

POLÍTICA DE BIENESTAR Y SALUD MENTAL

24 de diciembre de 2024.

OBJETIVO

Para la Universidad Adolfo Ibáñez el bienestar y la salud mental de todos y cada uno de los miembros de su comunidad resulta esencial para que cada uno de ellos pueda alcanzar su mejor desarrollo físico, intelectual y espiritual.

Es por ello, que la Universidad mantiene un compromiso con el desarrollo integral de toda su comunidad y se compromete a implementar un plan de acción que considere diversas actividades que propendan a que todos sus integrantes -autoridades, académicos, colaboradores y estudiantes- alcancen el bienestar que les permita desarrollar al máximo sus capacidades.

Para lograr este objetivo, la Universidad promueve una comunidad saludable, velando por una cultura de inclusión y el respeto por las personas.

En ese contexto, el objetivo de la presente Política de Bienestar y Salud Mental es establecer los principales lineamientos para incentivar la salud mental de todos los miembros de la comunidad universitaria, a través de la promoción de una comunidad saludable y de una cultura que respete, valore y fomente la diversidad e inclusión cultural, de género, de orientación sexual, de habilidades y de discapacidad, entre otras.

ALCANCE

Esta política compromete a todos los miembros de la comunidad universitaria incluidos estudiantes, académicos, colaboradores y autoridades. La comunidad y sus integrantes pueden ser grandes aliados en el éxito de esta política, toda vez que una alerta temprana puede ser fundamental para generar acciones de cuidado y protección si se observan conductas de riesgo.

DEFINICIONES

Para efectos de la presente política, se entenderá por:

1. Salud Mental. Consiste en un estado de completo bienestar físico, mental y social y no solamente en la ausencia de afecciones o enfermedades Comprende el equilibrio y vitalidad biológica, psicológica y social.

La salud mental es un estado de bienestar en el que la persona realiza sus capacidades y es capaz de hacer frente al estrés normal de la vida, de trabajar de forma productiva y de contribuir

a su comunidad.

La salud mental y el bienestar son fundamentales para nuestra capacidad colectiva e individual de pensar, manifestar sentimientos, interactuar con los demás, ganar el sustento y disfrutar de la vida.

En este contexto, la promoción, la protección y el restablecimiento de la salud mental son preocupaciones vitales de las personas y las comunidades.

- 2. Comunidad universitaria.** Aquella integrada por estudiantes, académicos, colaboradores y autoridades.
- 3. Promoción.** Conjunto de actividades que tienen por objeto favorecer el bienestar y la buena salud mental de la comunidad universitaria. Está destinada a todos los miembros de la comunidad.
- 4. Prevención.** Conjunto de actividades que tienen por objeto evitar un trastorno de salud mental cualquiera, incluida su detección oportuna.
- 5. Intervención.** Conjunto de actividades que tienen lugar cuando se genera un trastorno de salud mental. Pueden consistir en psicoeducación colectiva, tratamiento o rehabilitación, según el caso.
- 6. Derivación responsable.** Es aquella que tiene lugar tratándose de intervenciones que no son ofrecidas por la Universidad y consiste en la derivación asistida de la persona afectada a un profesional responsable externo a la Universidad.
- 7. Comisión de Bienestar y Salud Mental:** Comisión responsable de hacer seguimiento y evaluar los planes de acción que se implementen y las distintas actividades que se desarrollen en el marco de esta política.

PRINCIPIOS

La presente política se sustenta en los siguientes principios:

- 1. Bienestar.** La Universidad promoverá una cultura positiva que fortalezca en su comunidad la capacidad colectiva e individual de pensar, interactuar con los demás y disfrutar de la vida.
- 2. Respeto.** Los miembros de la comunidad universitaria deberán tratarse entre sí con respeto y consideración, valorando la diversidad y fomentando una cultura de inclusión.
- 3. Responsabilidad.** Cada uno de los integrantes de la comunidad universitaria es responsable de cuidar de su salud mental y de la de los demás y de utilizar las herramientas y servicios que le otorgue la Universidad para estos fines. La Universidad promoverá el autocuidado y la autogestión de cada uno de sus miembros.
- 4. Unidad.** El bienestar y salud mental de la comunidad universitaria exigen de todos y cada uno de sus miembros un férreo compromiso con el cuidado de los demás, de manera de

conformar una red de apoyo y generar sentido de pertenencia.

