



Unidad de Apoyo Psicosocial
al Personal Universitario
Universidad de Concepción



FACULTAD DE
ENFERMERÍA
UNIVERSIDAD DE CONCEPCION

Experiencia de protección de la salud mental de los trabajadores como factor humanizador en el ámbito laboral

Dra. Angélica Melita Rodríguez
Universidad de Concepción

AUSPICIAN



El viaje Humanizador

**2º CONGRESO DE
HUMANIZACIÓN EN SALUD**
DE LA RED DE HUMANIZACIÓN EN SALUD - CHILE

3º ENCUENTRO INTEGRANTES
RED DE HUMANIZACIÓN EN SALUD - CHILE

21/22

AGOSTO COPIAPÓ - 2025



¿Qué significa el trabajo para usted?







El trabajo en salud como actividad emocionalmente exigente

- El trabajo en el ámbito sanitario se caracteriza por una alta carga emocional, derivada de la constante exposición al sufrimiento humano, la toma de decisiones críticas, y el contacto directo con situaciones de vida o muerte.
- Esta realidad convierte al entorno laboral en salud en uno de los más demandantes desde el punto de vista psicológico y emocional



¿Y el trabajo de docentes ?

Trabajo docente

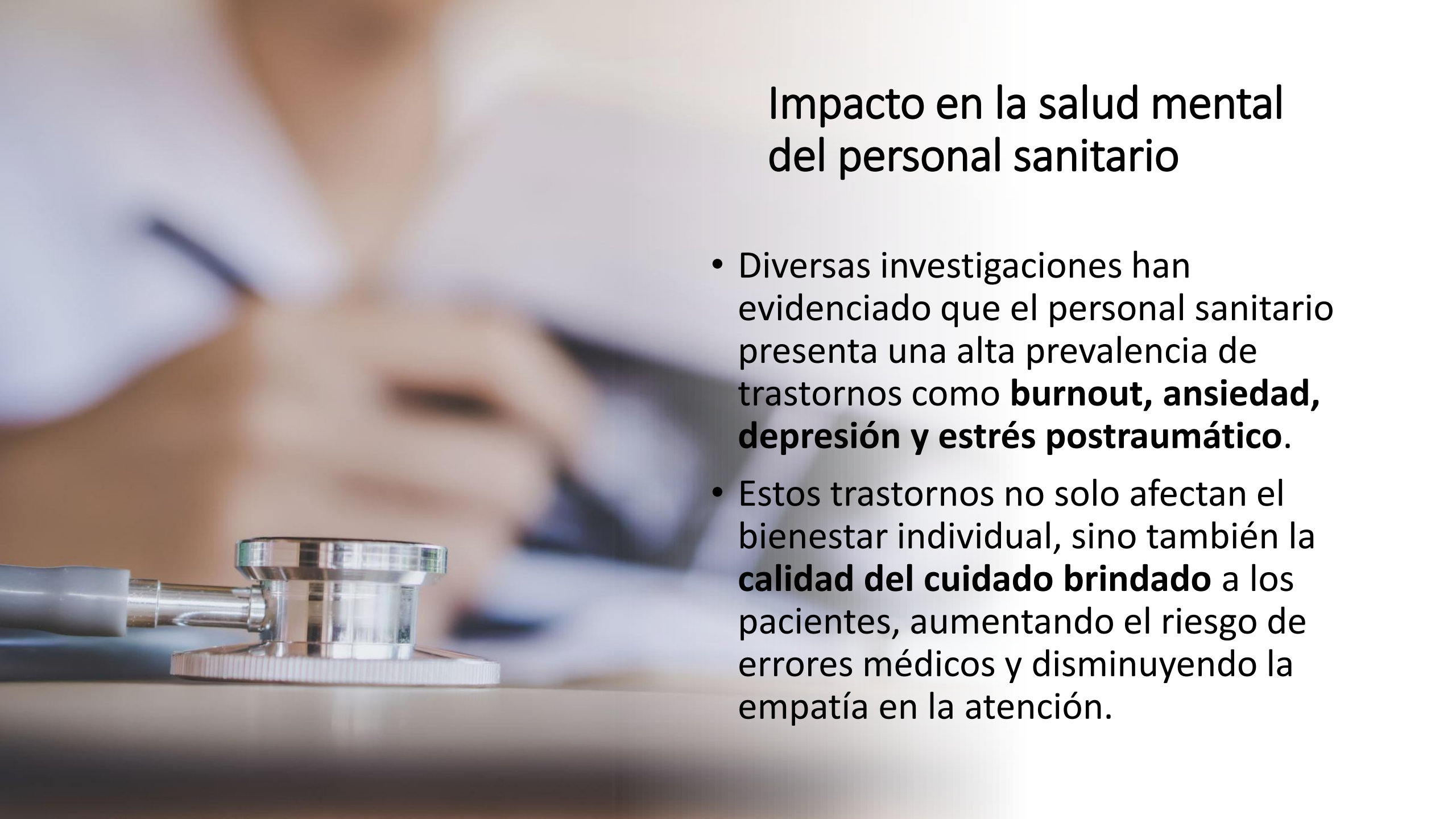
- El ejercicio docente en educación superior implica una alta carga emocional, derivada de la presión por la productividad académica, la evaluación constante, la gestión de múltiples roles (docente, investigador, gestor).
- Estos factores configuran un entorno laboral que puede afectar significativamente la salud mental de los académicos.



