



**INSTITUTO LATINO-AMERICANO DE ECONOMIA,
SOCIEDADE E POLÍTICA | ILAESP - EAD**

**Relações Internacionais para
Docentes da Educação Básica**

SALUD EN ESTUDIANTES INTERNACIONALES:

Un Estudio Crítico

GLORIA INÉS HOLGUIN

Foz do iguaçu

2024

Resumen

Este trabajo examina la salud de los estudiantes internacionales en América Latina, destacando los desafíos que enfrentan y la relevancia de una intervención efectiva. Factores como el burnout académico, el estrés crónico y el aislamiento social afectan significativamente su rendimiento académico y bienestar. A través de un enfoque en las políticas educativas de Brasil y Colombia, y un análisis de los acuerdos internacionales en la región, se observa que la respuesta actual es insuficiente. Se proponen enfoques preventivos y estrategias de apoyo culturalmente adaptadas que permitan una experiencia educativa inclusiva, promoviendo la cooperación internacional para mejorar la calidad de vida de los estudiantes extranjeros.

Palabras clave: Educación; Salud; Estudiantes Internacionales; Burnout Académico.

Abstract

This study examines the health of international students in Latin America, highlighting the challenges they face and the need for effective intervention. Factors such as academic burnout, chronic stress, and social isolation significantly impact their academic performance and well-being. Through an analysis of educational policies in Brazil and Colombia, as well as relevant international agreements in the region, it becomes evident that current responses are insufficient. Preventive approaches and culturally adapted support strategies are proposed to foster an inclusive educational experience, promoting international cooperation to improve the quality of life of foreign students.

Keywords: Education; Health; International Students; Academic Burnout.

Resumo

Este trabalho examina a saúde de estudantes internacionais na América Latina, destacando os desafios que enfrentam e a relevância de uma intervenção eficaz. Fatores como burnout acadêmico, estresse crônico e isolamento social afetam significativamente seu desempenho acadêmico e bem-estar. Focando nas políticas educacionais do Brasil e da Colômbia, e na análise dos acordos internacionais na região, observa-se que a resposta atual é insuficiente. Propõem-se abordagens preventivas e estratégias de apoio culturalmente adaptadas que permitam uma experiência educativa inclusiva, promovendo a cooperação internacional para melhorar a qualidade de vida dos estudantes estrangeiros.

Palavras-chave: Educação; Saúde; Estudantes Internacionais; Burnout Acadêmico.

ÍNDICE

Introducción.....	4
1. Acuerdos Internacionales.....	5
1.2. Acuerdos Internacionales de Movilidad y Cooperación Educativa.....	5
1.3. Contexto Latinoamericano en la Movilidad y Cooperación Educativa.....	6
1.4. Acuerdos sobre Salud y Bienestar de Estudiantes Internacionales en América Latina.....	7
2. Salud Mental de los Estudiantes.....	8
2.1. Iniciativas Regionales para el Bienestar Psicológico de los Estudiantes Internacionales.....	8
2.2. La Perspectiva de la Salud Mental desde el Marco de la Inclusión en la Educación Superior.....	8
2.3. Desafíos y Oportunidades para la Salud Mental en la Movilidad Académica Latinoamericana.....	9
3. Brasil y Colombia: Iniciativas Nacionales y Regionales en Movilidad y Bienestar Estudiantil.....	10
3.1. Desafíos en la Implementación de Programas de Bienestar y Movilidad Académica.....	11
4. Barreras Administrativas y Accesibilidad para Estudiantes Internacionales	11
5. Falta de Enfoque en la Prevención y Sensibilización.....	12
5.1 México y Argentina: Políticas y Desafíos en la Movilidad y Bienestar Estudiantil.....	12
5.2. Chile y Perú: Los Impactos de la Burocracia y las Barreras Lingüísticas en la Atención Psicológica.....	13
5.3. Obstáculos Financieros y de Sostenibilidad en la Implementación de Programas de Bienestar en América Latina.....	14
6. Factores de Estrés y Salud Mental en Estudiantes Internacionales.....	14
6.1. Distancia Familiar y Soledad.....	15
6.2 Presión Académica y Adaptación a Nuevos Sistemas Educativos.....	15
6.3. Estabilidad Financiera y Empleo.....	16

6.4. El Burnout Estudiantil en Estudiantes Internacionales.....	16
7. Salud Mental y Falta de Apoyo Psicológico.....	17
8. Apoyo Institucional y Programas de Bienestar.....	18
8.1. Programas de Orientación y Asesoría Psicológica.....	18
9. Barreras en la Implementación de Programas de Bienestar.....	18
9.1. Limitaciones de las Políticas de Bienestar y Salud Mental.....	19
9.2. Necesidad de Políticas y Reformas Institucionales.....	19
Consideraciones Generales.....	19
Referencias.....	20

Introducción

La experiencia de estudiar en otro país puede ser transformadora, pero también trae consigo desafíos que impactan directamente la salud y el rendimiento académico. Los estudiantes internacionales, al enfrentarse a nuevas culturas, idiomas y sistemas educativos, experimentan una presión que va más allá de lo académico: el desarraigo, la soledad y el estrés financiero se combinan para formar un panorama complejo.

