



## Cuidando la salud de las personas

El SAP/APZ es un servicio gratuito para toda 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:



Estrés



Manejo y  
resolución  
de conflictos



Ansiedad



Dificultades  
relacionales



Habilidades  
socio-  
emocionales



Problemas de  
adaptación



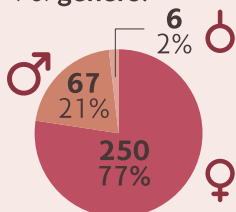
<https://www.ehu.es/es/web/servicio-atencion-psicologica>

¿Qué ofertamos?

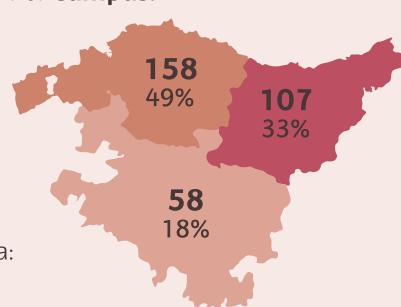
- 1 Asistencia psicológica individual
  - 2 Programas de prevención primaria
  - 3 Programas de prevención secundaria
- Talleres

## 1 323 nuevas consultas 2019/2020 17,5% online

Por género:



Por Campus:

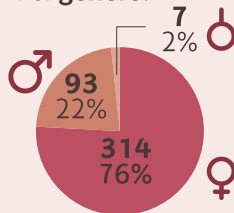


Respuesta a la demanda:  
**RÁPIDA < 48 horas**

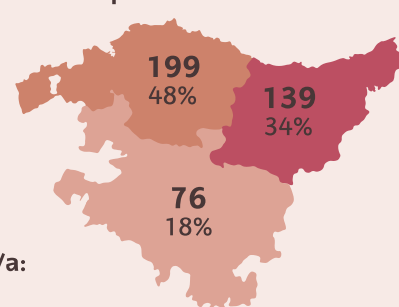
## 414 personas atendidas

2019/2020 22% online

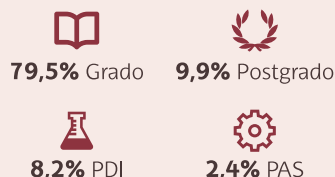
Por género:



Por Campus:



Por tipo/a de usuario/a:



Satisfacción: ALTA 😊

3,5 (escala 0 - 4)

105 encuestas recibidas (38,5%)

## Situación de las personas

atendidas en el período 2019/2020



1542 sesiones en total:

1207 sesiones presenciales

335 sesiones por videollamada

3,7 sesiones de media por persona



Alta terapéutica 112 27%

En consulta 96 23,2%

Alta voluntaria 116 28%

Otros 90 21,8%

Impresión diagnóstica:

45,2% (187) Sintomatología compatible con trastorno mental (reacciones a estrés graves, trastornos de adaptación, ansiedad etc.)

54,8% (308) Factores que influyen en el estado de salud (problemas con el grupo primario de apoyo, dificultades para afrontar la vida, etc.)

El **confinamiento** obligatorio hizo que muchas personas prefirieran posponer su atención psicológica hasta que pudiera ser presencial.

## 2 Programas de prevención primaria

1 Taller presencial:

• Deseo, erotismo y buenos tratos.....3 ediciones



77 asistentes en total

Satisfacción:

ALTA 😊

4,9 (escala 0 - 6)

1 Curso online:



• Kit de habilidades psicológicas para hacer frente al confinamiento.....3 ediciones  
Dos sesiones en cada edición: euskera y castellano



763 asistentes en total

Satisfacción:

ALTA 😊

3,4 (escala 1 - 4)

## 3 Programas de prevención secundaria

4 Talleres presenciales:

- Gestión de la ansiedad ante los exámenes.....3 eds.
- Mindfulness para la gestión del estrés.....4 eds.
- II Mindfulness en la vida cotidiana para PAS y PDI.....3 eds.
- Sensibilización ante la ideación suicida para PDI.....3 eds.



300 asistentes en total

Satisfacción:

ALTA 😊

4,5 (escala 0 - 6)

Alta demanda: las solicitudes superan las plazas disponibles

## Consultas Institucionales

Centros y/o cargos de la UPV/EHU

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

**EHU**saludable  
en colaboración con la REUPS



Día Mundial de las Universidades Saludables  
177 participantes / 135 donaciones