



Cuidando a nuestro estudiantado

El SAP/APZ es un servicio gratuito para la comunidad universitaria, dependiente del Vicerrectorado de Estudiantes y Empleabilidad y se fundamenta en tres pilares esenciales:

1. Promocionar la salud.
2. Mejorar la calidad de vida.
3. Prevenir y disminuir problemas psicológicos:



Ansiedad



Dificultades relacionales



Habilidades socio-emocionales



Estrés



Manejo y resolución de conflictos



Problemas de adaptación



<https://www.ehu.es/es/web/servicio-atencion-psicologica>

El SAP/APZ está formado por:

- 1 directora · psicóloga general sanitaria
- 1 psicóloga clínica y 2 psicólogas generales sanitarias



La oferta se basa en:

1. Asistencia psicológica individual (8-10 sesiones individuales).
2. Programas de prevención primaria (Talleres).
3. Programas de prevención secundaria (Talleres).

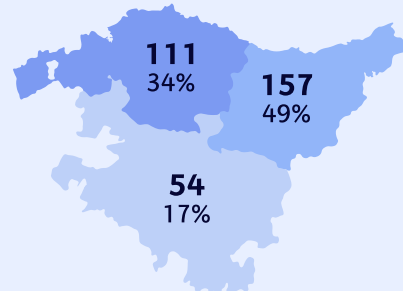
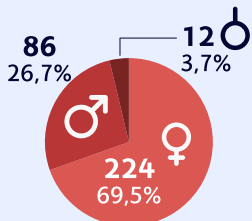
1

322 nuevas consultas

8% mas que en 2022/2023

Por género:

Por Campus:



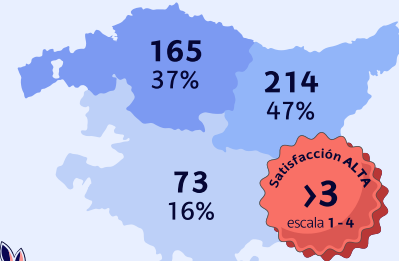
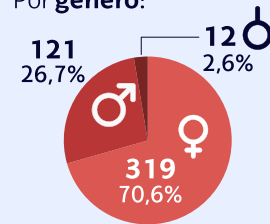
Respuesta a la demanda:
RÁPIDA < 48 horas

452 personas atendidas

6% mas que en 2022/2023

Por género:

Por Campus:



Por tipo de usuario/a:



Situación del estudiantado

atendido en el curso 2023/2024

2273 sesiones en total:



4,8 sesiones de media por persona que obtiene el alta terapéutica.



Impresión diagnóstica

- **50,4%** (213) Sintomatología compatible con trastorno mental (trastornos adaptativos, trastornos de ansiedad, episodios depresivos, etc.)
- **49,6%** (210) Factores que influyen en el estado de salud (problemas con el grupo primario de apoyo, dificultades para afrontar la vida, etc.)

Consultas Institucionales

Centros y/o cargos de la UPV/EHU

10 intervenciones. Situaciones problemáticas que afectan al alumnado, al profesorado o al PTGAS y para las que se pide ayuda desde los Centros.

2

Programas de prevención primaria



Objetivo: ofertar programas que eviten la aparición de problemas psicológicos y la promoción general de hábitos de vida saludables.

1 Taller La Emoción inteligente..... 2 eds.



35 asistentes en total



86%



11%



3%



3

Programas de prevención secundaria



Objetivo: aplicar tratamientos en fases tempranas de un desorden o malestar para evitar su agravamiento o cronicación.

3 Talleres

• Mindfulness para la gestión del estrés..... 3 eds.



93 asistentes en total



81%



17%



2%



• Gestión activa del estrés..... 2 eds.



149 asistentes en total



83%



17%



• Habilidades Gatekeeper de prevención del suicidio en el contexto universitario para PDI..... 3 eds.



67 asistentes en total



75%



25%



Congresos



XX ESPPU: Encuentros de Servicios Psicológicos y Psicopedagógicos Universitarios.
20-21 de junio de 2024. Universidad de Granada.