El bajo rendimiento estudiantil suele estar relacionado con problemas de salud. Un aprendizaje pleno depende de una buena salud; por ejemplo, enfermedades como el burnout estudiantil o académico surgen cuando los estudiantes enfrentan cargas excesivas de trabajo en poco tiempo o tareas que generan angustia y sensaciones de culpa; la ansiedad, la depresión y problemas físicos, como trastornos del sueño o agotamiento extremo, son algunas de las consecuencias de la falta de seguridad estudiantil enfrentada por estos alumnos.

La necesidad de políticas integradas de salud y educación es evidente. Sin embargo, la implementación de programas efectivos sigue siendo un reto debido a la falta de coordinación entre sectores. Este texto se basa en el análisis de textos de diversos autores y documentos de la ONU, se adentra en la conexión entre la salud y la educación; este análisis, es crítico y aborda, también, los acuerdos internacionales, que muestran un panorama sobre la colaboración entre países latinoamericanos.

América Latina y el Caribe enfrentan un desafío adicional: garantizar que las oportunidades de movilidad académica no sean sinónimo de desigualdad o vulnerabilidad. Se propone reflexionar sobre la importancia de políticas que reconozcan estas necesidades, fomentando el bienestar integral de los estudiantes internacionales y construyendo puentes entre la salud y la educación en nuestra región.

1. Acuerdos Internacionales

1.2. Acuerdos Internacionales de Movilidad y Cooperación Educativa

La educación internacional y la movilidad académica se han fortalecido en las últimas décadas a través de una serie de acuerdos y convenios internacionales. A nivel mundial, la Declaración Mundial sobre la Educación Superior en el Siglo XXI (1998), también de la UNESCO, establece principios de equidad, calidad y acceso en la educación superior, y subraya la importancia de la internacionalización de la educación para el desarrollo de sociedades más inclusivas, abiertas. La declaración enfatiza la responsabilidad de los Estados de facilitar el acceso a la educación superior y destaca el valor de los intercambios académicos para la comprensión intercultural (UNESCO, 1998).

Además, los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) de las Naciones Unidas, particularmente, sobre educación y salud de calidad, incluyen metas específicas que alientan la movilidad académica y el acceso inclusivo a la educación en contextos globales, se centra en aumentar la cantidad de becas para estudiantes de países en desarrollo, facilitando su acceso a universidades de países desarrollados y promoviendo la diversidad en las instituciones educativas (Naciones Unidas, 2015).

1.3. Contexto Latinoamericano en la Movilidad y Cooperación Educativa

En el ámbito latinoamericano, la movilidad académica y la cooperación entre instituciones de educación superior han sido impulsadas principalmente por la UNESCO y la Organización de los Estados Iberoamericanos (OEI). Estos organismos han desarrollado acuerdos que buscan fortalecer la integración regional a través de programas de intercambio estudiantil y profesional, además de fomentar la homologación de títulos para facilitar el flujo de estudiantes entre países. También deberían haber acuerdos que durante estos periodos académicos, hayan garantías de una buena salud preventiva y un buen atendimento de los servicios médicos, en el lugar donde ocurra el intercambio.

Otro programa destacado es el Programa Paulo Freire de Movilidad Académica de la OEI, creado en 2014 para incentivar el intercambio de estudiantes de pedagogía y docentes en formación en Iberoamérica. Este programa se basa en la idea de que la movilidad académica es una herramienta fundamental para el desarrollo educativo, ya que permite el intercambio de ideas y prácticas innovadoras en contextos culturales y sociales diversos. A través del Programa Paulo Freire, estudiantes y docentes de Latinoamérica tienen la oportunidad de participar en experiencias educativas en otros países de la región, promoviendo así una mayor comprensión intercultural y profesionalización (OEI, 2020).

El Espacio Latinoamericano y Caribeño de Educación Superior (ENLACES), impulsado también por la OEI, es un proyecto colaborativo que promueve la movilidad académica en toda la región. Su objetivo es integrar los sistemas educativos de los países de América Latina y el Caribe para crear un espacio común de educación superior que facilite el intercambio de estudiantes, académicos y conocimientos. ENLACES busca fomentar una educación de calidad y accesible, y en los últimos años ha incorporado la salud mental de los estudiantes en su agenda, reconociendo la importancia de brindar apoyo emocional para asegurar el éxito académico en contextos internacionales (ENLACES, 2021). “A todos se les debe garantizar su bienestar tanto físico como mental.

