Aporte a la planificación estratégica CENUR Litoral Norte

Eje Temático: Investigación Aplicada, Integralidad y Territorio
Tema: La Salud Mental como Problema País. Un Encuadre Regional de Prevención Primaria y Neurodesarrollo desde el CENUR LN.

Presentado por**:** Unidad de Medicina Social (Sede Paysandú).
Fecha de presentación**:** noviembre de 2026

Introducción: La Salud Mental como síntoma de un Cuidado Comprometido

El país atraviesa una crisis profunda en materia de salud mental, relaciones interpersonales y violencias. Los datos señalan que Uruguay pasó de 6.757 personas privadas de libertad en 2003 a 16.570 en 2025, y el censo penitenciario revela que más de la mitad de esa población abandonó sus estudios antes de los 15 años y un 20 % vivió en situación de calle siendo niño o adolescente (Departamento de Sociología et al., 2026).

Esta realidad no es ajena a la universidad. Recientemente, la Facultad de Medicina fue escenario de un hecho de extrema violencia: una estudiante fue agredida por un compañero en plena clase. Este episodio, lejos de ser un caso aislado, es el emergente visible de una sociedad cuya capacidad de regulación emocional y de cuidado está severamente comprometida.

Desde la Medicina Social y la Salud Colectiva, sostenemos que las patologías y las violencias tienen una relación empírica en los cuidados comprometidos que estamos teniendo como sociedad. Las condiciones macroeconómicas imponen precarización laboral y multiempleo en quienes crían; ese tiempo que no se tiene se paga en el microsistema familiar con vínculos más frágiles y crianza vulnerable (Bronfenbrenner, 1987). Esa desregulación viaja con el estudiante, entra al aula y afecta el clima y la capacidad misma de aprender.

El CENUR Litoral Norte tiene la oportunidad histórica de instalar un encuadre regional para abordar este problema país desde la prevención primaria, aprovechando la consolidación de una masa crítica de estudiantes del área salud en la región (1.600 estudiantes en la última cohorte 2026) y nuestra capacidad de intervención comunitaria. Pero este desafío no es solo académico o sanitario: es también una oportunidad para demostrar, con resultados tangibles, el valor económico y social que la Universidad de la República genera en el interior.

2. El rol de los docentes: La segunda red de contención

Si la familia es la primera red de contención, los docentes de los diferentes subniveles educativos (desde la primera infancia hasta la universidad) son la

segunda red, y a menudo, la única con parámetros institucionalizados, sin embargo, corre riesgo de un colapso.

Los docentes gestionan aulas donde se escenifican desvíos del desarrollo, consumo precoz, precariedad y una diversidad de problemas socioemocionales que exceden sus herramientas. A esto se suman determinantes estructurales que afectan su salud ocupacional y que están documentados a nivel nacional:

“Doble presencia” y multiempleo: Según el Estudio de Salud Ocupacional Docente del INEEd (2020), los docentes con altos niveles de doble presencia (la tensión de responder al trabajo remunerado y a las responsabilidades domésticas) presentan más síntomas de estrés y menor bienestar, afectando desproporcionadamente a las mujeres en un subsistema feminizado.

Ausentismo y Burnout**:** Los datos de ANEP (2025): el 66% de los funcionarios requirió licencia médica al menos una vez en el año. Las licencias por trastornos del comportamiento y "estrés alostático crónico" se extienden en promedio 73 días (diez veces más que las licencias habituales).

Cuando la exigencia es crónica, el cerebro del educador se inunda de cortisol y adrenalina. Esto provoca agotamiento mental, bloqueo de la empatía (el docente reacciona de forma defensiva o automática) y enfermedad laboral. Un docente con la carga alostática desbordada no tiene la capacidad biológica para regular a un alumno en crisis; cuidar la salud del educador es la precondición biológica para poder educar.

3. Aprendizaje y Regulación Emocional: Una Necesidad Complementaria para el Neurodesarrollo

El neurodesarrollo no ocurre en el vacío; requiere de un entorno vincular predecible y seguro. La teoría del apego de Bowlby (1998) y los aportes de Shonkoff y Garner (2012) demuestran que si el soporte afectivo falla, el cuerpo del niño activa un sistema de alerta permanente (estrés tóxico) que deja una "cicatriz química" en el ADN (Weaver et al., 2004).

