y trastornos alimentarios (2%).

Gráfico 2: Número de atenciones y alumnos atendidos 2016-2018



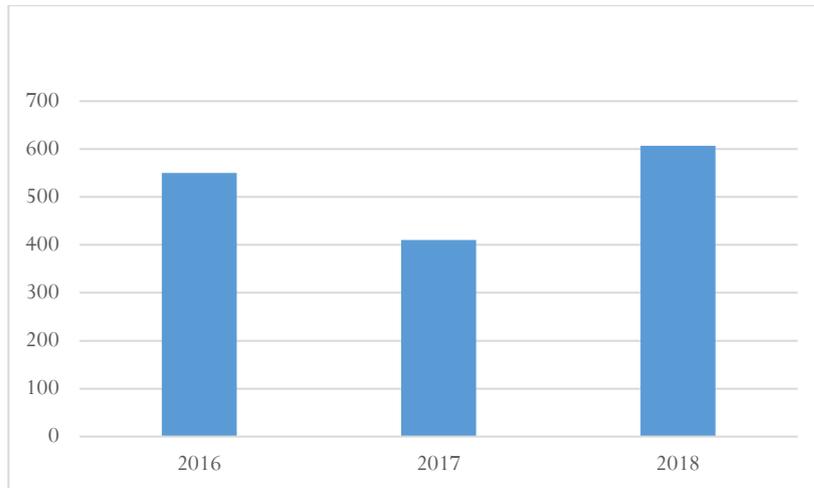
Durante el 2018 las atenciones de urgencia se mantuvieron respecto del año previo y aumentó el número de urgencias de salud mental a través del sistema de emergencias 5000.

Los motivos de consulta más recurrentes en las urgencias son: trastornos del ánimo (45%), trastornos de personalidad

(30%), trastornos ansiosos (14%), abuso de sustancias (5,7%) y cuadros psicóticos (4%). Cabe destacar que en la mayoría de los casos los trastornos de la personalidad van asociados a algunos de los cuadros anteriormente mencionados. Es relevante que en aproximadamente el 73% de las atenciones de urgencia realizadas en Salud Mental Estudiantil, existe ideación suicida o riesgo suicida. Cabe destacar que esta cifra no incluye las atenciones de urgencia en salud mental que atienden las enfermeras de Campus Saludable (sistema de emergencias 5000) mencionado anteriormente, ya que estos pacientes son derivados directamente al servicio de urgencia y no son contabilizados como urgencia en Salud Mental.

Con relación al número de suspensiones académicas por motivos de salud mental otorgadas durante el 2018, estas aumentaron de manera significativa de 410 en 2017 a 607 durante el 2018 (ver gráfico 3).

Gráfico 3: Número de medidas de suspensión académica por motivos de salud mental 2016-2018



Grupos de apoyo

Durante el 2018 se realizaron 8 grupos de apoyo con una duración de 8 sesiones, equivalentes a 570 atenciones. Se ofrecen dos tipos de grupo de apoyo:

- **Construyendo relaciones:** Dirigido a alumnos y alumnas con diversas dificultades para establecer relaciones sociales, lo que implica que generalmente se sientan ansiosos, avergonzados o incómodos en situaciones sociales, con dificultad para iniciar o mantener conversaciones, conocer gente nueva o integrarse a grupos. En este grupo, se realiza un cuestionario que mide el nivel de ansiedad social, en dos momentos; antes de comenzar las actividades del grupo, y una vez finalizado el mismo. Los resultados reflejan que 8 de 10 alumnos disminuyeron significativamente su puntaje.
- **Diversidad sexual:** Dirigido a alumnos y alumnas que son parte de la diversidad sexual y tienen interés en compartir su experiencia con otros estudiantes, y/o presentan inquietudes sobre la relación con su familia, amigos, relación de pareja, entre otros. Se realizó un focus group respecto al grupo de diversidad sexual, para levantar nuevas necesidades, y poder rediseñar el grupo acorde a las demandas actuales por parte de los alumnos.

El objetivo de ambos grupos, es que los participantes puedan compartir sus experiencias con otros alumnos con problemas similares, junto a una profesional, y a través de un trabajo grupal adquirir herramientas para enfrentar estas dificultades, disminuir la ansiedad y trabajar los sentimientos que puedan acarrear.

Durante el año, se incorporaron nuevos profesionales al equipo de grupos y a través de un trabajo colaborativo con todo el equipo clínico, surgieron propuestas para incorporar nuevos grupos de apoyo, acordes a los principales motivos de consulta atendidos de manera individual, que se materializaran en el 2019.



Sensibilización salud mental desde el área clínica:

Se repartieron 20 mil dípticos informativos en distintas temáticas. Se realizaron intervenciones comunitarias en la Feria Novata y Ferias Vive Sano, donde los alumnos participaron masivamente evaluando positivamente esta intervención.

b. PRESTACIONES DE SALUD FISICA Y PROCEDIMIENTOS

Durante 2018, se realizaron 12.368 consultas médicas correspondiente a 5.282 alumnos. Las hospitalizaciones fueron 43 y 43 alumnos.

