

La salud mental y la prevención de adicciones en la educación superior de México

The promotion of mental health and the prevention of addictions in higher education in Mexico

Berenice Castillejos López

RESUMEN

El propósito de este ensayo está orientado en identificar los esfuerzos de los *stakeholders* involucrados en salud mental y adicciones, así como analizar el estado actual de estos dos temas en las instituciones de educación superior de México. Los informes internacionales y nacionales están mostrando una realidad que las universidades de la cual no deben hacer caso omiso al momento de diseñar políticas y estrategias sobre calidad educativa. De igual forma los estudios académicos realizados durante y posterior al confinamiento por COVID-19 recomiendan a las autoridades educativas revisar los protocolos de prevención e intervención que aplican en sus universidades. Asimismo, se identifica que no solo deben encauzarse los programas de atención a la población estudiantil, sino a todo el personal que labora en tales instituciones. Como conclusión, la salud mental y las adicciones son temas prioritarios en la política del sistema educativo y en las directrices sobre salud pública en México. Para ello se requiere de un trabajo conjunto y el convencimiento de las autoridades académicas por contar con espacios y personal que fomente acciones preventivas sobre adicciones y promueva actividades en pro de la salud mental.

Palabras clave: Adicción, educación antidrogadicción, educación superior, salud mental, universidades.

ABSTRACT

The purpose of this essay is to identify the efforts of stakeholders involved in mental health and addictions, as well as to analyze the status of these two issues in higher education institutions in Mexico. International and national reports are showing a reality that universities should not ignore when designing policies and strategies on educational quality. Similarly, the academic studies conducted during and after the COVID-19 confinement recommend that educational authorities review the prevention and intervention protocols they apply in their universities. Likewise, it is identified that not only the programs of attention should be channeled to the student population, but also to all the personnel working in such institutions. In conclusion, mental health and addictions are priority issues in the educational system policy and public health guidelines in Mexico. This requires a joint effort and the conviction of the academic authorities to have spaces and personnel that encourage preventive actions on addictions and promote activities in favor of mental health.

Keywords: Addiction, drug education, higher education, mental health, universities.

INTRODUCCIÓN

Si la educación es una práctica de la libertad, el aprendiz no debería ser reducido a una cosa que se rescata, al suministrarle toneladas de información, sino ser un sujeto que debe autoconfigurarse de forma responsable (Freire, 1970). Desde una posición holística, la educación del universitario debería hacer más énfasis en integrar competencias que requerirá a lo largo y ancho de su vida, de tal forma que alcance su potencial como agente de cambio, que no solo tenga una participación en su comunidad, sino que esté también preparado para hacer frente a esta transición global. El desarrollo de tales competencias involucra habilidades personales, sociales, digitales y ecológicas (IESALC, 2023). Lo anterior descansa en la visión holística de los cuatro pilares de la educación de Delors, vinculados a conocer, hacer, aprender a convivir con los demás, así como aprender a ser (Delors, 1996).

No hay que olvidar que la sociedad hoy en día se encuentra sumergida en un mundo supeditado al yo personal, reaccionando a un sistema económico que se orienta a una dinámica intensa de producción, explotación y consumo, donde se antepone el *tener* antes del *ser*. Además, esta vive atada a actividades que generan dependencias. En el aula, tanto el docente como el aprendiz solo están atendiendo una fracción del saber que la educación bancaria les ha impuesto, centrándose más en los conocimientos y habilidades del área disciplinar que en las competencias socioemocionales (Freire, 1970; García, 2015).

Tal como señala Morin (1999), el proceso de enseñanza-aprendizaje debe visualizarse desde un pensamiento complejo, esto implica educar desde una posición holística, atendiendo la realidad actual y los desafíos de este siglo XXI, ubicado en la era de la *modernidad líquida*, tal como lo menciona Bauman (2003), ya no es necesario posponer las necesidades, la espera ha sido eliminada, por tanto, el breve goce ha llevado al uso instantáneo y la búsqueda de nuevas experiencias. Algunos jóvenes universitarios andan en busca de satisfactores reconfortantes, pero engañosos, que les produzcan placer y ayuden a aligerar sus problemas de salud mental.

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022) establece que la salud mental es considerada una parte de la salud integral, descrita como un derecho humano básico que posee cualquier individuo. Al visualizarlo desde dos extremos, por un lado, la salud mental se orienta al equilibrio físico y psicosocial, lo que permite al individuo conectarse con la vida, haciendo frente a los momentos de estrés, desarrollando ha-

Berenice Castillejos López. Profesora-Investigadora del Instituto de Turismo de la Universidad del Mar, Oaxaca, México. Se desempeña como docente en la Licenciatura de Administración Turística. Perteneció al Sistema Nacional de Investigadoras e Investigadores, Nivel 1, y cuenta con el reconocimiento de perfil deseable PRODEP. Es Doctora en Sistemas y Ambientes Educativos por la Universidad Veracruzana. Interesada en profundizar en temas vinculados con educación superior, tecnología educativa, inteligencia artificial, así como el aprendizaje permanente. Correo electrónico: berenicecas@huatulco.umar.mx. ID: <https://orcid.org/0000-0002-3195-9017>.

bilidades para aprender y trabajar adecuadamente para contribuir con su comunidad. Por otro lado, se presentan estados debilitantes de sufrimiento y dolor emocional, que combinados con una adicción pueden agravar su vida.

La adicción es concebida como “la enfermedad física y psico-emocional que crea una dependencia o necesidad hacia una sustancia, actividad o relación” (Ley General de Salud, artículo 72, en DOF, 2022). Por lo antes expuesto, tanto la salud mental como las adicciones deben tener un carácter prioritario en las políticas públicas, por tanto, deberán establecerse estrategias de atención conforme a lo establecido en las leyes mexicanas y acuerdos internacionales en el tema de derechos humanos.

