

2025-10-23

UAM unidad Lerma, asume compromiso de generar espacios de reflexión y acción emocional

Autor: Cecilia Higuera Albarrán

Género: Columna

<https://www.cronica.com.mx/nacional/2025/10/23/uam-unidad-lerma-asume-compromiso-de-generar-espacios-de-reflexion-y-accion-emocional/>

Encuentro de Guardianes Pantera, espacio que reunió a estudiantes, docentes y autoridades para reconocer el compromiso de quienes han decidido formarse como agentes de prevención y acompañamiento emocional

"El suicidio no es una idea lejana, es una realidad que puede tocar a cualquiera", advirtió Mónica Brunilda Rodríguez Lara, coordinadora de Bienestar Universitario y Género (CBUG) de la Universidad Autónoma Metropolitana (UAM), en el marco de la apertura del primer Encuentro de Guardianes Pantera.

Se trata de un espacio en el que estudiantes, docentes y autoridades han decidido formarse como agentes de prevención y acompañamiento emocional, actividad que marca un hito en la consolidación de este programa institucional que siembra conciencia, sensibilidad y acción dentro de la comunidad universitaria.

En este sentido, Rodríguez Lara advirtió que "pensar que el suicidio nunca nos tocará es un error", de ahí la importancia en conocerlo, aceptar que es una realidad "y reconocer que sucede más cerca de lo que nos imaginamos".

Esta situación, añadió, ocurre más cerca de lo que se cree y que la única forma de prevenirlo es a través de la información, la empatía y la acción colectiva.

Con motivo de la conmemoración del Día Mundial de la Salud Mental, -el 10 de octubre-, el proceso de capacitación incluyó sesiones sobre salud mental, escucha activa, primeros auxilios emocionales y protocolos de intervención, con el objetivo de preparar a los participantes para detectar señales de riesgo y brindar apoyo oportuno a quienes atraviesan situaciones de sufrimiento emocional.

Por su parte, el rector de la unidad Lerma de la UAM destacó el valor del curso de Guardianes Pantera, al considerarlo concreto, breve y directo, con un impacto real en la formación de quienes lo toman.

Expresó su deseo de que toda la comunidad universitaria pueda acceder a esta capacitación, al considerar que en cualquier momento puede presentarse una situación donde una intervención adecuada marque la diferencia.

"El curso no pretende sustituir la atención profesional, pero nos da la posibilidad de reaccionar de manera correcta".

Asimismo, reconoció el esfuerzo de quienes hacen posible este proyecto y agradeció al equipo de Rodríguez Lara, por su trabajo constante en torno a un tema que calificó como "relevante para la vida cotidiana".

En este mismo tema, destacó que recientemente, en el municipio de Temoaya, se inauguró una clínica de atención para la salud emocional y la presidenta municipal, Berenice Carrillo Macario, externó su preocupación por el aumento de casos relacionados con el bienestar mental, por lo que mostró interés en que el curso de Guardianes Pantera sea impartido a los trabajadores del ayuntamiento y después a la comunidad en general.

Guardianes Pantera se despliega mediante un curso virtual de ocho horas, disponible en la plataforma

institucional denominada PADI; al concluirlo de manera satisfactoria, los participantes reciben una constancia y una insignia física para portar en un lugar visible que los identifica como guardianes dentro de la comunidad universitaria.

El objetivo no es dotar de herramientas clínicas, sino generar una red de personas capacitadas para la acción inmediata, el acompañamiento responsable y la contención ética basada en el modelo ESPERA, (acrónimo de: Escuchar, Sentir, Preguntar, Esperanza, Referir y Acompañar), permite que los participantes aborden situaciones críticas con respeto y capacidad de canalización.