



Universidad Autónoma de Tamaulipas
“Verdad, Belleza, Probidad”

Síntesis Informativa

Coordinación Ejecutiva de Comunicación Institucional

UAT

Expreso

Imparte UAT jornadas de salud mental.

LA PRENSA

Imparte UAT a estudiantes jornadas de salud mental

25 de abril

Imparte UAT jornadas de salud mental

STAFF
EXPRESO - LA RAZÓN

La Facultad de Enfermería Victoria (FEV) de la Universidad Autónoma de Tamaulipas (UAT) desarrolló el evento "Jornada de salud mental en estudiantes universitarios durante la pandemia". Las actividades se impartieron a través de la plataforma Microsoft Teams, con la participación de expertos de la FEV-UAT y del Hospital Regional de Alta Especialidad de Ciudad Victoria (HRAEV).

En la apertura de los temas, la Directora de

la FEV, Laura Roxana de los Reyes Nieto, dijo que durante el confinamiento por la pandemia se han agudizado algunos padecimientos mentales.

Indicó que la finalidad de la jornada es concientizar al estudiantado universitario sobre estas problemáticas y aportar herramientas cognoscitivas para que puedan manejarlas.

Señaló que, según estadísticas del Instituto Mexicano del Seguro Social, se atienden hasta quince jóvenes al día, en edades de entre trece y veinticinco años, con síntomas como miedo, preocupación y estrés extremo a consecuencia de este aislamiento.

La psicóloga Alma Rosario Castillo Torres presentó el tema "La fisiología del estrés". Explicó que el estrés es una respuesta de nuestro organismo a diferentes estímulos que, por ejemplo, nos hace levantarnos temprano para llegar a tiempo a un examen. Pero, si esa sensación de alerta no desaparece a tiempo, puede prolongarse y desencadenar otros problemas.



ESTUDIAN SECUELAS de la pandemia en la salud mental.

UAT

LA PRENSA



Imparte UAT a estudiantes jornadas de salud mental

CD. VICTORIA, TAM.-

La Facultad de Enfermería Victoria (FEV) de la Universidad Autónoma de Tamaulipas (UAT) desarrolló el evento “Jornada de salud mental en estudiantes universitarios durante la pandemia”.

Las actividades se impartieron a través de la plataforma Microsoft Teams, con la participación de expertos de la FEV-UAT y del Hospital Regional de Alta Especialidad de Ciudad Victoria (HRAEV).

En la apertura de los temas, la Directora de la FEV, Laura Roxana de los Reyes Nieto, dijo que durante el confinamiento por la pandemia se han agudizado algunos padecimientos mentales.



Indicó que la finalidad de la jornada es concientizar al estudiantado universitario sobre estas problemáticas y aportar herramientas cognoscitivas para que puedan manejarlas.

Señaló que, según estadísticas del Instituto Mexicano del Seguro Social, se atienden hasta quince jóvenes al día, en edades de entre trece

y veinticinco años, con síntomas como miedo, preocupación y estrés extremo a consecuencia de este aislamiento.

Para dar inicio a las ponencias, la psicóloga Alma Rosario Castillo Torres presentó el tema “La fisiología del estrés”. Explicó que el estrés es una respuesta de nuestro organismo a diferentes estímulos que,

por ejemplo, nos hace levantarnos temprano para llegar a tiempo a un examen. Pero, si esa sensación de alerta no desaparece a tiempo, puede prolongarse y desencadenar otros problemas.

Mencionó que el estrés conduce a problemas como la ansiedad, que, mal manejada, puede traer otros trastornos graves, que pueden interferir las actividades diarias e incluso afectar las relaciones interpersonales o laborales.

Puntualizó que la pandemia es una situación estresante que requiere de hacer ajustes para que la dinámica de la vida sea funcional ante una situación emergente.

