



RESULTADO 09

Estudios de caso Interactivos, de Innovación en el Apoyo a la Salud Mental del alumnado de la Educación Superior.

Partners on Embrace HE project



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΡΗΤΗΣ
UNIVERSITY OF CRETE



Resumen Ejecutivo

Este documento forma parte de los resultados del proyecto EMBRACE HE, financiado por la Agencia ERASMUS+ del Reino Unido y en curso entre 2019 y 2022, con el número de proyecto KA203-5B5EC153.

Puede utilizar libremente todos los kits de herramientas del proyecto y otros materiales, pero le pedimos, de acuerdo con los principios de propiedad intelectual, que si cita algo de aquí en publicaciones y demás, se mencione/cite el proyecto y la UE.

Los socios del proyecto son: Birmingham City University, Reino Unido; Universidad Pública de Navarra, España; Western Balkans Institute, Serbia; Panepistimo Kritis, Grecia; Vilnius Universitetas, Lituania. Colegas de la Universidad Pública de Navarra dirigieron la elaboración de este conjunto de herramientas, con el apoyo de los demás socios del proyecto.

El principal objetivo de este apartado era presentar ejemplos innovadores de apoyo al bienestar y la salud mental del alumnado de ES. Teniendo en cuenta el esfuerzo que las Instituciones de Educación Superior han realizado para mejorar el reciente reto de la brecha en la atención a la salud mental en la Educación Superior, este trabajo fue diseñado para hacer visibles algunas prácticas innovadoras que apoyan la salud mental y el bienestar del estudiantado.

Metodológicamente, el equipo líder estableció algunos criterios para seleccionar las prácticas. Teniendo en cuenta los resultados anteriores del proyecto, se concluyó que las prácticas que se sistematizarían como estudios de caso deberían seguir los siguientes criterios:

- a) Ser innovador (es decir, tener una característica que lo haga único y que destaque entre otros servicios por su especificidad, por ejemplo: ser nuevo, ser el único servicio a nivel nacional, haber sido reconocido por su innovación, haber sido pionero o un modelo a seguir para otros servicios, hacer uso de una metodología nueva o especial, etc).
- b) Estar gestionado por la universidad, ya sea por personal o por asociaciones de estudiantes.

- c) Disponer de evidencias suficientes (cualitativas o cuantitativas) que demuestren sus resultados positivos en el bienestar y la salud mental del alumnado. En caso de no disponer de evidencias por tratarse de una práctica nueva, disponer de un plan de evaluación.
- d) Atender y dar respuesta a algunas de las necesidades actuales de atención a la salud mental del alumnado de Educación Superior (por ejemplo: atender las necesidades de atención psicológica derivadas de la Covid-19, atender los trastornos psicológicos más frecuentes de los estudiantes, apoyar cualquier situación de estrés derivada de la carga académica, etc).

Se seleccionaron cinco estudios de caso, por su innovación, pertinencia y efectos positivos en la salud mental y el bienestar del alumnado. Se recopiló la información clave de cada uno de ellos y se presentó en un informe. Además, se creó un vídeo animado para cada uno de los casos, con el objetivo de facilitar el acceso y la transmisión de la información principal de cada práctica. Cada equipo del Consorcio EMBRACE HE eligió una práctica innovadora para sistematizarla y difundirla. En el documento se puede encontrar el conjunto de detalles de esas prácticas seleccionadas:

- Formación en Primeros Auxilios de Salud Mental: programa diseñado para formar al personal en cuestiones de primeros auxilios de salud mental y apoyar a su alumnado en situaciones difíciles de salud mental. Está desarrollado por "Mental Health First Aids England": <https://mhfaengland.org/individuals/higher-education/>.
- Caring Universities: una intervención electrónica de salud mental que pretende ofrecer información sobre la salud mental del alumnado, al tiempo que promueve una serie de cursos en línea para abordar problemas de salud mental como la ansiedad. Es el resultado de un proyecto de colaboración entre la Universidad Libre de Ámsterdam, la Universidad de Leiden, la Universidad de Maastricht, la Universidad de Utrecht, la Universidad Erasmus de Rotterdam, la Universidad Holandesa de Ciencias Aplicadas y la Universidad de Ámsterdam.: <https://caring-universities.com/nl/>.

- Compludog: una intervención asistida por animales para reducir la ansiedad y el estrés antes de los exámenes. Es un programa concebido en la Universidad Complutense de Madrid.
- Apoyo a los estudiantes refugiados de guerra en la enseñanza superior: un ejemplo de cómo responder a la crisis de salud mental a la que se enfrentan los estudiantes de una universidad lituana debido a la actual situación de guerra en Ucrania. Ha sido desarrollado por la Universidad de Vilnius: <https://www.vu.lt/en/>
- Fomento de la resiliencia y gestión de la fatiga Zoom: una guía diseñada para apoyar al personal y al alumnado en cuestiones relacionadas con el agotamiento y la fatiga debidos al uso excesivo de plataformas en línea para estudiar y trabajar. Ha sido creada por el Centro de Asesoramiento de Estudiantes de la Universidad de Creta.: <https://en.uoc.gr/>

Además de estos estudios de caso, también se describieron brevemente seis prácticas desarrolladas en otras universidades por su potencial de innovación y eficacia a la hora de apoyar la salud mental de los estudiantes en la Enseñanza Superior.

Referencias

- Institute of International Education (2016). Supporting Displaced and Refugee Students in Higher Education: Principles and Best Practices. From: <https://www.iie.org/Research-and-Insights/Publications/Supporting-Displaced-and-Refugee-Students-in-Higher-Education>
- Lee, J. (2020). *Psychiatric Times*. From <https://www.psychiatristimes.com/view/psychological-exploration-zoom-fatigue>
- Milton, S. (2018). Higher Education and Post-Conflict Recovery. Palgrave, Macmillan.
- Morgan, A., Ross, A., & Reavley, N. (2018). Systematic review and meta-analysis of Mental Health First Aid training: Effects on knowledge, stigma, and helping behaviour. *PLOS ONE*, 13(5), e0197102. doi: 10.1371/journal.pone.0197102
- Peña Gil, D., Camilli Trujillo, C., and García García, M. (2022). Effects of a Canine-Assisted Intervention in Perceived and Physiological Stress of Spanish University Students. *Society & Animals*, in press.
- Peña Gil, D., García García, M., and Camilli Trujillo, C. (2019). Dog-assisted intervention at a Spanish university: pilot study. *Journal of Applied Research in Higher Education*, 12(2), 344-356. DOI: <https://doi.org/10.1108/JARHE-03-2019-0067>
- Soberon, M. A., Reuter, L., & Chibuzor, A. (2017). Supporting University Community Pathways for Refugees-Migrants. From: https://ec.europa.eu/migrant-integration/library-document/accessing-higher-education-europe-challenges-refugee-students-strategies-overcome_en
- Unangst, L., & Crea, T. M. (2018). Higher Education for Refugees: A Need for Intersectional Research. *Comparative Education Review*, 64(2).