1.4. Acuerdos sobre Salud y Bienestar de Estudiantes Internacionales en América Latina

El bienestar de los estudiantes en movilidad es un tema creciente en la agenda de educación superior en Latinoamérica. Uno de los documentos más recientes que destaca la importancia de la salud mental de los estudiantes es la Declaración de Buenos Aires sobre Políticas de Bienestar en la Educación Superior (2018), firmada en el marco del Consejo Latinoamericano de Rectores de Universidades Públicas (CRES). Esta declaración subraya la necesidad de implementar políticas de bienestar que incluyan servicios de salud mental, apoyo psicológico y programas de integración para estudiantes internacionales. La CRES resalta que los estudiantes extranjeros suelen enfrentar desafíos emocionales y culturales, lo cual demanda la adopción de políticas que promuevan su inclusión y bienestar (CRES, 2018).

Además, la Declaración de Cartagena (2014), firmada por ministros de educación de América Latina y el Caribe, incluye recomendaciones para que las instituciones educativas desarrollen programas de apoyo para estudiantes internacionales que aborden aspectos de salud física y mental. La declaración establece que, al ser una región caracterizada por la diversidad cultural, las universidades deben adaptar sus servicios de salud mental para incluir enfoques culturalmente sensibles y accesibles para todos los estudiantes, especialmente aquellos que están lejos de sus redes familiares y culturales de apoyo (Ministerio de Educación de Colombia, 2014).

La Convención Interamericana sobre Derechos Humanos (CIDH) y su Protocolo de San Salvador, ratificado por varios países de América Latina, también menciona el derecho de todos a una educación integral que incluya componentes de salud y bienestar. Aunque el protocolo no se centra exclusivamente en la salud mental, subraya el derecho de todos los estudiantes a un ambiente educativo que favorezca su desarrollo personal y psicológico. En los últimos años, algunas universidades han interpretado este derecho como una base para crear programas específicos de salud mental y apoyo emocional, adaptados a las necesidades de los estudiantes en movilidad (CIDH, 1999).

2. Salud Mental de los Estudiantes

2.1. Iniciativas Regionales para el Bienestar Psicológico de los Estudiantes Internacionales

La salud mental en la educación superior es una preocupación creciente en América Latina, y diversas instituciones han comenzado a implementar programas de apoyo emocional para estudiantes en movilidad. En 2019, la Red Latinoamericana de Cooperación Universitaria (RLCU) lanzó un estudio sobre el bienestar emocional de los estudiantes internacionales en universidades de la región, el cual reveló que el choque cultural, la presión académica y el aislamiento social son factores que afectan significativamente su salud mental. Este estudio sugirió que las universidades deberían implementar servicios de asesoramiento psicológico y establecer grupos de apoyo entre pares, orientados a estudiantes que provienen de otros países (RLCU, 2019).

Asimismo, la Asociación de Universidades Grupo Montevideo (AUGM), que reúne a varias universidades públicas de América Latina, ha desarrollado el programa “Bienestar y Movilidad” para garantizar que los estudiantes internacionales cuenten con servicios de apoyo emocional, orientados a mejorar su adaptación y éxito académico. Este programa ha implementado prácticas como talleres de salud mental, asesorías personalizadas y redes de apoyo estudiantil que buscan fomentar un ambiente inclusivo para estudiantes extranjeros (AUGM, 2021).

2.2. La Perspectiva de la Salud Mental desde el Marco de la Inclusión en la Educación Superior

La salud mental en la educación internacional ha tomado relevancia en la región, con un enfoque inclusivo que considera la diversidad cultural y lingüística de los estudiantes internacionales. En este sentido, el Marco Regional de Educación Superior para América Latina y el Caribe de la UNESCO resalta que, para que los estudiantes internacionales puedan desarrollarse académica y personalmente, las instituciones deben ofrecer servicios que promuevan el bienestar psicológico y la integración social. Este marco establece que los estudiantes en movilidad son particularmente vulnerables a problemas de salud mental, y recomienda que las universidades trabajen en la creación de redes de apoyo psicosocial (UNESCO, 2018).

La creciente demanda de servicios de salud mental en los campus latinoamericanos ha impulsado que varias universidades desarrollen programas específicos para estudiantes internacionales. Por ejemplo, la Universidad de Buenos Aires (UBA) y la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) han implementado servicios de apoyo psicológico gratuito y accesible para estudiantes internacionales, incluyendo asesoría en su idioma natal y talleres de adaptación cultural. Estas iniciativas están en línea con los principios de la UNESCO sobre inclusión y equidad en la educación superior y buscan prevenir el abandono académico derivado de problemas emocionales (UBA, 2020; UNAM, 2021).

2.3. Desafíos y Oportunidades para la Salud Mental en la Movilidad Académica Latinoamericana

Aunque los acuerdos y programas de cooperación han fomentado la movilidad estudiantil en América Latina, la región aún enfrenta desafíos para mejorar el acceso a servicios de salud mental en los campus. Muchos países carecen de una legislación que exija a las universidades ofrecer apoyo psicológico, lo cual dificulta que los estudiantes internacionales encuentren los recursos necesarios para manejar los problemas emocionales derivados de su adaptación. Sin embargo, los acuerdos internacionales y regionales mencionados han sentado las bases para que cada vez más universidades implementen políticas y programas que contribuyan al bienestar de sus estudiantes en movilidad.

