

Acompañar también es una forma de ayuda

utpl

10/09/2025

Categorías:

Misiones Universitarias, UTPL, Vinculación

Cada año, más de **700 mil personas alrededor del mundo se quitan la vida, según la Organización Mundial de la Salud (OMS)**. En Ecuador, datos de la Policía Nacional señalan que entre enero y marzo de 2025 se han registrado **245 suicidios, entre la población más afectada se encuentran jóvenes de 15 a 29 años** en contextos de problemas familiares, sociales, falta de ayuda y redes de apoyo. La situación se agudizó con la pandemia, cuando el aislamiento social disparó los niveles de ansiedad, depresión y sensación de desamparo.

Hablar de prevención no se limita a recibir atención clínica, implica espacios donde los estudiantes se sientan escuchados, comprendidos y acompañados. De ahí nace la importancia de una **cultura de cuidado integral, que incluya la capacidad de brindar apoyo a otros**.

El 10 de septiembre, Día Mundial para la Prevención del Suicidio, recuerda la importancia de visibilizar que el suicidio se puede prevenir mediante el fortalecimiento de campañas, espacios de diálogo y programas que promuevan la escucha y el acompañamiento. Uno de ellos es **["No estás solo"](#)** [1], creado por la Universidad Técnica Particular de Loja (UTPL) durante la pandemia.

Lo que comenzó como un esfuerzo para atender el silencio del encierro, hoy se ha convertido en un **programa institucional que promueve la formación de habilidades humanas y de acompañamiento**.

"La pandemia nos mostró que muchos necesitábamos simplemente conversar. Entendimos que la soledad era un peso enorme y decidimos dar una respuesta. Así nació este proyecto que transmite un mensaje claro: no estás solo", explica Francisco Vivanco Ríos, coordinador del Área de Sicoética de la universidad.

"No estás solo" es un espacio para acompañar y ser acompañado.

Cómo funciona el programa

Cualquier miembro de la comunidad universitaria puede formar parte del proyecto, ya sea como solicitante de acompañamiento o como voluntario dispuesto a brindar apoyo. Los voluntarios reciben un curso certificado de 40 horas dividido en cuatro módulos:

- **Antropología** básica para comprender mejor a la persona que se acompaña.
- **Acompañamiento** con técnicas y formas de estar presente para otros.
- **Cuidado y autocuidado** porque quien acompaña también necesita proteger su bienestar.
- **Protocolos de atención** con pautas claras sobre cómo escuchar, cuándo derivar y hasta dónde llega el rol de un acompañante.

Los voluntarios se clasifican en diferentes niveles que **se ajustan a cada necesidad y complejidad de los casos**, por ejemplo, principiantes que inician su formación o misioneros que cuentan con una mayor experiencia.

Francisco enfatiza que “No estás solo” no consiste solamente en una asistencia momentánea. “No hablamos solo de psicología, hablamos de integridad, es decir, cuerpo, mente y espíritu. El acompañamiento significa estar para el otro en todos los sentidos”, asegura.

En lo que va del año se han recibido más de 360 solicitudes de acompañamiento y **alrededor de 220 personas han culminado su formación** como acompañantes activos.



Estamos aquí para escucharte, acompañarte y ofrecerte un espacio seguro.

Un efecto que trasciende la universidad

Si bien se gestó en la UTPL, “No estás solo” trasciende las aulas y los pasillos universitarios, pues han sido los estudiantes, docentes y administrativos quienes se han encargado de trasladar lo aprendido a sus hogares y círculos sociales, lo que generó un efecto multiplicador de modo que la universidad **contribuye a una transformación cultural que busca que cada persona reconozca la importancia de cuidarse y cuidar de los demás.**

“El acompañamiento no termina en la universidad, cuando un estudiante aprende a escuchar y contener, también puede apoyar a su familia, a sus amigos y a quienes lo rodean, ese es el verdadero alcance del proyecto”, destaca el coordinador.

El desafío ahora es sostener y ampliar esta red porque **la prevención del suicidio inicia con la empatía cotidiana y con la certeza de que, frente a la soledad, siempre hay alguien dispuesto a acompañar.**

En la UTPL fomentamos el cuidado integral de la persona

Conoce a la UTPL

[2]

Source URL: <https://noticias.utpl.edu.ec/acompanar-tambien-es-una-forma-de-ayuda>

Links

[1] <https://noestassolo.utpl.edu.ec/>

[2] <http://utpl.edu.ec>