

CARTAS A LA DIRECTORA

ACCIONES CONTRA LA VIOLENCIA

Señora directora:

El trágico hecho ocurrido en Calama, donde una inspectora perdió la vida en un contexto de violencia en un establecimiento educacional, ha generado conmoción y obliga a una reflexión profunda sobre las condiciones en que se desarrolla la educación en nuestro país.

Los Institutos Profesionales no están ajenos a la contingencia y los cambios sociales por los que atraviesa el país. La complejidad del entorno, marcada por problemas de cesantía, salud mental y fenómenos de violencia, nos exige a todos fortalecer no solo los procesos formativos, sino también los entornos seguros y las comunidades educativas.

En este contexto, durante los últimos años hemos venido trabajando en protocolos de prevención, incorporando medidas como canales de denuncia y capacitación a equipos de apoyo psicosocial. Asimismo, se han intensificado esfuerzos por promover la convivencia respetuosa y el bienestar integral de estudiantes, docentes y colaboradores.

La educación técnico-profesional cumple un rol clave en el desarrollo del país. Por lo tanto, cuidar a quienes enseñan y aprenden es una condición básica para cumplir ese propósito. No basta con sancionar, tenemos que educar promoviendo el respeto y generando sentido de

comunidad, ya que este desafío no sólo compete a los establecimientos educacionales, sino a toda la sociedad.

Anamari Martínez Elortegui
Rectora IPCHILE

CORRER Y VOLVER A SENTIRSE BIEN

Señora directora:

En el Día Mundial de la Actividad Física vale la pena detenerse un momento y recordar algo que solemos pasar por alto. Moverse también puede ser un acto simple, casi íntimo.

Para muchos, correr no comienza como un objetivo deportivo, sino como una necesidad. Salir a despejar la cabeza, ordenar las ideas o simplemente tener un momento propio. En ese gesto, tan cotidiano, ocurre algo profundo. El cuerpo se activa y la mente se aquieta.

No es casualidad. Cuando nos movemos, algo cambia. Disminuye la ansiedad, mejora el ánimo y aparece un equilibrio que en el ritmo diario muchas veces se pierde. Esa conexión entre cuerpo y mente, tan antigua como vigente, explica por qué correr sigue siendo mucho más que ejercicio para tantas personas.

Quizás ahí está lo esencial. No en cuánto se corre ni en la velocidad. Está en empezar, en darse ese espacio, en entender que cuidarse no siem-