Kinesiología 278 atenciones y 51 alumnos. Laboratorio 5.280 prestaciones y 997 alumnos. Procedimientos 1755 y 969 alumnos. Rayos 397 prestaciones y 248 alumnos. Atenciones servicio de Urgencia 894 atenciones y 726 alumnos (ver tabla 10).

Tabla 10: Número de prestaciones en convenio Red de Salud UC Christus 2016-2018

Prestaciones	2016	2017	2018
Consultas medicas	13.143	12.089	12.368
Hospitalizaciones	79	66	43
Kinesioterapia	310	269	278
Laboratorio	4.335	3.600	5.280
Rayos	472	318	397
Urgencias	1.436	1.307	894
Procedimientos	1.598	1.755	2.056

Gráfico 6: Número de Prestaciones en convenio Red de Salud UC Christus 2016-2018

3. ÁREA APOYO ACADÉMICO

a. CENTRO DE APOYO AL RENDIMIENTO ACADÉMICO Y DE EXPLORACIÓN VOCACIONAL: CARA UC JEFA: MARÍA JOSÉ ANAIS

El CARA UC realizó durante el 2018, 40.597 prestaciones, 11.218 menos que el año anterior (51.815). La baja de debió principalmente a que Ingeniería Civil, dejó de solicitar el curso taller de Hábitos y Estrategia de Estudio para novatos. Sin embargo, los otros servicios en conjunto, aumentaron en un 11% aproximadamente respecto al año anterior. Se observó un fuerte aumento en la sesión diagnóstica de 709 a 1.645, talleres de habilidades académicas de 2.929 a 3.634 y en capacitaciones de pares de 1.565 a 2.175 atenciones (ver tabla 7 y 8).



Durante enero se realizó el Taller “Preparándonos para rendir mejor en la UC” orientado a alumnos PACE y de Nivelación de la Dirección de Inclusión (9 versiones). El Taller “¿Cómo aprender con otros?” se realizó durante el mes de enero durante las mini cumbres de representantes estudiantiles. El primero con foco en apoyar con el desarrollo de herramientas de estudio. El segundo está enfocado en el desarrollo de habilidades para aprender mejor en el contexto de trabajos grupales dentro de la universidad.

Respecto a los cursos, durante el 2018 se realizaron 34 secciones del curso taller “Hábitos y estrategias de Estudio”, se hicieron 6 secciones del curso-taller de “Entrenamiento para la Acción Tutorial”, 6 secciones de “Aprendizaje Estratégico para el Egreso” y 7 de “Entrenamiento en presentaciones orales efectivas”, como se observa en el cuadro.

Tabla 7: Alumnos participantes cursos/taller CARA UC 2018 y Atenciones 2016-2018

CURSOS	Anual 2018		Atenciones		
	Nº Eventos	Nº Alumnos	2018	2017	2016
Taller de hábitos y estrategias de estudio	34	670	13.365	34.732	33.702
Presentaciones orales efectivas	7	78	1.556	857	931
Entrenamiento para la acción tutorial	6	96	1.914	1.874	2.514
Aprendizaje estratégico para el egreso	6	62	1.236	857	1.303
Taller de Iniciación College	40	880	8.193	-	-
Total	53	906	26.264	38.320	38.450

Tabla 8: Alumnos participantes en servicios CARA UC 2018 y Atenciones 2016-2018

SERVICIOS A ESTUDIANTES	Anual 2018		Atenciones 2016-2018		
	Nº Eventos	Nº Alumnos	2018	2017	2016
Sesión diagnóstica	152	1.645	1.645	709	956
Atención psicoeducativa	965	459	965	1.070	962
Atención psicopedagógica	103	41	103	131	164
Talleres de habilidades académicas	36	452	3.634	2.929	3498
Tutorías académicas pares	547	932	5.274	6.112	5637
Capacitaciones a tutores pares	15*	272	2.172	1.565	1196
Proceso selección de tutores pares	12	120	180	150	180
Charlas a estudiantes	5	79	105	-	-
Total	1.835	Se puede repetir un mismo alumno en diferentes servicios	14.078	12.666	12.593

*En 9 escuelas diferentes



Actividades para otros miembros de la Comunidad UC

Estas actividades responden a las demandas de servicios del CARA para Unidades Académicas y Centro de Extensión, (Capacitación para orientadores de colegios) (ver tabla 9).

Tabla 9: Número de participantes y atenciones en servicios de extensión 2018

SERVICIOS A COMUNIDAD UC	Anual 2018		Atenciones		
	Eventos	Participantes	2016	2017	2018
Charlas en Extensión (Comunicaciones)	1	120	-	-	240
Charlas a académicos y UA	1	10	-	-	15
Total	2	130			255

Otros

Se creó un nuevo Curso Taller de Iniciación para programa College, VRA 0901, que se realiza de manera conjunta con profesionales de College y su equipo de tutores. Se participó como exponentes en congreso, Naspa, OAES y Atacama.