En el último lustro la pandemia por COVID-19 vino a visibilizar más la necesidad de poner atención a estos aspectos: la salud mental y las adicciones. De acuerdo con la OMS (2022), durante el año 2020 los casos de depresión y ansiedad tuvieron un aumento del 25%, resultado que se añadió a los casi mil millones de personas que ya padecían este tipo de enfermedades en el mundo.

En lo que se refiere a adicciones, la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición –Ensanut– del año 2022 reportó que en el segmento de adolescentes prevaleció un 20.6% de consumo de alcohol, un 13.9% de los encuestados argumentaron haber bebido de forma excesiva en los últimos 12 meses, en tanto que un 5.2% externó haberlo hecho durante el último mes. Entre los hallazgos se observó que a medida que aumenta la edad hay mayor consumo, además, el nivel socioeconómico es un factor determinante, así como la falta de escolaridad. Respecto al grupo de adultos (mayores de 20 años) sobresalen los hombres, dentro de este segmento el alcohol prevaleció en un 55%, de los cuales un 40.4% externó haber bebido de forma excesiva durante el último año, en tanto que un 19.1% manifestó mostrar conductas de exceso durante el último mes. En resumen, se identificó mayor incidencia de alcoholismo en personas de menor edad y en aquellos que habitan en zonas metropolitanas. De igual forma se identificaron factores determinantes en el consumo, tales como el nivel socioeconómico y la escolaridad (Ramírez-Toscano et al., 2023).

Respecto al consumo de tabaco, un 4.6% de los adolescentes respondieron que fuman, mientras un 3.7% señalaron que habían dejado de fumar. Respecto a los adultos, el 19.5% externó que fuma y un 17.8% comentó que había dejado dicha adicción. Entre los factores que más inciden en su causa se ubica el lugar de residencia, encontrando mayor incidencia en las ciudades; de igual forma se identifica el nivel educativo y la región a la que pertenecen. Otro aspecto por resaltar es que el 2.6% de los adolescentes y el 1.5% de adultos se consideran parte de la demanda de cigarrillos electrónicos, también conocidos como vapeadores o vaporizadores (Barrera-Núñez et al., 2023).

En el uso de sustancias psicoactivas, el Informe mundial sobre las drogas 2023, señaló que la proliferación de drogas sintéticas como la metanfetamina y el fentanilo, así como las innovaciones en el suministro de drogas de origen vegetal, obstaculizan

el avance hacia los Objetivos de Desarrollo Sostenible –ODS–, siendo los jóvenes el segmento más vulnerable. El aumento de trastornos mentales aumenta el consumo de drogas y, como un círculo vicioso, estas últimas pueden agravar los problemas de salud mental en el mundo. En el informe se identificó que en el año 2021 prevaleció el uso de cannabis. En población de 15 y 16 años de edad se reportó un 5.34% de consumidores, en tanto en adultos se identificó un 4.3%. Dentro del reporte también se señala a México junto con Norteamérica como los sitios con aumento en tratamientos de personas con trastornos por uso indebido de metanfetamina. En el caso de Estados Unidos, los decesos por sobredosis de fentanilo se dispararon durante la pandemia por COVID-19 (UNODC, 2023).

En México, la Comisión Nacional de Salud Mental y Adicciones –Conasama–, a través del Observatorio Mexicano de Salud Mental y Adicciones, reportó que en el periodo 2022-2023 el perfil de los consumidores de sustancias ilícitas estuvo constituido por personas de aproximadamente 29 años, más del 80% hombres. Las sustancias con mayor demanda fueron los estimulantes de tipo anfetamínico –ETA–, con un 46.2%, seguidas del alcohol con el 24.6% y la marihuana con el 13.3%. Respecto a la variable sexo, se identificó que el alcohol fue el principal motivo de solicitud de tratamiento por parte de las mujeres –35%–, caso contrario de los hombres, siendo los estimulantes de tipo anfetamínico los principales motivos de consumo (49%) y, por ende, la causa de tratamiento (Conasama, 2023a).

Por lo antes expuesto, el propósito de este ensayo está orientado en identificar a los *stakeholders* involucrados en salud mental y adicciones, así como analizar el estado actual de la promoción y la prevención respectivamente, desde el contexto de la educación superior en México. Para esto se destacan los esfuerzos de organismos internacionales, nacionales y asociaciones civiles, así como también se identifican las actividades que ciertas universidades mexicanas han implementado en sus instituciones. Del mismo modo se señalan áreas de mejora para la asistencia de la comunidad universitaria en este tipo de temas.

LA EDUCACIÓN SUPERIOR EN MÉXICO

La Dirección General de Planeación, Programación y Estadística Educativa –DG-PPyEE– de la Secretaría de Educación Pública –SEP– reportó que durante el ciclo escolar 2022-2023 en educación superior escolarizada se identificaron 5,933 instituciones,¹ de las cuales son 37 escuelas Normales, 4,813 de licenciatura (incluyendo técnico superior y universidades tecnológicas) y 2,716 de posgrado. De un total de 4,422 instituciones, se reportaron 4,032,931 alumnos, de los cuales 2,131,408 fueron

¹ El total de escuelas no corresponde a la suma de los servicios, debido a que en cada una de ellas se puede atender más de un servicio.

mujeres y solo 1,901,523 fueron hombres. Respecto a los docentes, la cifra fue de 349,288 (SEP, 2023a).