A nivel cerebral, el exceso de cortisol daña las neuronas del hipocampo (bloqueando la memoria) y hace fallar las funciones ejecutivas de la corteza prefrontal (la "central de control" que gobierna la concentración, la comprensión lectora y la tolerancia a la frustración). El alumno se frustra rápido, abandona las tareas y aprende a sobrevivir en lugar de aprender.

Por lo tanto, la regulación emocional y la co-regulación en el aula son una necesidad biológica complementaria e indispensable para que ocurra el hecho educativo.

4. Un Encuadre para el CENUR: Hacia una Identidad Regional de Investigación Aplicada

Para que el CENUR Litoral Norte consolide su identidad y adquiera reconocimiento como polo generador de conocimiento, es necesario construir una hoja de ruta realista y aplicada al territorio con pasos concretos y verificables hacia una visión de futuro deseable.

Proponemos que este encuadre de salud mental y neurodesarrollo se constituya en un laboratorio de ensayo de la integralidad que el CENUR necesita. Esto implica:

Transitar de la fragmentación a la sinergia**:** Pasar de investigaciones aisladas por servicio a proyectos de investigación aplicada que crucen áreas (Salud, Ingeniería, Ciencias Sociales) y sedes (Paysandú, Salto, Río Negro, Artigas).

Transitar hacia una extensión universitaria con intervenciones que generen evidencia**:** Utilizar nuestras crecientes matrículas del área salud para generar datos empíricos locales que retroalimenten las políticas públicas nacionales (como la Ley de Educación Emocional).

Transitar hacia una sistematización de vínculos territoriales**:** Formalizar acuerdos con ANEP, BPS y Plan Ceibal para que la investigación del CENUR tenga impacto directo en los centros educativos de la región.

Construir un encuadre que busca mayor legitimidad institucional a través de resultados tangibles: evidencias de reducción de licencias médicas docentes, mejora del clima áulico y retención estudiantil, demostrando que una universidad descentralizada puede resolver problemas nacionales desde el interior.

5. El Valor Económico de la Universidad en el Interior: Un Argumento a Favor de la Inversión

La discusión sobre el desarrollo de la investigación aplicada en el CENUR no puede desligarse de una pregunta central: ¿cuál es el retorno económico y social de la Universidad en el interior?

La evidencia internacional es contundente. Un estudio publicado en el *Journal of Public Economics* (2026) por Katzkowicz, Lavy, Querejeta y Rosá, que evalúa el impacto del proceso de descentralización de la Udelar, encontró que la expansión de la oferta universitaria en el interior elevó un 34% la matrícula terciaria y traccionó al alza la finalización de la Enseñanza Media en un radio de 30 km. Más importante aún, el estudio estima retornos sociales del 18% y retornos privados del 26% para este programa, confirmando que la inversión en educación superior descentralizada es eficiente tanto desde la perspectiva individual como societal (Katzkowicz et al., 2026).

En términos concretos para nuestra región: la Udelar en el interior no solo forma profesionales; dinamiza la economía local, retiene capital humano joven y eleva el nivel educativo de toda la comunidad. Hoy, más de 25.000 estudiantes cursan carreras de la Udelar en el interior, y alrededor del 70% son primera generación universitaria en sus familias. En Paysandú, más del 75% de los estudiantes son los primeros universitarios de su familia. Cada peso invertido en la Universidad en el interior se traduce en movilidad social ascendente, en reducción de la migración hacia Montevideo y en la creación de capacidades locales para resolver problemas locales.

Sin embargo, este retorno está en riesgo. La Udelar ejecuta actualmente un presupuesto que representa el 0,8% del PBI, y la propuesta del Poder Ejecutivo lo reduciría al 0,73% para 2029. En un contexto de restricción fiscal, la Universidad debe demostrar con evidencia que su presencia en el interior no es un gasto, sino una inversión estratégica. Este encuadre de investigación aplicada en salud mental y neurodesarrollo es precisamente eso: una oportunidad para generar evidencia local que demuestre el retorno social de la inversión universitaria en la región.

6. La Necesidad de un Aporte Interdisciplinario

Para intervenir sobre esta problemática compleja, la mirada unidisciplinaria es insuficiente. La propuesta debe ser un encuadre de investigación aplicada e integralidad que convoque y articule:

Medicina Social y Salud Colectiva**:** Para el abordaje de los determinantes sociales y la epidemiología de la salud mental.

Psicología y Psiquiatría de infancia y juventud**:** Para comprender los determinantes socioemocionales y las desregulaciones conductuales.

