

Experiencias vinculadas con los Cuidados Colectivos en la UNSAM.

Norma Mendoza, Laura Casals, Lucia Monsalvo
y Carolina Rios Mandel.

Cita:

Norma Mendoza, Laura Casals, Lucia Monsalvo y Carolina Rios Mandel
(2024). *Experiencias vinculadas con los Cuidados Colectivos en la
UNSAM. III Congreso Internacional de Ciencias Humanas. Escuela de
Humanidades, Universidad Nacional de San Martín, Gral. San Martín.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/3.congreso.eh.unsam/468>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/esz9/KVv>



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons.
Para ver una copia de esta licencia, visite
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.es>.

*Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso
abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su
producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite:
<https://www.aacademica.org>.*

Experiencias vinculadas con los Cuidados Colectivos en la UNSAM

Laura Beatriz Casals (SGA-UNSAM lcasals@unsam.edu.ar)

Norma Mendoza (EIDAES/Unsam- SGA nmendoza@unsam.edu.ar)

Lucia Monsalvo (Docente EHUM- mmonsalvo@unsam.edu.ar)

Carolina Rios Mandel (Investigadora Independiente lcriosmandel@gmail.com)

Resumen

Tomamos en cuenta el impacto de la pandemia de COVID-19, destacando cómo el aislamiento social y el distanciamiento afectaron especialmente a los jóvenes, exacerbando desigualdades y problemas en las instituciones educativas en todos los niveles. A pesar de que en Argentina, existe la Ley Nacional de Salud Mental desde 2010 las universidades han enfrentado desafíos y ha incluido un diverso universo de acciones en torno a la Salud Mental y el Cuidado. La Universidad Nacional de San Martín (UNSAM) pretende responder a estos desafíos enfatizando la importancia de fortalecer los lazos comunitarios y promover una cultura del cuidado. En este contexto, la UNSAM implementó en 2023 la propuesta "Lienzos que nos hablan", una intervención que buscó crear un espacio de expresión y diálogo en torno a tres ejes: *autopercepción, comunidad y cuidado*. Para ello se colocaron doce "lienzos" en distintos puntos estratégicos del campus, donde estudiantes, docentes y personal no docente podían responder de manera anónima y libre preguntas sobre estos temas. Esta actividad permitió captar y reflexionar sobre algunas perspectivas de la comunidad universitaria, buscando construir una comunidad inclusiva y solidaria que acompañe las diferentes trayectorias de sus miembros, promoviendo el cuidado colectivo y fortaleciendo el tejido social de la universidad.

Esta ponencia busca dar cuenta de nuestro interés por visibilizar diversas voces que componen a la comunidad universitaria, abrazar la heterogeneidad, el intercambio de saberes y la posibilidad de construir una comunidad que acompañe las distintas trayectorias.

Palabras clave: Cuidados; Salud Mental; Estudiantes; Universidad; UNSAM.

La Pandemia y la Salud Mental

La pandemia del COVID-19 dejó un impacto profundo en las dinámicas de vida, trabajo y estudio en todo el mundo, nuestra Universidad no fue ajena a ello. Con la necesidad de adaptar las clases y el trabajo a entornos virtuales, surgieron nuevos desafíos, especialmente en torno a la salud mental, entendida como un fenómeno integral y comunitario. La vuelta a la presencialidad trajo consigo interrogantes sobre cómo se había transformado la comunidad UNSAM y las huellas que la pandemia había dejado en los individuos que la componen.

Diversos estudios revelaron que la pandemia exacerbó problemas de salud mental, como el aumento de sentimientos de aislamiento social, soledad y pensamientos suicidas, especialmente en jóvenes universitarios. La OMS reportó que más del 25% de la población mundial experimentaba estos sentimientos, destacando la importancia de un enfoque comunitario y preventivo en la salud mental.