La mayoría de las instituciones de educación superior diseñan su currículo desde un enfoque profesionalizante y disciplinar, por tanto, las innovaciones académicas transdisciplinarias todavía son limitadas. Visualizar al mundo desde el pensamiento complejo conlleva romper fronteras entre las áreas disciplinares y comenzar a reflexionar en el aula sobre los principales desafíos y problemas que aquejan al mundo. Tanto los *stakeholders* (grupos de interés) del sector educativo como los docentes desempeñan un papel clave en las mejoras del sistema educativo nacional, pero no hay que olvidar que el desempeño del estudiante será un factor determinante en los indicadores de eficiencia terminal de la institución; ante tal situación, el tema de la salud mental y las adicciones son asuntos prioritarios en la política del sistema educativo y dentro de la comunidad universitaria. Esto no debería limitarse a charlas para estudiantes o al diseño y posteo de material digital para cumplir con las campañas del gobierno federal, tanto los coordinadores del programa de tutorías académicas como la instancia de psicopedagogía y el departamento de capacitación de personal deben contar con un plan de prevención e intervención para evitar el desarrollo de trastornos mentales más graves (Conasama, 2023b; Morin, 1999; Romo, 2011; Takayanagui, 2023).

STAKEHOLDERS VINCULADOS A TEMAS DE ADICCIONES Y SALUD MENTAL

Atender el tema de las adicciones conlleva identificar a los *stakeholders* que están diseñando estrategias en la prevención y control de las adicciones. Para efectos de este trabajo, en la Tabla 1 se identifican organismos internacionales especializados que

Tabla 1
Identificación de stakeholders

| Organizaciones internacionales | Organizaciones nacionales | Asociaciones civiles en México |
|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> La Organización de las Naciones Unidas (ONU) • Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (UNODC) • Organización Mundial de la Salud (OMS) • Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) Organización de Estados Americanos (OEA) • Organización Panamericana de la Salud (OPS) | <ul style="list-style-type: none"> • Comisión Nacional de Salud Mental y Adicciones (Conasama) • Secretaría de Salud (SSA) • Secretaría de Educación Pública (SEP) • Instituto Mexicano de la Juventud (Imjuve) • Secretaría de Bienestar • Guardia Nacional | <ul style="list-style-type: none"> • Centros de Integración Juvenil A.C. (CIJ) • Central Mexicana de Servicios Generales de Alcohólicos Anónimos, A.C. • Narcóticos Anónimos (NA) Región México • Central Mexicana de Servicios Generales de los Grupos Familiares Al-Anon A.C. • Neuróticos Anónimos (N.A.) |

Fuente: Elaboración propia.

derivan de la Organización de las Naciones Unidas –ONU– y de la Organización de Estados Americanos –OEA–; de igual forma se hace mención de dependencias nacionales de carácter público, involucradas con la seguridad, la salud y la educación, así como asociaciones civiles que realizan esfuerzos en territorio mexicano.

Desde la ONU, la agenda de los 17 Objetivos para el Desarrollo Sostenible –ODS–, en su tercer objetivo relativo a la salud y bienestar, para el año 2030 tiene como propósito promover la salud mental y el bienestar mundial, así como atender los esfuerzos en materia de prevención y tratamiento de sustancias psicoactivas, incluyendo los estupefacientes y el alcohol. A través de la OMS y la UNODC, la ONU desarrolla políticas y estrategias en ambos temas (PNUD, 2023).

La ONU, por la vía de la OMS (2022), identifica tres vías de transformación para la mejora de la salud mental: 1) profundizar en el valor y el compromiso; 2) reorganizar entornos tales como hogares, escuelas, lugares de trabajo, los servicios de atención de salud, así como los espacios de convivencia comunitaria y los entornos naturales; 3) reforzar la atención de la salud mental.

La UNODC en su visión estratégica 2022-2025 para América Latina y el Caribe ha priorizado atender cuatro temas: la corrupción y el delito económico; la problemática del consumo de drogas; la delincuencia organizada transnacional, así como la prevención del delito y la justicia (UNODC, 2022).

Aunado a lo anterior, la OMS con su sistema mundial de información GISAH –Global Information System on Alcohol and Health– busca obtener datos sobre la intensidad y los patrones del consumo de alcohol, así como los efectos de esta enfermedad y lo relacionado a normativas; de igual forma establece el Plan de Acción Mundial sobre el Alcohol 2022-2030, además de contar con la iniciativa SAFER que opera desde el año 2018, la cual se orienta en valorar las políticas de salud pública y la interferencia de las organizaciones dedicadas a la venta de alcohol y sus posibles restricciones (OMS, 2024a, 2024b; OPS, 2022).

En lo que refiere a la OPS, trabaja el proyecto “Abordaje integral de la concurrencia entre trastornos por uso de sustancias y otros trastornos mentales y de la conducta, en países de América Latina” (OPS, 2023). En materia educativa, la OPS en su sitio web propone un kit para talleres con adolescentes y jóvenes denominado “Salud mental es cosa de todas y todos”.

Por su parte, en México el 22 de mayo del 2023 se creó la Comisión Nacional de Salud Mental y Adicciones (Conasama, 2023b), y a partir de este hecho se fusionaron tres instancias del gobierno: el Secretariado Técnico del Consejo Nacional de Salud Mental –STConsame–, los Servicios de Atención Psiquiátrica –SAP– y la Comisión Nacional contra las Adicciones –Conadic–. El propósito de esta comisión es elaborar políticas, diseñar estrategias de prevención y atención de problemas relacionados con la salud mental y las adicciones. Esto implica impactar en aspectos biopsicosociales con la finalidad de prevenir y reducir el consumo de sustancias psicoactivas, en la

población infantil y juvenil principalmente, además de contar con la Red Integrada de Servicios de Salud Mental y Adicciones, así como de la Línea de la Vida. Para la disponibilidad de datos e información, la cuenta opera un Observatorio Mexicano de Salud Mental y Adicciones. Entre las actividades que están realizando se encuentra la operación de los distintos centros de atención en el país, el Programa Nacional para la Prevención del Suicidio, así como la Estrategia Nacional para la Prevención de Adicciones –ENPA– “Juntos por la paz”. También Conadic (2023) y STConsame (2023) cuentan con microsítios activos con materiales, como es el caso de la *Guía de prevención de adicciones*, documentos varios sobre ansiedad, duelos, estrés y prevención del suicidio, por mencionar algunos.

