



SALUD MENTAL DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS QUE MIGRAN DESDE REGIÓN A LA UDD SANTIAGO: ESTUDIO NARRATIVO

Catalina Cancino Valdés

Barbara Ferrer Binner

M. Jesús Golusda Cortés

Camila González Salas

Tesis presentada a la Carrera de Enfermería de la Universidad del Desarrollo para optar al título profesional de enfermera (o).

PROFESOR GUÍA: SRA. DANIELA FUENTES OLAVARRÍA

Diciembre, 2018

SANTIAGO

Índice

| Contenido | Página |
|--|--------|
| Introducción | 1 |
| Pregunta y objetivos | 3 |
| Marco teórico | |
| Salud mental | 5 |
| Migración y salud mental | 6 |
| Factores protectores y de riesgo de los estudiantes universitarios | 7 |
| Marco conceptual | 8 |
| Vacío de conocimiento | 11 |
| Flujograma de búsqueda bibliográfica | 12 |
| Metodología | |
| Diseño | 13 |
| Participantes | 13 |
| Técnica de recolección de datos | 15 |
| Procedimientos | 16 |
| Criterios de rigurosidad | 17 |
| Método de análisis | 18 |
| Consideraciones éticas | 19 |

| | |
|---|----|
| Hallazgos | 23 |
| Discusión | 40 |
| Resumen | 45 |
| Referencias | 46 |
| Anexos | |
| Anexo 1: Preguntas gui3n de entrevista | 49 |
| Anexo 2: Gui3n de entrevista | 54 |
| Anexo 3: Consentimiento informado entrevista individual | 57 |
| Anexo 4: Consentimiento informado grupo focal | 60 |
| Anexo 5: Autoevaluaci3n | 63 |
| Anexo 6: Libro de c3digos | 66 |
| Anexo 7: Entrevistas | 69 |

Introducción

Cada año aumenta la cantidad de estudiantes que deben dejar su hogar en diferentes regiones para cursar estudios superiores en Santiago. Los estudios internacionales muestran que la transición del colegio a la universidad es un proceso crítico en la vida de los jóvenes; cuando a esto se suma la migración de una ciudad a otra, el riesgo de presentar bajos niveles de salud mental se incrementa. Lo anterior hace que el estudio de este grupo y de su nivel de salud sea de gran importancia.

La presente investigación busca conocer la experiencia de vida de los universitarios de primer a quinto año que deben migrar de otras regiones para estudiar en la Universidad del Desarrollo en Santiago. Para contextualizar, se inicia definiendo salud mental y los factores de riesgo y protectores propios de esta población. A continuación, se enuncia la definición de migración y migración interna, además de las implicancias para la salud mental de los individuos y el vacío de conocimiento existente en nuestro país acerca del tema. Todo lo anterior se presenta bajo la mirada del Modelo de Dos Continuos en Salud Mental, explicado también más adelante.

El propósito de la investigación es entregar la información recopilada y sensibilizar a entidades como Directores de carrera, centros de alumnos, Federación de Estudiantes UDD y Dirección de Asuntos Estudiantiles, para la generación de actividades de promoción y prevención enfocadas a la salud mental de este grupo estudiantil sobre todo en los momentos que ellos mismo reconocen de mayor relevancia.

El profesional de enfermería debe estar capacitado para poder identificar los factores de riesgo de una comunidad o grupo; una vez identificado esto, este debe realizar actividades de promoción basada en la teoría. Además, debe ser capaz de anticipar las posibles crisis que pudiesen suceder pudiendo preparar a los pacientes para los acontecimientos futuros. Como otra función, puede dar consejería a grupos o individuales pudiendo pesquisar una oportuna derivación (Esguerra, 1991). De la misma forma, cobra relevancia que profesionales de enfermería puedan ser incluidos en contextos educacionales con el mismo fin: realizar actividades de promoción y prevención de la salud.

En la presente investigación se realizó un estudio cualitativo del tipo narrativo en el cuál se entrevistó a un total de 12 alumnos de primer a quinto año de diferentes carreras de la Universidad del Desarrollo, seis en entrevista individual semi-estructurada y seis en grupo focal.

A partir de lo anterior se distinguieron factores protectores tales como familia y los amigos que se encuentran en Santiago, las nuevas redes creadas en la universidad o familiares que desde antes se encontraban en la capital; factores de riesgo tales como adaptarse a un nuevo sistema de transporte, las distancias entre lugares, falta de redes de apoyo y necesidad de generar nuevas, hacerse responsable de las tareas y finanzas del hogar, enfrentarse a nuevo sistema de enseñanza, malos hábitos alimenticios y extrañar a las personas con quienes vivían; los puntos de quiebre encontrados en el relato fueron enfrentarse al transporte de Santiago, hacerse responsable de tareas y finanzas del hogar,

malos hábitos de alimentación, dificultad para viajar a sus ciudades de origen, entre otros.

Pregunta de investigación

¿Cómo perciben su salud mental los estudiantes universitarios de primer año que han migrado desde regiones a estudiar en la UDD Sede Santiago el año 2018?

Objetivo general

Conocer cómo perciben su salud mental los estudiantes universitarios de primer año que han migrado desde regiones a estudiar en la UDD Sede Santiago el año 2018

Objetivos específicos

1. Identificar puntos de quiebre en relato de los estudiantes universitarios en el proceso de migrar desde regiones a estudiar en la UDD Sede Santiago el año 2018.
2. Reconocer los factores protectores para la salud mental de los estudiantes universitarios de primer año que han migrado desde regiones a estudiar en la UDD Sede Santiago el año 2018.

3. Reconocer los factores de riesgo para la salud mental de los estudiantes universitarios de primer año que han migrado desde regiones a estudiar en la UDD Sede Santiago el año 2018.
4. Conocer las posibles recomendaciones que tengan los estudiantes universitarios de primer año que han migrado desde regiones a estudiar en la UDD Sede Santiago el año 2018, respecto del proceso de adaptación a la vida universitaria.

Marco teórico

Salud mental

Hoy en día, la salud no sólo se entiende como el bienestar físico, sino que abarca el bienestar completo del individuo. La Organización Mundial de la Salud define salud como “un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades” (OMS, 2017). De esto se desprende la importancia de la precisión de salud mental entregada por la OMS: “estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad” (OMS, 2014).

El estudio de la salud mental cobra gran relevancia hoy en día. Según datos del Ministerio de Salud (MINSAL), los trastornos mentales representan un número importante de la morbilidad y carga de enfermedad en nuestro país, y su prevalencia en quienes consultan en atención primaria alcanzaría hasta el 50% (MINSAL, 2016), y un 23,2 % de los años de vida perdidos por discapacidad o muerte (AVISA) están determinados por las condiciones neuropsiquiátricas (MINSAL, 2016).

Migración y salud mental

Migración se define como el movimiento de población de un territorio a otro. De esto se desprende el concepto de migración interna, que se explica como el movimiento de personas de una región a otra en un mismo país con el propósito de establecer una nueva residencia. Este movimiento puede ser temporal o definitivo (OIM, 2006).

Un gran número de personas en el mundo migra dentro de sus países de origen. Los migrantes internos suman aproximadamente 740 millones de personas, es decir, casi cuatro veces la cantidad de aquellos que se desplazaron a otro país (Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, 2009). Según datos del Instituto Nacional de Estadísticas (INE), la población en Chile de 5 años o más que participó de un flujo migratorio interno entre los años 1992 y 2002 fue de 783.430 personas, correspondientes al 5,8% del total de habitantes mayores de 5 años (Villalón, Farías, & Acuña, 2007). Dentro de ellos podemos ubicar a quienes deben dejar sus hogares para poder cursar estudios universitarios. En Chile, según datos publicados por el Servicio de Información de Educación Superior (SIES), al año 2014, más de 150 mil estudiantes estudiaron en la educación superior fuera de la región desde donde egresaron de enseñanza media. Esta cifra corresponde al 16% de los estudiantes de educación superior. De ellos, el 71% estudia en una de las tres principales regiones del país (Región Metropolitana, Valparaíso y Bio-Bio), concentrándose el 44% de ellos en la RM (Rolando & Lara, 2015).

Debido a las altas cifras de migración de los jóvenes, sumado al mayor riesgo de padecer trastornos de salud mental de los universitarios, parece importante relacionar el bienestar mental con la necesidad de dejar su lugar de origen para cursar estudios superiores. Un estudio realizado en estudiantes en una universidad en Alemania indicó que los estudiantes con antecedentes de migración presentaron menor calidad de vida en relación a su salud mental (Kurré, Scholl, Bullinger, & Petersen-Ewert, 2011), en Francia, los estudiantes que viven en residencias universitarias experimentaron mayor riesgo de presentar diversos problemas de salud debido a una variedad de factores, dentro de los cuales se incluían la lejanía con la familia, cambios en la rutina y la ausencia de un guía (Shaikh & Deschamps, 2006). En Reino Unido también se ha estudiado la salud mental en estudiantes universitarios y se pudo describir el vivir lejos de casa como un factor de riesgo para padecer afecciones de salud mental, tales como ansiedad y depresión (Macaskill, 2013).

Factores protectores y de riesgo de la salud mental de los estudiantes universitarios

La edad se considera un factor influyente en el surgimiento de problemas de salud mental, distinguiéndose un alza de estos en personas de menos de 24 años (Kessler et al., 2007), dentro de los cuales podemos ubicar a gran parte de los estudiantes universitarios, quienes en su primer año se ven enfrentados a una etapa de transición, con cambios, desafíos y ajustes (Antúnez & Vinet, 2013), y afrontan factores de riesgo adicionales para desarrollar un desorden en su salud mental, tales como vivir lejos de casa por primera vez, tener que hacer nuevos amigos, manejar sus finanzas, ajustarse a

nuevos regímenes de enseñanza, crear una nueva identidad como estudiante, la escasa participación en actividades de recreación, y la presencia de altos niveles de estrés (Macaskill, 2013).

No obstante lo anterior, también se pueden distinguir factores protectores que resguardarían a los estudiantes del padecimiento de trastornos en su salud mental, así como fe, propósito de vida, optimismo, buena salud física, inclusión social y académica, entre otros (Fink, 2014).

Una vez revisada la literatura, los autores coinciden en que los estudiantes que deben dejar sus hogares para cursar la universidad están expuestos a más factores de riesgo para su salud mental, como estar lejos de casa, enfrentarse a un nuevo entorno crear nuevas redes, entre otros. Por otro lado, sólo uno de los autores revisados hace referencia a factores protectores para este grupo.

Marco Conceptual: Modelos de los dos continuos

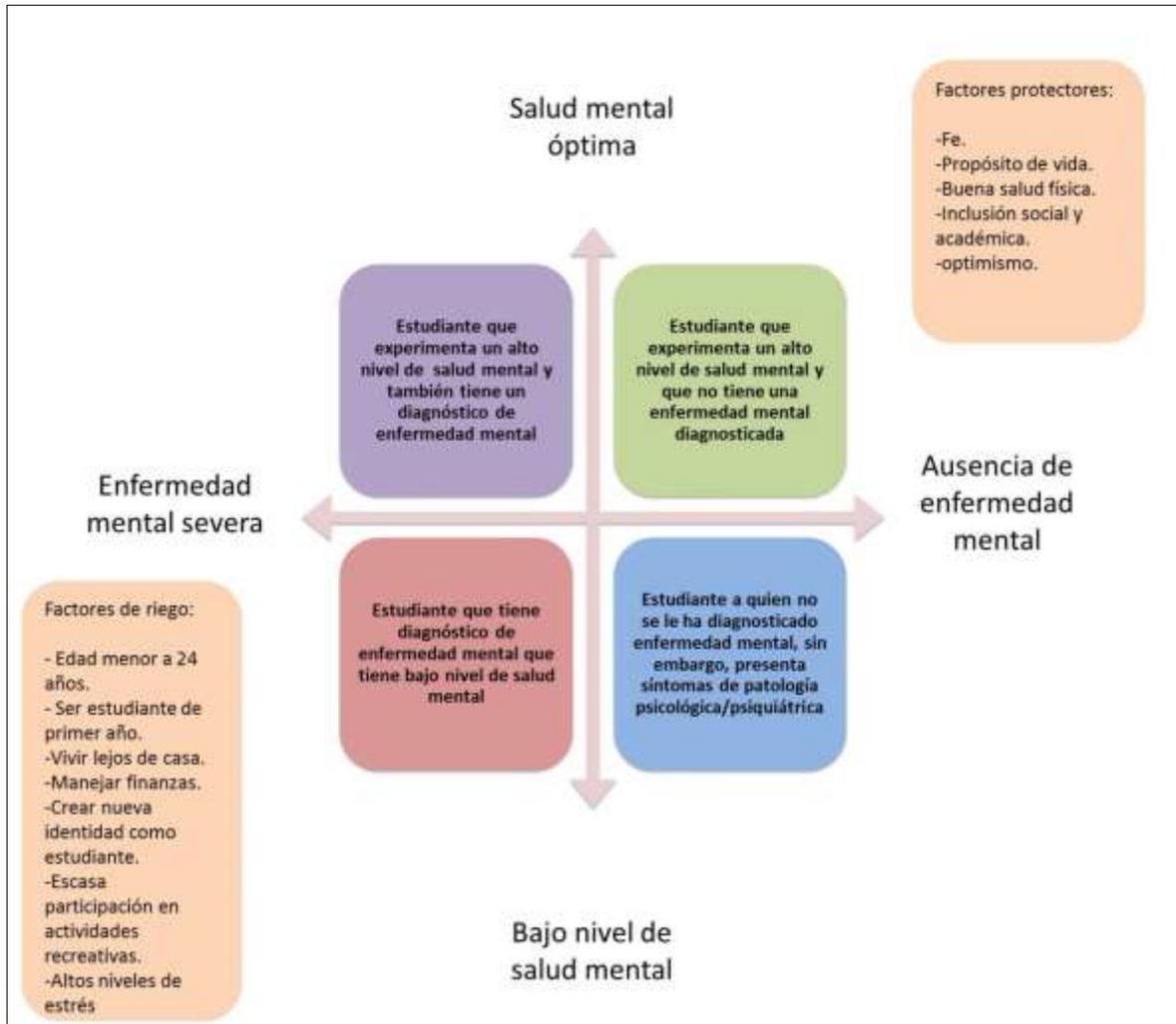
El modelo de los dos continuos de salud mental nace en Estados Unidos en el año 1996, esbozado por el profesor de la facultad de sociología de la Universidad de Emory, Corey Keyes. Este modelo plantea que la salud mental y la enfermedad mental son dos continuos independientes que se entrecruzan (Keyes, 2002). Este modelo es propuesto en el Plan Nacional de Salud Mental 2017-2025 del MINSAL como idóneo para atender la salud mental con una visión más enfocada en el desarrollo de las capacidades humanas (MINSAL, 2017).

Figura 1. Modelo de los dos continuos en salud mental (Keyes, 2002).



De esto se puede desprender que los estudiantes universitarios podrían presentar bajos niveles de salud mental, aun cuando no tengan un diagnóstico de patología psiquiátrica. Esto debido a que, según plantea la evidencia, aunque los estudiantes presenten síntomas que indiquen alguna afección psicológica o psiquiátrica, este grupo de población no suele consultar a los centros de salud (Shaikh & Deschamps, 2006). Además, se pueden distinguir factores protectores y de riesgo para el nivel de salud mental de los estudiantes. De esta manera se podría plantear el modelo de Keyes desde los estudiantes universitarios y su nivel de salud mental como se muestra en la Figura 2.

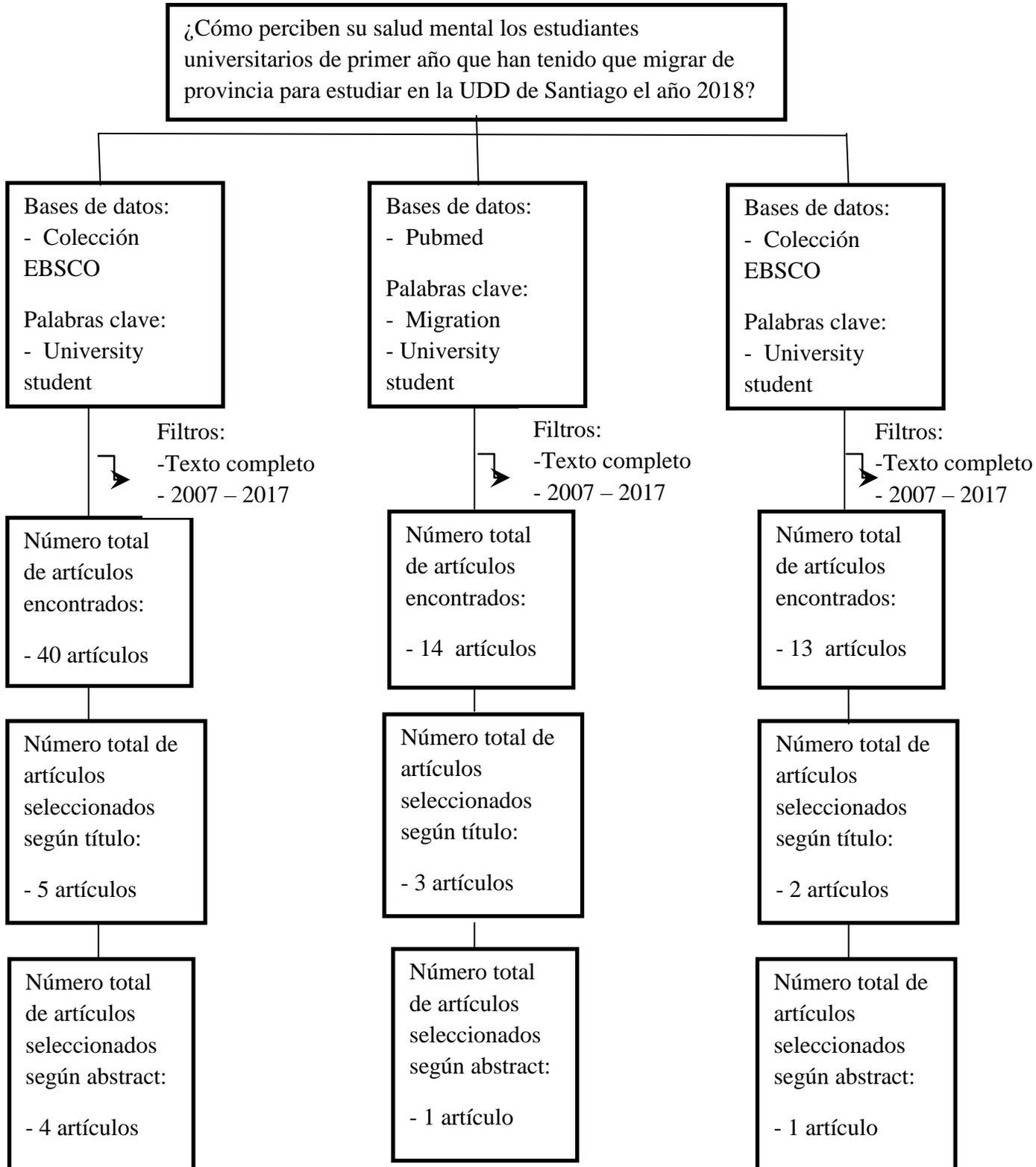
Figura 2. Modelo Dos Continuos en Salud Mental aplicado a Estudiantes universitarios



Vacío de conocimiento

A pesar de la importancia que cobra este tema a nivel internacional, habiéndose realizado varios estudios relacionados con la salud mental de los estudiantes en diversos países, en Chile es muy pobre la literatura que hace referencia a dicha temática, razón por la cual este grupo y su bienestar mental se han dejado de lado. Debido a esto, surge la idea de estudiar a la población estudiantil de primer año de la Universidad del Desarrollo (UDD) de Santiago que ha debido migrar de otras regiones con el fin de cursar sus estudios. La UDD de Santiago alberga un total de 2.592 alumnos cursando diversas carreras, de los cuales 395 (15%) provienen de regiones distintas a la Metropolitana.

Flujograma de búsqueda bibliográfica



Metodología

Diseño del estudio

Estudio cualitativo con diseño narrativo, el cual se centra en el estudio de un fenómeno social analizado desde la narración cronológica de los participantes del estudio. Éste consiste en recolectar historias de los individuos y sus experiencias, principalmente a través de entrevistas y, además, ayuda a determinar los eventos más importantes o puntos de quiebre en la experiencia de las personas (Creswell, 2013). En el caso de este estudio, las investigadoras buscan conocer las vivencias desde el punto de vista de los mismo estudiantes que migran de regiones a Santiago para estudiar, por lo que se requiere de una método que abarque la subjetividad de las experiencias vividas, lo cual es entregado por el método cualitativo de la investigación, mientras que el estudio narrativo presenta los hechos de manera cronológica, ayudando a comprender el fenómeno de mejor manera (Creswell, 2013).

Participantes

Los participantes del estudio son estudiantes de la Universidad del Desarrollo, quienes han migrado a Santiago desde otras regiones para cursar estudios universitarios.

El tipo de muestreo que se utilizará es el muestreo por conveniencia. Éste se define como una metodología no probabilística que permite seleccionar los casos más accesibles para las investigadoras (Creswell, 2013).

En un inicio se pensó en entrevistar sólo a estudiantes que estuviesen cursando el primer año de carrera en la UDD, sin embargo, debido a la dificultad que implicó que estos alumnos respondieran a la invitación y al interés demostrado por jóvenes de años superiores de sus carreras, se decidió, en conjunto con el comité académico que acompaña la investigación, incluir a estudiantes que no necesariamente estuviesen en primer año.

Criterios de inclusión:

- Ser estudiante de cualquier carrera de la UDD
- Haber migrado a la capital desde otras regiones con el fin de estudiar

Criterios de exclusión

- Haber residido en Santiago anteriormente
- Haber estudiado antes otra carrera
- Ser menor de 18 años

Técnicas de recolección de datos:

Por una parte, se realizó una entrevista individual semiestructurada a seis estudiantes de diferentes carreras de primer a quinto año de la Universidad del Desarrollo, con el fin de que exista un encuentro cara a cara entre el investigador y el entrevistado, para lo cual se preparó un guión o conjunto de preguntas flexibles en función de los objetivos del estudio, en el que el entrevistador puede repreguntar o reformular una pregunta o pedir aclaraciones. Este tipo de entrevistas poseen la ventaja de tener acomodamiento a los entrevistados en poder ajustar las preguntas planteadas con anterioridad mediante la explicación de términos, aclarar ambigüedades y disminuir formalidades (Díaz-Bravo, Torruco-García, Martínez-Hernández, & Varela-Ruiz, 2013).

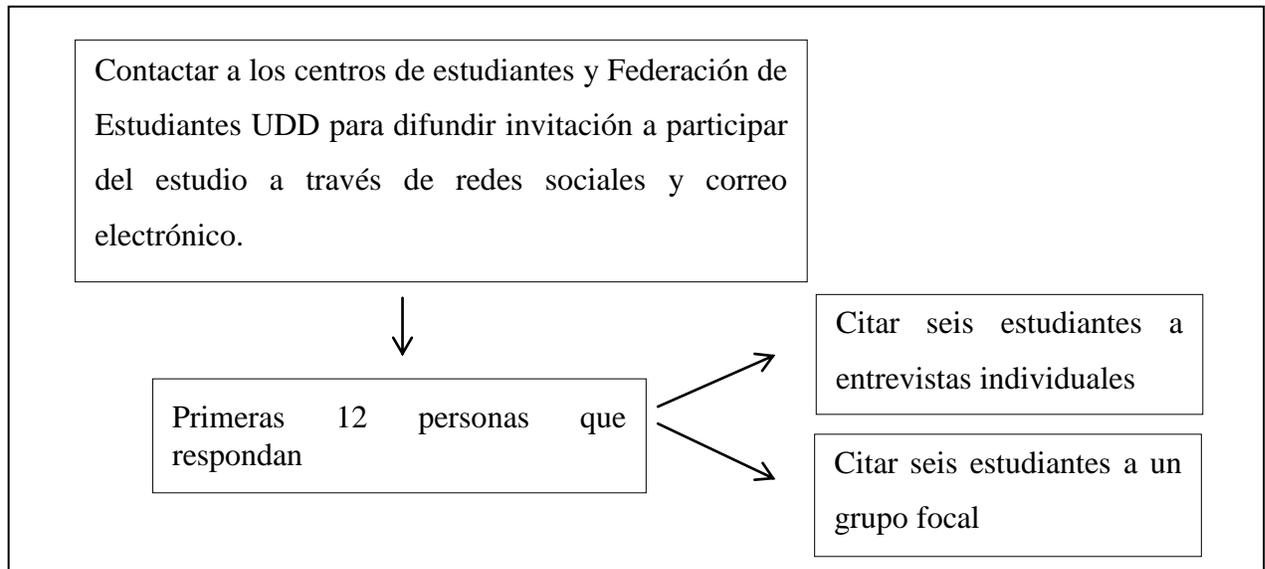
Por otra parte, se realizaron dos grupos focales, con tres estudiantes cada uno, de diferentes carreras, de primer a quinto año de la Universidad del Desarrollo, creando un grupo artificial. En el grupo focal, el guión o conjunto de preguntas son dirigidas por parte del moderador en función de los objetivos del estudio, para esto se empleó un estilo semidirigido buscando que todos los participantes manifiesten su opinión y poniendo atención en las interacciones que se produzcan entre ellos. La ventaja de los grupos focales es alentar dialogo en temas que pudiesen ser de mayor pudor entre los entrevistados, así como ahondar en ciertos temas (Buss Thofehrn et al., 2013).

En ambos casos, se solicitó a los estudiantes que no estuviesen cursando el primer año de carrera, que hablaran desde lo vivido en primero.

Procedimientos

Para obtener la muestra se recurrió en primera instancia a la Dirección de Asuntos Estudiantiles de la UDD, quien no dio respuesta al requerimiento de hacer llegar la invitación a los alumnos. De la misma forma ocurrió con el departamento de marketing y registro académico de la Universidad. Finalmente, se tomó contacto con los centros de estudiantes y Federación de Estudiantes UDD, quienes colaboraron compartiendo la invitación a participar del estudio a través de sus redes sociales y vía correo electrónico. El mensaje contuvo información sobre el tema del estudio y el contacto de las investigadoras, e invitaba a contactarse con ellas para participar. Se incluyeron en la investigación a las primeras 12 personas que manifestaron su intención de ser parte del estudio. Luego de esto, se invitó a una entrevista individual a seis estudiantes y a seis de ellos a grupo focal (Figura 3).

Figura 3: flujograma de obtención de la muestra.



Criterios de rigurosidad

Triangulación: el investigador examina los datos recogidos de diversas fuentes o diversos métodos (Creswell, 2013). Para la recolección de información se utilizarán entrevistas individuales y un grupo focal.

Revisión de pares: conformación de comités externos que apoyen el equipo de investigación en el proceso de recolección de datos y el análisis de los hallazgos (Creswell, 2013). La investigación será respaldada por un comité académico, compuesto por docentes de la Universidad del Desarrollo que acompañarán en el proceso de recolección y análisis de los datos.

Audit trail: se deben explicitar todas las decisiones y opciones en cada informe que reporte los hallazgos del estudio (Creswell, 2013). Se llevará un cuaderno de campo a lo largo de la investigación, donde se dejará registro de las ideas y experiencias de las investigadoras. De esta manera, cada decisión metodológica será fundamentada en base a la teoría y a la práctica vivida en el proceso de recolección de datos.