Demandas emocionales como riesgo psicosocial

Las demandas emocionales son consideradas un riesgo psicosocial laboral, ya que afectan la salud mental a través de mecanismos psicológicos y fisiológicos.

Estudios en hospitales chilenos han demostrado que más del 60% del personal está expuesto a altas demandas emocionales, lo que se asocia con mayor probabilidad de sufrir violencia laboral y síntomas depresivos.



Impacto en la salud mental del personal sanitario

- Diversas investigaciones han evidenciado que el personal sanitario presenta una alta prevalencia de trastornos como **burnout, ansiedad, depresión y estrés postraumático**.
- Estos trastornos no solo afectan el bienestar individual, sino también la **calidad del cuidado brindado** a los pacientes, aumentando el riesgo de errores médicos y disminuyendo la empatía en la atención.



Impacto en la salud mental en profesionales académicos

- El trabajo académico también presenta altos niveles de exigencia emocional, lo que puede desencadenar, cansancio, agotamiento emocional y burnout

Principales afectaciones:



Estrés laboral: afecta hasta al 42% de los docentes, generando ansiedad, depresión y problemas psicosomáticos.



Burnout: prevalente en docentes universitarios, especialmente por exceso de demandas, falta de reconocimiento y transiciones tecnológicas abruptas.



Fatiga emocional: asociada a la empatía constante hacia estudiantes y la carga mental acumulada

Entonces
¿Como nos
hacemos
cargo del
problema ?