3. Brasil y Colombia: Iniciativas Nacionales y Regionales en Movilidad y Bienestar Estudiantil

Tanto Brasil como Colombia han sido actores activos en la promoción de la movilidad académica y el bienestar de los estudiantes internacionales en América Latina. Brasil, uno de los países con mayor número de estudiantes internacionales en la región, ha implementado políticas de internacionalización en sus universidades para facilitar la integración y el bienestar de los estudiantes extranjeros. La Asociación Brasileña de Educación Internacional (FAUBAI), junto con el gobierno federal, ha desarrollado programas de intercambio académico, como el Programa Ciencia sin Fronteras, que, aunque actualmente pausado, fue un gran referente en el impulso de la movilidad estudiantil hacia y desde Brasil.

En términos de apoyo a la salud mental, la Universidad de São Paulo (USP) y la Universidad Estatal de Campinas (UNICAMP) han desarrollado servicios de asesoramiento psicológico en varios idiomas para los estudiantes internacionales, incluyendo talleres de adaptación cultural y redes de apoyo emocional. Estos programas se han desarrollado con la colaboración del Ministerio de Educación (MEC), que promueve la inclusión de servicios de salud mental en las instituciones de educación superior para apoyar la adaptación y el bienestar de los estudiantes (MEC, 2022).

Colombia, por su parte, se ha enfocado en políticas de inclusión y apoyo a la salud mental de los estudiantes internacionales. La Universidad Nacional de Colombia y la Pontificia Universidad Javeriana cuentan con programas de salud mental que han sido diseñados para responder a las necesidades de los estudiantes internacionales. Estos incluyen servicios de orientación y asesoramiento psicológico, con un enfoque multicultural que considera la diversidad de los estudiantes en movilidad. En 2020, el Ministerio de Educación Nacional (MEN) lanzó el Programa Colombia Challenge Your Knowledge (CCYK), el cual busca fortalecer la internacionalización de las universidades y garantizar el bienestar emocional de los estudiantes extranjeros a través de programas de inclusión y acompañamiento emocional (MEN, 2020).

3.1. Desafíos en la Implementación de Programas de Bienestar y Movilidad Académica

Si bien los programas de movilidad académica en Brasil y Colombia, como los de otras naciones latinoamericanas, han tenido un impacto positivo en la promoción de la integración educativa, la implementación de políticas que aborden la salud mental en el ámbito internacional presenta importantes desafíos. Un problema importante es la fragmentación de recursos en algunas universidades, particularmente en Colombia, donde la distribución desigual de fondos limita la capacidad de muchas instituciones para ofrecer servicios de apoyo psicológico adecuados. Las universidades de menor tamaño o localizadas fuera de las principales ciudades suelen tener menos recursos, lo que impide implementar programas de salud mental para estudiantes internacionales con la misma eficacia que en universidades más grandes (MEN, 2020). Esta desigualdad territorial genera una barrera importante para los estudiantes en movilidad, quienes no siempre pueden acceder a los mismos recursos de bienestar, creando una experiencia de intercambio desequilibrada.

En Brasil, el sistema universitario enfrenta dificultades para mantener programas de apoyo psicológico estable a causa de la dependencia de financiamiento gubernamental fluctuante, que afecta la sostenibilidad de los servicios de salud mental. Aunque universidades como la USP y la UNICAMP han adoptado

programas piloto de asesoramiento en salud mental, estos dependen del financiamiento estatal, lo cual ha resultado en suspensiones o reducciones de estos servicios en momentos de crisis económica (MEC, 2022). Esta falta de continuidad genera una gran incertidumbre en la oferta de servicios de salud mental y afecta la calidad de la atención disponible para estudiantes internacionales.

4. Barreras Administrativas y Accesibilidad para Estudiantes Internacionales

La burocracia y las barreras administrativas dificultan el acceso de los estudiantes internacionales a servicios de apoyo psicológico en muchas universidades de la región. En países como Brasil, los estudiantes internacionales enfrentan dificultades con los trámites migratorios y la homologación de documentos, lo que puede ser un proceso estresante y, en algunos casos, obstaculiza su acceso rápido a servicios de bienestar. La falta de integración entre los sistemas de migración y las universidades representa un desafío constante, ya que los estudiantes muchas veces deben esperar meses antes de tener acceso a servicios básicos de salud, incluyendo los de apoyo psicológico (FAUBAI, 2022).