Por su parte, la SEP estableció “Estrategia en el aula: prevención de adicciones”, acción que surgió en el mes de abril del 2023, orientada a estudiantes de secundaria y de educación media superior, con materiales para estudiantes, docentes, padres y familiares. En colaboración con los CIJ, la SEP desarrolló guías, carteles y videos que abordan temas centrados en las drogas y su clasificación –fentanilo, cristal, metanfetaminas, cannabis, alcohol, tabaco, vapeadores, tabaco, benzodiacepinas y otras sustancias–. Además, en su sitio oficial cuentan con un repositorio con materiales de los CIJ, Conadic y SSA, principalmente (SEP, 2023b; CIJ, 2023a).

En lo que refiere al Programa Nacional de Convivencia Escolar, la SEP cuenta con materiales didácticos que se centran en manuales y guías tanto para docentes como para estudiantes. El Instituto Mexicano de la Juventud –Imjuve– con su iniciativa “Contacto joven” otorga atención a la salud mental de forma digital, asimismo en el tema de adicciones colabora con aliados para promover acciones de prevención (Imjuve, 2023).

Por su parte, la Secretaría de Bienestar (2023) a través de sus aliados colabora ofertando cursos y talleres sobre salud, protección y cuidado, educación, desarrollo personal, sustentabilidad, así como recreación y esparcimiento. De igual forma, la Guardia Nacional –GN– ofrece pláticas a estudiantes, profesores y personal administrativo sobre prevención de adicciones y salud mental (GN, 2023).

Desde la sociedad civil, se identifican los esfuerzos de la asociación civil Centros de Integración Juvenil –CIJ–, fundada en 1969 con el propósito de desarrollar actividades de prevención de adicciones, así como asistir en tratamientos, desarrollar labores de investigación y capacitación sobre el consumo de drogas (CIJ, 2023a).

Además, los CIJ ofrecen el servicio de orientación y apoyo en línea. En su sitio web oficial disponen de una prueba de autodiagnóstico sobre alcohol, tabaco, drogas, depresión, ansiedad, violencia de pareja y riesgo suicida, así como material interactivo para la familia y un apartado llamado “Desinfórmate” con contenidos de la estrategia en el aula SEP y un apartado especializado en drogas; además de contar con la iniciativa “Jóvenes en acción”, espacio de colaboración virtual interactiva para jóvenes, y promover el voluntariado a través de diversas actividades. Otra iniciativa son los “Clubes

por la paz”, proyectos educativo-formativos, físico-deportivos, culturales-artísticos y lúdico-recreativos para la comunidad en general. También ofertan seis diplomados realizados en colaboración con otras organizaciones, así como diez cursos virtuales que en su mayoría son gratuitos. Cuentan también con una biblioteca virtual donde comparten información relevante (CIJ, 2023a, 2023b).

Existen también otras asociaciones civiles que cuentan con grupos de autoayuda, como la Central Mexicana de Servicios Generales de Alcohólicos Anónimos A.C., para personas con problemas de alcoholismo; los Narcóticos Anónimos –NA– Región México, que otorgan asistencia a personas con abuso de sustancias; la Central Mexicana de Servicios Generales de los Grupos Familiares Al-Anon A.C., que asiste a familiares y amigos de alcohólicos, ofreciendo sesiones en el grupo de Al-Anon (grupo genérico), Al-Ateen (de 12 a 19 años) e Hijos Adultos de Alcohólicos (a partir de 20 años). En el tema de salud mental se ubica a Neuróticos Anónimos A.C. Todos estos programas de ayuda mutua están basados en los 36 principios de Alcohólicos Anónimos, que se centran en la recuperación, unidad y servicio. Tales espacios cuentan con sesiones de hora y media en diversos horarios, donde la persona con adicciones o los que presentan problemas de carácter emocional reciben ayuda a través de un compartimiento mutuo. En su labor de servicio, tales instancias solicitan a las instituciones educativas que les permitan realizar sus actividades de difusión pública, las que consisten en compartir información con la comunidad universitaria. En caso de que la escuela requiera del apoyo adicional, existe la modalidad de contar con sesiones a través de la conformación de grupos institucionales en las aulas de la universidad (Al-Anon, 2023; Alcohólicos Anónimos, 2023; Narcóticos Anónimos, 2023; Neuróticos Anónimos, 2023).

LA SALUD MENTAL Y LAS ADICCIONES EN LA COMUNIDAD UNIVERSITARIA

Una de las actividades de intervención de salud mental realizadas en universidades mexicanas se identifica en la investigación de Benjet et al. (2019). A través del proyecto “Puertas” se desarrollaron estudios con estudiantes de nuevo ingreso sobre la detección de psicopatologías y la necesidad de acceder a los servicios de asistencia psicológica, con el fin de que el aprendiz pudiera generar una transición exitosa a la educación superior.

Por otro lado, abordar temas sobre salud mental y adicciones obliga a identificar aquellos estudios realizados en el confinamiento por COVID-19. Dichas investigaciones revelaron las posiciones de estudiante, docentes y demás personal que labora en las universidades y que, al trabajar de forma remota, este acto trajo consigo una serie de impactos en la salud de la comunidad universitaria.