Reflexivity: se contempla un hilo reflexivo explícito a lo largo de la investigación con el propósito de reconocer y valorar la participación de los investigadores en el análisis y modelación de datos (Creswell, 2013). Antes de comenzar la investigación se presentará la percepción personal de las investigadoras respecto de los temas: ingreso a la universidad, migración de regiones a Santiago, salud mental. Esto se continuará reflexionando a medida que avance la investigación y se vayan recolectando más datos.

Método de análisis

En la presente investigación se utilizó el análisis de contenido. Éste tiene como objetivo interpretar la información concreta de la entrevista, es decir, la textualidad de las palabras que dijo cada entrevistado. Para esto, se interpretó cada una de las frases de quienes participaron para lograr comprender los factores de riesgo y protectores en su proceso de migración a Santiago, los hitos que ellos reconocen como puntos de quiebre dentro de esta experiencia y las recomendaciones que los entrevistados dieron para mejorar el proceso del ingreso a la universidad y cambio de ciudad (Creswell, 2013).

Consideraciones éticas

La presente investigación se regirá por lo Principios de la Bioética de Beauchamp y Childress y los siete principios de Emanuel, los cuales se explican a continuación y se declara de qué manera se cumplirá cada uno de ellos en el estudio.

Principios de la Bioética de Beauchamp y Childress 1979

Autonomía: El principio de autonomía consiste en tener la capacidad de tomar decisiones sin intervención ajena. En este estudio, la participación de cada estudiante es voluntaria, previa firma de un consentimiento informado (Anexo 2), mediante el cual podrá decidir si participar o no del estudio. Además en éste se especificará que podrá retirarse de la investigación cuando lo estime conveniente. También se cumple en que los participantes serán libres de responder o no a las preguntas que ellos quieran durante las entrevistas y grupo focal (Beauchamp & Childress, 1999).

Justicia: El principio de justicia, se utilizará en el sentido de justicia social, es decir, que todas las personas que potencialmente pudieran participar en el estudio puedan hacerlo. En la presente investigación, todo el alumnado de la Universidad del Desarrollo recibirá la invitación a participar del estudio mediante difusión de Centros de Alumnos de las diferentes carreras. De ellos, los primeros doce que respondan serán los elegidos (máximo dos estudiantes por carrera) (Beauchamp & Childress, 1999).

No maleficencia: Este principio obliga a no hacer nada que pueda ser perjudicial para el participante o en la que la razón riesgo / beneficio no sea adecuada. El contexto en que se dará la entrevista y el grupo focal no será perjudicial para los participantes. De la misma forma, las preguntas están formuladas de manera de no abordar temas sensibles para los participantes que puedan afectar su salud y, de sentirse incómodos, tienen la libertad de no responder. En el caso de detectar a un alumno con sintomatología depresiva, se aconsejará al participante consultar al psicólogo de su respectiva facultad en la Universidad (Beauchamp & Childress, 1999).

Beneficencia: La beneficencia no es, sin más, la cara opuesta de la no maleficencia. La beneficencia es el principio ético que obliga no sólo a no hacer mal si no a hacer el bien. La presente investigación, si bien no entregará un beneficio directo a los participantes, busca entregar resultados a las autoridades pertinentes de la universidad para que los estudiantes provenientes de otras regiones puedan verse beneficiados con actividades dirigidas a prevenir alteraciones de la salud mental (Beauchamp & Childress, 1999).

Principios de Emanuel

Valor: Los resultados obtenidos de la investigación serán entregados a distintas entidades de la Universidad, tales como Directores de carrera, Centros de Alumnos, Federación de Estudiantes UDD y Dirección de Asuntos Estudiantiles, los cuales podrán utilizar esta información para el desarrollo de actividades relacionadas con la promoción y prevención de la salud mental, y de esta forma beneficiar a quienes migran

desde regiones para estudiar en la Universidad del Desarrollo. De acuerdo a lo anterior esta investigación cumple con el principio de valor.

Validez científica: Principio que se cumple en la presente investigación ya que, presenta un objetivo claro, contempla métodos, principios, logra probar el objetivo y un método de recolección de datos válido, en este caso, entrevistas y grupo focal, se obtendrá la información necesaria para el cumplimiento del propósito de la investigación.

Selección equitativa del sujeto: En este estudio se asegurará que el grupo de sujetos seleccionado se relaciona con la interrogante científica incluida en la investigación. Para esto se recurrirá al departamento de Admisión General de la UDD, para que vía correo electrónico se contacte a todos los estudiantes que provengan de regiones, y que estén cursando primer año, siendo seleccionados los 12 primeros que respondan el correo. De esta forma se garantiza que todos tengan la misma oportunidad de participar. La investigación no supone ningún riesgo para los participantes y busca beneficiar a estudiantes provenientes de otras regiones con actividades dirigidas a la promoción y prevención de su salud mental.

Proporción favorable riesgo-beneficio: La investigación tiene como riesgo potencial provocar una alteración del ánimo de los participantes. En caso de ocurrir lo anterior, se le aconsejará al participante consultar al psicólogo de su respectiva facultad en la Universidad. Esta investigación busca entregar resultados a las autoridades pertinentes de la Universidad del Desarrollo para que los estudiantes provenientes de otras regiones

puedan beneficiarse con actividades dirigidas a prevenir alteraciones de salud mental, siendo este beneficio mayor que el probable riesgo.

Evaluación independiente: El estudio será evaluado por un tutor guía, un panel de docentes, y un comité de ética, cumpliendo así con una evaluación independiente, asegurando que no existirá conflicto de intereses, sesgo de la investigación y garantizando que los participantes de la investigación no serán perjudicados y serán tratados éticamente, no como meros medios.

Consentimiento informado: Principio que se cumple entregando un documento de consentimiento a cada participante, el cual contendrá los objetivos, propósito, metodología, riesgos y beneficios, así como la opción de retirarse de la investigación abstenerse de responder a ciertas preguntas. A los participantes se les entregaron dos copias a firmar, donde una de las copias es retenida por el grupo de investigación y otra queda a disposición de los entrevistados; cabe mencionar que el consentimiento informado fue aprobado por el comité de ética de la Universidad del Desarrollo.

Respeto a sujetos inscritos: Se respetará este principio permitiendo a los alumnos cambiar de opinión respecto a participar en la investigación, asegurando confidencialidad de la información, no replicando la información en ámbitos fuera del marco de la investigación, informando sobre nuevos riesgos/beneficios que pudieran ir surgiendo en el transcurso de la investigación y entregando los resultados a los participantes al término de la investigación.

Hallazgos

Las características socio demográficas de la población entrevistada se presentan a través de la siguiente tabla:

Tabla 1: Caracterización socio demográfica de población entrevistada

| Sexo | Mujeres | Hombres | Total |
|------|------------------------|------------------------|--------------------------------|
| | 7 | 5 | 12 |
| Edad | \bar{X} edad mujeres | \bar{X} edad hombres | \bar{X} edades participantes |
| | 20 | 21.8 | 20.75 |

A continuación, se muestran los resultados de la investigación ordenados según objetivo específico:

Identificar puntos de quiebre en relato de los estudiantes universitarios de primer año que han migrado desde regiones a estudiar en la UDD Sede Santiago el año 2018.

Acontecimientos que hayan provocado tristeza o desanimo en el proceso de migrar

Este código se entiende como situaciones en que el estudiante se ha sentido particularmente desanimado desde su llegada a Santiago. Si bien los acontecimientos

mencionados no se asemejan entre sí, tienen en común que los entrevistados mencionan la carencia de alguien en quien apoyarse en estas situaciones de estrés

- “yo creo que el momento más triste que pasé fue el semestre pasado que pensé que me estaba echando un ramo y salí demasiado angustiada de la prueba y lo único que quería era llorar. Más encima había pasado de largo estudiando, entonces lo estaba pasando demasiado mal y lo único que quería era llamar a mi mamá y decirle “mamá me fue demasiado mal” y que me diga “no importa, hija, todo va a estar bien” y no me contestaba, entonces, fue como el peor momento.”
- “lo primero que se me viene a la mente es quizás el cumpleaños de mi hermano que emm es o sea tocó en plena fecha de pruebas, no pude viajar y no pude estar allá con toda mi familia”. (Femenino, 19 años, primer año de universidad).
- “llegue a mi casa y tenía que estudiar para el otro día y llegue tarde, como a las 11, sabía que tenía que estudiar para el otro día y no quería porque sabía que me había ido mal y no tenía nada para comer, esa semana había estado tan enfocada en la prueba, y ya estaba todo cerrado y me puse a llorar, lloraba y lloraba y decía como “no puedo con tanta cosa a la vez””. (Femenino, 20 años, primer año de universidad).

Acontecimientos que hayan provocado felicidad o realización en el proceso de migrar

Este código se entiende como situaciones en que el estudiante se ha sentido particularmente realizado desde su llegada a Santiago, donde en la mayoría de los casos,

les costó identificar momentos particulares que les haya provocado gran felicidad, pero generalmente asociar la felicidad a pasar tiempo con amigos

- “una vez que fui al cerro Manquehue a hacer trekking con varios amigos (...) y estaban todos compartiendo y darse cuenta de que en verdad que no se po’, que la vida cambia, que uno si o si se hace amigos en otras partes”. (Masculino, 20 años, tercer año de universidad).
- “no sé... ¡muchas cosas! Como cuando tienes un buen día, cuando sales con tus amigos...”. (Femenino, 22 años, tercer año de universidad).
- “Emm, emm, sí, puede ser haber ido a Lollapalooza.jajajaj (...) estando acá en verdad no tengo que pedirle permiso a nadie, me compré la entrada, fui, y en verdad era demasiada la felicidad ajajajaja”. (Femenino, 19 años, primer año de universidad).

Momentos en que han querido volver a su ciudad en el proceso de migrar

Este código se entiende como situaciones en que el estudiante ha querido dejar Santiago para volver a su ciudad de origen; las respuestas a esta pregunta son variadas: hay quienes dicen nunca haberse planteado la posibilidad de retornar a su ciudad, mientras que otro sí, sobre todo en épocas de mucho estrés o cuando se sienten solos o muy lejos de sus seres queridos.

- “cuando voy por periodos cortos (a su ciudad de origen), no sé, un fin de semana, tres días, me vuelvo, y cuando ya estoy acá es como, como si fuera un

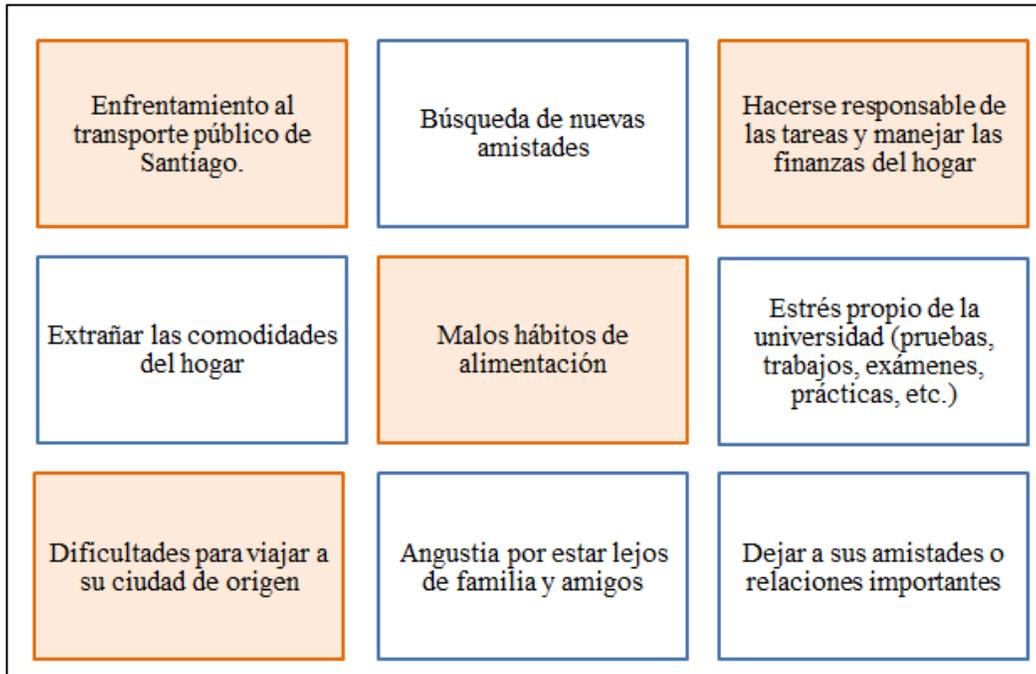
sueño, como que te da pena y de lo único que me dan ganas es volver”.

(Femenino, 22 años, tercer año de universidad).

- “Emm no, creo que no a ese nivel, porque estoy como muy decidido a quedarme aquí y terminar la carrera”. (Masculino, 21 años, primer año de universidad).
- “llevaba 3 exámenes reprobados y claro, cuando ya tuve el tercero reprobado igual, llame a mi mama, así “no, mamá yo me voy a devolver a Vallenar, me voy a dedicar a otra cuestión, chao me aburrí, yo me voy” y ahí el apoyo de tus papas es lo que te contiene”. (Masculino, 24 años, quinto año de universidad).

Luego de analizados los resultados para este objetivo, es posible identificar los puntos de quiebre en los relatos de los estudiantes (Figura 4). Cabe mencionar que éstos no aparecen siempre en la misma secuencia en los diferentes relatos. Además, se destacan en la figura aquellos que más se mencionaron en las entrevistas, y que parecen ser los más relevantes para los estudiantes.

Figura 4: Puntos de quiebre en el relato de los estudiantes que migraron de regiones para estudiar en la UDD en Santiago.



Reconocer los factores protectores para la salud mental de los estudiantes universitarios de primer año que han migrado desde regiones a estudiar en la UDD Sede Santiago el año 2018.

Facilitadores de la adaptación en el proceso de migrar

Se entiende como facilitador los elementos que han facilitado la adaptación del estudiante a Santiago, donde dentro de estos, los participantes reconocen mayormente como un facilitador a su adaptación a las personas que conocían previo a su llegada a la ciudad, como amigos y familiares.

- “me ha ayudado mucho eeem vivir con mis primas por que ellas igual son un apoyo y ya han vivido lo que yo estoy viviendo en este momento”. (Femenino, 18 años, primer año de universidad).
- “a mí lo que se me ha facilitado es que están mis hermanos acá en Santiago”. (Femenino, 22 años, tercer año de universidad).
- “hay muchos amigos de región que vienen a estudiar a Santiago, entonces es súper apoyo eso”. (Masculino, 21 años, primer año de universidad).

Resolución de enfermedad en el proceso de migrar

Se entiende como resolución de enfermedad el cómo el estudiante ha resuelto sus problemas de salud. En cuanto a la manera que tienen los estudiantes entrevistados de resolver sus problemas de salud mientras están en Santiago, varios refieren que intentan hacerlo ellos solos con el fin de no molestar ni preocupar a sus cercanos, a menos de que se den cuenta de que es una situación realmente grave, momento en que recurren a familia y/o amigos.

- “Se me dio vuelta en las piernas una olla con agua hirviendo y estaba sola y ahí llamé a mi amiga con la que vivo para que se fuera al departamento, llegaron mis

tíos, me llevaron a la urgencia y ahí estuvo mi amiga ayudándome porque igual tenía que estar en reposo, no podía pararme sino me dolía mucho y ahí mi amiga me estuvo ayudando, pero ese fue un caso extremo. En cosas más chicas como resfriado yo sola no más”. (Femenino, 21 años, tercer año de universidad).

- “con mi hermana si necesito como ayuda, como mm, si tengo que ir a la clínica o algo así, voy con ella, y si no mm voy sola nomas”. (Femenino, 19 años, primer año de universidad).
- “si, yo igual los resfriados... voy a la farmacia, me compro de estos Tapsin, un antigripal y listo. Pero una vez me pasó que me fracturé una vértebra y la verdad es que me la aguanté, yo sola me la aguanté, no fui a ningún servicio ni nada y después de mucho tiempo que no podía más, le dije a mis papás “no, me pasó esto, llévenme al doctor””. (Femenino, 22 años, tercer año de universidad).

Redes de apoyo en la resolución de problemas en el proceso de migrar

Este código hace referencia a las redes de apoyo con las que el estudiante cuenta en la ciudad de Santiago, donde en su mayoría, los entrevistados coinciden en que su mayor red de apoyo en Santiago son los amigos, más que la familia.

- “Tengo una amiga muy cercana, emm que siempre me ofrece ayuda para todo, ella y su familia, entonces como que ellas son las primeras personas a las que recurriría en caso de cualquier cosa”. (Masculino, 20 años, tercer año de universidad).

- “a mi igual me pasa que mis amigos son los que me ayudan en esas situaciones. Por ejemplo, cuando me pierdo o cualquier cosa, yo le digo a mis amigas de la U “oye, ¿qué micro tengo que tomar para llegar a tal lugar?” y mis amigas “no, toma esta” o, no sé, ando en la calle a tal hora y me dicen “no andes por ahí, es súper peligroso” porque yo no sé”. (Femenino, 22 años, tercer año de universidad).
- “eventualmente con mis primas porque con una de ellas soy más cercana eemmm y después a mi mejor amiga que emmm no está acá pero igual mantenemos el contacto directo y que eso me ayuda”. (Femenino, 18 años, primer año de universidad).

Nuevas amistades y recurrencia a ellos en el proceso de migrar

Este código se entiende como las relaciones que ha entablado el estudiante durante su estadía en Santiago. Varios de los entrevistados coinciden en que han podido generar lazos de amistad, pero sienten que no son profundos, recurriendo a ellos más que nada en situaciones más triviales, como ir a fiestas o estudiar, más que considerarlos un apoyo emocional, por ejemplo.

- “acá igual he hecho muy buenos amigos en la “U”, pero igual es como raro, más para carretear o un poco más pasajero.” (Femenino, 21 años, tercer año de universidad).

- “en la “U” me ha costado hacer lazos de amistad fuertes más que no sea como “oye, vamos a carretear” o “juntémonos hoy día en la tarde””. (Femenino, 22 años, tercer año de universidad).
- “yo pensaba que iba a ser mucho más difícil, pero emmm pero en realidad por fortuna mi personalidad me ha ayudado bastante yyy puedo hablar con toda la gente, lo que sí ha pasado muy poco tiempo como para formar lazos eee cercanos, que pueda decir que van a perdurar en el tiempo...en las situaciones en las que he recurrido a ellos eeee son normalmente para la universidad y para momentos de recreación, eee llámese esto fiesta, salir a tomar café, salir a comer, cosas de ese tipo”. (Femenino, 18 años, primer año de universidad).

Ocupación del tiempo libre en el proceso de migrar

Este código se entiende como las actividades que los estudiantes realizan en sus tiempos libres, donde los entrevistados refieren que las actividades que realizan son variadas, no obstante, la mayoría de ellas está relacionada con compartir con otras personas.

- “Me dedico también a compartir con mis amigos eeeh y nada salir”. (Masculino, 24 años, quinto año de universidad).
- “Yo bailo y salgo con mis amigas, voy a ver a mis abuelos”. (Femenino, 20 años, primer año de universidad).
- “Mi tiempo libre lo paso acá en la u, paso mucho tiempo en la u, es terrible; todo el mundo me molesta por eso, pero no sé, me gusta estar en la u, conozco mucha

gente (...) Acá en la u puedo hacer deporte, por lo general escalo acá en la u, me quedo allá, paso todo el día allá, principalmente gasto mi tiempo con gente que conozco haciendo alguna actividad de deporte aquí en la universidad”.
(Masculino, 21 años, tercer año de universidad).

Ventajas de Santiago

Código entendido como ventajas percibidas por los estudiantes de vivir en Santiago en contraste con su ciudad de origen, donde lo que más se repite en las respuestas de los estudiantes sobre qué tiene Santiago que sus ciudades de origen no, tiene que ver con el acceso fácil a servicios, sobre todo entretención.

- “en Santiago siento que uno es más feliz, porque hay muchas cosas que hacer”.
(Femenino, 22 años, tercer año de universidad).
- “mucho panorama”. (Masculino, 24 años, quinto año de universidad).
- “mucha más diversidad de cosas que se pueden llegar a hacer”. (Femenino, 20 años, primer año de universidad).

Reconocer los factores de riesgo para la salud mental de los estudiantes universitarios de primer año que han migrado desde regiones a estudiar en la UDD Sede Santiago el año 2018.

Problemas de adaptación a Santiago en el proceso de migración

Se entiende como problemas de adaptación a Santiago las situaciones en que el estudiante haya percibido con mayor énfasis dificultad para adaptarse a Santiago. En este, los entrevistados coinciden en que lo que más les ha costado en su adaptación a Santiago ha sido acostumbrarse a los tiempos de viaje, al transporte público (micros y metro) y la forma y ritmo de vida del santiaguino.

- “lo que me molesta es el transporte, las distancias, el santiaguino a veces igual no sé, no tengo nada contra los santiaguinos, pero a veces igual son medios no sé, medios extraños, creo que el de región es un poco más amoroso”. (Masculino, 21 años, primer año de universidad).
- “con el tema del transporte se me ha hecho difícil. Eeeh las distancias son muy largas y el sistema de transporte no es muy bueno jajaja”. (Masculino, 20 años, tercer año de universidad).
- “A mí lo que me ha costado ha sido la distancia. En Osorno todo me quedaba demasiado cerca, demasiado cerca, media hora me demoraba máximo a un lugar, de hecho, para ir a otra ciudad me demoraba una hora, onda Puerto Montt, o ir a la playa, una hora, pero acá, me demoro una hora en llegar a la U y eso me cansa demasiado”. (Femenino, 22 años, tercer año de universidad).

Situaciones en de depresión, angustia, tristeza en el proceso de migrar

Este código se define como situaciones que hacen sentir al estudiante más triste, angustiado o deprimido. Los estudiantes refieren que aparte de las situaciones propias de

la vida universitaria, como reprobador un ramo, los momentos de angustia y tristeza tienen muchas veces que ver con la lejanía de las redes de apoyo como amigos y familia.

- “si bien estas con gente, pero no es la gente con la que has estado toda tu vida, entonces eso pudiese ser algo que a veces me hace sentir más susceptible a la soledad y a veces estar más decaída emocionalmente”. (Femenino, 18 años, primer año de universidad).
- “como que llegas a tu casa y tuviste un día malo y, no sé, abrazas a tu mamá, te acuestas con ella un rato, te hace cariño en el pelo y te prepara un té y ya, todo bien. En cambio, acá llegas a tu casa y estás sola y no tienes comida y nada que tomar, nadie te pesca ni en bajada, está todo desordenado”. (Femenino, 21 años, tercer año de universidad).
- “Lo más difícil fue terminar una relación de varios años que tenía (pausa de un momento) bueno por la distancia, la distancia causó que esta relación se terminase y eso ha sido francamente lo más difícil” (Femenino, 18 años, primer año de universidad).
- “cuando no administro bien mi plata y no sé, como que se me va y no sé cómo decirle a mi mamá como “hey, me pasó esto” y como que me da lata pedirle más plata”. (Masculino, 24 años, quinto año de universidad).
- “quizás estar un poco lejos de mi familia en momentos que me gustaría estar con ellos emm que más mm eso en verdad, necesitar de repente el apoyo de mis papás, sobre todo cuando estoy enferma o algo así y que no estén”. (Femenino, 20 años, primer año de universidad).

Cambios de hábitos en el proceso de migrar

Este código se entiende como hábitos que el estudiante mantiene en Santiago y que han variado durante su estadía en la capital. Lo que más se repite en las entrevistas es el cambio de alimentación a una peor y disminución de horas de sueño. En cuanto al consumo de alcohol y tabaco, las respuestas se encuentran divididas, ya que hubo quienes disminuyeron su consumo, ya que normalmente éste era en contextos sociales y en Santiago no compartían instancias de esparcimiento con otras personas, mientras que en otros casos, el consumo de estas sustancias aumentó debido al menor control de los padres.

- “mis hábitos se deterioraron completamente cuando llegue a Santiago porque acá nadie me está poniendo ni reglas ni límites, por ende, comencé a salir a fiestas, a consumir alcohol, mi hábito de sueño se destruyó, emmm engordé, subí demasiado de peso ee francamente puedo llegar a decir llegue a ser obesa, emm me hice adicta a la comida chatarra, una adicción”. (Femenino, 18 años, primer año de universidad).

- “T: yo igual acá dejé de fumar. Antes fumaba mucho y acá como que empecé a tomar conciencia y dejé de fumar. Sí, igual tomo, pero no tanto como antes. Como que vivir sola me ha hecho como...

M: ... más responsable...

T: ... sí. Como autocontrolarme yo misma.” (Femenino, 22 años, tercer año de universidad y femenino, 22 años, tercer año de universidad).

- “el sueño me afectó harto los primeros meses que estuve aquí, como que no dormía bien o dormía muy poco o me quedaba dormido en la mañana onda trasnochaba y en el día me daba el bajón del sueño, pero se ha ido regulando de a poco y estoy harto más tranquilo”. (Masculino, 20 años, tercer año de universidad).
- “La comida, de hecho, cuando apenas me vine, subí 6 kilos así de una”. (Femenino, 20 años, primer año e universidad).

Extrañar el hogar en el proceso de migrar

Este código se entiende como los elementos que, el estudiante, extraña más de su ciudad de origen. A partir de esto, mayoritariamente se menciona la sensación de hogar, de llegar a una casa en que haya más gente, y la familia, sobre todo, a sus madres.

- “comodidad que te da tu familia, el mismo confort que te da tu casa, estar con tus cosas (...). La familia, obvio, mi hermana chica que la adoro y los extraño, la familia y la comodidad y confort del hogar”. (Masculino, 24 años, quinto año de universidad).
- “ese calorcito y amor que se siente en la casa. Es lo fundamental que se echa de menos”. (Femenino, 21 años, tercer año de universidad).
- “A mi mamá igual la echo harto de menos. Igual mi mamá a veces me da más lata por ella que por mí y es una cuestión que no me gusta mucho”. (Masculino, 21 años, primer año de universidad).

Conocer las posibles recomendaciones que tengan los estudiantes universitarios de primer año que han migrado desde regiones a estudiar en la UDD Sede Santiago el año 2018, respecto del proceso de adaptación a la vida universitaria.

Apoyo brindado por parte de la Universidad en el proceso de migrar

Este código se entiende como la evaluación del estudiante del apoyo recibido por la universidad, donde todos los entrevistados coinciden en que la Universidad no les ha brindado ningún tipo de apoyo a los estudiantes de región

- “Francamente nulo, es inexistente eeh.. no tengo nada positivo que decir al respecto”. (Femenino, 18 años, primer año de universidad).
- “según yo la universidad no hace nada por los de región. A lo más si el profe es tela y tú le explicas que vas que viajar, puede ser que te deje irte sin problema”. (Femenino, 22 años, tercer año de universidad).
- “yo te lo digo con fundamento y no lo hay, lo único que existe en la universidad es una semana puente, que se llama, que es la semana de integración de los alumnos de primer año en donde se hace como una bienvenida a los alumnos de región pero más allá de eso nada o sea no hay una preocupación de si el estudiante cómo le fue en los primeros meses”. (Masculino, 24 años, quinto año de universidad).

