



## Cuidando la salud de las personas

El SAP/APZ es un servicio gratuito para la comunidad universitaria, dependiente del Vicerrectorado de Estudiantes y Empleabilidad.



El SAP/APZ lo forman  
1 directora y 2 psicólogas clínicas

¿Qué hacemos?

- Promocionar la salud
- Mejorar la calidad de vida
- 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>

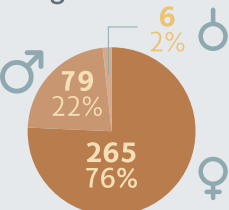
¿Qué ofertamos?

- 1 Asistencia psicológica individual
- 2 Programas de prevención primaria (Talleres)
- 3 Programas de prevención secundaria (Talleres)

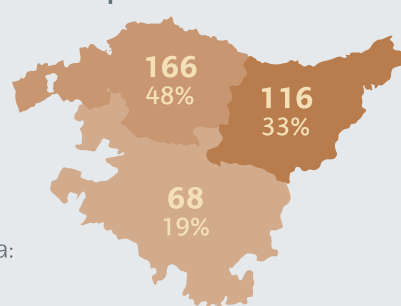
## 1 350 nuevas consultas

0,9% más que en 2019/2020

Por género:



Por Campus:

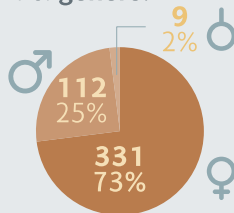


Respuesta a la demanda:  
**RÁPIDA < 48 horas**

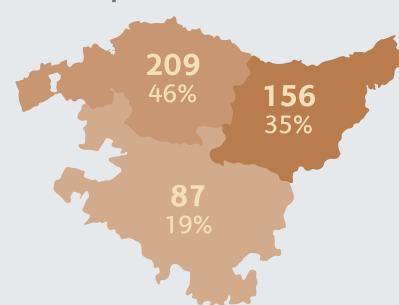
## 452 personas atendidas

10% más que en 2019/2020

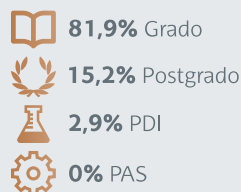
Por género:



Por Campus:



Por tipo de usuario/a:



Satisfacción: **ALTA** 😊

3,1 (escala 0 - 4)

59 encuestas recibidas (30,7%)

\*Debido al incremento de la demanda y la limitación de los recursos humanos, hemos centrado nuestra atención en el alumnado (grado y postgrado).

## Situación de las personas

atendidas en el curso 2020/2021

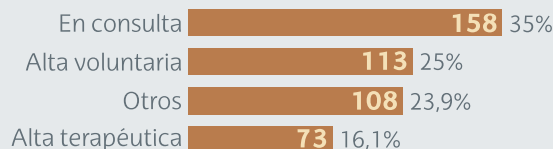
1194 sesiones en total:



776 sesiones presenciales

418 sesiones por videollamada

7,3 sesiones de media por persona que obtiene el alta terapéutica



**Impresión diagnóstica:**

**43,2%** (165) Sintomatología compatible con trastorno mental (reacciones a estrés graves, trastornos de adaptación, ansiedad etc.)

**56,8%** (217) 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

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

## 2 Programas de prevención primaria

1 Taller online:

- Deseo, erotismo y buenos tratos.....3 ediciones  
Fué impartido en euskera y castellano el primer trimestre, y sólo en castellano el segundo trimestre.

Castellano



Satisfacción:

**ALTA** 😊

5 (escala 0 - 6)

Euskera



Satisfacción:

**ALTA** 😊

4,9 (escala 0 - 6)

Plataforma: Blackboard Collaborate (BBC)

## 3 Programas de prevención secundaria

3 Talleres online:

- Mindfulness para la gestión del estrés.....2 eds.
- Gestión activa del estrés.....2 eds.
- Gestión activa del estrés para PAS.....1 eds.



Satisfacción:

**ALTA** 😊

4,8 (escala 0 - 6)

Sesiones en streaming:

- Bienestar emocional.....2 eds.
- Consumo de sustancias psicoactivas.....1 eds.

Plataforma: Blackboard Collaborate (BBC)

\*Al ser online, todos los talleres y sesiones en **streaming** incluyeron de manera sincrónica al alumnado de los tres Campus de la UPV/EHU.

**Alta demanda:** las solicitudes superan las plazas disponibles



**XVII ESPPU:** Encuentros de Servicios Psicológicos y Psicopedagógicos Universitarios.  
15-16 Abril del 2021. Online.

Presentación avance de los resultados del Taller 'Gestión activa del estrés' realizado el primer cuatrimestre del curso.