En Colombia, la situación es peor. A pesar de los esfuerzos por mejorar los trámites de admisión y facilitar el acceso a los servicios de apoyo, la cantidad de pasos administrativos suele ser abrumadora, especialmente para estudiantes de intercambio. El Programa Colombia Challenge Your Knowledge ha señalado que la sobrecarga administrativa se presenta como una barrera para que los estudiantes accedan a servicios esenciales y afecta la percepción de apoyo por parte de la institución (MEN, 2020).

5. Falta de Enfoque en la Prevención y Sensibilización

A pesar de los avances en la creación de programas de salud mental, los esfuerzos en prevención y sensibilización aún son limitados. En muchos casos, las universidades abordan la salud mental de manera reactiva, atendiendo a los

estudiantes una vez que presentan problemas graves en lugar de fomentar un enfoque preventivo.

5.1 México y Argentina: Políticas y Desafíos en la Movilidad y Bienestar Estudiantil

En México y Argentina, la movilidad académica y el apoyo a estudiantes internacionales han experimentado un crecimiento considerable en los últimos años. Estos países, considerados como destinos educativos relevantes en América Latina, han implementado programas de internacionalización que buscan mejorar la experiencia educativa de los estudiantes en movilidad, aunque presentan limitaciones significativas en cuanto al soporte emocional y psicológico. (Classo) La atención en salud en Argentina para estudiantes extranjeros, depende del gobierno en turno.

México, con su Programa de Internacionalización de la Educación Superior (PIES), ha promovido la movilidad académica mediante alianzas con universidades de distintos países, especialmente dentro de América Latina y con Estados Unidos. Sin embargo, las universidades mexicanas, incluidas instituciones de alto nivel como la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), enfrentan retos en cuanto a la sostenibilidad de los servicios de salud mental. Los fondos destinados a programas de bienestar suelen ser insuficientes y no abarcan completamente las necesidades de los estudiantes internacionales, lo cual es un problema especialmente agudo en universidades públicas que dependen de recursos gubernamentales (SEP, 2021). La falta de apoyo emocional estructurado ha sido criticada por estudiantes, quienes a menudo enfrentan barreras idiomáticas y culturales que dificultan su integración plena en la vida académica.

Argentina, a través del Programa de Internacionalización de la Educación Superior y Cooperación Internacional (PIESCI), ha logrado posicionarse como un destino atractivo para estudiantes internacionales, especialmente de otros países latinoamericanos y europeos. Sin embargo, los estudiantes reportan dificultades con el acceso a servicios de salud física y mental y bienestar psicológico, los cuales suelen estar más enfocados en estudiantes locales. La Universidad de Buenos Aires (UBA), una de las principales receptoras de estudiantes extranjeros, ofrece servicios

de bienestar, pero la carga administrativa y la falta de personal capacitado en temas interculturales limitan la efectividad de estos programas.

5.2. Chile y Perú: Los Impactos de la Burocracia y las Barreras Lingüísticas en la Atención Psicológica

Chile y Perú también han desarrollado políticas de movilidad académica, pero enfrentan desafíos críticos en la provisión de servicios de salud mental a estudiantes internacionales. En Chile, el programa Becas Chile ha incrementado la presencia de estudiantes extranjeros en instituciones como la Pontificia Universidad Católica de Chile (PUC) y la Universidad de Chile. Sin embargo, los estudiantes internacionales a menudo encuentran trabas burocráticas que dificultan el acceso a servicios de bienestar psicológico y apoyo emocional. La falta de personal capacitado para abordar los problemas específicos de estudiantes internacionales, además de la escasa disponibilidad de programas en varios idiomas, limita la efectividad de la atención psicológica (MINEDUC, 2022). Aunque Chile ha avanzado en la creación de políticas de inclusión, el impacto real en la experiencia de los estudiantes internacionales aún es limitado, y los estudiantes reportan sentimientos de aislamiento y dificultades para acceder a servicios en su idioma natal.

En Perú, los estudiantes internacionales en universidades como la Pontificia Universidad Católica del Perú (PUCP) se enfrentan a barreras administrativas significativas que dificultan la obtención de apoyo psicológico adecuado. Si bien el país ha impulsado el programa Perú Educa en el Mundo, que busca internacionalizar las universidades y atraer estudiantes de otros países, la falta de recursos destinados a la salud mental es un obstáculo importante. Los estudiantes internacionales reportan que la atención psicológica en muchos casos no está diseñada para abordar el choque cultural y las diferencias lingüísticas, lo que agrava su experiencia de adaptación (Ministerio de Educación del Perú, 2022).

5.3. Obstáculos Financieros y de Sostenibilidad en la Implementación de Programas de Bienestar en América Latina

En términos generales, los países latinoamericanos enfrentan serios obstáculos financieros para mantener programas de salud mental y bienestar para estudiantes internacionales de manera estable. A diferencia de países como Estados Unidos y

Canadá, donde la financiación de programas de bienestar en universidades está más institucionalizada, en América Latina los programas de movilidad dependen en gran medida de los fondos gubernamentales y de organizaciones externas, lo que los hace vulnerables a cambios políticos y económicos. En épocas de crisis, estos programas son frecuentemente recortados, afectando directamente la disponibilidad de servicios de apoyo psicológico para estudiantes internacionales.