Apoyo especial de la universidad a estudiantes de región en el proceso de migrar

Este código se entiende como la percepción del estudiante de la necesidad de un apoyo especial por parte de la Universidad hacia los estudiantes de región. Para este ítem, los estudiantes coinciden en que hay acciones que podría llevar a cabo la Universidad que les facilitara las cosas a las personas que vienen de región

- “Un apoyo especial, creo que nos somos tan distintos, pero sí ciertas cosas que nos haga las cosas más fácil”. (Masculino, 21 años, primer año de universidad).
- “Si igual si, no sé si por ser de provincia necesitamos como mm un trato especial por así decirlo, pero sí, igual a veces entendernos, dar más facilidades para viajar”. (Femenino, 19 años, primer año de universidad).
- “Sí, yo creo que sí. Más que nada porque (...) hay personas que igual les cuesta o les cuesta más hacer como amigos o igual hay personas que se vienen al tiro a vivir solas y también cuesta más adaptarse a vivir sola”. (Femenino, 18 años, primero años de universidad).

Medidas de la universidad para mejorar salud de estudiantes de provincia en el proceso de migrar

Este código se define como las recomendaciones del estudiante en relación con el papel que juega la Universidad en la salud de los estudiantes provenientes de región. Para este ítem, los estudiantes coinciden en la necesidad de ayuda psicológica que los acompañe en el proceso de adaptación.

- “a lo mejor hacer como talleres de ayuda psicológica, onda a mí me hubiese encantado tener un psicólogo el primer mes o alguien a quien contarle todas las

experiencias que estai viviendo como pa' desahogarte por último". (Masculino, 21 años, primer año de universidad).

- "quizás como que haya alguien a cargo y como que adopte a toda la gente de región, como a los extranjeros". (Femenino, 22 años, tercer año de universidad).
- "Emm.. quizás un poco de terapia psicológica, quizás algunos tips como para mm para ayudar como cosas no sé, suponte el sueño, a mí me cuesta mucho dormir por el ruido (...), quizás entregar como tips para hacer más fácil la estadía acá en Santiago, de lugares quizás también donde uno pueda ir , si tiene algún problema o si necesita ayuda". (Femenino, 19 años, primer año de universidad).

Discusión

Nuestro estudio sugiere que los jóvenes de región que acuden a Santiago para cursar sus estudios en la Universidad del Desarrollo viven un proceso de adaptación, en el cual están expuestos a diversas situaciones (puntos de quiebre). Éstos pudieron ser identificados en los relatos de los alumnos y reconocidos como factores protectores y de riesgo para la salud mental. De la misma manera, los estudiantes refirieron que no han sentido el apoyo que esperan de parte de la Universidad.

La salud incluye más que sólo el aspecto físico, también es importante cuidar la salud mental. Es por lo anterior que se vuelve relevante conocer la experiencia de aquellos estudiantes que dejan su ciudad y su familia atrás para cursar sus estudios universitarios, y de esta manera, apoyar de mejor manera a los casi 400 alumnos de región que ingresan a la Universidad del Desarrollo cada año.

Dentro de los hallazgos de esta investigación aparecen los que los estudiantes consideran como facilitadores de la adaptación o factores protectores para la salud mental. Dentro de estos, los que más resaltan y se repiten en los relatos, son la familia y los amigos que se encuentran en Santiago, ya sean amigos de región que tuvieron que migrar al igual que ellos, las nuevas redes creadas en la universidad. Lo anterior coincide con parte de lo que plantea Fink en el estudio “Flourishing: exploring predictors of mental health within the college environment”, en el cual presenta la inclusión social y académica como un factor protector de la salud mental de los estudiantes universitarios (2014). Por otro lado, el mencionado estudio presenta otros

posibles factores protectores como la fe, propósito de vida y buena salud física, los cuales no se distinguen en los resultados de este estudio.

También, en la literatura se describen factores de riesgo para la salud mental de los estudiantes, en particular, de quienes deben dejar su hogar para cursar estudios universitarios. Antunez y Vinet plantean en su estudio realizado en estudiantes de la Universidad Austral de Chile, que los estudiantes al inicio deben enfrentar una etapa de transición que implica cambios, desafíos y ajustes (2013). También, Macaskill en su estudio en Reino Unido, identifica vivir lejos de casa por primera vez, tener que hacer nuevos amigos y manejar sus finanzas como factores estresantes que aumentarían el riesgo de patologías mentales (2013). En este estudio, esta etapa de transición y factores de riesgo se puede observar al identificar los puntos de quiebre presentes en los relatos. Estos incluyen: llegar y enfrentar un nuevo sistema de transporte y las distancias entre lugares, ya que muchos refieren no estar acostumbrados a tener que movilizarse por horas para llegar a estudiar; ausencia de redes de apoyo y necesidad de búsqueda de nuevas amistades y hacerse responsable de las tareas y manejar las finanzas del hogar, ya que en muchos de los casos, pasan de vivir en casa con sus familias a vivir solos o con algún compañero en su misma situación; todo lo anterior sumado al estrés propio de la transición del colegio a la universidad, que implica enfrentarse a un nuevo sistema de enseñanza. Además, en nuestro estudio aparecen otros factores de riesgo que no se encontraron en la literatura revisada: malos hábitos alimenticios, puesto que los estudiantes refieren que por causa del poco tiempo que disponen, prefieren comer lo que es más rápido y de fácil acceso, como la comida rápida, y dificultades para viajar a su

ciudad de origen, muchas veces debido a actividades académicas. Pero, sin duda, lo que más se repite en los relatos, es el extrañar a las personas con quienes vivían, ya sea mamá, papá, hermanos, etc., ya que los estudiantes recuerdan que en los momentos de angustia deseaban estar acompañados por ellos, pero no era posible. Esto, sumado a que en muchas ocasiones el control parental se pierde, se puede relacionar con el estudio de Shaikh y Deschamps, en estudiantes franceses, donde se habla que los bajos niveles de salud mental de los alumnos universitarios estaban relacionados con la lejanía con la familia y ausencia de un guía (2006).

En respuesta a la pregunta que hace referencia al apoyo que brinda la UDD a los estudiantes que provienen de regiones distintas a la Metropolitana, existe unanimidad en que ésta no entrega ningún soporte especial a estos alumnos. Algunos dicen que fueron invitados a una actividad que se realiza al iniciar el año, pero que luego de eso, no hubo más preocupación por parte de la casa de estudios. También, la mayoría concuerda en que, si bien ser de región no los hace merecedores de privilegios, creen que debería haber algún tipo de apoyo adicional en comparación a otros estudiantes, sobre todo en el ámbito psicológico, pudiendo, de esta forma, disminuir los factores de riesgo planteados por Shaikh y Deschamps en 2006, relacionados a la ausencia de un guía y aportando factores protectores como inclusión social y académica, propuestos por Fink en 2014.

Respondiendo a la pregunta de la percepción que tienen los estudiantes de su salud mental, la gran mayoría planteó el apoyo psicológico como una necesidad, sobre todo en los primeros meses de carrera, lo que deja de manifiesto que ellos sienten o

sintieron una merma en su salud mental, sin la necesidad de tener un diagnóstico de patología mental. Lo anterior se puede relacionar con el modelo de Dos Continuos de Keyes, modelo que plantea que la salud mental y la enfermedad mental son dos continuos independientes que se entrecruzan (2002).

Para Enfermería, este estudio cobra relevancia, ya que conocer la experiencia de los estudiantes que deben dejar sus hogares para estudiar, y sus factores de riesgo y protectores frente a problemas de salud mental, ayudará a anticiparse a las posibles crisis, de manera de llevar a cabo acciones de promoción y prevención, lo cual es parte fundamental del rol del personal de enfermería. Esto, avalado también por el estudio de Fink, que plantea la importancia de la realización de promoción en salud para generar una mejor inclusión de estos alumnos al nuevo ambiente al que se ven enfrentados (2014).

Las limitaciones de este estudio contemplan: (1) no se responde directamente la pregunta, porque el objetivo era indagar respecto a factores que influyen en la salud mental, pero el objetivo no era hacer diagnósticos. Por lo tanto, este estudio debería complementarse con un estudio cuantitativo que buscara eso. (2) Los problemas de salud mental son un desafío para las entrevistadoras porque no cuentan con las herramientas para poder abordar ciertos problemas durante la entrevista.

Una sugerencia para próximos estudios que apunten a este tema, puede ser el uso de una metodología cuantitativa que permita identificar sintomatología que apunte a patología mental (ansiedad, depresión, etc.) y que ayude a determinar la prevalencia de

estos síntomas en los alumnos provenientes de región, y por qué no, comparar con la prevalencia con alumnos que ya vivían en la capital.

Cada vez son más los jóvenes que dejan su hogar y a sus familias para cursar estudios superiores, y sin duda, son un grupo de la población que se ve enfrentado a múltiples estresores que afectan su salud mental y que no ha sido mayormente tomado en cuenta. En Chile, los trastornos mentales representan un número importante de la morbilidad y carga de enfermedad; cerca del 50% de las consultas en atención primaria están ligadas a esto. Entonces, si ya sabemos que en nuestro país la población está tan expuesta a patologías del ámbito mental y, además, sabemos que los jóvenes que migran de regiones para estudiar en la Universidad están más expuestos a ver mermado su bienestar mental, es momento de hacer algo, es momento de prevenir.

Resumen

Background: En Chile, según el Servicio de Información de Educación Superior (SIES), al año 2014, más de 150 mil estudiantes cursaron la educación superior fuera de la región desde donde egresaron de enseñanza media. Este estudio indagó acerca de la salud mental de estudiantes de la Universidad del Desarrollo (UDD), sede Santiago, que se enfrentan a un proceso de migración interna para cursar estudios universitarios.

Métodos: Metodología cualitativa, con diseño narrativo. Participaron 7 mujeres y 5 hombres con edad promedio de 20,75 años, quienes fueron reclutados mediante una invitación a participar del estudio a través de correo electrónico y redes sociales. Se realizaron seis entrevistas individuales semi estructuradas y dos grupos focales.

Hallazgos: Se identificaron factores protectores y de riesgo para la salud mental de los estudiantes, como también se puntó de quiebre del relato, dentro de los cuales destacan el estar lejos de la familia y amigos, tener que preocuparse de las labores y finanzas del hogar, entre otros. Respecto del apoyo que brinda la Universidad del Desarrollo a los alumnos de fuera de Santiago en el proceso de adaptación a Santiago, todos coinciden en que éste fue mínimo o inexistente y plantean sugerencias para cuidar la salud mental de los estudiantes provenientes de región.

Una vez analizados los hallazgos, se puede concluir que se pudo cumplir con los objetivos planteados al inicio del estudio.

Palabras clave: Estudiantes, universitarios, salud mental, migración interna.

Referencias

- Antúnez, Z., & Vinet, E. V. (2013). Problemas de salud mental en estudiantes de una universidad regional chilena. *Revista Médica de Chile*, *141*(2), 209–216.
<https://doi.org/10.4067/S0034-98872013000200010>
- Beauchamp, T., & Childress, J. F. (1999). *Principios de Ética Biomédica*.
- Buss Thofehrn, M., López Montesinos, M. J., Rutz Porto, A., Coelho Amestoy, S., Oliveira Arrieira, I. C. de, & Mikla, M. (2013). Grupo focal: una técnica de recogida de datos en investigaciones cualitativas. *Index de Enfermería*, *22*(1–2), 75–78. <https://doi.org/10.4321/S1132-12962013000100016>
- Creswell, J. (2007). *Five Qualitative Approaches to Inquiry*. (Sage Publications, Ed.). California, Estados Unidos.
- Díaz-Bravo, L., Torruco-García, U., Martínez-Hernández, M., & Varela-Ruiz, M. (2013). *Investigación en educación médica. Investigación en educación médica* (Vol. 2). Elsevier. Recuperado desde http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-50572013000300009
- Esguerra, I. (1991). Rol del Profesional de Enfermería en Salud Mental y Psiquiatría. *Avances En Enfermería* , IX. Recuperado desde <http://www.bdigital.unal.edu.co/20575/1/16731-52397-1-PB.pdf>
- Fink, J. E. (2014). Flourishing: exploring predictors of mental health within the college

environment. *Journal of American College Health : J of ACH*, 62(6), 380–388.

<https://doi.org/10.1080/07448481.2014.917647>

Kessler, R. C., Angermeyer, M., Anthony, J. C., DE Graaf, R., Demyttenaere, K., Gasquet, I., ... Ustün, T. B. (2007). Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of mental disorders in the World Health Organization's World Mental Health Survey Initiative. *World Psychiatry : Official Journal of the World Psychiatric Association (WPA)*, 6(3), 168–176. Recuperado desde <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18188442>

Keyes, C. (2002). The mental health continuum: from languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Research*, 43, 207–222. Recuperado desde <http://web.b.ebscohost.com/suscripciones.udd.cl:2048/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=5&sid=41de5213-40a9-4925-a1fd-528a56e791f0%40sessionmgr104>

Kurré, J., Scholl, J., Bullinger, M., & Petersen-Ewert, C. (2011). Integration and health-related quality of life of undergraduate medical students with migration backgrounds - Results of a survey. *Psycho-Social Medicine*, 8, Doc07. <https://doi.org/10.3205/psm000076>

Macaskill, A. (2013). The mental health of university students in the United Kingdom. *British Journal of Guidance & Counselling*, 41(4), 426–441. <https://doi.org/10.1080/03069885.2012.743110>

MINSAL. (2016). Orientaciones Técnicas: Consultorías en Salud Mental. Recuperado

desde <http://web.minsal.cl/wp-content/uploads/2015/09/OT-CONSULTORIAS-EN-SALUD-MENTAL.pdf>

MINSAL. (2017). *PLAN NACIONAL DE SALUD MENTAL*. Recuperado desde <http://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2017/12/PDF-PLAN-NACIONAL-SALUD-MENTAL-2017-A-2025.-7-dic-2017.pdf>

OIM. (2006). Glosario sobre Migración. *Derecho Internacional Sobre Migración*, N°7(ISSN 1816-1014), 38. Recuperado desde http://publications.iom.int/system/files/pdf/iml_7_sp.pdf

OMS. (2014). OMS | Salud mental: un estado de bienestar. *WHO*. Recuperado desde http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/es/

OMS. (2017). OMS. *WHO*. World Health Organization. Retrieved from <http://www.who.int/suggestions/faq/es/>

Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo. (2009). *Informe sobre Desarrollo Humano*. *Revista Mexicana de Sociología* (Vol. 18). <https://doi.org/10.2307/3537583>

Shaikh, B. T., & Deschamps, J. P. (2006). Life in a university residence: Issues, concerns and responses. *Education for Health: Change in Learning and Practice*, 19(1), 43–51. <https://doi.org/10.1080/13576280500534628>

Villalón, G., Farías, O., & Acuña, E. (2007). *Migraciones Internas Regionales 1992-2002*. Recuperado desde www.ine.cl

Anexos

Anexo 1: preguntas guion de entrevista

| Objetivo específico | Preguntas entrevista individual | Preguntas grupo focal |
|---|---|--|
| <p>Reconocer los factores protectores para la salud mental de los estudiantes de primer año que migran a Santiago para estudiar en la UDD el año 2018</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Qué elementos consideras que han facilitado el adaptarte a Santiago? Por ejemplo, religión, propósito de vida, actividades extracurriculares, etc. 2. Cuando te has sentido enfermo o con algún problema de salud, ¿cómo has resuelto este problema? 3. Cuando tienes alguna dificultad, de cualquier tipo, ¿a quienes pides ayuda en Santiago? | <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Hay algo que te haya hecho más fácil el adaptarte a Santiago? 2. ¿Cuando tienes un problema, tienes a quién acudir en Santiago? ¿A quién? ¿Por qué? ¿En qué situaciones has tenido que hacerlo? 3. ¿Qué hacen en sus tiempos libres? 4. ¿Qué te gusta de vivir aquí versus tu región? |

| | | |
|---|---|--|
| | <p>4. ¿Cómo ha sido el proceso de hacerse amigos acá en Santiago?, ¿en qué situaciones has recurrido a ellos? ¿En qué situaciones futuras crees que podrías contar con ellos?</p> | |
| <p>Reconocer los factores de riesgo para la salud mental de los estudiantes de primer año que migran a Santiago para estudiar en la UDD el año 2018</p> | <p>1. ¿Puedes describirnos aquellas situaciones en que haya sido especialmente difícil el adaptarte a Santiago?</p> <p>2. ¿Qué situaciones crees que te hacen sentir más deprimido, angustiado o triste?</p> <p>3. ¿Han variado tu hábitos luego de cambiarte a Santiago? (sueño, tabaco, alcohol, etc.)</p> <p>4. ¿Qué es lo que más extrañas de vivir en tu</p> | <p>1. ¿Puedes describirnos aquellas situaciones en que haya sido especialmente difícil el adaptarte a Santiago?</p> <p>2. ¿Qué situaciones crees que te hacen sentir más deprimido, angustiado o triste?</p> <p>3. ¿Han variado tu hábitos luego de cambiarte a Santiago? (sueño, tabaco, alcohol, etc.)</p> |

| | | |
|--|---|---|
| | <p>casa?</p> | <p>4. ¿Qué es lo que más extrañas de vivir en tu casa?</p> |
| <p>Identificar puntos de quiebre en relato de los estudiantes de primer año que migran a Santiago para estudiar en la UDD el año 2018.</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Puedes recordar algún momento o acontecimiento en particular desde tu llegada a Santiago que te haya hecho sentir muy triste o desanimado? 2. ¿Puedes recordar algún momento o acontecimiento en particular desde tu llegada a Santiago que te haya hecho sentir muy feliz o realizado? 3. ¿Puedes recordar un momento en el cual hayas sentido muchas ganas de dejar Santiago y volver a tu región con tu familia? | <ul style="list-style-type: none"> • ¿Puedes recordar algún momento o acontecimiento en particular desde tu llegada a Santiago que te haya hecho sentir muy triste o desanimado? • ¿Puedes recordar algún momento o acontecimiento en particular desde tu llegada a Santiago que te haya hecho sentir muy feliz o realizado? • ¿Puedes recordar un |

| | | |
|--|---|--|
| | | <p>momento en el cual hayas sentido muchas ganas de dejar Santiago y volver a tu región con tu familia?</p> |
| <p>Conocer las posibles recomendaciones que tengan los estudiantes de primer año que migran a Santiago para estudiar en la UDD el año 2018</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Cómo evalúas el apoyo que brinda la Universidad a los estudiantes? 2. ¿crees que debería existir algún apoyo especial desde la Universidad para los estudiantes de provincia? 3. ¿qué debería pasar en la Universidad para que los estudiantes de provincia tengan una mejor salud? | <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo evalúan el apoyo que brinda la Universidad a los estudiantes? • ¿Creen que debería existir algún apoyo especial desde la Universidad para los estudiantes de provincia? • ¿Qué debería pasar en la Universidad |

| | | |
|--|--|---|
| | | para que los estudiantes de provincia tengan una mejor salud? |
|--|--|---|

Anexo 2: guión de entrevista

Guión descripción sociodemográfica

1. ¿Cuál es tu nombre?
2. ¿Cuántos años tienes?
3. ¿Dónde vivías antes de venir a estudiar a Santiago?
4. ¿En qué comuna vives actualmente?
5. ¿Con quién vives?
6. ¿Qué estudias?

Guión entrevista individual

1. ¿Qué elementos consideras que han facilitado el adaptarte a Santiago? Por ejemplo, religión, propósito de vida, actividades extracurriculares, etc.
2. Cuando te has sentido enfermo o con algún problema de salud, ¿cómo has resuelto este problema?
3. Cuando tienes alguna dificultad, de cualquier tipo, ¿a quienes pides ayuda en Santiago?
4. ¿Cómo ha sido el proceso de hacerse amigos acá en Santiago?, ¿en qué situaciones has recurrido a ellos? ¿En qué situaciones futuras crees que podrías contar con ellos?
5. ¿Puedes describirnos aquellas situaciones en que haya sido especialmente difícil el adaptarte a Santiago?
6. ¿Qué situaciones crees que te hacen sentir más deprimido, angustiado o triste?
7. ¿Han variado tu hábitos luego de cambiarte a Santiago? (sueño, tabaco, alcohol, etc.)
8. ¿Qué es lo que más extrañas de vivir en tu casa?

9. ¿Puedes recordar algún momento o acontecimiento en particular desde tu llegada a Santiago que te haya hecho sentir muy triste o desanimado?
10. ¿Puedes recordar algún momento o acontecimiento en particular desde tu llegada a Santiago que te haya hecho sentir muy feliz o realizado?
11. ¿Puedes recordar un momento en el cual hayas sentido muchas ganas de dejar Santiago y volver a tu región con tu familia?
12. ¿Cómo evalúas el apoyo que brinda la Universidad a los estudiantes?
13. ¿crees que debería existir algún apoyo especial desde la Universidad para los estudiantes de provincia?

14. ¿qué debería pasar en la Universidad para que los estudiantes de provincia tengan una mejor salud?

Guión grupo focal

1. ¿Hay algo que te haya hecho más fácil el adaptarte a Santiago?
2. ¿Cuando tienes un problema, tienes a quién acudir en Santiago? ¿A quién? ¿Por qué? ¿En qué situaciones has tenido que hacerlo?
3. ¿Qué hacen en sus tiempos libres?
4. ¿Qué te gusta de vivir aquí versus tu región?
5. ¿Puedes describirnos aquellas situaciones en que haya sido especialmente difícil el adaptarte a Santiago?
6. ¿Qué situaciones crees que te hacen sentir más deprimido, angustiado o triste?
7. ¿Han variado tu hábitos luego de cambiarte a Santiago? (sueño, tabaco, alcohol, etc.)
8. ¿Qué es lo que más extrañas de vivir en tu casa?
9. ¿Puedes recordar algún momento o acontecimiento en particular desde tu llegada a Santiago que te haya hecho sentir muy triste o desanimado?

10. ¿Puedes recordar algún momento o acontecimiento en particular desde tu llegada a Santiago que te haya hecho sentir muy feliz o realizado?
11. ¿Puedes recordar un momento en el cual hayas sentido muchas ganas de dejar Santiago y volver a tu región con tu familia?
12. ¿Cómo evalúan el apoyo que brinda la Universidad a los estudiantes?
13. ¿Creen que debería existir algún apoyo especial desde la Universidad para los estudiantes de provincia?
14. ¿Qué debería pasar en la Universidad para que los estudiantes de provincia tengan una mejor salud?

Anexo 3: consentimiento informado entrevista individual

CONSENTIMIENTO INFORMADO ENTREVISTA

El presente proyecto de investigación se titula “Salud mental de estudiantes universitarios que migran desde región a la UDD Santiago”. Sus autoras son Catalina Cancino Valdés, Barbara Ferrer Binner, María Jesús Golusda Cortés y Camila González Salas, estudiantes de la Carrera de Enfermería de la Universidad del Desarrollo, bajo la tutoría de la Docente E.M. Daniela Fuentes Olavarría.

El objetivo del proyecto es conocer la experiencia de los estudiantes universitarios de primer año, desde la perspectiva de salud mental, que han tenido que migrar de provincia para estudiar en la UDD de Santiago, el año 2018. El proyecto tiene como propósito generar actividades de promoción y prevención enfocadas a la salud mental de los estudiantes de primer año que provienen de regiones, mediante la entrega de los resultados a Directores de carrera, Centros de Alumnos, Federación de Estudiantes UDD y Dirección de Asuntos Estudiantiles.

La investigación cuenta con la autorización de la Dirección de Asuntos Estudiantiles de la Universidad del Desarrollo y podrán participar estudiantes provenientes de regiones, que cursen el primer año de carrera, en la Sede Santiago de la Universidad Del Desarrollo.

Si usted está de acuerdo, queremos invitarlo a una entrevista en la que deberá contestar una serie de preguntas que le tomarán aproximadamente 60 minutos. El audio de sus respuestas será grabado por para análisis y transcripción posterior. Las transcripciones y la información recopilada serán almacenadas bajo llave en una oficina de la Universidad del Desarrollo por 5 años y solo tendrán acceso a ellas las investigadoras por un período limitado de tiempo (mientras el estudio está en desarrollo). Ninguna transcripción contendrá su identificación o la de otros participantes y una vez utilizadas serán destruidas y eliminadas.

Su participación en este estudio es totalmente voluntaria y confidencial, y no será informada a terceros. No existen riesgos asociados a la participación en esta investigación y no implicará costos para usted, más allá del tiempo destinado a contestar la entrevista. Si bien usted no se beneficiará directamente de los resultados obtenidos, un resumen de los

resultados será entregado a Directores de carrera, Centros de Alumnos, Federación de Estudiantes UDD y Dirección de Asuntos Estudiantiles, lo que beneficiará a futuras generaciones de estudiantes

Cualquier información entregada a usted o a otros acerca de los resultados de la investigación, será solo un resumen general que no contiene su identidad ni la de otros participantes. Por consiguiente, su decisión de participar o no, NO afectará de ninguna forma su situación académica.

Usted podrá retirarse de este estudio en cualquier momento, sin ninguna consecuencia negativa asociada, pudiendo además retirar cualquier información o dato recolectado durante el tiempo que dure la recolección de datos, entre los meses de agosto y octubre de 2018, de tal forma que esta información no sea incorporada en los resultados.

Los resultados de la investigación podrían ser divulgados en instancias académicas como congresos o revistas científicas. En ninguno de ellos será divulgada su identidad ni la de otros participantes.

En caso de tener dudas respecto a la investigación, puede contactar a la investigadora responsable, Camila González Salas, al teléfono (+56-9) 81390240 o al correo electrónico camilgonzalezs@udd.cl.

REGISTRO PARA EXPRESIÓN DE VOLUNTAD - CONSENTIMIENTO INFORMADO

Reconocimiento del participante en la investigación:

- He leído y he entendido la información escrita en este formulario de Consentimiento Informado del proyecto de investigación llamado “Salud Mental de Estudiantes Universitarios que migran desde región a la UDD Santiago”.
- He tenido la oportunidad de formular preguntas respecto a esta investigación las que han sido respondidos en forma satisfactoria.
- Entiendo que recibiré una copia firmada y fechada de este formulario de CI.
- Consiento el uso y divulgación de la información del estudio según lo que se describió en este formulario. La información sensible será usada de manera estrictamente

confidencial y sin ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento.

- Entiendo que puedo retirar y o rechazar mi participación en este estudio durante el tiempo que dure la recolección de datos, entre los meses de agosto y octubre de 2018, sin que se vea alterada la atención de mi salud en esta institución, sin sanción o pérdidas de los beneficios a los cuales en otras circunstancias tendría derecho.
- He sido informado que, en el caso de no participar en este estudio, ello no afectará mi situación académica.
- Declaro que libremente mi decisión es (marque con una "X" su decisión):

Participar en este proyecto de investigación _____

Rechazar este proyecto de investigación _____

Si usted ha decidido participar en este estudio, le solicitamos indicar a continuación un e-mail de contacto para programar la realización de la entrevista:

Nombre Participante

Firma Participante

Fecha: _____/_____/2018

Declaración del Investigador:

El suscrito declara que ha explicado en forma total y cuidadosa la naturaleza, propósito, riesgos y beneficios de esta investigación al Participante que firmó el presente formulario de consentimiento, además de contestar las preguntas y dudas de manera satisfactoria.

