



Universidad de la República
Facultad de Veterinaria
Centro de Investigación, Monitoreo y Asesoramiento en Salud Mental

1- Nombre del curso.

Salud mental y psicopatología del estudiante de posgrado

2- Pre-requisitos.

Ser estudiante de posgrado (especialización, maestría o doctorado) de cualquier área del conocimiento, dentro o fuera de UdelaR.

3- Modalidad de cursada.

Virtual.
Clases por plataforma Zoom
Setiembre de 2026.

4- Metodología.

La salud mental de los estudiantes de posgrado es un tema crucial, ya que este grupo enfrenta exigencias académicas intensas, altos niveles de estrés y presiones laborales y personales. Un curso específico permite visibilizar estas problemáticas, brindar herramientas de prevención y promover entornos formativos más saludables que favorezcan el bienestar y la continuidad académica.

El curso constará de clases teóricas virtuales sincrónicas donde se verán diferentes aspectos vinculados con la salud mental de estudiantes de posgrado. Tomaremos la escasa información local con experiencias internacionales para repasar los factores que se relacionan con una mejor o peor salud mental en esta población, y posibles intervenciones para mejorarla.

Las últimas clases serán dedicadas a seminarios que deberán dar los estudiantes de posgrado presentando artículos científicos sobre alguno de los temas tratados en el curso.

5- Carga horaria.

Total presencial: 26 (10 clases teóricas + 3 instancias de seminario¹, cada una de 2 horas).

Se estiman 10 horas de trabajo no presencial para la preparación del seminario, y 25 horas para la elaboración del trabajo final (total 35 horas no presenciales).

¹ La cantidad de seminarios dependerá de la cantidad de inscriptos.

6- Créditos propuestos: 4

7- Docente responsable.

Nombre: Paul Ruiz

Título académico: PhD

Grado: 3

Dedicación horaria semanal: 40 h sin DT

8- Docentes participantes (se adjuntan CVs).

DOCENTE	INSTITUCIÓN
Paul Ruiz	Fvet-UdelaR, Uruguay
Adrián Ramírez	Fpsico-UNC, Argentina
Luis Furlan	Fpsico-UNC, Argentina
Mauricio Castillo	AUPP, Uruguay
Jimena Boffa	Fmed-UdelaR, Uruguay
María Noel Silvariño (colaboradora)	Fmed-UdelaR, Uruguay

9- Conocimientos previos recomendados.

Ninguno.

10- Objetivo general.

Brindar un curso de posgrado para estudiantes de posgrado de cualquier país de Latinoamérica (dado que se puede cursar 100% virtual) donde podamos estudiar los factores que influyen la salud mental de esta población, y con qué intervenciones se podría mejorar.

11- Objetivos específicos.

- Analizar la epidemiología actual de los problemas de salud mental en estudiantes de posgrado, identificando tendencias, grupos de riesgo y disparidades entre disciplinas.
- Ver qué factores internos y externos condicionan la existencia de estos cuadros clínicos.
- Mostrar con evidencia que intervenciones ayudan a mejorar la salud mental de esta población.
- Reflexionar críticamente sobre el rol del docente, tutor y la institución en la construcción de entornos académicos saludables, éticos y sostenibles.

12- Contenidos².

	TEMA	DOCENTE	FECHA
<i>Panorama general y marco conceptual</i>			
1	Epidemiología de la salud mental en estudiantes de posgrado	Paul Ruiz	1/9/26
2	Modelos teóricos, indicadores y evaluación de salud mental	Mauricio Castillo	3/9/26
<i>Factores de riesgo individuales y relacionales</i>			
3	Vínculo con tutor y compañeros	Paul Ruiz	8/9/26
4	Burnout, salud mental y bienestar	Jimena Boffa & María Noel Silvariño	10/9/26
5	Incertidumbre, perfeccionismo y ansiedad de evaluación	Luis Furlan	15/9/26
6	Procrastinación académica y síndrome del impostor	Adrián Ramírez	17/9/26
<i>Problemas comunes y estrategias de intervención y promoción de la Salud Mental</i>			
7	Problemas comunes y hábitos de vida	Paul Ruiz	22/9/26
8	Profesionalismo y trabajo en equipo	Jimena Boffa & María Noel Silvariño	24/9/26
9	El rol de la institución y posibles intervenciones	Mauricio Castillo	29/9/26
10	Formación para tutores y pares referentes	Mauricio Castillo	1/10/26
<i>Seminarios</i>			
Cantidad de seminarios depende de cantidad de estudiantes que se inscriban			

13- Contenidos actitudinales que se trabajarán durante el desarrollo del curso:

- Disposición a reconocer el malestar psicológico en otros sin estigmatización.
- Reconocimiento de la importancia del autocuidado como parte del rol académico y profesional.
- Actitud reflexiva ante señales propias de estrés, agotamiento o desgaste.
- Disposición a cuestionar normas culturales dañinas (hiperproductividad, competencia excesiva, invisibilización del malestar).
- Actitud reflexiva para revisar supuestos personales y profesionales.
- Interés por incorporar nuevas herramientas de promoción del bienestar basadas en evidencia.

2 Clases teóricas de 120 minutos virtual sincrónico.

14- Evaluación.

Continua: Se tendrá en cuenta la participación y actitud en clase. Tendrá un peso relativo del 20% del total. También se tendrá presente la asistencia a clase (80% de asistencia, se pasará lista).

Final: Los estudiantes de posgrado deberán presentar en formato seminario un artículo científico vinculado con alguno de los temas vistos en el curso.

Todos los estudiantes deberán entregar un trabajo final de tipo revisión o proyecto de investigación sobre un tema visto en el curso que sea de su interés³.

La aprobación estará dada por la asistencia al 80% de las actividades, la presentación del seminario individual y un desempeño suficiente en las entregas. La materia no tendrá examen.

15- Cupos.

No tiene.

16- Bibliografía.

1. Li, T., Guan, J., Huang, Y., & Jin, X. (2025). The effect of stress on depression in postgraduate students: Mediating role of research self-efficacy and moderating role of growth mindset. *Behavioral Sciences*, 15(3), 266.
2. Malik, S., Bessaha, M., Scarbrough, K., Younger, J., & Hou, W. (2023). Self-reported depression and anxiety among graduate students during the COVID-19 pandemic: Examining risk and protective factors. *Sustainability*, 15(8), 6817.
3. Gallea, J. I., Medrano, L. A., & Morera, L. P. (2021). Work-related mental health issues in graduate student population. *Frontiers in Neuroscience*, 15, 593562.
4. Kılıç, C., & Şanal Karahan, F. (2023). Mental health problems among graduate students in Turkey: A cross-sectional study. *International Journal for the Advancement of Counselling*. Advance online publication.
5. Martínez, P., Jiménez-Molina, Á., Mac-Ginty, S., Martínez, V., & Rojas, G. (2022). Salud mental en estudiantes de educación superior en Chile: una revisión amplia con meta-análisis. *Terapia Psicológica*, 39(3).
6. Artículos científicos de los docentes.

17- Datos para conexión.

Las clases son martes y jueves de 10 a 12 en este link:

<https://salavirtual-udelar.zoom.us/j/86565018262?pwd=U3NaZjgxejdkWDBXT0lIRXA0Rjladz09>

ID de reunión: 865 6501 8262

Código de acceso: 4#E@68A^pg

³ Este trabajo tendrá una extensión máxima de 5 carillas, y un mínimo de 10 citas bibliográficas.