6. Factores de Estrés y Salud Mental en Estudiantes Internacionales

Los estudiantes internacionales enfrentan una variedad de desafíos durante su proceso de adaptación, que afectan directamente su salud mental y bienestar general. En el contexto latinoamericano, las investigaciones han revelado que la combinación de factores como la lejanía de la familia, las barreras lingüísticas y las diferencias culturales generan altos niveles de estrés y ansiedad (Santos, 2021, p. 15). A continuación, se examinan los factores de estrés más relevantes y sus efectos en la salud mental de los estudiantes internacionales.

6.1. Distancia Familiar y Soledad

La distancia de la familia y el entorno familiar representa uno de los factores de estrés más significativos. La separación prolongada de los seres queridos puede provocar sentimientos de soledad, nostalgia e incluso de pérdida, especialmente en aquellos estudiantes que vienen de culturas con lazos familiares fuertes y redes de apoyo comunitarias. En América Latina, donde el sentido de familia y comunidad es fundamental, esta separación puede ser particularmente difícil. Fernández (2022) menciona que los estudiantes internacionales que no tienen una red de apoyo cercana experimentan sentimientos más intensos de soledad e incertidumbre, lo que puede derivar en síntomas de depresión y ansiedad. Además, la falta de apoyo familiar cercano limita las estrategias de afrontamiento, incrementando la vulnerabilidad emocional de estos estudiantes.

6.2 Presión Académica y Adaptación a Nuevos Sistemas Educativos

La presión académica en el extranjero es otra fuente significativa de estrés, pues los estudiantes deben adaptarse a sistemas educativos diferentes al de su país de origen, lo que muchas veces implica métodos de enseñanza y evaluación distintos.

En Brasil, por ejemplo, el sistema universitario favorece la evaluación continua y exige participación en proyectos prácticos, lo que puede ser una experiencia desafiante para estudiantes de sistemas educativos donde se priorizan exámenes escritos (Mendes, 2021). Esta adaptación requiere habilidades de manejo de tiempo y técnicas de estudio diferentes, y aquellos estudiantes que no logran ajustarse rápidamente pueden experimentar altos niveles de ansiedad.

Asimismo, en muchos casos, los estudiantes internacionales enfrentan presiones adicionales para mantener un alto rendimiento académico debido a expectativas familiares o exigencias de becas que condicionan su permanencia. Estas expectativas, junto con la necesidad de adaptarse a un entorno educativo desconocido, incrementan el riesgo de estrés académico y problemas de salud mental. Según el estudio de Ramírez y Torres (2023), los estudiantes que se sienten inseguros académicamente o que no comprenden completamente los requisitos de sus programas de estudio son más propensos a desarrollar síntomas de ansiedad y agotamiento.

6.3. Estabilidad Financiera y Empleo

La estabilidad financiera es otro de los factores de estrés que afecta de manera significativa a los estudiantes internacionales. Los costos de vida en los países de destino suelen ser más altos que en sus lugares de origen, y aunque algunos estudiantes cuentan con becas, estas no siempre cubren todos los gastos, lo que les obliga a buscar empleos para complementar sus ingresos. Sin embargo, la falta de permisos de trabajo en algunos países de América Latina restringe las oportunidades laborales para estudiantes internacionales, generando preocupación financiera y contribuyendo al estrés crónico. Según un estudio de Martínez (2022), la preocupación constante por la economía personal y familiar agrava la salud mental, aumentando el riesgo de ansiedad, estrés y agotamiento emocional.

En Brasil, por ejemplo, las becas de apoyo para estudiantes internacionales varían considerablemente según la universidad, lo que deja a muchos estudiantes en una situación económica precaria (Oliveira, 2023). En países como Argentina y Chile, los costos de vida en las principales ciudades académicas también representan un

desafío económico considerable para los estudiantes extranjeros, generando una fuente de preocupación constante.

6.4. El Burnout Estudiantil en Estudiantes Internacionales

El burnout estudiantil, o agotamiento académico, es un fenómeno que afecta a estudiantes de todas las edades, pero tiene un impacto particular en los estudiantes internacionales debido a factores adicionales, como la adaptación cultural, el idioma y el aislamiento social. Este síndrome, descrito inicialmente en el ámbito laboral, se caracteriza por un agotamiento emocional profundo, sensación de ineficacia y despersonalización hacia las actividades académicas. El burnout académico puede desencadenar problemas emocionales y físicos que afectan significativamente el rendimiento y bienestar de los estudiantes (Fernández, 2022).

