

Lanzamiento de la Política Institucional de Bienestar y Salud Mental en la Universidad de Atacama

La Universidad de Atacama ha dado un paso histórico al lanzar su Política Institucional de Bienestar y Salud Mental, una iniciativa pionera en Chile que busca transformar la cultura universitaria mediante estrategias integrales de promoción, prevención y gestión. Este proyecto, desarrollado de manera triestamental con la participación de estudiantes, académicos y funcionarios, refleja el compromiso de la institución con el bienestar integral de su comunidad.



OBJETIVOS Y PRINCIPIOS CLAVE

La política tiene como objetivo central fortalecer una cultura de bienestar y salud mental, garantizando entornos seguros, inclusivos y respetuosos. Se basa en principios fundamentales como:

- **Enfoque integral:** Aborda el bienestar físico, emocional y social.
- **Inclusión y diversidad:** Respeta diferencias de género, discapacidad, origen, entre otras.
- **Derechos humanos:** Protege la dignidad y autonomía de las personas.
- **Intersectorialidad:** Fomenta la colaboración entre áreas como educación, salud y familia.

ACCIONES DESTACADAS

Entre las medidas implementadas destacan:
La creación de la Mesa Triestamental de Bienestar y Salud Mental, que integra a representantes de todos los estamentos.
La habilitación de salas de lactancia y horarios flexibles.
Campañas educativas, talleres y actividades deportivas o culturales como factores protectores.
Protocolos para la detección temprana de riesgos psicológicos y redes de apoyo entre pares.

MARCO NORMATIVO Y COMPROMISO INSTITUCIONAL

La política se alinea con estándares internacionales (OMS, OPS) y leyes nacionales como la Ley 21.331 de salud mental y la Ley 21.369 contra el acoso sexual en educación superior. Además, incorpora perspectivas de género e in-

clusión laboral (Ley 21.015).

El rector Forlin Aguilera Olivares valoró la importancia de esta iniciativa: "La salud mental es un tema prioritario en nuestra sociedad, y esta política marca una hoja de ruta para abordarlo desde lo colectivo e individual, respondiendo a las diversas necesidades de la comunidad universitaria. Es una medida necesaria ante el aumento en la diversidad del estudiantado. Estamos orgullosos de ser pioneros en este ámbito".

Por su parte, Sofia Atineos, presidenta del Centro de Estudiantes de la carrera de Pedagogía en Educación Física e integrante del Consejo de Presidencias, valoró positivamente el lanzamiento del nuevo programa de salud mental de la Universidad de Atacama, destacando la inclusión del estudiantado en su desarrollo.

“Lo primero que debemos valorar como Centro de Estudiantes es la conformación triestamental de esta instancia. Desde que estoy en la Universidad, nunca había visto que representantes estudiantiles fueran parte activa en la creación de una política, especialmente en un tema como salud mental, que históricamente ha sido un tabú y poco discutido”, afirmó. En ese sentido, subrayó que “es un hito importante, gratificante y también una responsabilidad personal y social dentro de la comunidad universitaria”.

Sobre su incorporación al equipo, Atineos explicó que su participación surgió por iniciativa propia.

“Yo soy súper busquilla, así que me acerqué al director de la DAE, Rodrigo Dorador, para conversar sobre algunas ideas relacionadas con salud mental en mi departamento. Él me sugirió contactar a Esteban para integrarme a la mesa triestamental, que ya contaba con un representante de Psicología, y así empezó este camino que hoy está dando frutos”, señaló, añadiendo que espera que el proceso “siga

creciendo como un árbol frondoso dentro de esta Universidad”.

Del mismo modo, Rodrigo Dorador Alfaro, Director de Actividades Estudiantiles, explicó que el programa surge desde un compromiso institucional por priorizar el bienestar de la comunidad. “Este programa nace como parte de los compromisos del gobierno universitario, liderado por el rector Forlin Aguilera, con el objetivo de fortalecer la salud mental dentro de nuestra institución”, señaló.

Además, detalló que

“se conformó una mesa triestamental con participación de funcionarios, académicos, estudiantes y autoridades, lo que permitió avanzar en la construcción de una política institucional de bienestar y salud mental”. Según Dorador, la pandemia también influyó en esta necesidad, y por ello “se me asignó desde la Dirección de Actividades Estudiantiles el desafío de liderar y avanzar en esta materia”.

IMPACTO Y FUTURO

La política incluye revisiones bianuales para medir su impacto y protocolos de emergencia, como la continuidad de servicios vía telemática. Con esto, la Universidad de Atacama se posiciona como un modelo en educación superior, adaptándose a desafíos actuales como la pospandemia y la equidad de género.

Esta iniciativa no solo mejora la calidad de vida de la comunidad universitaria, sino que también sienta un precedente para otras instituciones. Con esta política, la Universidad de Atacama demuestra que el bienestar y la salud mental son pilares fundamentales de su proyecto educativo buscando una educación integral y humana.

