



- Algunos resultados del proyecto Punto de Encuentro.

Jóvenes con estados de ansiedad, depresión, estrés, violencia intrafamiliar y violencia de pareja son algunos de los casos que se han logrado atender a través de Punto de Encuentro, un proyecto de apoyo para la salud mental, emocional y física del Centro de Ciencias Sociales y Humanidades, creado para atender a la población vulnerable durante la pandemia del COVID-19. Desde el punto de vista del Trabajo Social, estos problemas se pueden explicar con la fractura que sufren los roles y las dinámicas establecidas al interior de las familias, menciona la maestra María Zapopan Tejeda Caldera, decana de dicho centro académico. Agregó que cada integrante tiene funciones muy delimitadas que se alteran por situaciones drásticas como este confinamiento, pues la dinámica y la comunicación cambian. Otro factor que genera estos problemas son las dimensiones de las casas. En la mayoría de los casos, se tratan de espacios muy pequeños en los que habitan de cuatro a cinco personas, lo que provoca un limitado desarrollo de los integrantes de la familia. Situaciones como la falta de un descanso adecuado, pocos momentos de esparcimiento o largos periodos de convivencia ante el cierre de las escuelas y los lugares de trabajo, genera un estado de fragilidad en el seno familiar. Punto de Encuentro es un espacio multidisciplinario que brinda orientación en aspectos legales, asesorías psicológicas, contención de crisis y acompañamiento en momentos de estrés, donde se escucha a las personas para detectar problemáticas, identificar redes de apoyo, o bien para canalizar posteriormente con instancias correspondientes, como el Instituto Aguascalentense de las Mujeres y la Dirección de Salud Mental del Gobierno del Estado de Aguascalientes. Las estudiantes de la Licenciatura en Trabajo Social realizan el primer contacto con los usuarios, mientras que los estudiantes de Psicología y Derecho atienden los casos que les derivan, y las alumnas de la carrera de Comunicación se encargan de los contenidos de Punto de Encuentro en *Facebook*, para difundir información verídica de interés, recomendaciones para promover hábitos saludables, y difusión sobre las disposiciones gubernamentales y las Jornadas de Sana Distancia. La decana María Zapopan Tejeda Caldera comentó que, durante el periodo de receso que tuvo la Universidad Autónoma de Aguascalientes, y particularmente en el horario de las 7:00 pm a las 4:00 am, fue cuando más apoyo se brindó a los jóvenes. En caso de requerir este tipo de apoyo psicológico o jurídico, que se ofrecen a través de *WhatsApp* o llamada telefónica, debes ponerte en contacto a través de página de Facebook/PuntoEncuentroAgs. Ante este panorama incierto que nos supone una pandemia, la recomendación para la población es realizar alguna actividad física en casa, sesiones de relajación o meditación, tener comunicación con familiares y amigos ayuda a mantener un buen ánimo, informarse sólo lo necesario a través de fuentes oficiales y verificadas para no generar mayor miedo e incertidumbre acerca del Covid-19.