De los estudios identificados en universidades mexicanas, se encontró que los estudiantes reportaron que la pandemia tuvo un impacto en su salud mental, a pesar de que algunos universitarios externaron que buscaron medios de distracción mental para combatir el estrés que les generó el confinamiento (Balderas, 2023; Infante et al., 2021; Vuelvas-Olmos et al., 2023; Zamarripa et al., 2020). Por otra parte, Borges et al. (2023) señalan que durante el confinamiento por COVID-19 la incidencia de pensamiento y comportamiento suicida en universitarios aumentó.

El trabajo a distancia en etapa de confinamiento por COVID-19 y el periodo de retorno a clases presenciales han revelado ciertos problemas en la salud mental de los profesores universitarios. El síndrome de *burnout* o síndrome del quemado, entendido como un tipo de estrés laboral, ha cobrado auge en las universidades de México y fue una de las principales causas de afectación de los docentes. La edad, el género, el tipo de contratación, la antigüedad en la institución, los niveles de formación, la carga laboral, la multiplicidad de roles en labores académicas y administrativas, así como el acoso laboral, son algunos de los factores identificados (Alvarado y Berra, 2021; Anaya, 2024; Arrona-Palacios et al., 2022; Olivares et al., 2020; Zapata-Garibay et al., 2021).

Por lo antes expuesto, la pandemia por COVID-19 ha intensificado los problemas de salud mental en la comunidad universitaria, tanto personal académico y administrativo como estudiantes han enfrentado cambios drásticos en la forma de interactuar, trabajar y participar en las actividades que demanda la universidad. El ambiente escolar que perciben los estudiantes así como las condiciones laborales del personal son fundamentales para comprender los niveles de estrés, ansiedad, depresión, despersonalización, agotamiento emocional y baja actividad física que puede estar reflejando este colectivo (Cortés et al., 2023).

Cabe señalar que los estudiantes universitarios son los tomadores de decisiones del futuro, por tal motivo, las autoridades universitarias deberían garantizar ambientes saludables y contribuir con estilos de vida más sanos con su comunidad estudiantil. Esta participación de los gestores universitarios no debe visualizarse solo como un cumplimiento de indicadores que se le solicitan a la institución para evaluar su calidad educativa, sino como una responsabilidad social y ética (Morin, 1999; Núñez-Rocha et al., 2020).

Entre las universidades mexicanas que abordan temas de salud mental, la Universidad Autónoma Metropolitana –UAM– cuenta con una línea de atención psicológica para la comunidad universitaria y público en general, así como el acompañamiento de este tipo de temas, desde la defensoría de los derechos universitarios (UAM, 2022, 2024); mientras tanto, los esfuerzos de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM, 2022) descansan en un Programa de Salud Mental –Prosam– que se traduce en investigación y actividades de intervención, y la implementación de la aplicación móvil “Yolo”, cuyo propósito está orientado en

ofrecer asistencia emocional. Dentro del rubro de la formación continua, se consideran cursos, talleres de convivencia, charlas informativas, conversatorios y foros. De igual forma se establecen ferias universitarias y campañas de sensibilización en la *Gaceta Universitaria* y demás espacios digitales de la institución. Respecto al Tecnológico de Monterrey (2024), esta institución desarrolló el programa “¡Queremos!”, el cual incluye tratamiento psicológico, línea telefónica las 24 horas, y realizan la semana de difusión del programa para promover hábitos saludables; de igual forma en sus campus tienen espacios de meditación, llamados “Puntos blancos”.

Dentro del tema de salud mental hay que reflexionar en torno a las adicciones, por tanto, para efectos de este documento la discusión se centra en el consumo de alcohol, tabaco y drogas. Las universidades deberían tener programas integrales de prevención de adicciones tanto para el personal académico y administrativo como para la comunidad estudiantil, siendo esta última a la que más se dirigen las campañas de prevención.

Desde el año 2005 la Universidad Autónoma de Aguascalientes (UAA, s.f.) implementó el Programa de Intervención Breve para Adolescentes –PIBA–, el cual desde el 2020 ha incorporado herramientas tecnológicas para dar asistencia virtual. Por su parte, la UNAM (2018), a través de la Facultad de Medicina, cuenta con una Clínica de Atención Integral para las Adicciones –CLIA– que da servicio a la comunidad universitaria.

A partir de lo anterior se identifican actividades que pueden realizar las instituciones educativas: líneas telefónicas y aplicaciones móviles de atención a la comunidad universitaria; actividades de investigación e intervención; desde la formación, se ubican cursos, talleres de convivencia, charlas informativas, conversatorios y foros, además de actividades de difusión, como las ferias sobre salud y campañas de sensibilización en espacios de divulgación y medios sociales de la institución; también contar con espacios de meditación y reuniones grupales entre pares; el diseño de políticas de fraternidad universitaria sin alcohol y drogas, así como la identificación de espacios libres de adicciones; desarrollo de anuncios con mensajes de prevención entre pares; programas de sensibilización sobre el abuso de sustancias, adaptados a estudiantes de la localidad; campañas de *marketing* social de concientización y promoción de eventos recreativos, así como programas para empoderar a jóvenes que pueden ser modelos a seguir que promueven la salud mental (Aresi et al., 2023).

En la planeación de actividades de intervención, tanto presencial como virtual, deben considerarse aspectos tales como la vergüenza, el estigma, el deseo de manejar los problemas por sí mismos y las creencias sobre la eficacia del tratamiento. Dentro de la comunidad universitaria, el área de atención psicológica debe contar con protocolos de atención que aseguren el anonimato del paciente; es importante fomentar ambientes seguros para que la comunidad universitaria no pierda interés

por las sesiones de intervención y las actividades que se programan dentro de la institución educativa, además de considerar el protocolo de atención psicológica para la ideación suicida, esto es de suma importancia para comenzar a romper el estigma sobre el abordaje de temas de prevención del suicidio (Benjet et al., 2020).