Humanizando iiii

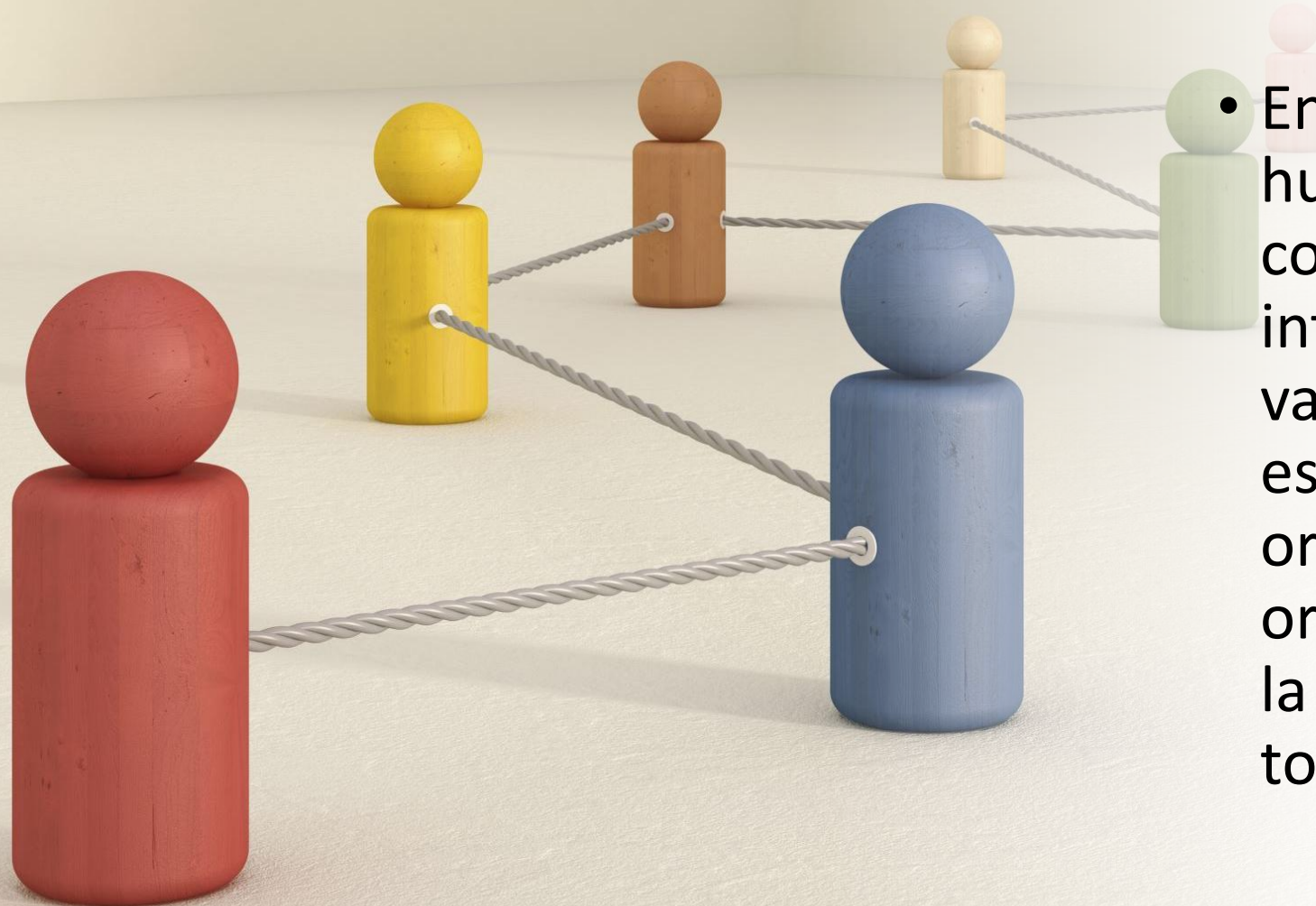




Humanización como enfoque integrador: ética del cuidado, empatía organizacional y cultura del bienestar

- La humanización no debe limitarse a la atención directa al paciente, sino que debe extenderse a las condiciones en que trabajan los profesionales.

Humanización como enfoque integrador:
ética del cuidado, empatía organizacional y
cultura del bienestar



- En este sentido, la humanización se convierte en un enfoque integrador, que articula valores, prácticas y estructuras organizacionales orientadas al respeto por la dignidad humana en todos los niveles.



Empatía organizacional

- La empatía organizacional es la capacidad de las instituciones para comprender, validar y responder a las necesidades emocionales de sus trabajadores.
- No se trata solo de gestos individuales, sino de una cultura institucional que:
- **Reconoce el sufrimiento psíquico como parte del trabajo.**
- **Implementa políticas de salud mental y autocuidado.**

Empatía organizacional

- Fomenta el liderazgo empático y horizontal.
- Promueve espacios de diálogo y contención emocional.
- Una organización empática no solo mejora el clima laboral, sino que fortalece el sentido de pertenencia y compromiso de sus miembros.



Cultura del bienestar



- La cultura del bienestar implica transformar el entorno laboral en un espacio que favorezca el desarrollo integral de las personas.
- Equilibrio entre vida personal y profesional.
- Reconocimiento del trabajo emocional.
- Acceso a recursos de apoyo psicológico.
- Promoción de prácticas saludables (pausas activas, mindfulness, redes de apoyo).
- En contextos como hospitales y universidades, donde el desgaste emocional es alto, una cultura del bienestar no es un lujo, sino una estrategia de sostenibilidad humana.



UAPPU:
Unidad de
Apoyo
Psicosocial al
Personal
Universitario

Universidad
de
Concepción



Descripción Institucional

- La UAPPU es una unidad técnica de la Universidad de Concepción orientada a fortalecer la salud mental de sus más de 5.000 trabajadores.
- Es una unidad nueva y pequeña, que articula acciones preventivas, promocionales y de intervención psicológica en coordinación con otras direcciones y facultades.

Taller PAP

Cómo se cuida la persona que entrega Primeros Auxilios Psicológicos (PAP)

¿Cómo me preparo para hacer una contención?

¿Qué debo considerar antes de hacer una contención?

¿Cómo te sientes después de contener a alguien?

División de
Servicios Estudiantiles
Universidad de Concepción



**UDEC
TE ACOMPAÑA**
Programa Integral de Cuidado Estudiantil

♥ SALUD FÍSICA Y MENTAL
🎮 RECREACIÓN Y CULTURA
🤝 ACCIÓN SOCIAL Y VOLUNTARIADO
🛠 BIENESTAR Y HERRAMIENTAS PARA LA VIDA
🏃 DEPORTES

**UDEC
TE ACOMPAÑA**
Programa Integral de Cuidado Estudiantil

♥ SALUD FÍSICA Y MENTAL
🎮 RECREACIÓN Y CULTURA
🤝 ACCIÓN SOCIAL Y VOLUNTARIADO
🛠 BIENESTAR Y HERRAMIENTAS PARA LA VIDA
🏃 DEPORTES



Comunidad que Cuida

dis.udec.cl dise.udec.cl

MUCHAS GRACIAS



"Un lugar seguro se
construye en comunidad"





Taller Midfulnes secretarias



Seminario de salud mental: Campus Chillan





Guías de orientación para la comunidad Universitaria



Unidad de Apoyo Psicosocial
al Personal Universitario
Universidad de Concepción

GUÍA BREVE DE AUTOCUIDADO



"La salud se produce cuando se devuelve a la gente el poder para efectuar las transformaciones necesarias que aseguren un buen vivir y se reduzcan las causas que atentan contra la salud y el bienestar".

