

Pandemia provocó un aumento de personas que solicitan ayuda psicológica

A la par del incremento de trastornos mentales, especialistas registran más solicitudes para recibir psicoterapia

La pandemia por la crisis sanitaria del COVID-19 potenció el desarrollo de más casos de trastornos mentales entre la población mexicana, pero a la par hay una mayor conciencia entre las personas respecto a la necesidad de pedir ayuda psicológica para superar dichos trastornos o las crisis que se presentan a lo largo de la vida; en esto coincidieron en conferencia de prensa especialistas del Centro Universitario de Ciencias de la Salud (CUCS), dada con motivo de la celebración del Día Nacional de las y los Psicólogos, este 20 de mayo.

“La pandemia puso a prueba todas estas capacidades de adaptación que tuvimos como personas, o como familia, pero también como sociedad. Es importante que vayamos cuidando la salud mental, en la que están implicados diversos elementos”, dijo el doctor Héctor Rubén Bravo Andrade, investigador del Departamento de Clínicas de la Salud Mental del CUCS.

Detalló que, de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), 20 por ciento de la población mundial vive o ha tenido algún episodio de depresión; 16 por ciento tiene trastornos de ansiedad y entre 10 y 35 por ciento tiene ideación suicida; en Jalisco, cinco por ciento ha vivido depresión, 15 por ciento sufre de ansiedad y ocho por ciento ha tenido ideación suicida.

En la entidad, los suicidios han ido a la alza desde el año 2000, cuando se presentaron 292 casos, para llegar a 728 en 2021, el año que registra el récord en este tipo de muertes.

La pandemia trajo consigo más problemas mentales y, a la vez, un incremento de personas que solicitan ayuda profesional y a derribar ciertos prejuicios en torno a quién debe acudir con un profesional de la salud mental, declaró la doctora Guadalupe Covarrubias de la Torre, Coordinadora de la Clínica de Atención Psicológica Integral para el Bienestar del CUCS.

Detalló que en los últimos dos años, en las clínicas del CUCS hubo un incremento de 100 por ciento de personas que piden atención psicológica y actualmente tienen 700 solicitudes de personas de la

sociedad civil, pero también de estudiantes que quieren recibir esta atención.

“Era difícil que las personas acudieran con un profesional de la psicología, pero en la actualidad se ha vuelto más común, más familiar, con menos prejuicios y ya acuden a solicitar la atención; eso nos ha llevado a incrementar la necesidad de que estos profesionales estén en todos los ámbitos y, sobre todo, en las escuelas, para prevenir en educación básica todos estos procesos que pueden llevar a un trastorno o problema de conducta o emocionales”, señaló.

Las mujeres siguen siendo quienes más acuden a estos servicios, pese a que el sector masculino es el que tiene las estadísticas más altas de trastornos mentales y suicidio, puntualizó.

Dichas clínicas cuentan con un centenar de psicólogos, que son estudiantes de licenciatura o posgrado que hacen sus prácticas profesionales como un servicio a la comunidad.

Señalaron que en México existen 300 mil profesionales de la salud mental, cuya mayoría son mujeres, y recomendaron que quienes deseen solicitar la atención de un profesional deben tomar en cuenta factores como que tenga un título de licenciatura en psicología y una cédula profesional estatal o federal, y lo ideal es que tenga una especialidad en psicología clínica o psicoterapia.

Recordaron que en caso de que una persona está pasando por una crisis emocional o en riesgo de cometer suicidio puede llamar al 911 para pedir auxilio de urgencia; además está la Unidad Policiaca de atención en crisis, con el teléfono 33-3668-7900, extensiones 11111,18052 y 11689; también el 075 del Instituto Jalisciense de Salud Mental, que es un número de contención para personas que están en proceso de desbordamiento emocional.

Atentamente

“Piensa y Trabaja”

“2023, Año del fomento a la formación integral con una Red de Centros y Sistemas Multitemáticos”

Guadalajara, Jalisco, 19 de mayo de 2023

Texto: Prensa UdeG

Fotografía: Edgar Campechano

Etiquetas:

[Héctor Rubén Bravo Andrade](#) [1]

[Guadalupe Covarrubias de la Torre](#) [2]

URL Fuente: <https://comsoc.udg.mx/noticia/pandemia-provoco-un-aumento-de-personas-que-solicitan-ayuda-psicologica>

Links

[1] <https://comsoc.udg.mx/etiquetas/hector-ruben-bravo-andrade>

[2] <https://comsoc.udg.mx/etiquetas/guadalupe-covarrubias-de-la-torre>