Ahora bien, las autoridades universitarias deberían diseñar recomendaciones y programas de intervención de forma integral, que no se limiten a charlas, elaboración de carteles, videos o desarrollo de eventos recreativos y deportivos para los estudiantes; el personal que labora en la Universidad también necesita atención en estos temas. Las cifras e información antes expuesta revelan la importancia de mantener los espacios educativos lo más sanos posible, donde el aprendiz pueda desarrollar su pensamiento crítico y creativo, acompañado del docente y de todo el personal que otorga asistencia académica y administrativa en la universidad.

Los temas de salud mental y adicciones en una institución educativa ya no deben ser un estigma que solo es visibilizado cuando hay un requerimiento del gobierno federal. Hay que reconocer que tanto los estudiantes como el personal de la universidad puedan estar necesitando apoyo y comprensión, pero las políticas internas, en la mayoría de los casos, no están considerando a la salud mental y las adicciones en la interpretación de los resultados de indicadores de rendimiento académico y evaluación del desempeño. Como toda ley de causa y efecto, estos dos factores pueden estar ocasionando estragos en el ambiente universitario.

Para finalizar, los *stakeholders* internacionales y nacionales cuentan con una serie de estrategias y actividades de intervención, pero siempre será necesario que las autoridades académicas los adopten e integren de forma permanente, que no sea un indicador más de cumplimiento para justificar su calidad educativa, el otorgamiento de los recursos públicos y la responsabilidad social, sino debería enmarcarse en un nuevo estilo de educar a la comunidad universitaria sobre el cuidado de su salud mental y la prevención de adicciones.

CONCLUSIONES

Los informes mundiales sobre salud mental y adicciones están mostrando la situación por la que atraviesan jóvenes y adultos. La pandemia por COVID-19 ha generado diversos impactos en la comunidad estudiantil. Las universidades deben considerar sus protocolos de prevención e intervención y valorar los resultados de las actividades que se realizan en la universidad.

En los programas de intervención psicológica, el profesional debe poner atención en el protocolo del anonimato respecto a las sesiones con miembros de la comunidad estudiantil, de tal forma que los pacientes perciban un espacio seguro al momento de compartir sus problemas y situaciones que los aquejan. Esto permitirá que las intervenciones tomen mayor credibilidad y compromiso.

Las instituciones educativas no solo cuentan con el apoyo de las instancias públicas para atender ambos temas, también están las asociaciones civiles, que pueden sumarse a los esfuerzos que ha emprendido el gobierno federal para dar solución a las problemáticas de salud pública, intensificadas a raíz de la pandemia por COVID-19.

La salud mental y la prevención de adicciones es un tema prioritario en la política del sistema educativo y las autoridades de salud en México. Requiere de un trabajo conjunto y el convencimiento de las autoridades académicas por contar con espacios y personal que promueva la salud mental y la prevención de adicciones.

Agradecimientos

Agradecimientos a la Universidad del Mar por su apoyo en el desarrollo de actividades de investigación en el semestre sabático agosto 2023-febrero 2024.

REFERENCIAS

- Al-Anon (2023). *¿Qué es Al-Anon?* <https://alanon.mx/al-anon>
- Alcohólicos Anónimos (2023). *Alcohólicos Anónimos México*. <https://aamexico.org.mx/>
- Alvarado, D., y Berra, S. (2021). Retorno presencial a universidades en México y consecuencias de la salud mental por pandemia. *Revista Científica*, 6(21), 252-266.
- Anaya Pedraza, P. A. (2024). Precariedad laboral de los profesores temporales en universidades mexicanas. *IztaPalapa Revista de Ciencias Sociales y Humanidades*, (96), 65-86. <http://dx.doi.org/10.28928/ri/962024/atc3/anayapedrazaa>
- Aresi, G., Ferrari, V., Marta, E., y Simões, F. (2023). Youth involvement in alcohol and drug prevention: A systematic review. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 33(5), 1256-1279. <https://doi.org/10.1002/casp.2704>
- Arrona-Palacios, A., Rebolledo-Méndez, G., Escamilla, J., Hosseini, S., y Duffy, J. (2022). Effects of COVID-19 lockdown on sleep duration, sleep quality and burnout in Faculty members of higher education in Mexico. *Ciência & Saúde Coletiva*, 27(8), 2985-2993.
- Balderas Gutiérrez, K. E. (2023). Clases a distancia. El caso de estudiantes de educación superior durante la pandemia COVID-19. *Revista Educación Superior y Sociedad (ESS)*, 35(2), 532-551. <https://doi.org/10.54674/ess.v35i2.834>
- Barrera-Núñez, D. A., López-Olmedo, N., Zavala-Arciniega, L., Barrientos-Gutiérrez, I., y Reynales-Shigematsu, L. M. (2023). Consumo de tabaco y uso de cigarro electrónico en adolescentes y adultos mexicanos. Ensanut Continua 2022. *Salud Pública de México*, 65, s65-s74. <https://doi.org/10.21149/14830>
- Bauman, Z. (2003). *Modernidad líquida*. Fondo de Cultura Económica.
- Benjet, C., Borges, G., Méndez, E., Albor, Y., Casanova, L., Orozco, R., Curiel, T., Fleiz, C., y Medina-Mora, M. E. (2019). Psychopathology and self-harm among incoming first-year students in six Mexican universities. *Salud Pública de México*, 61(1), 70-78.
- Benjet, C., Wittenborn, A., Gutiérrez-García, R. A., Albor, Y. C., Contreras, E. V., Hernández, S. C., Valdés-García, K. P., Monroy, I. R., Peláez Cedrés, A. J., Hernández Uribe, P. C., Covarrubias Díaz-Couder, A., Quevedo Chávez, G. E., Paz-Peréz, M. A., Medina-Mora, M. E., y Bruffaerts, R. (2020). Treatment delivery preferences associated with type of mental disorder and perceived treatment barriers among Mexican University students. *Journal of Adolescent Health*, 67(2), 232-238.
- Borges, G., Orozco, R., Gunnell, D., Gutiérrez-García, R. A., Albor, Y., Quevedo Chávez, G. E., Hernández Uribe, P. C., Cruz Hernández, S., Covarrubias Díaz Couder, M. A., Alonso, J., Medina-Mora, M. E., y Benjet, C. (2023). Suicidal ideation and behavior among Mexican University students before and during the COVID-19 pandemic. *Archives of Suicide Research*, 28(1), 342-357.
- CIJ [Centros de Integración Juvenil] (2023a). *Centros de Integración Juvenil, A.C.* <https://www.gob.mx/salud/cij>
- CIJ (2023b). *Acompañamiento a docentes y herramientas de apoyo. Las drogas y su clasificación*. <http://www.cij.gob>