Carta de Ottawa, 1986



Unidad de Apoyo Psicosocial
al Personal Universitario
Universidad de Concepción

Guía de apoyo psicosocial:

acompañando a las comunidades
en contextos de desastre

Loreto Villagrán Valenzuela
Pamela Vaccari Jiménez
Carolina Alzugaray Ponce
Carlos Reyes Valenzuela
Rodrigo Moraga Torres
Jaime Méndez Contreras
Renata Lazo Tapia
Gabriela Burgos Canales



Unidad de Apoyo Psicosocia
al Personal Universitario
Universidad de Concepción

Guía para la contención y gestión de equipos en procesos de duelos y crisis

Ps. Colomba Godoy Arteaga



Área de prevención secundaria



- Acompañamiento personalizado
- Entrevista inicial para evaluar gravedad de la situación.
- Máximo 5 sesiones de acompañamiento enfocadas en la obtención de herramientas de afrontamiento.



Unidad de Apoyo Psicosocial
al Personal Universitario
Universidad de Concepción

Si estás pasando por una situación emocional
delicada, sientes angustia o desmotivación

CONVERSEMOS



Esríbenos a uappu@udec.cl

Conclusiones

- La humanización como enfoque integrador exige una transformación profunda de las instituciones.
- No basta con cuidar al usuario externo; es necesario cuidar a quienes cuidan y educan.
- La ética del cuidado, la empatía organizacional y la cultura del bienestar son pilares que permiten construir entornos laborales más justos, saludables y humanos.

AUSPICIAN



El viaje Humanizador

2º CONGRESO DE HUMANIZACIÓN EN SALUD

DE LA RED DE HUMANIZACIÓN EN SALUD - CHILE

3º ENCUENTRO INTEGRANTES
RED DE HUMANIZACIÓN EN SALUD - CHILE

21/22

AGOSTO COPIAPÓ - 2025

Referencias

- Vega Nieto, A. (2022). Impacto psicológico en el profesional sanitario español durante la pandemia COVID-19 [Trabajo de fin de máster, Universidad Pontificia Comillas]. Repositorio Comillas. <https://repositorio.comillas.edu/jspui/bitstream/11531/66330/1/TFM%20Vega%20Nieto%20Andrea.pdf>
- Prats Insa, A., Matosas Insa, L., Ciercoles Bielsa, M. R., Ordovás Callau, M. Y., Martínez Mur, M. C., & Rey Cordón, A. C. (2025). La salud mental del personal sanitario en el sistema de salud. *Revista Ocronos*, 8(5), 770. <https://revistamedica.com/salud-mental-personal-sanitario-sistema-salud-contexto/>
- Batalla-Martín, D., Campoverde Espinosa, K., & Broncano-Bolzoni, M. (2020). El impacto en la salud mental de los profesionales sanitarios durante la COVID-19. *Dialnet*. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7544333.pdf>
- Voguel Gómez, V. (2025). Salud mental en el personal de salud: implicaciones clínicas y personales en el ejercicio profesional [Revisión teórica, Unidad Central del Valle del Cauca]. Repositorio UCEVA. <https://repositorio.uceva.edu.co/bitstream/handle/20.500.12993/5000/TG-vvoguel.pdf?sequence=1>
- Jiménez Espinoza, J. A., & Silva Caicedo, R. F. (2024). *Análisis sobre estrés laboral y salud mental en docentes del Instituto Tecnológico Mariano Samaniego*. *Revista Conrado*, 20(99). http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442024000400039
- Rodríguez Álava, L. A., Bermello Cantos, I. D., Pinargote Macías, E. I., & Colón Durán Pico, U. (2018). *El estrés y su impacto en la salud mental de los docentes universitarios*. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales*. <https://www.eumed.net/rev/caribe/2018/03/estres-docentes-universitarios.html>
- Estudios Psicológicos. (2023). *Salud mental y vínculos emocionales en docentes, trabajadores y administrativos universitarios en Iberoamérica*. <https://estudiospsicologicos.com/index.php/rep/article/view/127>

Gracias

amelita@udec.cl

