

## Con foco en salud integral: HRT organiza feria de seguridad y prevención para sus funcionarios

En el Día Mundial de la Seguridad y la Salud en el Trabajo, el Hospital Regional de Talca (HRT) realizó una feria educativa dirigida a sus funcionarias y funcionarios, con el objetivo de concientizar sobre la importancia de la salud física, mental y laboral en el entorno hospitalario.

Patricia Sandoval, directora del HRT, mencionó que «la feria está destinada a que los funcionarios puedan conocer los distintos ámbitos de prevención que está trabajando el hospital, y lo importante que es para nosotros generar condiciones seguras que permitan tener un cuidado del equipo» concluyendo que hay que cuidar a quienes nos cuidan.

Durante la jornada, los asistentes pudieron informarse sobre prácticas seguras en el trabajo, estrategias de prevención de riesgos, autocuidado emocional, y conocer las estrategias de protección radiológica en ambientes de distintos niveles de exposición a radiaciones ionizantes. Además, recibieron orientación sobre prevención de enfermedades de transmisión sexual y promoción de hábitos saludables.

Cristian Garrido, Jefe del Departamento de Prevención de Riesgos del hospital, habló de la organización de la feria, explicando que fue un trabajo en conjunto con el Comité Paritario, en busca de generar un llamado en torno a una cultura preventiva durante todo el año.

«Dentro de esta cultura preventiva, tanto física como de infraestructura, también existe una seguridad y prevención dentro del trabajo en materia de salud mental, la que trabajamos actualmente y se ha convertido en una prioridad a partir la pandemia» agregó el prevencionista.

Siguiendo esta misma línea, Elizabeth Cornejo, Gestora de Salud Mental del subdepartamento de Área de Salud Laboral del HRT, destacó la importancia de resguardar nuestra salud mental y saber reconocer gatillantes emocionales o laborales que pudiesen estar interfiriendo en nuestra salud mental, destacando lo significativo que es dormir bien, principalmente en los funcionarios del sistema de turnos.

«Es importante resguardar nuestra salud mental dentro de los espacios hospitalarios, ya sea debido a la alta

carga laboral con pacientes o el trato con sus demás compañeros de trabajo, para eso, estamos promoviendo la campaña «No estas Solo» que brinda un espacio de apoyo, contención y guía frente a situaciones en las que no se sabe como actuar o que decir» terminó de referirse la profesional.

Asimismo, Víctor Ramírez, kinesiólogo y miembro del Comité Paritario de Higiene y Seguridad, afirma que estas instancias son cruciales para hacer promoción sobre el cuidado de los funcionarios en el trabajo.

«Como hospital, nuestro compromiso es promover un entorno laboral seguro, saludable y consciente, fortaleciendo la cultura preventiva y el autocuidado de todos quienes formamos parte del HRT» concluyó el kinesiólogo.

La actividad forma parte del esfuerzo permanente del Hospital Regional de Talca por fortalecer la cultura de la seguridad laboral y proteger la salud integral de sus trabajadores y trabajadoras.