Muchos estudiantes internacionales en América Latina, enfrentan desafíos como la necesidad de demostrar su competencia académica en un nuevo idioma, la expectativa de obtener calificaciones altas y la falta de redes de apoyo social que mitiguen el estrés. Las universidades en países como Brasil y Colombia han hecho esfuerzos para apoyar a estos estudiantes, pero el enfoque ha sido más reactivo que preventivo, lo cual limita la efectividad de las intervenciones (Oliveira, 2023).

El burnout estudiantil no solo impacta la vida académica, sino también la salud física y mental de los estudiantes. El estrés prolongado asociado con el burnout puede llevar a problemas como insomnio, ansiedad, depresión e incluso a enfermedades físicas, como problemas gastrointestinales y cardiovasculares (Mendes, 2021). Según Martínez (2022), el burnout académico, cuando no se aborda de forma adecuada, puede durar años y tener consecuencias a largo plazo, afectando tanto la salud como el desarrollo profesional de los estudiantes. La situación de los estudiantes internacionales es aún más compleja, ya que muchos de ellos están lejos de sus familias y carecen del soporte emocional necesario para enfrentar estas dificultades.

La importancia de una estrategia preventiva en salud mental en el ámbito universitario se vuelve evidente en este contexto. Los programas de salud mental específicos para estudiantes internacionales podrían ayudar a reducir los niveles de burnout académico, facilitando espacios donde los estudiantes puedan expresar sus

preocupaciones y obtener herramientas para manejar el estrés. (Smith y Thompson, 2023).

7. Salud Mental y Falta de Apoyo Psicológico

Aunque muchas universidades en América Latina están desarrollando programas de apoyo psicológico y orientación para estudiantes internacionales, la demanda de estos servicios supera su capacidad, y en algunos casos, el personal no está suficientemente capacitado para atender las necesidades específicas de estudiantes internacionales. Según Fernández (2022), el acceso limitado a servicios de salud mental especializados es un problema constante en las universidades de la región, especialmente en instituciones públicas con recursos limitados.

8. Apoyo Institucional y Programas de Bienestar

Las instituciones educativas tienen un papel crucial en el apoyo a la salud mental de los estudiantes internacionales, quienes enfrentan desafíos únicos que afectan su adaptación y bienestar. En América Latina, el apoyo institucional varía considerablemente, y aunque existen programas de bienestar, estos no siempre están diseñados para satisfacer las necesidades específicas de estudiantes extranjeros. Costa (2023, p. 44) destaca que la mayoría de los servicios de apoyo en la región están dirigidos a estudiantes locales, dejando a los internacionales con limitadas opciones para enfrentar el estrés académico y cultural.

8.1. Programas de Orientación y Asesoría Psicológica

En algunos países, como Brasil y Argentina, las universidades han comenzado a desarrollar programas de orientación dirigidos a estudiantes internacionales, aunque la efectividad de estos programas está sujeta a las limitaciones de recursos y la preparación del personal. En Colombia, por ejemplo, la Universidad Nacional ofrece un servicio de asesoría psicológica, pero la alta demanda y la escasez de personal capacitado afectan la disponibilidad de atención personalizada. Ramírez y Torres (2023) observaron que el tiempo de espera para acceder a los servicios psicológicos supera los dos meses en períodos de alta demanda, lo cual dificulta el apoyo

oportuno a los estudiantes que necesitan ayuda inmediata. Además, las barreras culturales y lingüísticas limitan la efectividad de estas intervenciones, ya que muchos profesionales no están preparados para comprender plenamente las experiencias y desafíos específicos de los estudiantes extranjeros (Oliveira, 2023).

9. Barreras en la Implementación de Programas de Bienestar

La falta de financiamiento y el bajo presupuesto destinado a programas de bienestar en universidades públicas latinoamericanas representa un obstáculo para la implementación de servicios efectivos de salud mental. Según Martínez (2022), muchas universidades de América Latina carecen de recursos para implementar programas sostenibles de apoyo emocional y psicológico. Aunque en países como Chile y Argentina existen programas financiados por el estado, estos suelen concentrarse en las capitales o en universidades de mayor renombre, mientras que las instituciones regionales no disponen de fondos suficientes.

Además, algunos programas de bienestar se basan en modelos de asesoría grupal que no siempre resultan efectivos para estudiantes internacionales, quienes requieren un enfoque más personalizado. En Brasil, Oliveira (2023) observa que muchos estudiantes internacionales no encuentran suficiente empatía o comprensión en los servicios de apoyo, lo que los lleva a evitar estos recursos y enfrentar solos sus problemas de salud mental. Estos obstáculos en la implementación de programas de bienestar reducen su efectividad y dejan a los estudiantes en una situación de vulnerabilidad psicológica.

9.1. Limitaciones de las Políticas de Bienestar y Salud Mental

A nivel institucional, las políticas de bienestar para estudiantes internacionales en América Latina se ven limitadas por la falta de un marco regulatorio específico que aborde sus necesidades. Si bien organismos como la UNESCO y la CRES han propuesto lineamientos para promover la inclusión y el bienestar en la educación superior, su aplicación en la región es dispar y depende de cada institución (CRES, 2024). Las universidades de menor presupuesto suelen priorizar las necesidades de la población estudiantil local, dejando de lado a los estudiantes internacionales en la planificación de servicios de salud mental.