Qué entendemos por Salud Mental y el Cuidado

La salud mental ha sido un concepto debatido y en evolución. Se ha superado la visión centrada únicamente en la enfermedad, para reconocer la importancia de factores sociales y comunitarios. La OMS define la salud mental como un estado de bienestar en el que el individuo puede afrontar el estrés de la vida, trabajar productivamente y contribuir a su comunidad. No obstante, no existe una única definición aceptada universalmente.

Algunos expertos, como Claudia Bang, destacan que la salud mental es un proceso dinámico influenciado por el entorno social, cultural y político. La comunidad juega un rol crucial, donde las relaciones sociales y la participación activa son fundamentales para el bienestar psicológico. Según esta perspectiva, las desigualdades sociales, la discriminación y el estrés pueden tener un impacto negativo significativo en la salud mental.

Entendemos que el cuidado es relacional y admite que las personas –los demás seres– y el entorno son interdependientes (Tronto 2020 p. 27). De este modo, consideramos que el abordaje del concepto de cuidado de modo amplio que abarca todas las acciones humanas para mantener, continuar y reparar el mundo y sostener la vida: que incluye al cuerpo, al espíritu y al ambiente (Tronto, 1987; Enríquez Rodríguez y Marzonetto, 2015, p. 105) en (Bonet 2022).

Las Universidades en relación a la Salud Mental

La salud mental en las universidades ha cobrado importancia debido al aumento de padecimientos como la ansiedad y la depresión entre los estudiantes, exacerbados por factores como la carga académica, la pandemia y la incertidumbre sobre el futuro. Universidades en diferentes países han implementado programas para abordar estos problemas, creando espacios de contención y derivación para aquellos que requieren atención.

En Argentina, universidades como la Universidad Nacional de Misiones y la Universidad Nacional de la Plata han desarrollado estrategias para apoyar a sus estudiantes, incluyendo la creación de redes de apoyo y la implementación de ciclos de formación en salud mental. Estas iniciativas abordan el tema desde una perspectiva de derechos, priorizando el bienestar de los estudiantes y la creación de espacios seguros y de escucha activa.

Análisis y Reflexiones de la Iniciativa de los Lienzos que nos hablan en la UNSAM

La iniciativa de los lienzos en la UNSAM surge como una respuesta a la necesidad de escuchar y conocer a la comunidad universitaria respecto a temas de cuidado y comunidad. Inspirada en una experiencia similar en Jerusalén, se diseñó una actividad artística que involucró la participación de estudiantes, docentes y no docentes a través de 12 lienzos distribuidos en diferentes puntos del campus. Estos lienzos contenían preguntas abiertas sobre la autopercepción, el sentido de comunidad y las prácticas de cuidado. Las preguntas fueron: ¿A qué comunidades o grupos sentís que perteneces?, ¿Cómo te das cuenta que sos parte de una comunidad? ¿Qué significa para vos ser parte de la Comunidad UNSAM? ¿Qué significa para vos cuidar y que te cuiden? ¿Cuáles son tus prácticas de autocuidado?.

La metodología consistió en dejar los lienzos disponibles durante una semana para que los participantes pudieran responder de manera anónima y en su propio tiempo. Posteriormente, las respuestas fueron socializadas en un espacio común del campus, promoviendo el diálogo y la reflexión colectiva. Esta actividad no solo buscaba identificar las percepciones y preocupaciones de la comunidad UNSAM, sino también fortalecer los lazos entre sus miembros.

El análisis de las respuestas se centró en categorizar las ideas expresadas en temas como valores, acciones, elementos culturales y dimensiones emocionales. Tuvimos en cuenta el contexto sociocultural y político de la región, así como la pertenencia de los participantes, para entender mejor las experiencias y necesidades de la comunidad.