Anexo 4: consentimiento informado grupo focal

CONSENTIMIENTO INFORMADO GRUPO FOCAL

El presente proyecto de investigación se titula “Salud mental de estudiantes universitarios que migran desde región a la UDD Santiago”. Sus autoras son Catalina Cancino Valdés, Barbara Ferrer Binner, María Jesús Golusda Cortés y Camila González Salas, estudiantes de la Carrera de Enfermería de la Universidad del Desarrollo, bajo la tutoría de la Docente E.M. Daniela Fuentes Olavarría.

El objetivo del proyecto es conocer la experiencia de los estudiantes universitarios de primer año, desde la perspectiva de salud mental, que han tenido que migrar de provincia para estudiar en la UDD de Santiago, el año 2018. El proyecto tiene como propósito generar actividades de promoción y prevención enfocadas a la salud mental de los estudiantes de primer año que provienen de regiones, mediante la entrega de los resultados a Directores de carrera, Centros de Alumnos, Federación de Estudiantes UDD y Dirección de Asuntos Estudiantiles.

La investigación cuenta con la autorización de la Dirección de Asuntos Estudiantiles de la Universidad del Desarrollo y podrán participar estudiantes provenientes de regiones, que cursen el primer año de carrera, en la Sede Santiago de la Universidad Del Desarrollo.

Si usted está de acuerdo, queremos invitarlo a un grupo focal en el que deberá contestar una serie de preguntas que le tomarán aproximadamente 60 minutos. El audio de sus respuestas será grabado por para análisis y transcripción posterior. Las transcripciones y la información recopilada serán almacenadas bajo llave en una oficina de la Universidad del Desarrollo por 5 años y solo tendrán acceso a ellas las investigadoras por un período limitado

de tiempo (mientras el estudio está en desarrollo). Ninguna transcripción contendrá su identificación o la de otros participantes y una vez utilizadas serán destruidas y eliminadas.

Su participación en este estudio es totalmente voluntaria y confidencial, y no será informada a terceros. No existen riesgos asociados a la participación en esta investigación y no implicará costos para usted, más allá del tiempo destinado a participar del grupo focal. Si bien usted no se beneficiará directamente de los resultados obtenidos, un resumen de los resultados será entregado a Directores de carrera, Centros de Alumnos, Federación de Estudiantes UDD y Dirección de Asuntos Estudiantiles, lo que beneficiará a futuras generaciones de estudiantes

Cualquier información entregada a usted o a otros acerca de los resultados de la investigación, será solo un resumen general que no contiene su identidad ni la de otros participantes. Por consiguiente, su decisión de participar o no, NO afectará de ninguna forma su situación académica.

Usted podrá retirarse de este estudio en cualquier momento, sin ninguna consecuencia negativa asociada, pudiendo además retirar cualquier información o dato recolectado durante el tiempo que dure la recolección de datos, entre los meses de agosto y octubre de 2018, de tal forma que esta información no sea incorporada en los resultados.

Los resultados de la investigación podrían ser divulgados en instancias académicas como congresos o revistas científicas. En ninguno de ellos será divulgada su identidad ni la de otros participantes.

En caso de tener dudas respecto a la investigación, puede contactar a la investigadora responsable, Camila González Salas, al teléfono (+56-9) 81390240 o al correo electrónico camilgonzalezs@udd.cl.

REGISTRO PARA EXPRESIÓN DE VOLUNTAD - CONSENTIMIENTO INFORMADO

Reconocimiento del participante en la investigación:

- He leído y he entendido la información escrita en este formulario de Consentimiento Informado del proyecto de investigación llamado “Salud Mental de Estudiantes Universitarios que migran desde región a la UDD Santiago”.

- He tenido la oportunidad de formular preguntas respecto a esta investigación las que han sido respondidos en forma satisfactoria.
- Entiendo que recibiré una copia firmada y fechada de este formulario de CI.
- Consiento el uso y divulgación de la información del estudio según lo que se describió en este formulario. La información sensible será usada de manera estrictamente confidencial y sin ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento.
- Entiendo que puedo retirar y o rechazar mi participación en este estudio durante el tiempo que dure la recolección de datos, entre los meses de agosto y octubre de 2018, sin que se vea alterada la atención de mi salud en esta institución, sin sanción o pérdidas de los beneficios a los cuales en otras circunstancias tendría derecho.
- He sido informado que, en el caso de no participar en este estudio, ello no afectará mi situación académica.
- Declaro que libremente mi decisión es (marque con una "X" su decisión):

Participar en este proyecto de investigación _____ Rechazar este proyecto de investigación _____

Si usted ha decidido participar en este estudio, le solicitamos indicar a continuación un e-mail de contacto para programar la realización de la entrevista:

Nombre Participante

Firma Participante

Fecha: _____/_____/2018

Declaración del Investigador:

El suscrito declara que ha explicado en forma total y cuidadosa la naturaleza, propósito, riesgos y beneficios de esta investigación al Participante que firmó el presente formulario de consentimiento, además de contestar las preguntas y dudas de manera satisfactoria.

Nombre Investigador Principal

Firma Investigador Principal

Anexo 5: Autoevaluación

Autoevaluación del grupo

1. Cambios

- a. Modelo: desde el modelo de Travelbee por su vínculo de enfermería con la salud mental. Como segunda opción se pensó en el modelo de migración por ser con el grupo específico con el que se trabajaría, para finalmente, por recomendación de la tutora, elegir el modelo de los dos continuos que relaciona sintomatología con enfermedad mental y hace el cruce entre estas.
- b. Pregunta: ¿Cómo perciben su bienestar los estudiantes universitarios que han tenido que migrar de provincia para estudiar en la UDD de Santiago entre los años 2013 a 2018? → ¿Cómo perciben su bienestar mental los estudiantes universitarios que han tenido que migrar de provincia para estudiar en la UDD de Santiago el año 2018? → ¿Cómo perciben su salud mental los estudiantes universitarios de primer año que han tenido que migrar de provincia para estudiar en la UDD de Santiago el año 2018?
- c. Objetivos específicos: (1) Reconocer factores protectores para la salud mental de los estudiantes de primer año que migran a Santiago para estudiar en la UDD el año 2018. (2) Reconocer los factores de riesgo para la salud mental de los estudiantes de primer año que migran a Santiago

para estudiar en la UDD el año 2018. (3) Conocer el historial de salud en los estudiantes entrevistados de primer año que migran a Santiago para estudiar en la UDD el año 2018. (4) Distinguir sintomatología asociada a trastornos mentales en los estudiantes de primer año que migran a Santiago para estudiar en la UDD el año 2018. (5) Identificar cómo perciben su nivel de salud mental los estudiantes entrevistados de primer año que migraron a Santiago para estudiar en la UDD el año 2018. → (1) Reconocer los factores protectores para la salud mental de los estudiantes de primer año que migran a Santiago para estudiar en la UDD el año 2018. (2) Reconocer los factores de riesgo para la salud mental de los estudiantes de primer año que migran a Santiago para estudiar en la UDD el año 2018. (3) Conocer las posibles recomendaciones que tengan estudiantes de primer año que migran a Santiago para estudiar en la UDD el año 2018 → (1) Reconocer los factores protectores para la salud mental de los estudiantes de primer año que migran a Santiago para estudiar en la UDD el año 2018. (2) Reconocer los factores de riesgo para la salud mental de los estudiantes de primer año que migran a Santiago para estudiar en la UDD el año 2018. (3) Identificar puntos de quiebre en relato de los estudiantes de primer año que migran a Santiago para estudiar en la UDD el año 2018. (4) Conocer las posibles recomendaciones que tengan los estudiantes de primer año que migran a Santiago para estudiar en la UDD el año 2018 respecto del proceso de adaptación a la vida universitaria.

- d. Propósito: Entregar información al DAE de la Universidad sobre los desafíos que enfrentan los estudiantes que deben migrar de regiones, y de esta forma ser un aporte a la inclusión de los alumnos de provincia que estudian en la UDD de Santiago → El propósito del presente estudio es poder conocer la experiencia de estudiantes universitarios de primer año que se han visto en la necesidad de dejar su lugar de origen para cursar

sus estudios superiores. De esta manera, comprender el proceso que viven los jóvenes cuando además de enfrentar el paso a la vida universitaria, deben afrontar un cambio de residencia. Así, se busca advertir los factores protectores y de riesgo que ellos perciben para enfrentar estos nuevos desafíos con el objetivo de entregar esta información a entidades como Directores de carrera, centros de alumnos, Federación de Estudiantes UDD y Dirección de Asuntos Estudiantiles, para que se puedan generar actividades de promoción y prevención enfocadas a la salud mental de este grupo estudiantil.

2. Fortalezas:

- a. Buena comunicación con la tutora: Si bien la disponibilidad tanto de la tutora, como de las alumnas, muchas veces se veía complicado, siempre se tuvo las tutorías en las clases o en horas extra programáticas que se planearon y se dio el feedback necesario.
- b. Compañerismo: dentro de las integrantes del grupo siempre hubo una buena relación. El ambiente formado en las reuniones de trabajo siempre fue ameno.
- c. Coordinación del tiempo: todas las integrantes del grupo tenían una agenda bastante ajustada por prácticas de otros ramos y trabajos de estos mismos, pero jamás fue impedimento para reunirse.
- d. Motivación: el tema de investigación fue de gran interés de todas las integrantes.

3. Debilidades:

- a. Ajustado tiempo
- b. Gran distracción

4. Aspectos a mejorar:

- a. No hacer cosas a última hora: si bien en un principio el grupo iba bastante avanzado, para las últimas sesiones (metodología e informe final) el tiempo fue un factor en contra, aumentando el estrés de las integrantes y aún más la distracción por el hecho de tener más cosas que hacer de otros ramos al ser fin de semestre.

Anexo 6

Libro de códigos

| Categoría | Nombre de código | Definición |
|--|--|--|
| Reconocer los factores protectores para la salud mental de los estudiantes de primer año que migran a Santiago para estudiar en la UDD el año 2018 | Facilitadores de la adaptación | Elementos que han facilitado la adaptación del estudiante a Santiago |
| | Resolución de enfermedad | Cómo el estudiante ha resuelto sus problemas de salud |
| | Redes de apoyo en la resolución de problemas | Redes de apoyo con las que el estudiante cuenta en la ciudad de Santiago |
| | Nuevas amistades y recurrencia a ellos | Relaciones que ha entablado el estudiante durante su estadía en Santiago |
| | Ocupación del tiempo libre | Actividades que los |

| | | |
|--|---|--|
| | | estudiantes realizan en sus tiempos libres |
| | Ventajas de Santiago | Ventajas percibidas por los estudiantes de vivir en Santiago en contraste con su ciudad de origen |
| Reconocer los factores de riesgo para la salud mental de los estudiantes de primer año que migran a Santiago para estudiar en la UDD el año 2018 | Problemas de adaptación a Santiago | Situaciones en que el estudiante haya percibido con mayor énfasis dificultad para adaptarse a Santiago |
| | Situaciones de depresión, angustia, tristeza | Situaciones que hacen sentir al estudiante más triste, angustiado o deprimido |
| | Cambios de hábitos | Hábitos que el estudiante mantiene en Santiago y que han variado durante su estadía en Santiago. |
| | Extrañar hogar | Elementos que el estudiante extraña más de su ciudad de origen. |
| Identificar puntos de quiebre en relato de los estudiantes de primer año que migran a Santiago para | Acontecimientos que hayan provocado tristeza o desanimo | Situaciones en que el estudiante se ha sentido particularmente desanimado desde su |

| | | |
|---|--|---|
| estudiar en la UDD el año 2018. | | llegada a Santiago |
| | Acontecimientos que hayan provocado felicidad o realización | Situaciones en que el estudiante se ha sentido particularmente realizado desde su llegada a Santiago |
| | Momentos en que han querido volver a su ciudad | Situaciones en que el estudiante ha querido dejar Santiago para volver a su ciudad de origen. |
| Conocer las posibles recomendaciones que tengan los estudiantes de primer año que migran a Santiago para estudiar en la UDD el año 2018 | Apoyo brindado por parte de la Universidad | Evaluación del estudiante del apoyo recibido por la universidad |
| | Apoyo especial de la universidad a estudiantes de región | Percepción del estudiante de la necesidad de un apoyo especial por parte de la Universidad hacia los estudiantes de región. |
| | Medidas de la universidad para mejorar salud de estudiantes de provincia | Recomendaciones del estudiante en relación al papel que juega la Universidad en la salud de los estudiantes provenientes de región. |

Anexo 7: Entrevistas

Entrevista 1

E: ¿Cuántos años tienes?

R: 23

E: ¿En qué ciudad vivías antes de venir a Santiago?

R: San Antonio

E: ¿En qué comuna vives ahora?

R: Maipú

E: ¿Con quién vives?

R: Con mis tíos; mi tía, mi tío y mis tres primos

E: ¿Qué carrera estudias?

R: Ingeniería civil

E: ¿Qué elementos consideras que han facilitado el adaptarte a Santiago? Por ejemplo, religión, propósito de vida, actividades extracurriculares, etc.

R: Emmmm...el mantenerme cercano a mi familia, que son unos tíos con los que yo crecí de pequeño así que no hubo un gran cambio de eeh ir de la casa de mis padres a ir a un departamento solo. Ahí seguía en el ambiente familiar teóricamente

E: ¿Cuándo te has sentido enfermo o con algún problema de salud, ¿cómo has resuelto este problema?

R: En verdad dejo que pase no más, que mis enfermedades duran como una semana y sigo yendo a la u y todo. No me ha pasado alguna urgencia, pero si tuviese una seria como ¡ayúdenme! Porque no sabría a donde ir jajajaja tendría que preguntar a mis tíos.

E: ¿Cuándo tienes alguna dificultad, de cualquier tipo, ¿a quienes pides ayuda en Santiago?

R: Mis tíos, además mi mejor amigo, a él le cuento más cosas como personales, ahí cuando tengo problemas.

E: ¿Cómo ha sido el proceso de hacerse amigos acá en Santiago?

R: Eeeeh, ha sido bueno. Mhhh fue más sencillo de lo que esperaba, ni siquiera tenía que buscar, solo sucedía.

E: ¿En qué situaciones has recurrido a ellos?

R: Emmm más por problemas emocionales, sólo eso.

E: ¿En qué situaciones futuras crees que podrías contar con ellos?

R: En lo que sea.

E: ¿Puedes describirnos alguna situación en que haya sido especialmente difícil el adaptarte a Santiago?

R: El clima jajajajajaja aún no me acostumbro de hecho. A diferencia de San Antonio, acá hay muy extremo, o hace demasiado calor, o hace demasiado frío, allá en San Antonio es más intermedio, además si está soleado allá, con el viento uno queda bien igual, acá no, porque acá más encima el viento es caluroso. Es horrible, me molesta.

E: ¿Qué situaciones crees que te hacen sentir más deprimido, angustiado o triste?

R: Emm sería más por problemas de relación con alguna amistad, eso es lo que más me afecta. Ahí por ahí problemas en un ramo no, porque ahí eso va así como “ya me va mal pero no voy a dejar esto aquí, igual tengo que terminar la carrera, así que sigo no más”.

E: ¿Han variado tus hábitos luego de cambiarte a Santiago? (sueño, tabaco, alcohol, etc.)

R: No, no, nada.

E: ¿Qué es lo que más extrañas de vivir en tu casa?

R: El clima jajajajaj y mi camita, es más cómoda la de San Antonio. Aunque suene frío, no extraño a mi familia; los quiero pero no soy sentimental por el hecho de no verlos en un buen tiempo, así que eso.

E: ¿Puedes recordar algún momento o acontecimiento en particular desde tu llegada a Santiago que te haya hecho sentir muy triste o desanimado?

R: En resumen, tiempo atrás la persona que conocía acá en Santiago me hice amigo, después nos volvimos mejores amigos eem se molestó conmigo, yo no hice algo malo, pero él quería mi apoyo total en algo que él no estaba correcto, 100% bien; yo le dije que no tenía la razón total, se molestó conmigo eeeh me borró de todo, me dijo algunas cosas; eso me dañó por unos meses y eso. Yo quería estar solo, necesitaba estar alejado de todo para mejorar por mi cuenta.

E: ¿Puedes recordar algún momento o acontecimiento en particular desde tu llegada a Santiago que te haya hecho sentir muy feliz o realizado?

R: No, creo que no. No se me viene nada a la mente ahora. No se me ocurre nada jajajaja ahora soy feliz en todo sentido. No hay nada específico.

E: ¿Puedes recordar un momento en el cual hayas sentido muchas ganas de dejar Santiago y volver a tu región con tu familia?

R: Es que eso en verdad, se va a repetir jaja el asunto de mi amigo, pero no sería algo específico de Santiago, sería algo de alejarme literalmente todo, no algo específico de Santiago. De hecho, si bien no me gusta el clima, sí me gusta la locomoción... o sea la hora punta obviamente no, pero es que hay una gran diferencia comparado con San Antonio; ahí yo por ejemplo solo usaba colectivo, la micro me cargaba porque los micreros eran muy mala onda y acá ya en el Transantiago me paso al metro, no sé, me gusta el metro, me acomoda.

E: ¿Cómo evalúas el apoyo que brinda la Universidad a los estudiantes de región?

R: Mmmmhh puede mejorar, podría ser mejor

E: ¿Crees que debería existir algún apoyo especial desde la Universidad para los estudiantes de provincia?

R: Emmmh no lo considero necesario, pero tampoco sería algo malo porque igual sería así como algo que podría motivar a futuros alumnos a ingresar a la universidad, que demuestren así a puertas abiertas que tendrán ese apoyo al ingresar.

E: ¿Qué debería pasar en la Universidad para que los estudiantes de provincia tengan una mejor salud?

R: No tengo la menor idea jajajajaja que hagan, así como mmh...había una universidad, no me acuerdo cual era, que le daban así como un mapita de cosas así como llegar, donde pueden comer y todo ese asunto; es algo que también podría implementarse aquí, creo yo. En el tema de salud lo veo muy subjetivo; en salud física, las normas básicas que debiera dar un establecimiento para condiciones óptimas en salas y todo eso, en salud mental no lo sé. Es que por mi parte no veo la universidad como una base para toda mi vida así que no lo veo que afecte tanto como para eso.

Entrevista 2

E: ¿Cuántos años tienes?

R: 18

E: ¿Dónde vivías antes de venir a Santiago?

R: Linares, pero mi papá es militar entonces he estado en Conce, Santiago, Iquique, Baquedano, eso.

E: ¿En qué comuna vives ahora?

R: Eeh acá en Las Condes

E: ¿Con quién vives?

R: Sola

E: ¿Y qué carrera estudias?

R: Enfermería

E: ¿Qué elementos consideras que han facilitado el adaptarte a Santiago? Por ejemplo, religión, propósito de vida, actividades extracurriculares, etc.

R: El trabajo de mi papá, como estoy acostumbrada a cambiarme tanto, por ejemplo, nunca había estado más de 4 años en una ciudad o en un colegio, he estado como en 8 colegios, en distintas casas, ciudades, entonces como que no me cuesta cambiarme.

E: ¿Cuándo te has sentido enfermo o con algún problema de salud, ¿cómo has resuelto este problema?

R: Llamo a mi mamá, por teléfono y ahí me dice todo lo que tengo que hacer y si es como, si estoy muy enferma llamo a mi tía que vive acá también. Y la única vez que estuve muy enferma estaba mi papá en Santiago entonces él me llevó al hospital, así que no me ha tocado nada tan grave.

E: Cuando tienes alguna dificultad, de cualquier tipo, ¿a quienes pides ayuda en Santiago?

R: A mis tíos, tengo harta familia que vive acá y si no a mis amigas que hice en la u

E: ¿Cómo ha sido el proceso de hacerse amigos acá en Santiago?

R: Fácil, no me costó nada.

E: ¿En qué situaciones has recurrido a ellos?

Por ejemplo antes vivía con una amiga cuando me vine a Santiago, el primer semestre viví con una ex compañera yyyy peleamos mucho y también tenía una compañera de enfermería que era compañera mía y también peleábamos y terminé yéndome del departamento entonces ahí fue como que me acerqué más a ellas, a mis amigas de la u.

E: ¿En qué situaciones futuras crees que podrías contar con ellos?

Yo creo que para todo en verdad, como que específicamente no sé, por ejemplo si algún día me siento mal de salud, alguna se venga a quedar conmigo o cosas así.

E: ¿Puedes describirnos aquellas situaciones en que haya sido especialmente difícil el adaptarte a Santiago?

R: Eso, cuando me pasó eso porque ahí estabaaaa...igual tenía una amiga que vivía al lado mío porque antes vivía en Cantagallo con mi amiga y ahí cuando pasó eso que estábamos las tres peleadas en el departamento y quedó como la emabrrá' yy me sentí súper mal y ahí me fui donde mi amiga pero como que igual no sabía qué hacer, era como incomodo llegar al departamento y ver a mis amigas, entonces eso fue como lo más complicado.

E: ¿Qué situaciones crees que te hacen sentir más deprimido, angustiado o triste?

R: No, nada. Lo único que me molesta es como demorarme tanto a un lugar, estar tanto tiempo en una micro, en el metro. O cuando viajo de Linares por ejemplo, también que me demoro mucho, todas esas cosas. Pero nada más, no me molesta nada más

E: Desde que te cambiaste a Santiago, ¿Han variado alguno de tus hábitos? Por ejemplo el sueño, fumar, alcohol, etc.

R: No, nada. O sea antes, sí, yo creo que menos...duermo menos horas que antes que cuando estaba en el colegio pero eso, porque ahora me acostumbé a estudiar más de noche, pero eso no más.

E: ¿Qué es lo que más extrañas de vivir en tu casa?

R: Eeeh, que por ejemplo, cuando tengo que llegar acá y tengo que estudiar, tengo que primero ordenar todo el departamento, eeh hacerme algo para comer, cocinar, entonces pierdo mucho tiempo en eso; en cambio cuando vivía con mis papás, era como “mamá, voy a estudiar, hazme no sé tallarines” y ella me hacía la comida y estaba listo y tenía como todas las cosas listas. Eso es lo que más me da como, como que extraño. Bueno y también viajo casi todos los fin de semana, entonces no es como que me sienta tan alejada.

E: ¿Puedes recordar algún momento o acontecimiento en particular desde tu llegada a Santiago que te haya hecho sentir muy triste o desanimado? En el cual hayas sentido muchas ganas de dejar Santiago.

R: No, yo creo que lo más difícil fue eso, de decir como que en verdad me sentía mal viviendo con mis amigas, decirle a mis papás que me quería ir del departamento, eso fue como lo más difícil pero tampoco en ningún momento dije como “me quiero ir de Santiago, si no que era como buscarle alguna solución.

E: ¿Hubo algún momento que te haya hecho sentir muy feliz acá en Santiago?

R: mmmmmmm no sé, como que, no sé. Yo creo que mañana la investidura aah jajaja pero no sé, así como muy feliz, no sé, pero cuando no sé. Pero es que tampoco me siento así como súper súper supeeeer feliz. No sé en verdad. Yo creo que juntarme con mis amigas acá, porque igual como que me hice muy buen grupo en muy poco tiempo, entonces como que eso.

E: ¿Cómo evalúas el apoyo que brinda la universidad a los estudiantes de región?

R: Eeeeh a nosotros nos pasó, que no sé si a ustedes les pasó, que nos dieron tutores, los profesores y a mí me tocó la profe Glenda y con ella eeh como que siempre ella, más que nada el primer semestre me escribía o hablaba y si yo tenía algún problema yo igual le hablaba a ella entonces igual ha sido como súper como acogedor en ese sentido. (Apoyo brindado por parte de la Universidad)

E: ¿Pero fue solamente a los de región?

R: Fue a todos.

E: ¿Hubo algo que fue especial para los de región?

R: Creo que las primeras veces nos hicieron como, nos iban a hacer como un almuerzo pero dijeron como “ya, es tal día”, pero lo dijeron como dos semanas antes y no, se me olvidó, nunca fui. (Apoyo brindado por parte de la Universidad.) Fue lo único que han hecho, como un almuerzo, nada más, como en marzo fue un almuerzo pero dijeron, cuando entramos, dijeron como “va a ser tal día”, el 5 de marzo, como “los que quieren van y los que no, no”, pero se me olvidó, nadie cachó. Yo creo que fue muy poca gente.

E: ¿Crees que debería existir algún apoyo especial desde la Universidad para los alumnos de región?

R: Sí, yo creo que sí. Más que nada porque hay personas que por ejemplo, yo me adapto fácil por el trabajo de mi papá, pero hay personas que igual les cuesta o les cuesta más hacer como amigos o igual hay personas que se vienen al tiro a vivir solas y también cuesta más adaptarse a vivir sola, entonces quizás tener como más apoyo en ese sentido.

E: ¿Qué se te ocurre que podría hacer la universidad?

R: No sé, eso es lo que estaba pensando, no se me ocurriría que hacer pero quizás más, hablar más con ellos porque quizás hay algunos que quizás se sientan muy solos.

E: ¿qué debería hacer la Universidad para que los estudiantes de provincia tengan una mejor salud, tanto física como mental?

R: Eeeeeem, pucha yo creo, es que igual como está ese convenio con la Clínica Alemana pero solo en accidentes, yo creo que quizás ese como que igual se pudiera de tratar “un día me siento muy mal, no tengo”, sobre todo los que somos de región, “me siento muy mal, no sé a dónde llegar” y la Clínica Alemana no sé, quizás es la que me queda más cerca de llegar ahí y tener como, no sé, poder llegar ahí sin tener que no irse por no poder pagar todo en el momento, cachai? Eso yo creo.

Entrevista 3

E: cuántos años tienes?

S: 20

E: antes de venir a estudiar a Santiago donde vivías?

S: en concepción

E: y en que comuna vives ahora?

S: en independencia

E: y con quien vives?

S: con un compañero de.. con un amigo de toda la vida

E: aaa ya perfecto, se vinieron juntos desde concepción?

S: eee no el ya vivía aquí pero la cosa es que nos encontramos acá y decidimos vivir juntos y así ahorrar costos

E: y que carrera estas estudiando?

S: periodismo

E: ¿Qué elementos consideras que han facilitado el adaptarte a Santiago? Por ejemplo, religión, propósito de vida, actividades extracurriculares, etc.

S: eee actividades extracurriculares definitivamente, participo harto, ahora trabajo en el gimnasio de la u y participo igual en hartas cosas, en los embajadores global, ¿no se si sabes sobre eso? Ee entonces como esos lugares donde conocer gente y como acercarse a un grupo de personas son los que facilitan mas, porque básicamente como que uno llega sin conocer a nadie, especialmente yo que no tenía a nadie en Santiago, ni familia ni nada eee como conocer gente y como no se po tener amigos por ultimo para un fin de semana salir y hacer algo o un viernes en la tarde no se hacer cualquier cosa es lo que te hacen sentir más acogido en cierto sentido.

E: Cuando te has sentido enfermo o con algún problema de salud, ¿cómo has resuelto este problema?

S: eeee no solo yo, como que no recurro a nadie osea llamo a mi mama y le pregunto que hago para esto y ella me dice tomate al cosa o algo así, pero basicamento yo estoy como a cargo de mi mismo entonces como que no hago nada, o si no eeee ahora que llevo un poco mas de tiempo tengo una amiga que estudia enfermería y entonces le pregunto a ella.