9.2. Necesidad de Políticas y Reformas Institucionales

Para mejorar el apoyo a los estudiantes internacionales, es necesario que las instituciones latinoamericanas implementen políticas específicas de bienestar que integren servicios de asesoría psicológica, orientación cultural y redes de apoyo. Algunos estudios sugieren que el desarrollo de protocolos de atención para estudiantes internacionales y la capacitación del personal en competencia intercultural podrían ayudar a reducir los problemas de adaptación y mejorar el bienestar emocional (Smith y Thompson, 2023).

Consideraciones Generales

El análisis sobre la salud mental de los estudiantes internacionales en América Latina refleja tanto los avances en políticas de cooperación e inclusión como las limitaciones estructurales en los sistemas educativos de la región. Aunque existen esfuerzos de integración que fomentan la movilidad académica, como los acuerdos promovidos por organismos multilaterales (por ejemplo, el Convenio Regional de Reconocimiento de Títulos de la UNESCO y la Declaración de Medellín de la OEA), todavía persisten desafíos significativos que afectan directamente el bienestar psicológico y social de estos estudiantes.

Un aspecto relevante es la desigualdad en el acceso a servicios de salud mental adecuados. En países como Brasil y Colombia, las universidades han desarrollado programas específicos de apoyo psicológico para sus estudiantes internacionales, pero estos recursos a menudo no cubren plenamente las necesidades específicas de esta población, especialmente en términos de apoyo culturalmente sensible y multilingüe. Las barreras lingüísticas y la falta de formación en competencias interculturales en el personal de salud mental limitan la efectividad de los servicios y pueden, en algunos casos, exacerbar la vulnerabilidad de los estudiantes internacionales.

Además, el contexto de desigualdad socioeconómica en la región afecta tanto a las universidades como a los propios estudiantes internacionales. Las restricciones de financiamiento en las universidades públicas y privadas de América Latina resultan en programas de salud mental insuficientes, que muchas veces priorizan a la población estudiantil local. Asimismo, la situación económica de algunos estudiantes

internacionales, especialmente aquellos que provienen de países en desarrollo, limita su capacidad para acceder a servicios privados en caso de que las universidades no logren satisfacer sus necesidades de salud mental.

Referencias

- Costa, P. *Desafíos en la Adaptación de Estudiantes Internacionales en Universidades Latinoamericanas*. Revista de Educación y Psicología, v. 19, n. 2, p. 41-57, 2023.
- Fernández, J. *Barreras Culturales y Salud Mental en Estudiantes Internacionales*. Revista Latinoamericana de Psicología Educativa, v. 18, n. 2, p. 45-65, 2022.
- Gómez, M. *El Impacto del Choque Cultural en el Bienestar Psicológico de Estudiantes Internacionales*. Psicología de la Educación, Universidad de Buenos Aires, 2020.
- Martínez, L. *Desafíos Económicos y Salud Mental en la Movilidad Académica*. Estudios de Psicología y Educación, v. 25, p. 112-129, 2022.
- Mendes, R. *La Adaptación al Sistema Educativo Brasileño: Desafíos para los Estudiantes Extranjeros*. Revista de Educación Superior en América Latina, v. 12, p. 71-88, 2021.
- Mora, R., & Gómez, E. *El impacto de los acuerdos internacionales de educación en el desarrollo de la movilidad académica en América Latina*. Revista de Políticas Educativas, v. 15, p. 35-50, 2021.
- Oliveira, A. *Salud Mental y Bienestar en Universidades Brasileñas: Un Estudio sobre Estudiantes Internacionales*. Estudios Interculturales en América Latina, v. 17, n. 3, p. 201-215, 2023.
- Organización de los Estados Americanos (OEA). *Declaración de Medellín sobre Educación Inclusiva y Acceso Equitativo*. Informe Anual de la Secretaría General, 2022.
- Ramírez, P., & Torres, F. *Ansiedad y Estrés Académico en Estudiantes Internacionales*. Universidad Nacional de Colombia, Facultad de Psicología, Bogotá, 2023.

- Santos, R. *Factores de Estrés y Adaptación de Estudiantes Internacionales en América Latina*. Estudios sobre Educación y Psicología, v. 30, n. 4, p. 78-90, 2021.
- Smith, J., & Thompson, R. *Competencias Interculturales y Apoyo Psicológico para Estudiantes Internacionales en Latinoamérica*. Psicología y Educación, v. 21, n. 1, p. 66-84, 2023.
- UNESCO. *Acuerdo de Reconocimiento de Títulos y Grados en América Latina y el Caribe*. Informe de Seguimiento sobre el Convenio Regional, 2022