5. Fortaleza. Las actividades que se desarrollen en las líneas de la promoción, prevención e intervención en salud mental, privilegiarán fortalecer a los miembros de la comunidad universitaria, de manera que cuenten con herramientas que les permitan sobrellevar adecuadamente las situaciones adversas propias de la vida.

6. Integralidad. Los planes de acción, programas y actividades que se desarrollen al amparo de la presente política, considerarán acciones de promoción, prevención, intervención y derivación responsable.

7. Transversalidad. La presente política aplica a todos los miembros de la comunidad e incluye, en ciertas líneas, a personas que prestan servicios bajo régimen de subcontratación.

8. Confidencialidad. En la implementación de la política se adoptarán las medidas necesarias para velar por la confidencialidad en el tratamiento de los datos personales de los miembros de la comunidad universitaria, dando cumplimiento a las normas legales y a la Política de Protección de Datos Personales.

9. Transparencia. La Universidad velará porque la información relativa a la implementación de esta política, así como sus antecedentes, sea pública y accesible para todos los miembros de la comunidad universitaria.

10. Participación. La Universidad adoptará las medidas necesarias para que la construcción, evaluación y actualización de la política y de sus planes de acción sea participativa y en ellas intervengán representantes de los estudiantes, académicos, colaboradores y autoridades.

11. Innovación. En el desarrollo de los planes de acción y metodologías de evaluación se procurará implementar soluciones innovadoras.

POLÍTICA

La Universidad Adolfo Ibáñez está comprometida con fomentar la salud mental y el bienestar de todos los miembros de su comunidad, generando las condiciones que permitan crear entornos y condiciones de vida universitaria que fomenten la generación y mantención de formas de vida saludables.

Es por lo señalado, que desde hace unos años, hemos venido desarrollando estrategias para mantener una universidad segura y no discriminadora para todos los miembros de la comunidad universitaria, a través de la implementación de una Política de Accesibilidad e Inclusión de Personas con Discapacidad, un Protocolo de Acción frente a Denuncias de Acoso, una Política de Uso de Nombre Social, así como también, medidas de prevención de la violencia de género, de promoción de una educación no sexista, de reconocimiento de derechos de las minorías, junto con una serie de otras iniciativas que pretenden avanzar decididamente en la promoción de la igualdad de género e inclusión en diversos ámbitos de la vida universitaria.

Es en este escenario, que la Universidad ha decidido desarrollar la presente política que pretende darle un contexto a una serie de planes, programas y actividades que se están implementando con el objeto de fomentar el bienestar, la salud mental y la vida saludable, dando también un impulso al desarrollo de nuevas iniciativas que se dirijan en ese sentido.

PLAN DE ACCIÓN - PRINCIPALES INICIATIVAS

Con el objeto de cumplir con las declaraciones señaladas en esta política, la Comisión de Bienestar y Salud Mental desarrollará anualmente planes de acción que permitan implementarla.

Los planes de acción considerarán:

1) Diagnóstico periódico. Los planes de acción deberán considerar el desarrollo de diagnósticos periódicos que permitan evaluar si las acciones implementadas cumplen con sus objetivos y evaluar cursos de acción.

Los instrumentos que se utilicen para el desarrollo de estos diagnósticos consistirán en encuestas validadas en Chile que midan aspectos cuantitativos y cualitativos. Para su elección, se tomará especialmente en consideración que sean rápidas de responder, accesibles, anónimas, genéricas y previo consentimiento informado en caso de detectar alguna situación grave.

Se sugiere que las encuestas sean masivas y se apliquen con periodicidad anual.

En caso de ser necesario, los planes de acción podrán considerar adicionalmente a las encuestas, metodologías de diagnóstico tipo focus group, para detectar situaciones particulares

2) Difusión. Los planes de acción considerarán acciones permanentes de difusión del bienestar y la salud mental a través de diversos medios, tales como: redes sociales, campañas, página web institucional y la de facultades y escuelas, web curso, app de pregrado, entre otros.

La estrategia de difusión deberá estar enfocada en la prevención y en la promoción de la calidad de vida y bienestar. Tendrá carácter transversal y alineada en todos los campus universitarios.

Se debe considerar que el mes de octubre se conmemora la Salud Mental.

3) Promoción. Los planes de acción incorporarán actividades de promoción del bienestar y la salud mental.

Estas actividades podrán considerar la existencia de facilitadores al interior de las unidades, facultades y escuelas que cuenten con un sello distintivo.

Del mismo modo, las actividades incluirán al Centro de Aprendizaje de la Dirección de Docencia para académicos, a la Dirección de Personas para colaboradores y a las Federaciones y Centros de Estudiantes para alumnos y a los Departamentos de Deportes.