E: y si tuvieras un problema mas grave que requirriera ir a un centro asistencial ¿?

S: eee ahí yo cre que llamaría o ahora que mi familia vive en Valparaíso yo creo que me iría para allá o si no buscar algo así como urgencias médicas si o si acá en Santiago,

igual vivo cerca de un hospital, entonces del hospital de la u de chile entonces me puedo ir ahí

E: . Cuando tienes alguna dificultad, de cualquier tipo, ¿a quienes pides ayuda en Santiago?

S: tengo un amiga muy cercana, emm que siempre me ofrece ayuda para todo, ella y su familia, entonces como que ellas son las primeras personas a las que recurriría en caso de cualquier cosa, siempre me dicen así como (nombre del entrevistado) si necesity algo, cualquier cosa hasta como no se lavar la ropa así como lo más básico, ellos siempre son los que me han apoyado mucho cuando he estado aquí

E: : ¿Cómo ha sido el proceso de hacerse amigos acá en Santiago?, ¿en qué situaciones has recurrido a ellos? ¿En qué situaciones futuras crees que podrías contar con ellos?

S: es más difícil, es más difícil, independiente de que por ejemplo hay más gente pero aquí la gente en Santiago es como un poco más, no se es mucho más distinta al sur por que no se por ejemplo en las fiestas en el sur si hacían un carrete en la casa en la noche por ejemplo todos se quedan a dormir porque no hay como devolverse a su casa y aquí es como que el carrete a las 2 de la mañana ya todos se van y es como no sé, como que es raro porque ponte tú, yo vivo lejos y hay mucha gente que también vive muy lejos de donde va a carretear y se tienen que pegar el pique a las 3 de la mañana y entonces como wau e igual la gente es como mucho más fría como que no se si ven alguien nuevo no es como llegar y que te digan oye intégrate a nuestro grupo o no se trabaja con nosotros al menos en la u no así como de integrar a la persona nueva y también con la gente de intercambio pasa lo mismo por lo que veo yo, entonces todo es más complicado, como que todos están en su grupo armado, como que no dejan que nadie más se integre entonces es más complicado en ese sentido.

E: y en que situaciones haz tenido que recurrir a tus amigos??

S: a ver emm de repente mm a ver , si o si cuando estoy enfermo jajaj oo cuando necesito llegar a alguna parte porque igual Santiago es una ciudad muy grande y de repente no falta emm yo siempre soy de esas personas que se quedan sin internet o que les pasa algo o que se le apago el teléfono o que todo no funciona en el momento que más lo necesity entonces ahí si tengo que llegar a alguna parte tengo que llamar desde un teléfono público o de lo que sea o a veces de repente si necesito plata les pido ayuda ooo si tengo que quedarme fuera por ejemplo como cuando es mas difícil llegar a mi casa les digo si me puedo quedar en ti casa o no sé qué y me dicen si obvio, en ese tipo

de casos les pido ayuda, igual en general no suelo pedir tanta ayuda solo en cosas puntuales

E: y en el futuro, ya pensando en que podrías llevar unos años más acá estudiando en que podrías contar con ellos??

S: emmm yo creo como que a independizarme por ejemplo, como cuando uno ya va salir de la u y tiene que ser mas independiente, en esos casos eeee para que mas puede ser emm yo creo que igual siempre como que uno necesita ayuda de amigos no solo en cosas puntuales, siempre pueden ser un apoyo o solo como una compañía, de repente eee hasta pa' no se po' si me da flojera cocinar y no quiero hacer almuerzo le puedo decir a alguien oye invítame a almorzar o cosas así yo creo que para todo y por nada.

E: ¿Puedes describirnos aquellas situaciones en que haya sido especialmente difícil el adaptarte a Santiago?

S: eee con el tema del transporte de me ha hecho difícil eee las distancias son muy largas y el sistema de transporte no es muy bueno jajaja. Eee también haciendo amigos se me dificulto mucho, como hacerme amigo de mis compañeros emmm que más se me dificulto emm yo creo que tuve muchas dificultades en general emm de repente habían días en que como que uno sabe que tiene gente en la que puede confiar pero no lo hace, como que me acuerdo no sé por había un día viernes en que me quedaba en mi casa haciendo nada y me decía ¿Por qué no tengo amigos? Como que no puedo salir entonces es como no se po' uno mismo se encierra y empieza a extrañar a los amigos que tenía antes eeeem como que igual no es lo mismo entonces como pucha a lo mejor me debería haber quedado y empiezan todos los remordimientos y de repente uno se queda encerrado en lo que vivió antes y no sale a buscar experiencias nuevas entonces se me hacía difícil como un fin de semana de mi zona de confort porque de repente igual lo intentaba me decía salgo a conocer gente y me relaciono con mis compañeros de la u y a veces igual como que ya estoy chato, no quiero yo perseguirlo quiero que ellos me diga onda vamos a carretear o no se a lo que sea o hagamos algo, en general en esas cosas se me dificulto mucho, como haciendo amigos.

E: ¿Qué situaciones crees que te hacen sentir más deprimido, angustiado o triste?

S: yo creo que emm lo que decía recién, eso de llegar a una ciudad nueva y enfrentarte a todo nuevo, comparado con lo que tenías antes, que tenías a todos tus amigos cerca, tenías no se po' como a todos los lugares que podías ir y era todo como mucho mas fácil, como que cambiar eso, básicamente de tenerlo todo a no tener nada fue lo mas difícil. Como era la pregunta ¿?

E: como lo que mas te angustia

S: a si lo que más me angustia, eem eso po' como recordar el pasado, como puta ¿en verdad hice lo correcto? ¿Debí haberme venido para acá ¿? Como habré tomado la decisión correcta o no sé, cuestionarse un poco todo.

E: En temas de hábitos, ¿Han variado tu hábitos luego de cambiarte a Santiago? (sueño, tabaco, alcohol, etc.)

S: eem si, ósea como que disminuyo harto, por lo mismo, por el tema social, cuando tenía a todos mis amigos cerca donde no se po' se juntan todos los fines de semana y hacen algo seguido y aquí como no tenía a nadie como que no tenía que hacer el fin de semana. Pero ahora como mi familia igual vive cerca en Valparaíso emm no se po' los fines de semana me voy para allá y no se po ahí nos tomamos algo durante el fin de semana pero en los primeros meses que estuve acá cambio mucho, como en verda ni siquiera salía, no salía, no tomaba, no fumaba en verda disminuyo mucho es que entre tomar solo es como que lata o al menos yo lo veo así jajaja.

E: y el tema del sueño?

S: el tema del sueño emm si igual lo sufrí harto, tenia harta ansiedad entonces igual ahora ando por ahí jajaja pero se notaba mucho más los primeros meses el cambio de estar en una ciudad en otra, porque como por ejemplo antes viví en Talcahuano después en Conce entonces ha habido hartas diferencias, ya me había enfrentado en cierta medida a cambiar de lugares, pero llegar a Santiago igual fue mucho mucho más distinto y en el sueño me afecto harto los primeros meses que estuve aquí, como que no dormía bien o dormía muy poco o me quedaba dormido en la mañana onda trasnochaba y en el día me daba el bajón del sueño pero se ha ido regulando de apoco y estoy harto más tranquilo.

E: ¿Qué es lo que más extrañas de vivir en tu casa?

S: emm yo creo que esa como sensación de hogar que se tiene, eso de estar todos en familia estar con los hermanos hasta pelear por alguna cosa y llegar a un departamento donde haya gente porque en el que estoy ahora mi amigo igual siempre llega tarde o por ejemplo ahora que está de vacaciones se fue por todo el mes y estoy prácticamente viviendo solo em eso po' la cosa como de hogar, en conce realmente tenia a toda mi familia, vivía con mi mama, con mi hermano pero además tenía a no se po a mi abuela en la misma cuadra en donde vivía yo ee bueno a todos mis amigos del barrio y a mis tíos que todos son de la octava región, entonces no se po cualquier fin de semana o cualquier día venían visitas o nosotros los íbamos a ver a ellos o nos juntábamos en la

playa en familia, cosas así, entonces como que todo eso se perdió de un día para otro y fue, fue duro y eso es lo que más extraño, la sensación de familia

E: ¿Puedes recordar algún momento o acontecimiento en particular desde tu llegada a Santiago que te haya hecho sentir muy triste o desanimado?

S: ee triste, si muchas veces jajajaja eee a ver déjame pensar, guau... si me acuerdo de una profe, como culpa mí, ósea fue por culpa mía, porque salí a celebrar mi cumpleaños la primera semana de Junio y me acuerdo que como que quedo la escoba porque como que salí con amigos a un bar a tomar y después fuimos a carretear yy en el carrete me empecé a sentir mal y entonces como que me paso de todo, se me perdió el teléfono, me pase de largo en la micro porque me quede dormido además estaba lloviendo entonces me tuve que devolver caminando y no sé cómo me hice una herida en la mano y fue todo terrible y llegue a mi casa así como no no quiero saber nada más del mundo y me sentía pésimo, me sentí realmente humillado como terrible y aparte mis amigos se perdieron y me quede solo y fue triste, fue muy triste.

E: si hubieses estado en tu casa habría sido distinto??

S: si habría sido distinto yo creo, en conce como quee sabemos que salimos todos juntos y llegamos todos juntos, entonces como que nadie se puede quedar abajo, si alguien queda abajo queda botado, entonces como que no pasa eso, por eso es llegar juntos e irse juntos y entonces aquí como que llegamos y después todos se separaron y se perdieron y fue como que aaah que pasó ¿? Y al final me tuve que devolver solo, triste y abandonado, con una herida en la mano toda mojada y sin teléfono jajaja

E: ¿Puedes recordar algún momento o acontecimiento en particular desde tu llegada a Santiago que te haya hecho sentir muy feliz o realizado?

S: mmm si hay hartos, más que los tristes yo creo, emmm bueno emm si una vez que fui al cerro Manquehue a hacer trekking con varios amigos yy como que ya recorrimos todo el camino del cerro y llegamos arriba y descansamos y como que hay mucho silencio y entonces como eso de meditar, pensar y como todo muy bien todo y entonces como que estaba ahí y estaban todos compartiendo y darse cuenta de que en verda que no se po', que la vida cambia que uno si o si se hace amigos en otras partes que no todo es como no se po' que el pasado no te va a perseguir tampoco, yo me acuerdo que me vine y lo único que pensaba en que no iba a encontrar nunca a los amigos que tenía antes y eso igual me genero cierta ansiedad en cierto sentido, pero igual uno al final siempre se da cuenta de que si hay gente bacán en todas partes, el tener amigos, el estar bien, el

sentirse como parte de un grupo emm me hace sentir como bien, ese tipo de cosas me alegran mucho.

E: ¿Puedes recordar un momento en el cual hayas sentido muchas ganas de dejar Santiago y volver a tu región con tu familia?

S: emm no, creo que no a ese nivel, porque estoy como muy decidido a quedarme aquí y terminar la carrera, tengo que terminar la universidad y como que volver e irme como que no porque yo sé que si lo hago me iría de todo y dejaría botado todo y me diría que no quiero volver a Santiago nunca más emm entonces como estoy tan decidido a terminar todo esto, a salir de la u, no sé si quedarme en Santiago o no pero, pero tengo mi objetivo tan claro que no se me pasa por la cabeza el dejar todo botado independiente de todas las adversidades y además que hubo una parte de mi vida en la que la pase tan mal que nada va a ser peor que eso y sé que esto lo puedo solucionar

E: y ahora en temas de la universidad del desarrollo, como evalúas el apoyo que brinda la universidad a los estudiantes de región ¿?

S: eeee yo creo que es muy nulo, como que no... nunca me dijeron algo diferente por ser de región, ni siquiera un recorrido donde me muestren las instalaciones, nada de eso jajaja, básicamente es como llegar a la vida no mas

E: crees que debería existir algún apoyo por parte de la universidad ¿?

S: si, a mi me hubiese servido demasiado por ultimo conocer así como un mapa de cómo era la U porque realmente nunca había venido por último que se presenten para que sepan tu nombre, igual uno es tímido y llega a un lugar nuevo y no te vas a poner a hablar al frente de todos a decir hola por qué no lo voy a hacer, entonces uno espera que la otra persona se acerque, pero no nada, debería existir algo que te integre a donde no se po' saber quiénes van a ser tus compañeros, quienes van a ser tus profesores o algo que te haga sentir un poco menos indefenso en el mar de inseguridades que tenía mentalmente más con todo lo nuevo que te estas enfrentando, eso habría sido si o si un plus, un apoyo.

E: que otras cosas se te ocurren que podría hacer la universidad?

S: a lo mejor como emm como salen en las películas donde tienen como a un compañero que es como tú "amigo obligado" jajaj o sea como un apadrinamiento, algo así podría ser, obviamente que los padrinos se ofrecen a ser padrinos, no es que te impongan para ser padrino de una persona, ósea que no es una molestia para el padrino y si o si es una ayuda para el apadrinado, yo creo que eso serías como lo más, aparte yo

creo que teniendo al tiro un amigo entre comillas como que te integray atiro así como a ciertos grupos, independiente de que en dos meses quizás no lo veas mas pero los primeros dos meses si o si te ayudo fijo en todas las preguntas que tenías, en cómo llegar más rápido a la u o en lo que fuera como, ¿Dónde queda el banco? No sé.

E: la última pregunta, ¿qué debería pasar en la Universidad para que los estudiantes de provincia tengan una mejor salud a nivel mental y físico?

S: yo creo que si o si informar mejor porque de repente hacen muchas cosas pero los alumnos no saben así como oye esta esto disponible para que los alumnos vayan por que por ejemplo aquí en la u hacen como los de odonto que arman una carpa grande donde hacen limpieza y de repente como que nadie lo sabe, como que no llega la información al resto de los alumnos, solamente como que si pasay por ahí y lo ves como que cachay aaa ahí están haciendo algo, emmm no se que mas puede ser emmm a lo mejor hacer como talleres de ayuda psicológica onda a mi me hubiese encantado tener un psicólogo el primer mes o alguien a quien contarle toda la experiencias que estay viviendo como pa desahogarte por ultimo porque yo realmente al comienzo no tenía a ninguna amigo, no tenía a nadie entonces como que tenía tantas cosas acumuladas adentro como que uuhhh como que en cualquier momento me iba a poner a llorar por ultimo alumnos que se ofrezcan a hacer distintas actividades que serían de mucha ayuda y no solamente para los nuevos, si no que para todos.

Entrevista 4

E: cual es tu nombre??

S: javiera Andrea Martini Cruz

E: cuantos años tienes ¿

S: 18 años

E: donde vivias antes de venir a estudiar a Santiago??

S: en Villarrica, novena región de la araucania

E: y en que comuna vives actualmente?

S: en las condes

E: y con quien vives:

S: con dos primas que ya estudiaban acá antes así que ahora vivimos juntas

E: que carrera estudias??

S: enfermería

E: ¿Qué elementos consideras que han facilitado el adaptarte a Santiago? Por ejemplo, religión, propósito de vida, actividades extracurriculares, etc.

S: en realidad todavía no me adapto completamente a Santiago estoy en proceso de adaptación, emmm no ha sido muy fácil, porque es todo demasiado diferente, pasar de vivir con tu familia a vivir en Santiago es muy complicado, pero me ha ayudado mucho eee vivir con mis primas por que ellas igual son un apoyo y ya han vivido lo que yo estoy viviendo en este momento esto de adaptarse a la ciudad y emm el vivir cerca de la universidad también ha sido un gran apoyo porque no tengo que viajar largas horas para llegar a clases, así que eso me ha ayudado mucho y que no he tenido ninguna dificultad económica y que nunca me ha faltado nada y afortunadamente puedo tener todo lo que quiero y eso además me ha ayudado eee aa tener mayor cantidad de momentos de esparcimiento y de recreación y poder realizar actividades, como salir a comer o salir de fiesta con los amigos y cosas así son siempre mucho más fáciles y más llevaderas cuando tienes los recursos para hacerlo sin ningún problema

E: Cuando te has sentido enfermo o con algún problema de salud, ¿cómo has resuelto este problema?

S: en realidad es por una cosa más de personalidad, no me gusta mucho pedir ayuda pero y trato siempre de resolverlo ee todo dentro de lo que puedo, algunas veces no me ha resultado muy bien porque emmm estar sola acá no es lo mismo que cuando uno está con la familia y a veces uno cuando está en su casa intenta resolver las cosas solas pero de alguna u otra forma tienes el apoyo de tu familia sin que tu te des cuenta eee pero acá eee realmente estás solo a pesar de que yo vivo con mis primas que eventualmente no he tenido mayores problemas en lo que llevo acá en Santiago por fortuna, pero ellas siempre me han ayudado cuando he tenido alguna dificultad ya sea de mayor o menor magnitud.

E: . Cuando tienes alguna dificultad, de cualquier tipo, ¿a quienes pides ayuda en Santiago?

S: emmm, en primera instancia, si es que me resulta cómodo hablarlo con mi familia o con mis papas o eventualmente con mis primas porque con una de ellas soy mas cercana eemmm y después a mi mejor amiga que emmm no esta acá pero igual mantenemos el contacto directo y que eso me ayuda

E: ¿Cómo ha sido el proceso de hacerse amigos acá en Santiago?, ¿en qué situaciones has recurrido a ellos? ¿En qué situaciones futuras crees que podrías contar con ellos?

S: eeemmm me puedes repetir la pregunta, de a una?

E: si , : ¿Cómo ha sido el proceso de hacerse amigos acá en Santiago?

S: emmm bueno realmente yo pensaba que iba a ser mucho mas difícil pero emmm pero en realidad por fortuna mi personalidad me ha ayudado bastante yyy puedo hablar con toda la gente, lo que si ha pasado muy poco tiempo como para formar lazos eee cercanos, que pueda decir que van a perdurar en el tiempo pero yo creo que va a ser así pero evidentemente no con toda las personas, pero no ha sido tan trágico como me lo comentaron alguna vez, como que no iba a poder conocer gente o que la gente acá no te consideraba en lo mas mínimo y que todo era mucho más difícil porque las personas acá son súper egoístas, emmm no ha sido asi, he tenido mucha suerte y he conocido a mucha gente súper buena.

E: ya perfecto y ?, ¿en qué situaciones has recurrido a ellos?

S: emmm en las situaciones en las que he recurrido a ellos eeee son normalmente para la universidad y para momentos de recreación, eee llámese esto fiesta, salir a tomar café, salir a comer, cosas de ese tipo.

E: ¿Puedes describirnos aquellas situaciones en que haya sido especialmente difícil el adaptarte a Santiago?

S: emm si, en realidad lo más difícil fue terminar la relación de varios año que tenía (pausa de un momento) bueno por la distancia, la distancia causo que esta relación se terminase y eso ha sido francamente lo más difícil y bueno también reprobar un ramo que ni se acerca a lo difícil que fue el término de esta relación, mas encima estando acá y sin mi mejor amiga y en realidad eso fue un cambio importante, porque con ella siempre nos apoyábamos mutuamente en materia amorosas así que eso.

E: ¿Qué situaciones crees que te hacen sentir más deprimido, angustiado o triste?

S: emm que echo de menos a mis hermanos, eso me pone bastante triste y bueno también la distancia con mi familia que a pesar de que yo no soy dependiente totalmente

ósea emocionalmente dependiente de ellos pero igual la distancia eeee afecta eso uno lo quiera o no, afecta el no sentir compañía directa, si bien estas con gente pero no es la gente con la que has estado toda tu vida entonces eso pudiese ser algo que a veces me hace sentir más susceptible a la soledad y a veces estar más decaída emocionalmente.

E: ¿Han variado tu hábitos luego de cambiarte a Santiago? (sueño, tabaco, alcohol, etc.)

S: lamentablemente si mis hábitos se deterioraron completamente cuando llegue a Santiago porque acá nadie me está poniendo ni reglas ni límites, por ende comencé a salir a fiestas, a consumir alcohol, mi higiene del sueño se destruyó, emmm engorde, subí demasiado de peso ee francamente puedo llegar a decir llegue a ser obesa, emm me hice adicta a la comida chatarra, una adicción, gastaba todo mi dinero en comida chatarra a principio de año y ahora lo he podido a manejar de una manera un poco mejor, pero dentro de todo ha sido bien negativo en ese aspecto el venirme a la ciudad.

E: ¿Qué es lo que más extrañas de vivir en tu casa?

S: emm que puedo, que puedo ser un poco más libre en cuanto a mi personalidad, porque como estoy viviendo con otras personas me tengo que restringir mucho, en lo que digo, en las cosas que pienso y además de que con mis primas a pesar de que nos llevamos bien emmm para la convivencia tenemos ideologías bien distintas y eso a veces significa que no puedo expresar mis pensamientos porque ellas no ee o mi postura frente algunas temáticas o cuando se discuten temas, porque ellas francamente o no lo entienden o no se lo toman de buena manera, así que eso es un factor en un área en la que me siento bastante limitada y eso influye directamente en cómo me siento viviendo acá.

E: ya, eem ¿Puedes recordar algún momento o acontecimiento en particular desde tu llegada a Santiago que te haya hecho sentir muy triste o desanimado?

S: triste o desanimado??... reprobar un ramo, reprobar una asignatura fue una carga emocional importante porque me hizo darme cuenta de que estaba haciendo las cosas mal de que no me estaba tomando la carrera en serio, la universidad en serio y la oportunidad que estoy teniendo de una manera seria, valga la redundancia.

E: . ¿Puedes recordar algún momento o acontecimiento en particular desde tu llegada a Santiago que te haya hecho sentir muy feliz o realizado?

S: emmm realizado en realidad ha sido tener notas buenas alguna vez y porque me hizo darme cuenta de que si yo me esforzaba podía lograr lo que me esperaba que era tener entre comillas buenos resultados en la evaluación para la que me estaba preparando y e

como que no tiene que ver con realización fue cuando me di cuenta de que emm podía llegar a la hora que quisiera a la casa, que no tenía que avisar hacia donde estaba caminando y con quien y no tener que justificar todo lo que hacia o hacia emm fue una sensación de felicidad y de libertad francamente que no se si se puede describir fácilmente.

E: ya, ¿Puedes recordar un momento en el cual hayas sentido muchas ganas de dejar Santiago y volver a tu región con tu familia?

S: mmm no sé si un acontecimiento en particular, pero si hay días en que a veces uno se siente un poco más solo y que eso te hace sentir como fuera de lugar y te dan ganas de volver a la casa y que por fortuna no lo he sentido muy a menudo.

E: ¿Cómo evalúas el apoyo que brinda la Universidad a los estudiantes?

S: Francamente nulo, es inexistente eee.. no tengo nada positivo que decir al respecto yyy no, no.. hay muchas cosas que podrían hacer que no son.. que no requieren grandes inversiones o grandes movimientos organizacionales de parte de la universidad para hacer que los alumnos de región tengan mejores resultados ya sean, a nivel académico o de realización personal y éxito también en la vida nueva que están emprendiendo, porque estar solo acá es un cambio que te marca profundamente que significa mucho trabajo y esfuerzo de tu parte para poder ser exitoso acá en la parte académica que es lo que más importa, así que el apoyo de la u sería realmente bueno para los alumnos como nosotros y ojala eventualmente pudiesen desarrollar alguna actividad.

E: ya, . ¿crees que debería existir algún apoyo especial desde la Universidad para los estudiantes de provincia?

S: si es cierto que debería, es lo que te comente en la pregunta anterior. Por lo que significa el vivir solo y tener que responder a la universidad. Significa un gran esfuerzo, un gran trabajo personal y eso no se logra bien o simplemente no se logra y sería bueno un apoyo psicológico o seguimiento, más que el seguimiento académico, porque eso francamente no tiene ningún impacto en como uno se desenvuelve.

E: la última pregunta, ¿qué debería pasar en la Universidad para que los estudiantes de provincia tengan una mejor salud a nivel mental y físico?

S: deberían hacer un plan de seguimiento de estos alumnos, evaluarlos cuando llegan, pero de una manera profesional que se dedique a esto, no como la profesional que tienen, que solo se dedica a ver si los niños estudian o no, o si aprueban o no los ramos emmm pero si saber cómo están ellos más allá de la sala de clases, si bien no es una

labor de la universidad, deberían hacerlo ya que la carga, los alumnos que elige la universidad para cursar sus estudios superiores es grande, deberían hacernos sentir acompañados y guiarlos un poco y brindarles un poco más de ayuda cuando lo necesiten y hacerlos sentir que tienen la posibilidad de acceder a los servicios que la universidad brinda que bueno ahora son inexistentes.

Entrevista 5

E: ¿cuántos años tienes ?

S: Tengo 21 años

E: ¿Dónde vivías antes de venir acá?

S: eeh, en Antofagasta, entonces así que fue bastante el cambio

E: en qué comuna vives ahora, acá en Santiago

S: Estoy en las condes Manquehue, en la estación Manquehue

E: ¿Con quién vives ahí?

S: Con mi papa

E: ¿Solo con tu papá?

S: O sea sí con mi papa, pero él trabaja bastante entonces no es mucho tiempo en que él está conmigo

E: Perfecto, y en Antofagasta vivías con tu mamá?

S: Con mi mamá, con mi prima y una tía

E: ¡ah ya perfecto, ¿fue bastante al cambio para ti?

S: O sea si como que eeeeh en Antofagasta había como un ambiente más familiar que el que tengo acá, eso lo principal, más ruido

E: Ese tiempo que no pasas con tu papa al día, ¿Cómo cuánto es?

S: El tiempo con el que paso con mi papa o el tiempo....

E: si mejor el que pasas con tu papá

S: El que paso, yo creo que en la noche cuando llega del trabajo, el fin de semana él tiene un campo y bueno lo va a administrar y trabajar en él, o sea como que igual es una relación como más libre, no es como tan dependiente a diferencia con la de mi mama

E: Y sobre tu carrera, ¿estudias derecho cierto?

S: eee si derecho

E: ¿Que elementos consideras que han facilitado el adaptarte a Santiago?

S: O sea algo como que eeeee sea un motivo es que bueno primeramente quise cambiarme a la universidad de acá por un tema de que un compañero mío me dijo que acá habían buenos profesores, y también hay ciertos tribunales que están acá y por un tema de la calidad de profesores más que otra cosa, esa es como la motivación de querer estar acá, no nada mas

E: Y en Santiago en si, ¿hay algo que te haya ayudado a adaptarte o hacerlo más fácil?

S: Mira lo que si tengo hartos amigos acá que son de Antofagasta y que se vinieron a estudiar acá, entonces igual es como un cierto apoyo cierto que pa' poder compartir, hacer juntas así no se siento como tan... tan extraño el lugar

E: Perfecto, cuando te has sentido enfermo o con algún problema de salud, ¿cómo has podido resolverlo ?

S: La verdad es que tengo buena salud jajaja

E: ¿No te has enfermado mientras haz estado en Santiago?

S: grave no

E: ¿Y algún resfrío muy fuerte ?

S: Eeehh lo veo solo, voy a comprar jarabe para la tos ooo cualquier cosa, pero independiente en eso

E: ¿Hipotéticamente si te pasa algo grave ?

