

## UAA inaugura Primer Feria de Salud Mental



## BOLETÍN 103

- La Federación de Estudiantes de la UAA preparó una semana de actividades en torno a este tema.
- El principal objetivo es hacer conciencia sobre la relevancia de cuidar la salud psicológica a nivel personal y colectivo.

En la Universidad Autónoma de Aguascalientes se inauguró la Primer Feria de Salud Mental organizada por la Federación de Estudiantes (FEUAA), cuyo principal objetivo es hacer conciencia sobre la importancia de procurar la salud psicológica a nivel personal y colectivo.

Del 13 al 17 de marzo se desarrollan cerca de 15 actividades como conferencias, charlas y proyecciones de películas en los diferentes campus de la máxima casa de estudios, con la intención de llegar a toda la comunidad universitaria y ofrecerles información sobre estos temas.

En el marco del acto inaugural y como parte de su mensaje, la Dra. Sandra Yesenia Pinzón Castro, rectora de la UAA, reconoció que uno de los mayores retos de salud, hoy en día, tiene que ver precisamente con la propagación de enfermedades asociadas al estrés, la ansiedad, la depresión y otras condiciones similares. De acuerdo a datos de la Organización Mundial de la Salud, se calcula que, en promedio, mil millones de personas padecen algún trastorno mental; pero en los países de ingresos medianos o bajos el 75% de la población con una enfermedad de este tipo no está recibiendo atención.

La Dra. Pinzón celebró este tipo de iniciativas promovidas por estudiantes, porque abonan a la generación de cambios positivos y estimulan la creación de proyectos para atender a las personas que, hasta ahora y por una estigmatización de este tipo de enfermedades, no han buscado ayuda o no han sido tratadas adecuadamente.

A este respecto, la Dra. Kalina Isela Martínez Martínez, presidenta de la H. Junta de Gobierno de la UAA, añadió que diversos estudios han revelado que 1 de cada 3 universitarios llegan a educación superior con problemas de salud mental de algún tipo, y la pandemia propició un incremento de casos en la población en general.

La también investigadora de la UAA reconoció la importancia de impulsar eventos de esta índole y agregó que el autocuidado comienza desde acciones tan elementales como alimentarse correctamente, practicar deportes, procurarse tiempos libres, moderarse en el consumo de alcohol, evitar las drogas, tener un uso controlado de las redes sociales, y, sobre todo, hablar de los temas que preocupan, causan estrés, ansiedad o tristeza.

Luz Melanie Murillo Yáñez, secretaria de integración de la FEUAA, añadió que la salud mental es un

tema que impacta a todos, por lo que resulta crucial fomentar una sociedad más saludable en todos los aspectos.

En este evento también estuvieron presentes el alumno Ricardo Alberto Gómez González, presidente de la FEUAA; el estudiante Diego Rodríguez De León, coordinador de proyectos de la FEUAA; integrantes de la Comisión Ejecutiva Universitaria, un comité de FEUAA, representantes de sociedades de alumnos y alumnos en general, así como el Dr. Mario Ángel González, primer conferencista invitado a esta feria.

---000--- Ciudad Universitaria 15 de marzo de 2023