- mx/DrogasInformato/pdf/EstrategiaAulaSEP_InfoDrogas_CIJ.pdf
- Conadic [Comisión Nacional contra las Adicciones] (2023). *Comisión Nacional contra las Adicciones*. <https://www.gob.mx/salud/conadic>
- Conasama [Comisión Nacional de Salud Mental y Adicciones] (2023a). *Contexto de la demanda de sustancias ilícitas en 2022-2023 y acciones del Gobierno de México en materia de salud mental y adicciones*. <https://www.gob.mx/salud/conadic/documentos/contexto-de-la-demanda-de-sustancias-ilicitas-en-2022-2023-y-acciones-del-gobierno-de-mexico-en-materia-de-salud-mental-y-adicciones>
- Conasama (2023b). *Comisión Nacional de Salud Mental y Adicciones*. <https://www.gob.mx/conasama>
- Cortés Álvarez, N. Y., Garduño, A. S., Sánchez Vidaña, D. I., Marmolejo Murillo, L. G., y Vuelvas-Olmos, C. R. (2023). A longitudinal study of the psychological state of teachers before and during the COVID-19 outbreak in Mexico. *Psychological Reports*, 126(6), 2789-2820.
- Delors, J. (1996). *La educación encierra un tesoro*. UNESCO.
- DOF [Diario Oficial de la Federación] (2022, may. 16). *Decreto por el que se reforman, adicionan y derogan diversas disposiciones de la Ley General de Salud, en materia de Salud Mental y Adicciones*. https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5652074&fecha=16/05/2022#gsc.tab=0
- Freire, P. (1970). *Pedagogy of the oppressed*. Continuum.
- García Campuzano, D. (2015). Amor y espiritualidad: necesidades y condiciones fundamentales en la formación docente. *IE Revista de Investigación Educativa de la REDIECH*, 6(10), 7-17. https://doi.org/10.33010/ie_rie_rediech.v6i10.166
- GN [Guardia Nacional] (2023, jul. 13). *Guardia Nacional imparte pláticas sobre prevención de adicciones en escuelas secundarias de Puebla*. <https://www.gob.mx/guardianacional/prensa/guardia-nacional-imparte-platicas-sobre-prevencion-de-adicciones-en-escuelas-secundarias-de-puebla>
- IESALC [Instituto Internacional de la UNESCO para la Educación Superior en América Latina y el Caribe] (2023, ago. 11). *El futuro de la educación superior: habilidades para el mundo del mañana*. <https://www.iesalc.unesco.org/2023/08/11/el-futuro-de-la-educacion-superior-habilidades-para-el-mundo-del-manana/>
- Imjuve [Instituto Mexicano de la Juventud] (2023). *Instituto Mexicano de la Juventud*. <https://www.gob.mx/imjuve/>
- Infante Castañeda, C., Peláez Ballestas, I., y Giraldo Rodríguez, L. (2021). Covid-19 y género: efectos diferenciales de la pandemia en universitarios. *Revista Mexicana de Sociología*, 83(esp.), 169-196. <http://mexicanadesociologia.unam.mx/index.php/v83ne/464-v83nea6>
- Morin, E. (1999). *Los siete saberes necesarios para la educación del futuro*. UNESCO. <https://www.uv.mx/dgdaie/files/2012/11/PPP-DC-Morin-Los-siete-saberes-necesarios.pdf>
- Narcóticos Anónimos (2023). *Bienvenido a Narcóticos Anónimos. ¡Acércate, podemos ayudarte!* <https://www.narcoticosanonimos.org.mx/>
- Neuróticos Anónimos (2023). *Neuróticos Anónimos, A.C.* <https://neuroticos-anonimos.org.mx/>
- Núñez-Rocha, G. M., López-Botello, C. K., Salinas-Martínez, A. M., Arroyo-Acevedo, H. V., Martínez-Villarreal, R. T., y Ávila-Ortiz, M. N. (2020). Lifestyle, quality of life, and health promotion needs in Mexican University students: Important differences by sex and academic discipline. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(21), 8024. <https://doi.org/10.3390/ijerph17218024>
- Olivares Fong, L. d. C., Nieto López, G., Velázquez Victorica, K. I., y López Guerrero, A. (2020). Factores asociados al síndrome de burnout en profesores de universidades públicas en el noroeste de México. *Apuntes de Psicología*, 38(1), 59-66. <https://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/856>
- OMS [Organización Mundial de la Salud] (2022). *World mental health report. Transforming mental health for all. Executive summary*. <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/356115/9789240050860-eng.pdf>
- OMS (2024a, jun. 25). *Alcohol. Datos y cifras*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/alcohol>
- OMS (2024b, jun. 20). *Plan de acción mundial sobre el alcohol 2022-2030*. <https://www.who.int/es/publications/i/item/9789240090101>
- OPS [Organización Panamericana de la Salud] (2022). *Viva mejor, actúe*. <https://www.paho.org/es/viva-mejor-actue>
- OPS (2023). *Abuso de sustancias*. <https://www.paho.org/es/temas/abuso-sustancias>
- PNUD [Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo] (2023). *¿Qué son los Objetivos de Desarrollo Sostenible?* <https://www.undp.org/es/sustainable-development-goals>