S: Pucha mi papa casi nunca está pero siempre me da la otra opción de que él tiene un amigo en Santiago y además tengo tíos en Santiago, pero son tíos que veo igual poco, no son tíos así como mi gran tío que lo visito siempre, son gente un poco alejada a mí, pero les consultaría a ellos y sé que van a estar porque igual van a estar porque con mi papa son buenos amigos, entonces esa es la confianza que me da

E: Aa ya súper, y cuando tienes una dificultad no de salud, de otro tipo, a quienes pides ayuda acá en Santiago?

S: Es que... ¿qué dificultad?

E: Por ejemplo académicas, sentimental, de amistad, etc

S: Eee o sea académicas lo resuelvo yo o sea me ha ido bien, así que yo mismo soy el que resuelve mis propias faltas que puedo hacer, por ejemplo si me va mal yo no soy de andar llorando o andar quejándome, siempre soy muy responsable de mí, si me va bien es porque estudie y si me va mal es porque no hice na'. Eeeeeee sentimental, exclusivamente como que hace poco le conté un temita a un amigo mío, como que se sentía la necesidad pero durante todo el semestre como que en verdad me las llevo solo, ee como que soy mucho de reflexionar cuando he estado algún momento mal, pero son momentos, como que no es que sea algo constante, a eso voy, fueron algo muy poco. Y en algún problema familiar, no tengo a quien recurrir, pero tampoco recurriría a alguien, como que siento que en los temas familiares soy muy cerrado

E: Ya perfecto, ¿Cómo ha sido el proceso de hacerse amigos acá en Santiago ? En que situaciones haz recurrido a ellos y en que situaciones futuras crees que podrías acudir a ellos. Vamos de a una

S: O sea igual como que al principio era como motivante, como lugar nuevo, universidad nueva, gente nueva , pero aun así yo soy una persona media reservada, mediaaaa media introvertida el cual nooooo no tiendo a ser como centro de atención oo oo alzar la voz para que me escuchen, lo que si he hecho hartos amigos bien cercanos pese al poco tiempo, que con ellos conversamos, almorzamos, estudiamos juntos eeee en caso de tareas whatsappiamos y recurro a mis amigos en al menos pa' pasar el día y réirme porque eso hago y estudiar, creo que eso es un buen apoyo en esas dos en esos dos ámbitos.

E: ¿Y en el futuro en que crees que podrías contar con ellos? Ya pensando en que el tiempo es mayor con ellos

S: Eeeeem el futuro ojala invitarlos a mi casa a comer un asado o que se yo, ooo tambien un insetivo laboral puede ser para algún contacto porque tampoco es malo, pero si me juntaría con ellos porque como que son muy cercanos, me ha gustado la amistad que hice al menos con estas cinco o cuatro personas que ha sido buena.

E: Que bueno, ¿Puedes describir alguna situación en que se te haya hecho difícil adaptarte acá a Santiago?

S: Yo creo que mira al principio era muy motivante por el como a lo nuevo cierto, pero después me empezó a disgustar un poco el metro que siento que es un asco eee la micro igual me disgusta sabi que no es un tema así como de siútico pero es que acá en Santiago es una cosa atroz, como que a veces eee no se ver que toda la gente se levanta temprano y como que todos van así como en fila es como medio medio de película de terror así como no se medio extraño, así que creo que ese es un factor que me costó acostumbrarme cierto..... y otra cosa eeeee yyy bueno también la familia, que no estoy con mi familia entonces como que ese en un tema que me ha costado acostumbrarme

aunque ni tanto, no soy como tan sentimental pero a veces si, es que con la familia no ando llorando todo el día que los echo de menos pero hay como ciertas cosas como llegar y no se po' que eee por ejemplo mi mama siempre me tiene almuerzo de verdad no es machismo, no es machismo ajjjjaa

E: No, no, lógico

S: Ella siempre era muy eeee preocupada por mí y por mis cosas, era como un apoyo y pucha ahora todo es como más individual de parte mía pero sabi que lo que me molesta es el transporte, las distancias, el santiaguino a veces igual no sé, no tengo nada contra los santiaguinos pero a veces igual son medios no sé, medios extraño, creo que el de región es un poco más amoroso.

E: Eee ya donde vamos, que situación crees que te hacen sentir en Santiago más deprimido, angustiado, triste?

S: Mmmmm, te puedo responder con una cosa que me paso si ¿?

E: Si obvio, si

S: Mira pasa que yo estaba teniendo un buen semestre, estaba terminando con un ramo con nota 5 y otro con 4,7, cosa que no es genial, pero tampoco es que estaba peligrando a la hora de presentarme a un examen

E: Claro

S: Me tenía que presentar a un examen eeee ordinario y la verdad es que andaba medio ansioso de la idea de que ya pronto eran las vacaciones y que pronto iba a ir a mi casa, eeeee lo que paso es que estudie poco, dije no creo que me vaya a echar este examen, me presento con buena nota, voy a releer no más y hacerlo rápido y pa' irme rápido de vacaciones y que pase el tiempo, eee di el examen, me eche uno y creo que sabi que ese ha sido el momento más angustiante que me ha tocado porque eee sentí como que al

echarme el examen, o sea era un hecho de que el echarme el examen iba aaaa a desembocar que iba a estar una semana menos en Antofagasta

E: Ya

S: Entonces la verdad que ese día me fui ahí llorando un poco y llegue a mi casa a dormir, porque así se me pasan las cosas cuando estoy medio molesto o con rabia, y creo que ese es el momento más angustiante.

E: Ya

S: Después tenía otro examen y también lo reprobé entonces fue como otro golpe y que ya al tercero ya remonte fui al extraordinario y aprobé también, pero fue una sensación eee que no tiene nada que ver que echarte un examen y dar el de repetición sea un castigo a tus vacaciones, pero como yo estaba medio enojado lo tome así, como que era una especie de castigo por no haberme preparado, un castigo que quizás pude haber estado más rato con mi mama con tía y con mi prima, como que esa fue la situación más mala que me ha tocado.

E: En ese momento, como en el que tu dijiste, llegaste a dormir a tu casa, le contaste este tema a alguien, te desahogaste?

S: No es que estaba solo y me desahogue, sabi que hago yo juego harto play

E: Ya

S: Y por play a veces uno habla con hartos amigos que son de Antofagasta y creo que como que ahí eee me rio, cuando me rio se me pasan cosas entonces creo que es como una terapia igual, igual toca guitarra o que se yo, entonces eso es como mi terapias.

E: Que bueno, y que bueno que repuntaste en el tercero

S: No, si si

E: ¿Desde que llegaste a Santiago ha variado alguno de tus hábitos?

S: Mira, de la alimentación creo que estoy muy mal, creo que paso comiendo churrascos, papas fritas, comida a domicilio, o sea igual tengo momentos en que cocino carne asada, fideos, arroz, lo básico pero a veces igual me da lata el hecho de que a veces estoy solo y para cocinar hay que lavar después y también requiere tiempo y a veces ando medio cansado entonces hago la solución de ir a comprar sushi, churrascos, comida más rápida, por así decirlo.

E: ¿Y en Antofagasta no era así? ¿Generalmente comías comida más de casa?

S: Sí, más de casa. Igual a veces incluso vengo al casino porque estoy medio chato de comer comidas rápidas. Otro cambio... Con el tema de alcohol, fumar, no, la verdad es que siempre he sido una persona bien tranquila. Mis juntas son más privadas, más selectivas, entonces no soy mucho de... no me he emborrachado ninguna vez desde que estoy acá. En deportes, yo antes jugaba hartito tenis y también fútbol y aquí no he hecho nada. Hace como siete meses que no hago nada. Igual me aburre, porque hay ligas de fútbol pero no sé a quién decirle “métanme porque me gusta jugar” o qué se yo. De sueño, siempre he tenido raro el sueño, incluso en Antofagasta cuando estaba en el colegio igual tenía raro el sueño, pero creo que ahora más, porque dispongo de más libertad, entonces, por ejemplo, si quiero me acuesto a las cuatro de la mañana, cinco de la mañana y me despierto a la una, a las tres, a la hora que a mí se me da la gana, pero no lo veo como una desventaja, lo veo como parte de mi libertad y me gusta

E: ¿Qué es lo que más extrañas de vivir en tu casa?

S: Lo que más extraño de vivir en mi casa puede ser conversar, tener ese ruido en la casa, tirar la talla a cada rato. Porque yo con mi familia soy bien molesto, con mis tías que son mayores soy bien molesto con ellas. A mi mamá igual la echo hartito de menos. Igual mi mamá a veces me da más lata por ella que por mí y es una cuestión que no me gusta mucho. Extraño a mis amigos, conversar con ellos, hacer un asado juntos, hacer una pichanga de fútbol, como que esas cosas las echo de menos.

E: ¿Puedes recordar algún momento o acontecimiento en particular desde tu llegada a Santiago que te haya hecho sentir muy triste o desanimado?

S: Lo del examen que te dije

E: Lo del examen que dije antes... ¿Puedes recordar algún momento o acontecimiento en particular desde tu llegada a Santiago que te haya hecho sentir muy feliz o realizado?

S: Hay un problema, que yo no soy muy expresivo, pero sí pasar mis exámenes de repetición fue bueno, porque me estaba yendo bien, estaba teniendo un buen proceso en cuanto a notas y echarme el ordinario fue como en el fútbol ir ganando 3 a 0 y perder 4 a 3 en los 5 minutos finales. Sentí que logré lo que tenía que hacer, que me estaba yendo bien, entonces quedé satisfecho, mejor momento yo creo.

E: ¿Puedes recordar un momento en el cual hayas sentido muchas ganas de dejar Santiago y volver a tu región con tu familia?

S: No, la verdad que no, lo que sí me pregunto siempre es si es la visión correcta, será esto lo bueno. Pero para dejar Santiago, no

E: ¿Cómo evalúas el apoyo que brinda la Universidad a los estudiantes?

S: A mí lo único que me invitaron fue un desayuno que no fui, pero apoyo... no siento ningún apoyo, pero igual yo soy muy desentendido con muchas actividades entonces tampoco sé si la universidad las hace, pero subjetivamente siento que no las hay.

E: ¿Sientes que es igual el trato que se da a los alumnos de Santiago y a los de provincia?

S: Si, siento que es igual, pero por ejemplo, el tema de examen de repetición, que me quedó dando vueltas, te juro que me molestó, me enojé, la pasé mal. Por ejemplo, nunca entendí por qué el examen de repetición tenía que ser tan antes, porque después llegué a la universidad y el sistema de toma de ramos no funcionaba, se demoró 3 semanas en

funcionar. ¿Valía la pena que fuera tan antes y no esperar las vacaciones un poco más?. No encontré que había una diferencia entre darlo el lunes de la semana en que no iba a estar con darlo el fin de semana previo a entrar el lunes a clases. Siento que sólo está pensado para la gente de Santiago.

E: ¿Crees que debería existir algún apoyo especial desde la Universidad para los estudiantes de provincia?

S: Es que nos somos especiales, tampoco. Siento que ciertos detalles. Un apoyo especial, creo que nos somos tan distintos, pero sí ciertas cosas que nos haga las cosas más fácil. Por ejemplo, el tema de las vacaciones siento que debiesen ser más respetadas porque es un peso que uno lleva por la familia y esas cosas. Con lo demás... no, con lo demás me someto bien a las reglas de la universidad.

E: ¿Qué debería pasar en la Universidad para que los estudiantes de provincia tengan una mejor salud?

S: No me siento tampoco enfermo, nos siento que mi salud esté critica, pero sí quizá ojalá el tema de las vacaciones es un tema que a mí me hizo ruido. No sé si hay un seguro médico en la universidad, parece que sí. Tampoco conozco mucho, no quiero dar una solución desmedida, pero quizá agregar un seguro o más información de en qué consiste el seguro para estar nosotros más al tanto, para la gente que no vive con sus papás. Igual sería bueno, no tengo idea dónde hay clínica, donde me conviene más ir, hasta el día de hoy no tengo idea dónde están las clínicas. Igual sería bueno una instancia en que alguien,(yo no soy mucho de sentirme triste y todo eso), pero imagino que también hay gente que debe estarlo y en la u algunos estudiantes de psicología puedan dar la instancia de conversar con estos jóvenes de región. Creo que eso sería una solución buena.

Entrevista 6

E: ¿cuántos años tienes ?

S: Tengo 21 años

E: ¿Dónde vivías antes de venir acá?

S: eeeh, en Antofagasta, entonces así que fue bastante el cambio

E: en qué comuna vives ahora, acá en Santiago

S: Estoy en las condes Manquehue, en la estación Manquehue

E: ¿Con quién vives ahí?

S: Con mi papa

E: ¿Solo con tu papá?

S: O sea sí con mi papa, pero él trabaja bastante entonces no es mucho tiempo en que él está conmigo

E: Perfecto, y en Antofagasta vivías con tu mamá?

S: Con mi mamá, con mi prima y una tía

E: aaah ya perfecto, ¿fue bastante al cambio para ti?

S: O sea sí como que eeeh en Antofagasta había como un ambiente más familiar que el que tengo acá, eso lo principal, más ruido

E: Ese tiempo que no pasas con tu papa al día, ¿Cómo cuánto es?

S: El tiempo con el que paso con mi papa o el tiempo....

E: si mejor el que pasas con tu papá

S: El que paso, yo creo que en la noche cuando llega del trabajo, el fin de semana él tiene un campo y bueno lo va a administrar y trabajar en él, o sea como que igual es una relación como más libre, no es como tan dependiente a diferencia con la de mi mama

E: Y sobre tu carrera, ¿estudias derecho cierto?

S: eee si derecho

Entrevista:

E: ¿Que elementos consideras que han facilitado el adaptarte a Santiago?

S: O sea algo como que eeeee sea un motivo es que bueno primeramente quise cambiarme a la universidad de acá por un tema de que un compañero mío me dijo que acá habían buenos profesores, y también hay ciertos tribunales que están acá y por un tema de la calidad de profesores más que otra cosa, esa es como la motivación de querer estar acá, no nada mas

E: Y en Santiago en si, ¿hay algo que te haya ayudado a adaptarte o hacerlo más fácil?

S: Mira lo que si tengo hartos amigos acá que son de Antofagasta y que se vinieron a estudiar acá, entonces igual es como un cierto apoyo cierto que pa' poder compartir, hacer juntas así no se siento como tan... tan extraño el lugar

E: Perfecto, cuando te has sentido enfermo o con algún problema de salud, ¿cómo has podido resolverlo ?

S: La verdad es que tengo buena salud jajaja

E: ¿No te has enfermado mientras haz estado en Santiago?

S: grave no

E: ¿Y algún resfrío muy fuerte ?

S: Eeehh lo veo solo, voy a comprar jarabe para la tos ooo cualquier cosa, pero independiente en eso

E: ¿Hipotéticamente si te pasa algo grave ?

S: Pucha mi papa casi nunca está pero siempre me da la otra opción de que él tiene un amigo en Santiago y además tengo tíos en Santiago, pero son tíos que veo igual poco, no son tíos así como mi gran tío que lo visito siempre, son gente un poco alejada a mí, pero les consultaría a ellos y sé que van a estar porque igual van a estar porque con mi papa son buenos amigos, entonces esa es la confianza que me da

E: Aa ya súper, y cuando tienes una dificultad no de salud, de otro tipo, a quienes pides ayuda acá en Santiago?

S: Es que... ¿qué dificultad?

E: Por ejemplo académicas, sentimental, de amistad, etc

S: Eee o sea académicas lo resuelvo yo o sea me ha ido bien, así que yo mismo soy el que resuelve mis propias faltas que puedo hacer, por ejemplo si me va mal yo no soy de andar llorando o andar quejándome, siempre soy muy responsable de mí, si me va bien es porque estudie y si me va mal es porque no hice na'. Eeeee sentimental, exclusivamente como que hace poco le conté un temita a un amigo mío, como que se sentía la necesidad pero durante todo el semestre como que en verdad me las llevo solo, ee como que soy mucho de reflexionar cuando he estado algún momento mal, pero son momentos, como que no es que sea algo constante, a eso voy, fueron algo muy poco. Y en algún problema familiar, no tengo a quien recurrir, pero tampoco recurriría a alguien, como que siento que en los temas familiares soy muy cerrado

E: Ya perfecto, ¿Cómo ha sido el proceso de hacerse amigos acá en Santiago ? En que situaciones haz recurrido a ellos y en que situaciones futuras crees que podrías acudir a ellos. Vamos de a una

S: O sea igual como que al principio era como motivante, como lugar nuevo, universidad nueva, gente nueva , pero aun así yo soy una persona media reservada, mediaaaa media introvertida el cual nooooo no tiendo a ser como centro de atención oo oo alzar la voz para que me escuchen, lo que si he hecho hartos amigos bien cercanos pese al poco tiempo, que con ellos conversamos, almorzamos, estudiamos juntos eeee en caso de tareas whatsappiamos y recurro a mis amigos en al menos pa' pasar el día y réirme porque eso hago y estudiar, creo que eso es un buen apoyo en esas dos en esos dos ámbitos.

E: ¿Y en el futuro en que crees que podrías contar con ellos? Ya pensando en que el tiempo es mayor con ellos

S: Eeeeem el futuro ojala invitarlos a mi casa a comer un asado o que se yo, ooo tambien un insetivo laboral puede ser para algún contacto porque tampoco es malo, pero si me juntaría con ellos porque como que son muy cercanos, me ha gustado la amistad que hice al menos con estas cinco o cuatro personas que ha sido buena.

E: Que bueno, ¿Puedes describir alguna situación en que se te haya hecho difícil adaptarte acá a Santiago?

S: Yo creo que mira al principio era muy motivante por el como a lo nuevo cierto, pero después me empezó a disgustar un poco el metro que siento que es un asco eee la micro igual me disgusta sabi que no es un tema así como de siútico pero es que acá en Santiago es una cosa atroz, como que a veces eee no se ver que toda la gente se levanta temprano y como que todos van así como en fila es como medio medio de película de terror así como no se medio extraño, así que creo que ese es un factor que me costó acostumbrarme cierto..... y otra cosa eeeee yyy bueno también la familia, que no estoy con mi familia entonces como que ese en un tema que me ha costado acostumbrarme

aunque ni tanto, no soy como tan sentimental pero a veces si, es que con la familia no ando llorando todo el día que los echo de menos pero hay como ciertas cosas como llegar y no se po' que eee por ejemplo mi mama siempre me tiene almuerzo de verdad no es machismo, no es machismo ajjjjaa

E: No, no, lógico

S: Ella siempre era muy eeee preocupada por mí y por mis cosas, era como un apoyo y pucha ahora todo es como más individual de parte mía pero sabi que lo que me molesta es el transporte, las distancias, el santiaguino a veces igual no sé, no tengo nada contra los santiaguinos pero a veces igual son medios no sé, medios extraño, creo que el de región es un poco más amoroso.

E: Eee ya donde vamos, que situación crees que te hacen sentir en Santiago más deprimido, angustiado, triste?

S: Mmmmm, te puedo responder con una cosa que me paso si ¿?

E: Si obvio, si

S: Mira pasa que yo estaba teniendo un buen semestre, estaba terminando con un ramo con nota 5 y otro con 4,7, cosa que no es genial, pero tampoco es que estaba peligrando a la hora de presentarme a un examen

E: Claro

S: Me tenía que presentar a un examen eeee ordinario y la verdad es que andaba medio ansioso de la idea de que ya pronto eran las vacaciones y que pronto iba a ir a mi casa, eeeee lo que paso es que estudie poco, dije no creo que me vaya a echar este examen, me presento con buena nota, voy a releer no más y hacerlo rápido y pa' irme rápido de vacaciones y que pase el tiempo, eee di el examen, me eche uno y creo que sabi que ese ha sido el momento más angustiante que me ha tocado porque eee sentí como que al

echarme el examen, o sea era un hecho de que el echarme el examen iba aaaa a desembocar que iba a estar una semana menos en Antofagasta

E: Ya

S: Entonces la verdad que ese día me fui ahí llorando un poco y llegue a mi casa a dormir, porque así se me pasan las cosas cuando estoy medio molesto o con rabia, y creo que ese es el momento más angustiante.

E: Ya

S: Después tenía otro examen y también lo reprobé entonces fue como otro golpe y que ya al tercero ya remonte fui al extraordinario y aprobé también, pero fue una sensación eee que no tiene nada que ver que echarte un examen y dar el de repetición sea un castigo a tus vacaciones, pero como yo estaba medio enojado lo tome así, como que era una especie de castigo por no haberme preparado, un castigo que quizás pude haber estado más rato con mi mama con tía y con mi prima, como que esa fue la situación más mala que me ha tocado.

E: En ese momento, como en el que tu dijiste, llegaste a dormir a tu casa, le contaste este tema a alguien, te desahogaste?

S: No es que estaba solo y me desahogue, sabi que hago yo juego harto play

E: Ya

S: Y por play a veces uno habla con hartos amigos que son de Antofagasta y creo que como que ahí eee me rio, cuando me rio se me pasan cosas entonces creo que es como una terapia igual, igual toca guitarra o que se yo, entonces eso es como mi terapias.

E: Que bueno, y que bueno que repuntaste en el tercero

S: No, si si

E: ¿Desde que llegaste a Santiago ha variado alguno de tus hábitos?

S: Mira, de la alimentación creo que estoy muy mal, creo que paso comiendo churrascos, papas fritas, comida a domicilio, o sea igual tengo momentos en que cocino carne asada, fideos, arroz, lo básico pero a veces igual me da lata el hecho de que a veces estoy solo y para cocinar hay que lavar después y también requiere tiempo y a veces ando medio cansado entonces hago la solución de ir a comprar sushi, churrascos, comida más rápida, por así decirlo.

E: ¿Y en Antofagasta no era así? ¿Generalmente comías comida más de casa?

S: Sí, más de casa. Igual a veces incluso vengo al casino porque estoy medio chato de comer comidas rápidas. Otro cambio... Con el tema de alcohol, fumar, no, la verdad es que siempre he sido una persona bien tranquila. Mis juntas son más privadas, más selectivas, entonces no soy mucho de... no me he emborrachado ninguna vez desde que estoy acá. En deportes, yo antes jugaba hartito tenis y también fútbol y aquí no he hecho nada. Hace como siete meses que no hago nada. Igual me aburre, porque hay ligas de fútbol pero no sé a quién decirle “métanme porque me gusta jugar” o qué se yo. De sueño, siempre he tenido raro el sueño, incluso en Antofagasta cuando estaba en el colegio igual tenía raro el sueño, pero creo que ahora más, porque dispongo de más libertad, entonces, por ejemplo, si quiero me acuesto a las cuatro de la mañana, cinco de la mañana y me despierto a la una, a las tres, a la hora que a mí se me da la gana, pero no lo veo como una desventaja, lo veo como parte de mi libertad y me gusta

E: ¿Qué es lo que más extrañas de vivir en tu casa?

S: Lo que más extraño de vivir en mi casa puede ser conversar, tener ese ruido en la casa, tirar la talla a cada rato. Porque yo con mi familia soy bien molesto, con mis tías que son mayores soy bien molesto con ellas. A mi mamá igual la echo hartito de menos. Igual mi mamá a veces me da más lata por ella que por mí y es una cuestión que no me gusta mucho. Extraño a mis amigos, conversar con ellos, hacer un asado juntos, hacer una pichanga de fútbol, como que esas cosas las echo de menos.

E: ¿Puedes recordar algún momento o acontecimiento en particular desde tu llegada a Santiago que te haya hecho sentir muy triste o desanimado?

S: Lo del examen que te dije

E: Lo del examen que dije antes... ¿Puedes recordar algún momento o acontecimiento en particular desde tu llegada a Santiago que te haya hecho sentir muy feliz o realizado?

S: Hay un problema, que yo no soy muy expresivo, pero sí pasar mis exámenes de repetición fue bueno, porque me estaba yendo bien, estaba teniendo un buen proceso en cuanto a notas y echarme el ordinario fue como en el fútbol ir ganando 3 a 0 y perder 4 a 3 en los 5 minutos finales. Sentí que logré lo que tenía que hacer, que me estaba yendo bien, entonces quedé satisfecho, mejor momento yo creo.

E: ¿Puedes recordar un momento en el cual hayas sentido muchas ganas de dejar Santiago y volver a tu región con tu familia?

S: No, la verdad que no, lo que sí me pregunto siempre es si es la visión correcta, será esto lo bueno. Pero para dejar Santiago, no

E: ¿Cómo evalúas el apoyo que brinda la Universidad a los estudiantes?

S: A mí lo único que me invitaron fue un desayuno que no fui, pero apoyo... no siento ningún apoyo, pero igual yo soy muy desentendido con muchas actividades entonces tampoco sé si la universidad las hace, pero subjetivamente siento que no las hay.

E: ¿Sientes que es igual el trato que se da a los alumnos de Santiago y a los de provincia?

S: Si, siento que es igual, pero por ejemplo, el tema de examen de repetición, que me quedó dando vueltas, te juro que me molestó, me enojé, la pasé mal. Por ejemplo, nunca entendí por qué el examen de repetición tenía que ser tan antes, porque después llegué a la universidad y el sistema de toma de ramos no funcionaba, se demoró 3 semanas en

funcionar. ¿Valía la pena que fuera tan antes y no esperar las vacaciones un poco más?. No encontré que había una diferencia entre darlo el lunes de la semana en que no iba a estar con darlo el fin de semana previo a entrar el lunes a clases. Siento que sólo está pensado para la gente de Santiago.

E: ¿Crees que debería existir algún apoyo especial desde la Universidad para los estudiantes de provincia?

S: Es que nos somos especiales, tampoco. Siento que ciertos detalles. Un apoyo especial, creo que nos somos tan distintos, pero sí ciertas cosas que nos haga las cosas más fácil. Por ejemplo, el tema de las vacaciones siento que debiesen ser más respetadas porque es un peso que uno lleva por la familia y esas cosas. Con lo demás... no, con lo demás me someto bien a las reglas de la universidad.

E: ¿Qué debería pasar en la Universidad para que los estudiantes de provincia tengan una mejor salud?

S: No me siento tampoco enfermo, nos siento que mi salud esté critica, pero sí quizá ojalá el tema de las vacaciones es un tema que a mí me hizo ruido. No sé si hay un seguro médico en la universidad, parece que sí. Tampoco conozco mucho, no quiero dar una solución desmedida, pero quizá agregar un seguro o más información de en qué consiste el seguro para estar nosotros más al tanto, para la gente que no vive con sus papás. Igual sería bueno, no tengo idea dónde hay clínica, donde me conviene más ir, hasta el día de hoy no tengo idea dónde están las clínicas. Igual sería bueno una instancia en que alguien, (yo no soy mucho de sentirme triste y todo eso), pero imagino que también hay gente que debe estarlo y en la u algunos estudiantes de psicología puedan dar la instancia de conversar con estos jóvenes de región. Creo que eso sería una solución buena.

Grupo focal 1

E: Primero, ¿cuál es tu nombre?

N: xxxxxx

T: xxxxxx

M: xxxxx

E: ¿Cuántos años tienen?

N: 21

T: 22

M: 22

E: ¿Dónde vivían antes de estudiar en Santiago?

N: Coyhaique

T: Osorno

M: En San Fernando

E: ¿en qué comuna viven actualmente?

N: En Las Condes

T: Providencia

M: Providencia

E: ¿Con quién viven en Santiago?