Nutrición y Ciencias Sociales**:** Para analizar cómo las condiciones de vida y el estilo de vida afectan el desarrollo y la convivencia.

Salud Ocupacional: Para la promoción de salud y prevención del desgaste profesional y el amparo al cuidador.

Ingeniería y Tecnologías (Área del CENUR LN): Para poner la ciencia de datos, la modelación matemática y la simulación inmersiva (Realidad Virtual**)** al servicio de la mejora del bienestar docente.

Las herramientas tecnológicas deben estar al servicio de las personas**.** Proponemos que el Área de Ingeniería desarrolle algoritmos predictivos de fatiga (para alertar tempranamente sobre el desgaste institucional) y laboratorios de Realidad Virtual que, basados en experiencias internacionales (Barcelona, Texas entre otros) simulando situaciones críticas para modular la voz, contenido del discurso, distancia física y dirección de la mirada, permita al docente memoria

muscular y emocional para mantener la calma bajo presión. Todo lo cual se plantea integrando la Ceibalita y el ecosistema digital existente.

7. Conclusión y Propuesta

El malestar psicosocial, las violencias y el rezago educativo no son problemas aislados; son consecuencias de un sistema que descuida los cuidados en la primera infancia y sobrecarga a quienes educan.

Propuesta para el CENUR Litoral Norte:

Instalar en el Plan Estratégico un encuadre regional de investigación aplicada sobre "Salud Mental, Cuidado del Educador y Neurodesarrollo", como aporte desde el interior a un problema país y como paso concreto hacia la consolidación de nuestra identidad institucional.

Convocar un equipo interdisciplinario (Medicina, Psicología, Nutrición, Ciencias Sociales, Ingeniería, Tecnólogos de Salud Ocupacional) para el co-diseño de las bases de esta línea de investigación y extensión.

Promover las gestiones institucionales necesarias para que los estudiantes y docentes puedan desplegar intervenciones comunitarias de promoción y prevención en los centros educativos de la región.

Proteger la arquitectura cerebral de las nuevas generaciones y cuidar la salud mental de los educadores es una alternativa real para disputarle la juventud a la violencia y construir una sociedad estructuralmente más libre e igualitaria. Y es, también, una manera de demostrar que la Universidad de la República en el interior es una inversión con retorno social comprobable.

Referencias Bibliográficas

Administración Nacional de Educación Pública. (2025). *Rendición de cuentas 2025*. ANEP. https://www.anep.edu.uy/sites/default/files/images/2026/noticias/junio/260629/rendicion/ANEP%20Rendici%C3%B3n%20de%20Cuentas%202025.pdf

Bowlby, J. (1998). *El apego seguro: cuidados maternos y salud mental*. Paidós.

Bronfenbrenner, U. (1987). *La ecología del desarrollo humano*. Paidós.

Departamento de Sociología, Universidad de la República, & Ministerio del Interior. (2026). *II Censo Nacional de Personas Privadas de Libertad*. Ministerio del Interior. https://www.gub.uy/ministerio-interior/

Instituto Nacional de Evaluación Educativa. (2020). *Estudio de salud ocupacional docente*. INEEd.

Katzkowicz, N., Lavy, V., Querejeta, M., & Rosá, T. (2026). An efficient investment: Human capital consequences of expanding the supply of Higher Education institutions. *Journal of Public Economics, 235*(1), 105–128.

Shonkoff, J. P., & Garner, A. S. (2012). The lifelong effects of early childhood adversity and toxic stress. *Pediatrics, 129*(1), e232–e246. https://doi.org/10.1542/peds.2011-2663

Weaver, I. C. G., Cervoni, N., Champagne, F. A., D'Alessio, A. C., Sharma, S., Seckl, J. R., Dymov, S., Szyf, M., & Meaney, M. J. (2004). Epigenetic programming by maternal behavior. *Nature Neuroscience, 7*(8), 847–854. https://doi.org/10.1038/nn1276

Universidad de la República. (2026). *Plan estratégico 2025–2029*. UdelaR. https://udelar.edu.uy/portal/wp-content/uploads/sites/48/2025/06/Plan-estrategico-2025-2029.pdf

Universidad de la República, Dirección General de Planeamiento. (2022). *Presupuesto 2020–2024*. UdelaR. https://udelar.edu.uy/portal/wp-content/uploads/sites/48/2022/04/Presupuesto_2020-2024.pdf