- Ramírez-Toscano, Y., Canto-Osorio, F., Carnalla, M., Colchero, M. A., Reynales-Shigematsu, L. M., Barrientos-Gutiérrez, T., y López-Olmedo, N. (2023). Patrones de consumo de alcohol en adolescentes y adultos mexicanos: Ensanut Continua 2022. *Salud Pública de México*, 65, s75-s83. <https://doi.org/10.21149/14817>
- Romo, L. A. (2011). *La tutoría: una estrategia innovadora en el marco de los programas de atención a estudiantes*. ANUIES. <http://publicaciones.anui.es.mx/pdfs/libros/Libro225.pdf>
- Secretaría de Bienestar (2023). *Secretaría de Bienestar*. <https://www.gob.mx/bienestar>
- SEP [Secretaría de Educación Pública] (2023a). *Sistema Interactivo de Consulta de Estadística Educativa de la SEP*. <https://www.planeacion.sep.gob.mx/principalescifras/>
- SEP (2023b). *Estrategia en el aula: prevención de adicciones*. <https://www.gob.mx/conafe/acciones-y-programas/estrategia-en-el-aula-prevencion-de-adicciones-332144>
- SEP (2023c). *Escuela libre de violencia*. <https://escuelalibredeviolencia.sep.gob.mx/#>
- STConsame [Secretariado Técnico del Consejo Nacional de Salud Mental] (2023). *Página oficial del Secretariado Técnico del Consejo Nacional de Salud Mental*. <http://consame.salud.gob.mx/>
- Takayanagui, A. D. (2023). El proceso de transformación del sistema educativo en México: una experiencia en América Latina. *Ensaio: Avaliação e Políticas Públicas em Educação*, 31(120). <https://doi.org/10.1590/S0104-40362023003104044>
- Tecnológico de Monterrey (2024). *TQueremos*. <https://tqueremos.tec.mx/es>
- UAA [Universidad Autónoma de Aguascalientes] (s.f.). *UAA desarrolla aplicación y plataforma para atención de jóvenes con adicciones*. <https://www.uaa.mx/portal/noticias/uaa-desarrolla-aplicacion-y-plataforma-para-atencion-de-jovenes-con-adicciones/>
- UAM [Universidad Autónoma Metropolitana] (2022). *La defensoría*. <https://defensoria.uam.mx/la-defensoria/>
- UAM (2024). *Línea UAM*. <https://www.izt.uam.mx/index.php/component/content/article/188-lentes>
- UNAM [Universidad Nacional Autónoma de México] (2018). *Nueva Clínica de Atención Integral para las Adicciones (CLIA)*. UNAM Global.
- UNAM (2022). Programa de Salud Mental para la Comunidad de la Facultad de Medicina (Prosam). *Gaceta UNAM*. <https://gaceta.facmed.unam.mx/index.php/2022/08/22/programa-de-salud-mental-para-la-comunidad-de-la-facultad-de-medicina-prosam/>
- UNODC [Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito] (2022). *Visión Estratégica de UNODC para América Latina y el Caribe 2022-2025*. https://www.unodc.org/res/strategy/ESTRATEGIA_LATAM_2022_2025_ENE17_ESP_EDsigned.pdf
- UNODC (2023). *Informe mundial sobre las drogas 2023*. https://www.unodc.org/res/WDR-2023/Special_points_S.pdf
- Vuelvas-Olmos, C. R., Sánchez-Vidaña, D. I., y Cortés-Álvarez, N. Y. (2023). Gender-based analysis of the association between mental health, sleep quality, aggression, and physical activity among University students during the COVID-19 outbreak. *Psychological Reports*, 126(5), 2212-2236. <https://doi.org/10.1177/00332941221086209>
- Zamarripa, J., Delgado-Herrada, M., Morquecho-Sánchez, R., Baños, R., De la Cruz-Ortega, M., y Duarte-Félix, H. (2020). Adaptability to social distancing due to COVID-19 and its moderating effect on stress by gender. *Salud Mental*, 43(6), 273-278. <https://doi.org/10.17711/SM.0185-3325.2020.037>
- Zapata-Garibay, R., González-Fagoaga, J. E., González-Fagoaga, C. J., Cauich-García, J. R., y Plascencia-López, I. (2021). Higher education teaching practices experience in Mexico, during the emergency remote teaching implementation due to COVID-19. *Frontiers in Education*, 6. <https://doi.org/10.3389/educ.2021.628158>

Cómo citar este artículo:

Castillejos López, B. (2024). La salud mental y la prevención de adicciones en la educación superior de México. *IE Revista de Investigación Educativa de la REDIECH*, 15, e2223. https://doi.org/10.33010/ie_rie_rediech.v15i0.2223



Todos los contenidos de *IE Revista de Investigación Educativa de la REDIECH* se publican bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional, y pueden ser usados gratuitamente para fines no comerciales, dando los créditos a los autores y a la revista, como lo establece la licencia.