Reflexiones Finales

El análisis de las respuestas refleja la diversidad de pertenencias e identidades dentro de la comunidad UNSAM. Los estudiantes se identifican con múltiples comunidades académicas, sociales, culturales y políticas. Destacan su participación en deportes y hobbies, así como su apoyo a equipos de fútbol. Políticamente, hay una amplia gama de identidades, desde el activismo estudiantil hasta diversas corrientes ideológicas. Las redes de apoyo, tanto familiares como amistosas, son fundamentales, y la diversidad cultural y lingüística, así como las identidades de género y orientación sexual. En cuanto a la UNSAM, hay un fuerte sentido de pertenencia y un apoyo significativo a la educación pública y gratuita. Las respuestas indican un entorno universitario complejo y plural, con una amplia variedad de intereses y comunidades que coexisten.

Del mismo modo el registro o la socialización de estas nociones y prácticas que se tienen del cuidado construyen un ida y vuelta en cuanto a concientizar, difundir o compartir lo que para otras personas significa que la cuidan como un modo de ir creando una comunidad del cuidado. En general, la práctica del autocuidado descrita en el análisis refleja un enfoque integral y consciente hacia la salud y el bienestar. Abarca la atención a aspectos físicos, emocionales, mentales y sociales, con un énfasis en la responsabilidad, el respeto y el equilibrio. Estas prácticas sugieren una comprensión profunda de cómo diferentes áreas de la vida influyen en el autocuidado y la importancia de integrarlas para mantener un estado óptimo en torno al cuidado y la salud mental.

Creemos que promover y facilitar procesos creativos en los espacios comunes cumplen un rol preventivo al tener el potencial de generar vínculos y espacios de pertenencia a nivel comunitario a través de la acción y el hacer colectivo. Adicionalmente, el proceso creativo desde el enfoque comunitario promueve la construcción de una creación en la cual las voces, los deseos y realidades de los participantes de una comunidad pueden ser atestiguados.

La propuesta "Lienzos que Nos Hablan" en la UNSAM es un ejemplo claro de cómo las instituciones educativas podemos explorar de manera innovadora y efectiva los desafíos de la salud mental y el cuidado en comunidad. A través del arte y la participación colectiva, la universidad no solo logró captar las voces de sus miembros, sino también fomentar un sentido de pertenencia y comunidad que es esencial para el bienestar emocional y psicológico.

Las universidades, como espacios de formación y convivencia, tienen un papel crucial en la promoción del bienestar mental. Esta iniciativa en la comunidad UNSAM demuestra que, a través de enfoques creativos y participativos, es posible construir comunidades más resilientes y conscientes de la importancia del cuidado colectivo.

En conclusión, el enfoque integral de cuidados colectivos y salud mental que incluye el arte, la participación comunitaria y el cuidado colectivo no solo es necesario, sino urgente. Esta experiencia en la UNSAM puede servir de modelo para otras instituciones que busquen abordar estos temas de manera efectiva y sensible, reconociendo que la salud mental no es solo una cuestión individual, sino una responsabilidad compartida.

Referencias Bibliográficas

Bang, C. (2022) Salud mental comunitaria y colectiva: reflexiones desde la investigación, el desarrollo y acompañamiento de experiencias territoriales. *Fronteras*, 18(1): 33-46. Universidad de la República, Uruguay.

Bang, C (2021). "Abordajes comunitarios y producción de salud mental en tiempos complejos". Charla, modalidad virtual, transmitida mediante el canal de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), Ciudad de México. Realizada el 19 de abril de 2021. Disponible en

Bonet, (2022). La recuperación de las tareas de cuidado y autocuidado para una sociedad más plural. *Revista Tramas y Redes*, Clacso.

[Cómo la COVID-19 afectó a la salud mental en Latinoamérica | National Geographic](#)

Korinfeld, D. (2020) En las instituciones educativas : intervenir en situaciones complejas. Convivencia, acompañamiento y cuidados / Daniel Korinfeld ; ilustrado por Miguel Repiso. 1a ed. - Ciudad Autónoma de Buenos Aires : Ministerio de Educación de la Nación, (Biblioteca Devenir Docente ; 4) [4-Intervenir-en-situaciones-compleja-Daniel-Korinfeld.pdf](#)

Tronto 2020. [¿Riesgo o cuidado? | Fundación Medifé](#)