N: Yo vivo con una amiga

T: yo vivo con dos amigas

M: yo vivo sola

E: ¿qué elementos consideran que les ha facilitado adaptarse a Santiago? Por ejemplo, la religión, algún propósito de vida, alguna actividad extracurricular...

T: ¿pero como actividades o pueden ser personas también?

E: no, todo lo que te ha facilitado...

T: a mí lo que se me ha facilitado es que están mis hermanos acá en Santiago. Por ejemplo los fines de semana voy a verlos, entonces se me ha hecho más fácil vivir acá en Santiago

N: yo... mi mamá es de Santiago, entonces toda la familia por parte de mamá vive acá en Santiago e igual desde que soy guagua todos los años viajo a Santiago a ver a la familia, entonces ya estaba un poco familiarizada aunque haya venido sólo en vacaciones y que toda la familia por parte de mamá viva acá me ha ayudado mucho. De hecho al principio estuve viviendo con un tío.

M: Yo igual tengo familia en Santiago pero no los veo tanto. Son más amigos los que son mi apoyo fundamental acá.

T: ¡ah sí! Eso igual

M: como que son los más apañadores. A la familia como que la ves de repente en los cumpleaños y qué se yo, pero cualquier cosa los amigos son los que te apañan.

E: como a los que acuden más, en el fondo

M: igual hay muchos amigos de región que vienen a estudiar a Santiago, entonces es súper apoyo eso

T: Sí, yo igual tengo muchos amigos que estudian acá en Santiago y siempre nos vemos, nos juntamos, entonces eso, son un apoyo

E: ya, súper. Cuando se han encontrado enfermas o con algún problema de salud, ¿cómo lo han resuelto?

N: no sé, como que yo sola he tenido que... por ejemplo cuando estoy muy muy muy resfriada yo sola me las arreglo. Tuve un accidente eso sí, se me dio vuelta en las piernas una olla con agua hirviendo y estaba sola y ahí llamé a mi amiga con la que vivo para que se fuera al departamento, llegaron mis tíos, me llevaron a la urgencia y ahí estuvo mi amiga ayudándome porque igual tenía que estar en reposo, no podía pararme sino me dolía mucho y ahí mi amiga me estuvo ayudando, pero ese fue un caso extremo. En cosas más chicas como resfriado yo sola no más.

M: si, yo igual los resfriados... voy a la farmacia, me compro de estos Tapsin, un antigripal y listo. Peor una vez me pasó queme fracturé una vértebra y la verdad es que me la aguanté, yo sola me la aguanté, no fui a ningún servicio ni nada y después de mucho tiempo que n podía más, le dije a mis papás “no, me pasó esto, llévenme al doctor”, pero la verdad es que igual uno se las apaña sola

E: ¿y vinieron a Santiago para acompañarte?

M: eeh... no. Es que yo, por ejemplo, me la fracturé... no recuerdo... estuve como un mes sin tratarme y después fueron las vacaciones de invierno y ahí viajé a mi casa y ahí les dije que ya no podía más.

T: yo cuando me he resfriado, como que igual sola, me voy a comprar mis pastillas y cosas así y una vez me resfrié súper fuerte aquí en Santiago, pero fue antes de entrar a clases el segundo semestre, entonces estaba mi familia acá y ahí mi mamá me llevó al doctor, me cuidó, me cocinó, todo muy bueno

M: igual para ir al doctor mi mamá viene y me acompaña...

E: ¿sienten que por estar solas acá cuando se enferman no pueden quejarse mucho y tienen que arreglárselas solas?

N, T, M: ¡sí!

M: a mí me pasa eso, más que nada para no preocupar a mis papás. Porque a mi mamá le digo “no, me siento mal, estoy resfriada – ¿jes que cómo!?” y viaja y le pone color. Entonces es como “mamá es sólo un resfrío, si igual me las arreglo sola”. Entonces, si no es una cuestión grave, ¿para qué los vas a molestar?

T: sí, a mí igual me pasa eso, como tratar de aguantarlo y ahí recién ir al doctor y hacer esas cosas que cuando uno está enfermo, de verdad le da lata hacerlo.

N: En el fondo es como no molestar mucho, porque si es algo que yo puedo solucionar; ir yo al doctor, ir yo a comprarme las cosas. A menos que sea una situación muy extrema, pero si no, igual que lata molestar con eso.

E: cuando han tenido una dificultad de cualquier tipo, ¿a quién le piden ayuda en Santiago?

M: yo generalmente me las trato de arreglar sola, como que me ha pasado que me pierdo, estoy a la cresta y es como “ya, filo, camino de vuelta”. Eeh... amigos también, me pasó que cuando llegué a Santiago yo no sabía tomar ni micro porque yo vivía en San Fernando y en San Fernando tú vas a todas partes caminando, no hay micros ni nada; yo me iba al colegio caminando, al doctor caminando, a cualquier parte, entonces me acuerdo que yo vivía en Providencia, vivía en Pedro de Valdivia y estaba en el Costanera y me quedé en el Costanera y cerraron el metro. Y yo no sabía cómo irme. Obviamente ahora sé que tomo una micro o me voy caminando, chachai, pero yo no sabía y estaba desesperada y estaba lleno de gente y yo como “aay qué hago”

N: ¡ay sí! Sí me ha pasado

M: y llamo a una amiga “dónde estás – en mi casa – ven a buscarme, estoy en el Costanera” y me dice “pero si vives al lado” y yo “no sé llegar”. Como que me fue a buscar en auto y todo, como que los amigos son los más apañadores en esas situaciones.

T: sí, a mi igual me pasa que mis amigos son los que me ayudan en esas situaciones. Por ejemplo, cuando me pierdo o cualquier cosa, yo le digo a mis amigas de la U “oye, qué micro tengo que tomar para llegar a tal lugar?” y mis amigas “no, toma esta” o, no sé, ando en la calle a tal hora y me dicen “no andes por ahí, es súper peligroso” porque yo no sé, entonces...

N: no, yo para cosas así, como las veces que me pierdo, trato de buscarlo todo en el celular para cachar bien. De hecho, antes de salir a algún lugar, como que en verdad investigo mucho cómo tengo que ir, las opciones que puedo toar y en caso de cualquier inconveniente cachar cómo llegar, pero eso. Nunca pido mucha ayuda

M: yo creo que uno no le pide a la familia, como a los tíos o cosas así, porque ellos ya tienen su familia, o como que tu tío está trabajando o está ocupado en la casa. A mí siempre me pasa que es como “ya, yo te llevo” y es como “no, no te preocupes”. Como que ellos igual te ofrecen, pero en cierta forma igual les da lata ayudarte, cachai. Es como “si quieres te ayudo”, pero tú sabes que igual para ellos es pajero ir a buscarte a la cresta, cachai, o ir a dejarte, entonces como que a mí me da lata como andar rogando así como “oye, ayúdame”

N: igual las amigas es más fácil, es más confianza

M: y aparte pueden estar en las misas tuyas, pueden necesitarte como tú las necesitas en ese momento.

E: ¿cómo ha sido el proceso de hacer amigos en Santiago? ¿en qué situaciones han recurrido a ellos? ¿en qué futuras situaciones creen que podrían contar con ellos?

T: para mí se me hizo igual fácil hacer amigos acá en Santiago. Con mis compañeros de la U, porque yo ya tenía una amiga que estaba estudiando en esta universidad, entonces cuando llegué ella le dijo a sus amigos “oye, va a llegar una amiga de Osorno, adóptenla” y ahí todas se portaron súper bien, fueron súper buenas personas conmigo.

E: y ustedes, ¿cómo ha sido el proceso?

M: en la U me ha costado hacer lazos de amistad fuertes más que no sea como “oye, vamos a carretear” o “juntémonos hoy día en la tarde”. Como que más que nada recurro a otra gente, gente que conozco desde el colegio

N: acá igual he hecho muy buenos amigos en la U, pero igual es como raro, más para carretear o un poco más pasajero. Como que en verdad mis más amigos amigos son los de Coyhaique, porque me junto mucho con mis amigos de Coyhaique, entonces, como que los amigos de la U están, pero quizá falta reforzar los lazos.

E: ¿y en qué situaciones han recurrido a sus amigos?

T: yo he recurrido a ellos cuando, por ejemplo, he tenido algún problema y no sé, me siento sola, cualquier cosa, les cuento y ellos están ahí escuchándome, como que me apoyan y todo

M: o cuando estás resfriada, o quieres que te acompañen a algún lado... a mí por ejemplo me pasaba que una amiga me llevaba almuerzo, su mamá me mandaba almuerzo, entonces esa igual es la media ayuda, porque tú igual vas a clases, no tienes tiempo para cocinar un almuerzo que no sea pura chatarra y que te lleven un almuerzo casero, como tortilla de esto, tortilla de lo otro es una ayuda súper grande. Y en general, como que todas las mamás de mis amigas son como “venga a almorzar cuando quiera” y me mandan cosas y yo “bueno, gracias”

E: ¿pueden describirnos aquellas situaciones en que haya sido particularmente difícil adaptarse? Algo que les haya costado mucho...

M: a mí me pasa que de repente llegas a tu casa y no tienes nada que comer en el refrigerador y es como que estoy tan cansada, me duelen tanto los pies, me duele la cabeza, ha sido un día pésimo, mal, mal, mal, no sé, llueve torrencialmente, estás mojada entera, se te mojaron los cuadernos, tienes hambre y llegas a tu casa pero estás tan cansada que no te da para cocinar y yo digo “ya, me voy a acostar”. Prefiero no comer nada e irme a acostar rápido

T: A mí lo que me ha costado ha sido la distancia. En Osorno todo me quedaba demasiado cerca, demasiado cerca, media hora me demoraba máximo a un lugar, de hecho, para ir a otra ciudad me demoraba una hora, onda Puerto Montt, o ir a la playa, una hora, pero acá, me demoro una hora en llegar a la U y eso me cansa demasiado. Yo los primeros días de U, la verdad es que llegaba solamente a dormir, de hecho, aún llego solamente a dormir a mi departamento, porque me cuesta demasiado adaptarme a las distancias, como que me cansa

N: sí, yo siento una mezcla de lo que dijeron las chiquillas Es completamente otro el ritmo de acá, y a eso sumarle que estás estudiando algo que igual es difícil, requieres caleta de tiempo, tienes que llegar a tu casa, tienes que hacerte el aseo, tienes que limpiar todo, tienes que lavar tu ropa, tienes que cocinarte, tienes que comer, entonces son muchas cosas. Y también tienes que tener un poco de rato para ti, como vida social, entonces son muchas cosas. A mí me pasó que, más encima, estando acá me dio hipotiroidismo, entonces andaba súper cansada, súper, súper, súper y me costó mucho y la pasé súper mal. Y como que a veces ni almorzaba por dormir y dormía todo el día y eso es súper difícil, onda poder hacer bien las tareas con los pocos tiempos que tienes

M: quizá yo, como vivo sola, de repente has tenido un día de mier... y quieres llegar a tu casa a puro llorar y no tienes a nadie en quien apoyarte. Como que llegas y estás sola y aunque tengas un millón de amigos, igual como que paja. En ese momento igual quieres estar sola pero igual...

N: como que igual me gustaría una presencia así como cerca, o algo...

M: claro, como que llegas a tu casa y tuviste un día malo y, no sé, abrazas a tu mamá, te acuestas con ella un rato, te hace cariño en el pelo y te prepara un té y ya, todo bien. En cambio acá llegas a tu casa y estás sola y no tienes comida y nada que tomar, nadie te pesca ni en bajada, está todo desordenado y tú así como [sollozo]

N: yo igual viví sola un tiempo, justo cuando me dio hipotiroidismo y me sentí muy mal, súper sola. Ahora, por lo menos vivo con una amiga e igual se siente la presencia, es muy distinto a estar solo solo solo a estar sola pero con una amiga, entonces sí, es heavy

E: ¿alguna situación en que e hayan sentido angustiados, deprimidos o tristes?

N: sí

M: sí... sola... no, en serio, yo, no sé, se siente muy distinto, es mucho más fácil bajonerme acá, mucho más fácil

T: sí

M: son muchos los momentos en que me he sentido así

T: a mí me pasa que igual yo viví sola un tiempo, pero en Santiago siento que uno es más feliz, porque hay muchas cosas que hacer. Como tengo amigas que son de donde yo vivía antes, por último un día es como “salgamos a dar una vuelta”. Pero de repente llego al depa como deprimida y están mis amigas con las que vivo y aunque sólo estén

ahí viendo tele, y yo me voy a mi pieza, ya hay una presencia distinta, entonces, por lo menos a mí me ha pasado que no me he sentido tan sola ni deprimida

E: han variado sus hábitos después de cambiarse a Santiago? Como el sueño, el tabaco el alcohol, todas esas cosas

(risas)

N: Creo que el alcoholismo lo sigo manteniendo. Es que en el sur somos bravos, en el sur somos bravos. Así que está bien, no sé, yo acá dejé de fumar cigarros porque igual que asco, como cochino. Hábitos alimenticios, igual me gusta cocinarme yo, como o comer chatarra, comida rápida, no. Y de sueño, totalmente, duermo muy poco, me acuesto uy tarde, me levanto muy temprano y me desordeno mucho con eso

M: yo igual duermo muy poco. Ando todo el día muerta de sueño

T: yo igual acá dejé de fumar. Antes fumaba mucho y acá como que empecé a tomar conciencia y dejé de fumar. Sí, igual tomo, pero no tanto como antes. Como que vivir sola me ha hecho como...

M: ... más responsable...

T: ... sí. Como autocontrolarme yo misma. Y con las comidas, al principio me costó demasiado, comía pura comida chatarra. Era como "libertaaad", podía comer lo que quería y subí mucho de peso, pero ahora como que me regulé, porque ahora yo me cocino

M: sí, como que de repente te desordenas, de repente estás como ya "voy a ser fitness" y pasa un tiempo y de repente queda la cagá y te desordenas de nuevo y te ordenas

N: sii, es medio así, cuesta ser realmente constante

E: ¿qué es lo que más extrañan de vivir en su casa?

N: mi mamá

M: ¡sí! Como que llegas a tu casa o te van a buscar, está tu cama hecha

N: sí, y todo ese cariño que se siente. Eso y también extraño mucho mucho a mi mascota. Es que yo soy muy apegada a mis "bebés" y los echo mucho de menos, me dan ganas de traerme a alguno para acá. Pero igual como que sufrirían viviendo en un departamento todo chico. Allá viven en una parcela, entonces no, ni cagando. Pero eso,

como ese calorcito y amor que se siente en la casa. Es lo fundamental que se echa de menos.

T: yo extraño mi zona de confort. Como que todo es tan fácil allá. Como que todo queda cerca, siempre eestá calentita mi casa, como que de hecho allá en mi casa ando con polera, porque hace tanto frío allá que mi mamá siempre tiene la combustión prendida. O eso de llegar toda mojada y ponerte al lado del fuego y que esté tu mamá y te diga “¡ya! Baja a almorzar”

N: eso echo mucho de menos también, las estufas. ¿Sí o no?

T: sí es distinto

N: como que la estufa es un centro de reunión, así como “hay que rico”

E: ¿pueden recordar algún momento o acontecimiento en particular desde que llegaron a Santiago que les haya hecho sentir muy tristes?

M: eeh... bueno. Yo he tenido tres muertes de personas cercanas estando yo viviendo acá. Una de ellas es una amiga y fue muy triste todo, pero como que en esos momentos, como en las muertes, yendo al funeral uno igual se encuentra con amigos, conocidos y como que hay más red de apoyo

T: no sé, como que sí he tenido momentos tristes, pero...

E: ninguno en particular

N: sí, como que de repente el cansancio, la frustración y cosas así. Como que tomas una micro y te equivocas y tomas otra y de nuevo te equivocas y quieres llegar a tu casa y no sabes qué micro es para llegar y es como “AAAH”

T: yo creo que el momento más triste que pasé fue el semestre pasado que pensé que me estaba echando un ramo y salí demasiado angustiada de la prueba y lo único que quería era llorar. Más encima había pasado de largo estudiando, entonces lo estaba pasando demasiado mal y lo único que quería era llamar a mi mamá y decirle “mamá me fue demasiado mal” y que me diga “no importa, hija, todo va a estar bien” y no me contestaba, entonces, fue como el peor momento.

N: ¡sí! Es terrible cuando no te contestan los papás y tú los necesitas

E: ¿pueden recordar algún momento o acontecimiento en particular desde que llegaron a Santiago que les haya hecho sentir muy felices y realizados?

M: los carretes (risas)

T: ¡ah, sí! Que yo me vine acá porque mis hermanas estaban acá, y la cosa es que mi hermana el año pasado me dijo que estaba esperando guagua, entonces, cuando nació yo estaba acá y fue demasiado bacán porque pude ir a verla

M: no sé... ¡muchas cosas! Como cuando tienes un buen día, cuando sales con tus amigos...

N: con los amigos yo creo, eso es harta felicidad

E: pueden recordar algún momento en que hayan sentido muchas ganas de dejar Santiago. ¿Y volver a la región donde vive su familia?

M: cada vez que vienen mis papás y se van

T: ¿en serio?

M: sí, me dan muchas ganas. De hecho, mi mamá no me puede ir a dejar al terminal porque se pone a llorar. Mi mamá cada vez que me va a dejar, llora, pero de verdad llora. Y yo como “ya, mamá, tranquila” o sea, yo no lloro, cachai, pero cuando están y se quedan el fin de semana conmigo y se van quedo como “chao” y cierras la puerta y es como “oooh” y te quieres ir a acostar así como “ya, bueno”

T: yo igual soy muy cercana a mis papás. Yo creo que cuando voy a Osorno, ahí me pasa, como cuando voy por periodos cortos. Cuando voy por periodos largos como que no me pasa mucho, pero cuando voy por periodos cortos, no sé, un fin de semana, tres días, me vuelvo, y cuando ya estoy acá es como, como si fuera un sueño, como que te da pena y de lo único que me dan ganas es volver

N: esos momentos que estoy en Coyhaique o que viene mi mamá igual los trato de ver y ya “este es un momento de recargo de energía total” y en verdad como que quedo muy renovada después de eso, pero yo creo que mis peores momentos donde en verdad me quiero ir, es final de semestre, porque me estreso mucho y se me juntan todas las cosas, todos los trabajos, exámenes, pruebas, demasiado colapso de cosas y como que no me puedo ordenar, tengo todo desordenado en mi departamento, no me puedo hacer tiempo para nada y no sé, la paso demasiado mal. Me estreso mucho y como que lloro y muy trágico

M: ¿perido de exámenes?

N: sí

M: yo fui como un zombie y estaba la cagá en el departamento, como que llego me saco la ropa, me acuesto, me levanto, estudio, me pongo la misma ropa que está ahí, y está la cagá en todas partes, toda la loza

N: yo me levanto, Mentix, y estudio, chao y como que no me preocupó de lavar la loza, nada

M: y está la cagá, real la cagá. Es como el apocalipsis en mi departamento

N: es como que necesitas a alguien. Estar en ese mismo estrés, quizás, pero en tu casa, por último para poder sobrellevarlo

T: igual es verdad eso, que cuando uno viaja, como que es recargar pilas como “¡ya! Ahora puedo seguir con el semestre”, pero llega un punto en el semestre que como que se acaba...

M: sí, se terminan tus pilas...

T: y es como “quiero irme rápido”

N: sí, es verdad

E: ¿cómo evalúan el apoyo que brinda la UDD a estudiantes de región?

M: cero

N: cero

M: sí, según yo la universidad no hace nada por los de región. A lo más si el profe es tela y tú le explicas que vas que viajar, puede ser que te deje irte sin problema, pero creo que nunca me ha pasado

T: sí, igual las actividades que pone, como que ahora podríamos haber tenido un fin de semana ultra mega largo por el b-learning, pero aun así nos pusieron clases para hoy día

M: como que los profes no tienen esa visión a largo plazo, cachai, de que hay gente que viaja los fines de semana. Entonces llegan y los viernes... o sea, el viernes antes de 18 se sabe que la gente viaja, cachai, se sabe que hay mucha gente de región que viaja, entonces ponerte clases, aunque sea a la una, es mamarte un taco que te podrías haber evitado

N: a mí me tocó pelear por eso mismo el primer semestre, que era un fin de semana largo que la profe puso prueba un sábado y era fin de semana largo. Y era como “qué

onda” obvio que quiero aprovechar de viajar y ya tenía hablado con mi mamá ese fin de semana que quería ir porque era el cumpleaños de mi papá y como que, no sé, tuvimos que discutir en el curso, cuándo sí, cuándo no, fue muy estresante. Y eso solamente porque la profe no se fijó en el calendario que era fin de semana largo y así arruinó muchas cosas a muchos de región. Igual viajé, igual lo pudieron cambiar, pero igual fue pasar un mal rato innecesario. Y para la matrícula también, que tuve problemas para la re matricula, porque la matrícula, ya, es online, pero la re matrícula estaba mi mamá mandando correos, como que nadie le respondía. Al final mi mamá tuvo que venir de Coyhaique a Santiago para re matricularme y estando aquí preguntamos “¿y esto no se puede hacer online para la gente que no es de acá?” y “sí, sí se puede, pero por qué no nos dijeron” y fue como “ah ya! Estuvimos caleta de rato mandando mails y nadie pescó”

M: yo igual, también con la matrícula, es una lata, porque ya, tiene que tu papá dejar de trabajar un día para que venga a hacerte la matrícula y después te dicen “tiene que venir a re matrícula” y como” qué onda mi viejo perdió el día” y tiene que pedir otro día de trabaja para la re matrícula

E: ¿creen que debería existir algún apoyo especial desde la universidad para los estudiantes de provincia?

T: sí

M: sí, pero a mí por lo menos no se me ocurre cómo

N: claro, me pasa lo mismo

M: porque sé que hay una beca de región, igual, creo, pero sería como la ayuda que hay

N: creo que hay algo cuando entras, por tu puntaje, creo que por ser de región

M: quizá más posibilidades en las matrículas, posibilidades en los fines de semana largos, porque uno no está con su familia y quiere ir a verlos

N: eso, por último que uno sepa que van a poder moverte alguna prueba o algo que tengas un fin de semana largo

M: o que los profes sean conscientes de hacer la calendarización un poco

N: si eso es lo principal

M: si a uno igual no le importa... ya, quedarse un día en la tarde a hacer la prueba, pucha ya da lo mismo, con tal de poder irse en la noche. Y los exámenes. Hay exámenes que terminan súper tarde y eso igual qué lata, porque podrías haber viajado antes

E: esta es un poco amplia. ¿Qué debería pasar en la UDD para que los estudiantes de provincia tengan una mejor salud? No solamente salud física, sino que también salud mental

M: yo creo que hay una psicóloga pero no me llama ir...

N: como que evalúan tu situación socioeconómica y si no puedes pagar un psicólogo ahí hay una psicóloga para atenderte. Eso tengo entendido yo

T: según yo como que te becan para que tú tengas psicólogo. Yo por lo menos tengo una amiga que está yendo e hizo muchos trámites para poder ir

N: no sé, eso podría ser, tener un psicólogo más disponible

M: esto es más utópico, como tener un profe que sea más apoyo, cachai,

N: ah si po, obvio, pero ahí tendrías que cambiar aspectos de la personalidad del profe

T: o quizás como que haya alguien a cargo y como que adopte a toda la gente de región, como a los extranjeros

N: siiii

M: sii

T: y como que los saquen y que se conozcan para no llegar tan solos

M: sí sería una súper buena idea

T: y más encima, cuando uno tiene amigos de región...

N: es como una familia

T: ... se juntan mucho más, porque los de acá de Santiago, ya, te van a apoyar, pero como que no empatizan tanto con lo que tú estás sintiendo

Grupo focal 2

E: ¿Cuántos años tienen cada uno?

1: Soy Pedro, estoy en tercero de psicología, tengo 21 años y vengo de Linares.

2: Hola, soy Juan, cuarto año de derecho, emmm tengo 24 años, llegué a Santiago hace 5 y soy de Vallenar, tercera Región de Atacama.

3: Hola, soy María, tengo 20 recién cumplidos, y emmm llegué el año pasado a vivir a Santiago pero este año entré a la universidad a estudiar enfermería y soy de Illapel, cuarta región.

E: ¿Con quién viven acá en Santiago?

3: Yo vivo sola

1: Yo vivo con mi abuela y mi hermano

2: si, yo vivo, arriendo una pieza pero vivo solo igual pero con más gente igual en la casa. Somos 5 en la casa.

E: ¿todos estudiantes?

2: No, o sea es una familia que arrienda 3 piezas y son tres tres, o sea antes éramos dos pero ahora hay una tercera igual la familia que son 3 más, somos como 6, somos 6 ahora.

E: Que entretenido

1: ¿No es incómodo vivir con la familia?

2: No, pa' na. Es que sabí' que ya me acostumbré ya

1: ¿Onda haci' vida con ellos o son como más cerrados?

3: ¿Eres como uno más de la familia?

2: Es que a mí me quieren mucho

1 y 3: Awwww

1: Fue demasiado tierno

2: A mí me quieren mucho, soy el regalón de la casa

E: ¿Y te invitan a las cosas familiares?

2: Pa' los cumpleaños, pa' todo.

1: ¿Cómo llegaste ahí?

2: Con un dato acá en la u

1: Ah ya, o sea no los conocí

2: No

1: Y ya erí el regalón

2: Pero llevo tres años en la casa cachai? Y en la casa la señora tiene una hija y yo soy el único hombre. De hecho arrienda pieza solamente a mujeres y yo fui la única excepción. Le caí bien y toda la "huesa" y me dejaron a mí.

1: Ahí esta po'

E: Que buena! Ya, ¿Hay algo que les haya hecho más fácil adaptarse a Santiago?

1: Yo creo que el hecho de llegar a vivir con mi abuela ehh me ayudó mucho y que en verdad siempre pasé toda mi infancia en Santiago porque de mi familia mis papas fueron los únicos que se fueron a Linares entonces pasaba viniendo a Santiago seguido y todo. Igual el cambio de venir pa' acá más solo igual es complicado, pero eso creo que me ayudó mucho.

2: Bueno yo creo que a mí lo que más me ayudó a adaptarme acá a Santiago fueron mis amigos porque de los que estábamos en Vallenar y nos vinimos a Santiago, éramos como 7 y el primer año nos juntábamos todos siempre. Nos juntábamos los fin de semana, teníamos un grupo, ahora ya desapareció el grupo, pero en ese momento teníamos el grupo y frente a cualquier problema lo planteábamos por ahí pero creo que el factor fundamental pa' poder adaptarme bien fueron los amigos. Pa' mí los amigos porque yo no tenía familiares acá y había venidos dos veces a Santiago, no conocía

3: Yo nací acá y después nos fuimos a Illapel, tenía no sé, 2 meses, pero la cosa es que igual siempre venia porque tengo familia entonces más o menos conocía el ambiente, como no se el transporte, como la gente, las distancias, todo eso ,me ayudó un poco a adaptarme pero igual mis abuelos....

1: en verdad en ese tema de transporte pasaba perdiéndome, no cachaba nada

3: Yo igual, las primeras veces me pasaba siempre a otra comuna, llegaba a otra parte, todo mal, pero me refiero a hacerme la idea de la distancia

E: ¿Cuándo tienen algún problema, tienen a quien acudir acá en Santiago? ¿A quién y por qué? Y, ¿en qué situaciones lo han hecho?

