

Estrategia de bienestar y salud mental de la Universidad de Murcia

UNIVERSIDAD DE
MURCIA



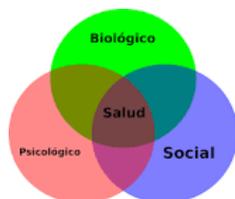
Eva Herrera-Gutiérrez. Universidad de Murcia. evahg@um.es

Paloma Sobrado-Calvo. Universidad de Murcia

Mariano Meseguer de Pedro. Universidad de Murcia

Introducción

El modelo de salud biopsicosocial de la OMS es el que predomina en las instituciones de educación superior. El objetivo de este trabajo es describir la Estrategia de Bienestar y Salud Mental de la Universidad de Murcia (España), que persigue mejorar la salud y bienestar de todo el colectivo universitario, de todas las personas que en ella estudian o desarrollan su actividad laboral, para que alcancen el máximo desarrollo personal.



Estrategia

Método

La estrategia ha sido desarrollada durante el curso académico 2021/2022 por un equipo de trabajo interdisciplinar e intersectorial, integrado por profesionales del ámbito de la salud y sectores implicados, y liderado desde el Vicerrectorado de Ciencias de la Salud y Servicios a la Comunidad Universitaria.

Resultados

La estrategia se compone de ocho líneas de actuación preferente:

- 1) Formación e información sobre problemas de salud mental.
- 2) Formación e información sobre bienestar y salud general.
- 3) Atención psicológica al colectivo universitario.
- 4) Actividad física y salud.
- 5) Hábitos saludables y sostenibles.
- 6) Prevención de adicciones.
- 7) Intervención psicosocial en personal laboral.
- 8) Intervención social en estudiantes.



Conclusiones

Es esencial empoderar en salud, crear ambientes universitarios saludables que contemplen la integración de personas en riesgo de exclusión y la sostenibilidad medioambiental, así como desarrollar intervenciones globales y coordinadas que incluyan los diferentes aspectos del bienestar.