4) Prevención. Las actividades de prevención se desarrollarán preferentemente a través de programas de psicoeducación y de un sistema de alerta temprana que permita la detección oportuna de trastornos de salud mental.

5) Intervención. Las acciones de intervención supondrán la elaboración, actualización y difusión de protocolos de acción en temáticas tales como: salud mental, riesgo de suicidio, bullying, tratamiento de alcohol y drogas y tratamiento de personas agresivas.

La intervención se desarrollará mediante psicoeducación colectiva, tratamiento o rehabilitación, según el caso; a través de los CADE, CEAP y de la red de derivación.

6) Derivación responsable. Con el objeto de poder prestar atención en aquellos casos que la Universidad no puede proveerla, porque excede sus capacidades, los planes de acción considerarán la celebración de convenios con instituciones o profesionales externos que permitan una adecuada derivación de casos.

7) Formación. Los planes de acción deberán incorporar acciones de capacitación a todos los miembros de la comunidad universitaria.

Esta formación se desarrollará a través de psicoeducación colectiva en tutoriales, talleres, role playing, entre otros.

8) Evaluación. Los planes de acción deberán incorporar acciones permanentes de evaluación en su implementación y la posibilidad de generar medidas correctivas durante su vigencia.

INSTITUCIONALIDAD - RESPONSABILIDADES

a) Comisión de Bienestar y Salud Mental

Esta comisión, creada por medio del Decreto Económico N° 4/2021, e integrada por representantes de la comunidad universitaria designados por el Rector, será la responsable de elaborar los planes de acción que permitan implementar la política; hacer seguimiento y evaluar las distintas actividades que se desarrollen en el marco de la política. Le corresponderá también aprobar los instrumentos de diagnóstico que se apliquen al interior de la Universidad.

En el desarrollo de sus labores, se coordinará técnicamente con los CEAP.

b) Federaciones y Centros de Estudiantes

Las Federaciones y Centros de Estudiantes serán responsables de difundir la política entre estudiantes y colaborar con los planes de acción que deban implementarse a través de ellos.

c) Direcciones de Pregrado

Las Direcciones de Pregrado serán las encargadas de difundir la política entre estudiantes y colaborar con los planes de acción que deban implementar las Direcciones de Asuntos Estudiantiles (DAE) y los Centros de Asesoramiento y Desarrollo Estudiantil (CADE).

d) Direcciones de Comunicaciones y Marketing

Las direcciones de Comunicaciones y Marketing serán responsables de la difusión institucional de la política.

e) Dirección de Docencia

La Dirección de Docencia será la encargada de difundir la política entre académicos y

colaborar con los planes de acción que deba implementar el Centro de Aprendizaje.

f) Dirección de Personas

La Dirección de Personas será la encargada de difundir la política entre colaboradores de la Universidad y colaborar en los planes de acción que deba implementar.

g) Centros de Asesoramiento y Desarrollo Estudiantil (CADE)

Los CADE serán los encargados de participar e implementar las actividades relacionadas principalmente con promoción, prevención, y derivaciones a CEAP.

h) Centro de Estudios y Atención a las Personas (CEAP)

El CEAP serán el encargado de colaborar en actividades de prevención, intervención y derivación responsable, y asesorar técnicamente a la Comisión de Bienestar y Salud Mental.

i) Unidades Académicas

Las unidades académicas deberán orientar y derivar a estudiantes, colaboradores y académicos que requieran atención en salud mental.

MECANISMOS DE EVALUACIÓN DE LOGROS E IMPACTOS

Los planes de acción asociados a esta política deberán incorporar acciones permanentes de monitoreo y evaluación de impacto en su implementación, y la posibilidad de generar medidas correctivas durante su vigencia. Adicionalmente, podrán considerar también el seguimiento de indicadores.

Anualmente, la Comisión de Bienestar y Salud Mental elaborará un informe con los resultados de la implementación de la política y recomendaciones de mejora, basándose principalmente en los resultados del diagnóstico institucional de Bienestar y Salud Mental.

MECANISMOS DE REVISIÓN DE LA POLÍTICA

Para una adecuada revisión y actualización de la política, se realizará una mesa de trabajo que se reunirá al menos cada dos años, y en la cual participará la Comisión de Bienestar y Salud Mental, las Direcciones de Pregrado, Dirección de Personas, Dirección de Asuntos Estudiantiles y Centro de Asesoramiento y Desarrollo Estudiantil.