2: Mira yo por ejemplo, hace 1 mes más o menos me esguince el pie y mmmm la primera persona a la que acudí fue la gente de la casa cachai? A la dueña de casa. Es que en verdad me esguince el pie y tuve que llegar caminando a la casa y la pata hinchá. O sea primero acudí a mis amigos, si eso sí, ¿eso querías escuchar? Ajajaj Es que en serio, para mis los amigos fueron una familia brigida, así brigida brigida brigida porque fue el primer contacto, fue mucha la confianza porque como mis papas estaban en Vallenar hacía y deshacía en Santiago. A mí en primer año no me fue muy bien y carreteábamos mucho y la confianza que se generó con mis amigos fue así de estar casi 4 días seguidos, cocinábamos juntos todo y éramos como 5 personas que vivíamos en un departamento. O sea nos quedábamos allá en Santa Lucía pero vivíamos en diferentes lados, pero teníamos esa casa como de reunión, el departamento y ahí nos quedábamos varios días, entonces siempre tuve esa cuestión de los amigos los amigos los amigos y claro, cualquier cosa que siempre me pasaba los amigos. Y ese día cuando me paso lo del esguince, claro, llamé a uno de mis amigos que tenía auto por si me iban a buscar pero igual estaba trabajando, estaba lejos, así que llegue a la casa como “tía, me paso esto”, “ya, vamos al tiro a la clínica”. Igual esa fue como la vez que tuve que acudir así al tiro a urgencias.

1: Así como problema muy grande no sé si he tenido que acudir acá a Santiago o si ha sido un problema grande no le he tomado mucho el peso pero en general acudo mucho a mi hermano cuando tengo algún tema así y cuando necesito contarle algo a alguien acudo a mi hermano que está siempre ahí, siempre lo veo, entonces siempre está ahí y acudo mucho a él , y si no, sería a mi abuela o a mis tíos.

3: En mi caso yo siento que a pesar de tener a mis abuelos y si poder acudir a ellos, vivimos súper lejos porque yo estudio acá y vivo en Recoleta y ellos viven en Maipú entonces si me pasa algo, llegar has talla mejor soluciono un problema sola antes que llegar o que ellos vayan a donde yo esté y todas mis amigas del colegio se fueron como a Viña a Valpo, ninguna está acá, entonces en verdad estoy como... como que me las tengo que ver por mí.

2: ¿Y amigas de la u?

3: Si mis amigas de la u este año eehh con ellas como que todo, cualquier cosa que me pasa me solucionan mucho la vida.

E: ¿Qué hacen en sus tiempos libres?

2: Me dedico también a compartir con mis amigos eehh y nada salir.No hago deporte tampoco en Santiago

3: Yo bailo y salgo con mis amigas, voy a ver a mis abuelos.

1: Mi tiempo libre lo paso acá en la u, paso mucho tiempo en la u, es terrible; todo el mundo me molesta por eso, pero no sé, me gusta estar en la u, conozco mucha gente . Llego a mi casa y me echo en la cama entonces no me gusta eso, prefiero estar más en movimiento. Acá en la u puedo hacer deporte, por lo general escalo acá en la u, me quedo allá, paso todo el día allá, principalmente gasto mi tiempo con gente que conozco haciendo alguna actividad de deporte aquí en la universidad.

E: ¿Qué les gusta de vivir en Santiago versus su región?

2: Es que acá hay todo

3: Si como mucho panorama

2: Hay mucha más diversidad de cosas que se pueden llegar a hacer

3: Lo que rescato 100% es que se puede hacer lo que quiera, por ejemplo allá uno hace lo que sea y todo el mundo se entera, como que todos te juzgan, como que toda la gente opina sobre lo que uno hace o no hace, acá como que a todos les da lo mismo porque es como tan grande que tienes como tu espacio libre

1: También yo creo que lo que me gusta de Santiago es que hay mucha diversidad de cosas, si te aburres puedes salir a cualquier parte y hacer cualquier cosa.

E: ¿Puedes describir situaciones en las que les haya sido muy difícil adaptarse a Santiago?

1: La gente, la gente yo creo. Es muy distinto que en región que es como más familiar. Por ejemplo allá en Linares yo voy por la calle y me encuentro con alguien que no conozco o algo así y es como Hola Hola y acá en Santiago no pasa esto y eso en verdad me molesta.

3: A mi igual, me choca, más que me moleste

1: Eso es, como que choca

2: Acá es muy fuerte el individualismo del Santiago y el santiaguinos siempre esta estresado, las distancias son largas, siempre andan apurados diferencia de por ejemplo de Vallenar es que tú vas al centro y si te encuentras a alguien te das el tiempo y te sentai´ en la plaza a conversar, vai´ por el centro fuera de un local y te podi´ tomar un café tranquilo porque teni´ tiempo aun para llegar a tu casa. Acá no po, acá tú en media hora te movi´ de un lugar a otro y pasai´ como ya hola chao nos vemos, entonces uno nunca se toma el tiempo de preguntar cómo estai´

3: Claro, la poca empatía .Aun me acuerdo una vez que fui al súper, como yo vivo sola, e iba en la micro y frenó fuerte y se me salió como todas las verduras de la bolsa y toda la gente me miraba pero alguien así nadie fue capaz de ayudarme, de pasarme así las cosas, la micro se movía, se me caían las cosas y yo así que vergüenza, todos me miraban pero nadie se movía y no hacía nada.

2: La gente yo creo que es el punto

1: También las distancias

3: Si, como tener que levantarme mucho más temprano para llegar

1: Por ejemplo en Linares yo me demoraba 5 minutos al colegio, acá en la universidad es....nada, así chao, me levantaba media hora antes todo rápido llegaba en 5 minutos.

2: Almorzabas en tu casa

1: Yo almorzaba toda la vida en mi casa

3: A mí me iban a dejar el almuerzo, vivía literal al frente del colegio

1: Yo tampoco es como que haya vivido tan cerca, yo creo que la distancia de aquí a mi casa es la misma en Linares de mi casa a mi colegio y me demoraba 5 minutos al lado de una hora.

E: ¿Alguna situación que les haga sentir más angustiado, triste o deprimido en Santiago?

2: Como ese mismo hecho que nos preguntai´ tu, sobre quien acudimos, porque en ese momento en verdad si no lo teni´ claro es muy angustiante saber a quién acudir eeeh porque te dai´ vuelta en eso, a quien llamo, a quien le digo, mis amigos en que estarán, más encima tu llamas a tu mamá y está a 900 km de acá y que puede hacer no puede

hacer más que decirte “hijo has esto”, como guiarte un poco, nadie te prepara para el momento

1: En verdad llegas sin saber nada, llegas como en pañales, tienes que empezar a vivirlo en el segundo, bueno trata de aprender en el segundo, como un aprender haciendo y eso es como de las cosas más frustrantes que puede haber. Estas solo, como casi solo aquí, porque también pasa mucho eso, que si llamo a tal iré a molestar o estará ocupado, o no querrá o no podrá, o no sé. En verdad eso es como un poco más angustiante

3: Si a mí me pasa por ejemplo un mal día y llego a mi casa y estoy sola y como que tampoco puedo contarle a nadie, igual mi mamá siempre me llama y le puedo contar por teléfono pero no es lo mismo como que este ahí donde pueda darte como el soporte y lo que me angustia más mas, es como cuando no administro bien mi plata y no sé cómo que se me va y no sé cómo decirle a mi mamá como “hey me paso esto” y como que me da lata pedirle más plata.

2: Lo que pasa que cuando estai´ en tu casa no te das cuenta lo que gastas en tu casa porque tu llegai´ a tu casa y teni´ el plato de comida, teni´ todo. En cambio cuando tu vai´ al super, no, uno dice “voy a gastar 3 lucas”, no jamás, gastaste de todo y ya fueron 15-20 mil pesos la pasada por el super y después fuiste a la farmacia a comprar la maquina e afeitar, el shampoo, la espuma, ya te salieron 10 mil más, engonces una mesada de aprox 200 mil pesos, divídelo por 30, son como 6000 pesos diarios, una cosa así que podi´ gastar.

1: En verdad a veces te ves frente a un problema y teni´ que gasta 10 lucas que no teni´ y es como chucha...

2: Y te vai´ endeudando

E: ¿Han variado sus hábitos luego de cambiarse a Santiago? Sueño, tabaco, alcohol, drogas

3: La comida, de hecho cuando apenas me vine, subí 6 kilos así de una, que obvio me hacia las cosas más rápidas, así fideos, pan y en mi casa era mucho más balanceado y el primer semestre tenía un horario así mal y no alcanzaba a ir a la feria o ni siquiera ir al super y pasaba a comprarme un completo así entonces eso he cambiado mucho

1: Aparte de la comida, el primer semestre que llegué acá a Santiago, yo creo que todos los días almorcé papas fritas del Líder, era hartó y era barato y te llena, entonces como que uno come mucho, no traía almuerzo, entonces filo papas fritas. Cambió también que ya no tomo alcohol, deje de tomar, me tomo un par de cervezas de repente.

2: La comida, si po, subí como 15 kilos, lomas rápido. También deje de tomar, noooo mentira jajaja no, en verdad el primer año fue de harto desenfreno, encontré la libertad máxima, tenía buenas notas pero no estaba mi mama que me decía que tenía que llegar a esta hora y le podía mentir incluso, con senda caña sí, es súper fácil mentir, incluso si te acostumbrai´ a mentirle a tus papas es una cuestión es como un círculo vicioso, los teni´ como contentos y no po, la realidad es otra. Entonces claro, primer año caí mucho en ese juego y me di cuenta hablándolo con mis amigos y después no separamos todos y empezamos a danos cuenta que éramos mala influencia juntarnos todos y empecé a madurar y llegue a acá y era un pendejo, no cachaba nada. La libertad de estar solo y hacer lo que quieras eeeeh es bien fuerte

3: A mí no me pasó lo de tomar más, en mi casa yo sentía como que con mi mama somos muy partner, entonces como que siempre sentía la libertad de contarle todo lo que hago, me ha visto en mis peores estados y como que siempre me apoya, obvio que a veces me reta y todo pero era lo mismo, yo sentía que acá tenía que ser responsable porque al final estaba haciendo como un esfuerzo para que yo pudiera venir a estudiar entonces mínimo que yo respondiera. Nunca me pasó de salir mucho y nunca estudiar, salí lo mismo de cuando estaba en Illapel.

E: ¿Qué es lo que más extrañan de vivir en su casa?

1: Los papás, poder llegar y poder contar algo

2: Y la misma comodidad que te da tu familia, el mismo confort que te da tu casa, estar con tus cosas, hasta pasearte con bóxer por la casa. La familia obvio, mi hermana chica que la adoro y los extraño, la familia y la comodidad y confort del hogar

3: Si, yo también, como la familia eeeeh y cómo llegar y tener todas las comodidades. Que no sea una preocupación tener que ir por ejemplo al super o tener que ir a la feria, uno preocuparse de que tener que comer después

1: Me pasa que aún me da como cosa tener que sacar comida de refri porque no es tu comida, como estar pidiendo permiso para comer

2: O por ejemplo estar usando una olla o un sartén po´, piensa que si tu estai´ ocupando un sartén teni´ que lavarlo al tiro porque puede ser que justo después lo quiera ocupar la familia y necesiten el sartén.

E: ¿Pueden recordar algún acontecimiento, algún hecho que los haya hecho sentir muy triste? ¿Algo en particular?

2: En primero, estaba en otra pensión y se murió un amigo acá de la u, se suicidó, claro fue terrible, nos conocimos un semestre y nos hicimos bien amigos, porque claro, yo no conocía a nadie y estaban los grupos armados y todos se conocían y él era de región, era de San Fernando, y me tocó a mí ser el primero en enterarme por comentarios y yo “como weon”, si habíamos estado hace 3 días atrás y fui al departamento y claro, estaba muerto, se había tirado del 20vo piso, allá en las torres de Estoril y claro, no, fue una de las situaciones más angustiantes en primero

(GRAN SILENCIO)

3: Quedé como para dentro...

1: Me ha pasado alguna vez pero no recuerdo el momento específico pero tuve como la sensación, pero no sabría que decirte como la razón en específico, me ha pasado varias veces pero no sabría qué situaciones en específico decirte

2: A veces el mismo rendimiento de la universidad me ha afectado, el estar esperando una nota, el estudiar mucho demasiado y llegar al momento del certamen y tener un 3,5 y estar esperando un 6,0, igual desanima y es fome. Te sacaste la cresta toda la semana y llegaste al certamen, nosotros tenemos certámenes orales y tenía dos preguntas, y tenía 20 temas y puede tocarte justo los que no manejaste y chao

3: Me acuerdo de una vez que había estudiado mucho para un ramo, había estudiado toda la semana y llegué a la prueba y me puse nerviosa. Era como el primer certamen de toda mi vida y quedé en blanco, quedé como 10 minutos que estaba casi poniéndome a llorar en la sala, no completaba nada yo sabía que sabía y no lo podía hacer, como que me frustré mucho y llegue a mi casa y tenía que estudiar para el otro día y llegue tarde, como a las 11, sabía que tenía que estudiar para el otro día y no quería porque sabía que me había ido mal y no tenía nada para comer, esa semana había estado tan enfocada en la prueba, y ya estaba todo cerrado y me puse a llorar, lloraba y lloraba y decía como “no puedo con tanta cosa a la vez” pero cada vez lo controlo más

1: También me pasa que se me juntan muchas cosas pero como que aprendí a reprimir todo muy bien, no está bien que lo haga, lo sé, pero reprimo todo. El viernes pasado como que se me juntó todo, miles de cosas heavy y como que yo no sentía nada, en verdad eso es pésimo yyy no sé, como que me pasa mucho eso, no sé si es que no siento, pero en general reprimo mucho mis sentimientos.

E: ¿Algo que les haya hecho sentir muy felices o realizados acá en Santiago?

2: Para mí la mayor felicidad siempre ha sido llegar al momento del examen y aprobar con la nota que esperaba, aprobar el examen en verdad, si te sacaste un 4 y lo pasaste, genial; es que de verdad, nosotros tenemos exámenes, 1 examen a la semana, partimos ahora el 9 de noviembre y no paramos hasta el 21 de diciembre, son uno a la semana porque son ramos anuales entonces imagínate teni´ 300 hojas que estudiarte en cuatro días, si empiezas el lunes tienes 4 días y llegar al final con toda la materia estudiada de memoria, o sea no de memoria pero poder hablarla, porque tienes que hablarla, te van a preguntar y tienes una comisión de dos profesores , dos ayudantes, son cuatro personas delante tuyo, son orales, formales, públicos, tienes todos tus compañeros atrás , después se te olvidan igual tus compañeros pero igual están atrás entonces...

3: igual es como la presión de todos...

2: Claro a veces está esa presión como de dar la cache oh oh...

1: Yo he ido a tus certámenes y en verdad son terribles, una vez me tocó uno donde al profesor le sonó el teléfono en la clase, onda fuerte, se paró agarro el teléfono y se puso a hablar, mientras una niña estaba presentando y se paró, habló, dijo muerto de la risa, no sí, yo estoy aquí, terminando con estos pendejos voy en un rato chao yo quiero terminar esta cosa rápido, así que chao me voy para allá en un rato y vamos a carretear y corto; y se volvió a sentar

(Todos quedan estupefactos)

2: Si hay profesores que no, no... es que lo que pasa que uno con el tiempo ya, con el tiempo en la carrera ya te da esa cuestión de que ya te hace más roca la cuestión ,o sea ya como que chao, si el profe contesta el celu, lo esperai´ no más un rato, te quedas ahí, no lo pescai´, ya como que se te vuelve más costumbre, pero... pero eso llegar al momento del examen y pasarlo, aprobarlo, para mi fuuuu ya chao, me olvido 2 días de estudiar y vamos a bacilar, pero sí, sí, el tema de los ramos siempre me ha dado como la felicidad más grande

3: Para mi mis amigas, de aquí de la U porque cuando entre a la U estaba como en negación, no quería, no quería, no quería, no quería venirme para acá, pero o sea sabía que dentro de mis opciones esta era la mejor y como que estaba mal porque no había quedado en la U que yo quería y decía como no quiero, no quiero porque soy de región, soy así como, soy morena, decía yo, en verdad no me van a aceptar, como que tenía demasiados prejuicios, tenía muchos, muchos, muchos prejuicios, llegue a la U y como que desde el día uno me hice mi grupo de amigas, no se me apoyan en todo, tenemos mucha confianza, ayer por ejemplo, estuve de cumpleaños y se preocuparon como de

eso, me trajeron como once una torta, me cantaron cumpleaños, me llevaron a almorzar, una amiga me dijo como, yo sé que tú no tienes como... o sea mi departamento igual es chico entonces me dijo yo te puedo pasar mi casa como para que hagamos algo el fin de semana y no sé lo celebramos, pero son muy así, me pasa cualquier cosa y no, yo te ayudo, yo te voy a comprar, como que son muy atentas y me hacen sentir como muy bien, eso es lo que me hace más feliz de aquí de Santiago

E: ¿Pueden recordar algún momento en que haya sentido muchas ganas de dejar Santiago y volver a su región?

3: O sea no me ha pasado que me quiera ir definitivamente, así como nooo, dejo todo botado y me voy, si hay semanas que es como no yo ya de verdad no soporto más, no aguanto la gente, como que el metro me colapsa, y hay semanas en las que uno está más, como, como irritable y me molesta todo, entonces yo digo, no, ya es momento de volver a mi casa necesito como conexión con mi familia y cómo estar tranquila, no tener que estar más en el metro y después volver, pero nunca me ha pasado así como no, me quiero ir así para no volver

2: A mí me paso una vez una temporada igual de exámenes, creo que fue hace 2 años, no, fue el año pasado, el año pasado y llevaba 3 exámenes reprobados y claro, no cuando ya tuve el tercero reprobado no igual, llame a mi mama, así no mama yo me voy a devolver a Vallenar, me voy a dedicar a otra cuestión, chao me aburrí, yo me voy, no y ahí el apoyo de tus papas es lo que te contiene ,no el año pasado estaba... pero por suerte existen los extraordinarios donde podemos arreglar todo el tema jajajajajaja podemos dar vuelta el partido, si nosotros tenemos la temporada extraordinaria que es enero, pero igual es terrible, imagínate estudiar un 3 de enero, dar una prueba el 5 de enero y tenemos que estudiar cómo has el 21 de enero

E: Huy y entre medio navidad, año nuevo seguramente van a sus casas entonces

1: A mí me ha pasado también pero por periodos, así como que en verdad no soporto más Santiago y me quiero ir a Linares así como una semana, chao desconectarme de todo y de repente lo hago llego a linares y apago el teléfono y no pesco nada más, a nadie estoy allá en mi casa, creo que eso es lo más cercano que me ha pasado, nunca he pensado como botar todo e irme.

E: ¿Cómo evalúan el apoyo que brinda la universidad del desarrollo a los estudiantes de región?

2: Malo, no existe, no hay

1: No, no hay

2: No hay apoyo a los estudiantes de región

3: Cómo que dicen que hay, pero cómo de la boca para afuera

1: O sea tampoco nunca me he acercado cómo a pedir apoyo, pero tampoco nunca me han ofrecido, o sea no sabría decirte si es que existe este apoyo ,a eso voy

2: No, yo te lo digo con fundamento y no lo hay, lo único que existe en la universidad es una semana puente que se llama, que es la semana de integración de los alumnos de primer año en donde se hace como una bienvenida a los alumnos de región pero más allá de eso nada o sea no hay una preocupación de si el estudiante cómo le fue en los primeros meses, quizá como viene de región puede que venga con una baja en su aprendizaje, quizá los colegios sean un poco, no sé si malos pero la calidad de la educación es un poco distinta a la de, eehh por ejemplo no se poder poner tutores a ciertos alumnos o preocuparte un poco más

1: ...O apoyo psicológico...

2: Claro apoyo psicológico cachai´ alguna semana de después o tres semanas después de haber ingresado los alumnos, oye sabis´ que vamos a reunirnos nuevamente, veamos cómo están ahora, oye chiquillos llevan tres semanas en la U cómo les ha ido, se han juntado con gente, han conocido a otros compañeros, eh no sé po´ que opinan de esto, les gusta la, no nada, después ese día recuerdo que hicieron un desayuno, en ese comedor de allá, nos hicieron un desayuno donde nos invitaron a comer pizza, no hable con nadie, hable con un tipo que estaba al lado, porque estaban mis amigos que había conocido en derecho, me estaban esperándome afuera, porque yo fui a comer, les dije oye cabros voy a ir a comer, me invitaron a esta cuestión, yo sé que soy choro, pero en verdad fue todos así sentados en una mesa tipo té Club y chao, fue eso, hablamos un rato, conocí un loco que era de La Serena y fue eso, oye dame tu número, salgamos, nunca lo llame, salí después nos juntamos con los cabros y ya chao me olvide nos vemos y eso fue todo y en verdad no existe

1: No a mí ni siquiera, nunca tuve eso tampoco, nada, onda la semana puente pa´ mi fue toda psicología metida en la cuestión eh era hacer una actividades no sé dónde donde te explicaban un par de cuestiones y nada más y de ahí nada, ni siquiera me invitaron a comer pizza me siento estafado donde está mi pizza jajajajajaja

(Todos ríen)

3: A mí me invitaron a un almuerzo así también con todo los de región pero no podía ir porque tenía control entonces fue cómo lo hacen en un horario que, donde podrían haberlo hecho al principio, pero no lo hicieron como muy después cuando todos ya teníamos pruebas, teníamos controles, teníamos certámenes ,fue cómo no podí´, así que ni idea si resultó o no

E: ¿Entonces consideran que igual es importante que existiera un apoyo especial por parte de la universidad?

2: Totalmente

1: Es súper importante porque al final, tienes que saber cómo están los alumnos, de repente a un cabro le puede ir mal porque está mal psicológicamente, porque está... puede estar hasta triste y en verdad eso afecta más que cresta

2: Y no es menor, no sé yo no manejo el número de cuantos alumnos hay de regiones acá pero es una gran cantidad, son hartos la verdad y la u debería preocuparse considerando la cantidad de plata que les entra por aranceles es harto también

E: Ésta tú igual me la respondiste pero, como sugerencias para la universidad para que los estudiantes de región puedan tener una mejor salud a nivel física y mental también si tienen alguna otra sugerencia que agregar

3: No sé, igual yo me he enfermado un par de veces y como que siento que la u podría, porque está esto cómo el seguro, con la clínica pero al final te sale exactamente lo mismo e incluso quizá hasta más cara, entonces quizás una red de apoyo, cómo por si uno se enferma puede ser y que la u cubra cierta parte, no sé porque uno gasta hartito en arriendo, en comida, en todo, en vivir

1: Yo creo que apoyo psicológico es principal para la gente de región, que, o sea cambia una realidad totalmente, o sea un cambio de casa ya es estresante, un cambio de ciudad es mucho más estresante, eems y no sé apoyo psicológico, yo creo que en temas de cómo apoyo de salud, deberían abrirlo para toda la universidad, no solo para la gente de región, encuentro que eso falta mucho aquí está el centro de apoyo que no pueden dar ni remedios ya es cómo amigo qué onda, es un centro de apoyo que puedes ir para allá te dan una agüita de menta, igual que en la enfermería de colegio, deberían tener eso o sea tienen los recursos, tienen las capacidades para poder dar un apoyo en tema de salud mucho más grande y yo creo que no hay que solamente centrarse en los alumnos de región, sino también en el resto de la gente en temas de salud, en el tema de apoyo psicológico yo creo ahí si se pueden centrar más en los alumnos de región solamente.

2: Para empezar por algo...

E: Ya bueno esas fueron todas las preguntas cómo estructuradas y no sé si hay algún tema que consideran que es importante y no haya salido en el focus, alguna cosa si quieren destacarla, igual puede ser que hayamos tratado todos los temas porque era la idea, pero si tienen algo cómo que quedaron con algo que decir o lo que sea pueden hacerlo

2: Bueno yo creo que volver al tema de lo que estábamos hablando recién el apoyo psicológico que se requiere y que se necesita en este momento sobre todo en alumnos de región por el estrés que cómo dice 1 el cambio de casa, el cambio de ciudad, el hecho de estar acá solo porque al final ya puede ser que cuentes con alguien que sea un familiar tuyo, pero al final estoy solo igual cachai´

3: ...No es tu casa

2: Claro, entonces falta un apoyo o algo que no se, que el alumno se sienta que puede acudir a él

1: Eso es por último que si tienes algún problema onda, por último, último caso poder acudir a la universidad, oye en verdad me paso esto que puedo hacer, eso hace falta mucho

2: Y que te guíen un poco, que te guíen un poco

1: Si tampoco hace falta que te solucionen la vida

2: Yo creo que ahí la facultad de psicología podría jugar un rol fundamental en todo este proceso, un consejo, un buen consejo de un profesional de la psicología te podría ayudar a muchos casos que yo estoy seguro, que no sé si ustedes han ido al psiquiatra o algo, pero yo creo que en muchos casos se debe haber dado de alumnos de región que han terminado quizá en el psiquiatra, tomando antidepresivos, benzodiazepina y montones de pastillas que quizá han tenido que acudir por el mismo hecho de estar acá, porque extrañan a la mamá, yo tengo compañeros míos, bueno hablando de mi caso, compañeros míos, que se han devuelto a Vallenar, que estuvieron un semestre, que fracasaron, porque esa es la palabra, fracasan y vuelven a sus casas se quedan ahí están dos años, ahora vuelven a salir quizá un poco más grandes pero igual con ese miedo, siempre a que si fallo me tengo que devolver, entonces yo creo que en la u, sobre todo se debería preocupar un poco más de eso, de dar un apoyo más fuerte al alumno de región y pa´ todos obviamente, pa´ no discriminar tampoco a la gente que es de Santiago pero partir por algo y si hay que partir por alguien es por el alumno de región por el mismo

hecho de lo que dice ella el excesivo gasto que tenemos nosotros, pagar un arancel, imagínate el arancel sale 5.500,000, si lo llevai´ a mensualidad son 550.000 teni´ un arriendo que te sale 250.000, a mí me sale 180.000 la pieza, 200.000, ya ven 750.000, una mesada de 200.000 supongamos van 950.000 al 1.000.000 y eso estamos redondeando

3: ... y eso si no te enfermaste o si no paso algo entremedio

2: Claro, eso es promedio, sin contar gastos extras que te puedan ocurrir, porque te enfermaste, yo fui al doctor hoy día , el bono 25 lucas, después fuiste a comprarte los remedios, no sé 40.000 pesos más, 35.000 pesos más, ya 75.000 pesos más que fuiste sumando a la cuota, entonces ya no es 1.000.000, estamos hablando de un 1.200.000, quizá hasta un 1.300.000 o 1.400.000 y pa´ una familia en donde ellos deben seguir manteniéndose y seguir viviendo porque en su casa igual siguen gastando mensualmente 500.000, 600.000, incluso más...

1: Y más po´ si piensa que tu solo gastai´ un palo

2: Si po´, imagínate es una cuestión que los números se te pierden ya, es un tema que la u tiene que hacerse responsable, si es una realidad que existe en la universidad, es una realidad y tú las realidades no las puedes tapar con un dedo porque existe, no puedes solucionar las cosas así pum cómo una varita mágica, no po´ hay que trabajar con las cosas.