Promoción y apoyo a la salud mental del personal de Universidad de Las Américas

2026

1. Introducción

Universidad de Las Américas (en adelante, "la Universidad" o "la institución") reconoce que la salud mental de sus colaboradores es un componente esencial del trabajo decente y del bienestar de toda la comunidad universitaria. En consecuencia, desarrolla de manera permanente acciones de **promoción activa de la salud mental**, de **prevención de los riesgos psicosociales** y de **apoyo gratuito** a sus colaboradores, académicos y administrativos, a través de su Programa Calidad de Vida, de la gestión preventiva de su área de Prevención de Riesgos y de los mecanismos de protección contemplados en su normativa interna.

2. Marco normativo

Estas acciones se enmarcan en la **Ley Nº16.744**, sobre accidentes del trabajo y enfermedades profesionales; en el **Decreto Supremo Nº44** del Ministerio del Trabajo y Previsión Social, sobre gestión preventiva de los riesgos laborales; en el **Protocolo de Vigilancia de Riesgos Psicosociales en el Trabajo** del Ministerio de Salud y en el cuestionario **CEAL-SM** de la Superintendencia de Seguridad Social; en la **Ley Nº21.643** (Ley Karin); en los **Convenios Nº155 y Nº187 de la OIT**; y, a nivel interno, en el Capítulo XLIII del **Reglamento Interno de Orden, Higiene y Seguridad**, sobre el Protocolo de Vigilancia de Riesgos Psicosociales, y en la **Política de Prevención del Acoso Laboral, Sexual y Violencia en el Trabajo** (Decreto de Rectoría Nº18062025-03).

3. Promoción activa de la salud mental

- **Programa Calidad de Vida**: beneficio universal y **gratuito**, disponible para todos los colaboradores y colaboradoras de la institución **sin requisitos**, que promueve hábitos saludables, técnicas de manejo del estrés y acciones que fortalecen el bienestar integral, mediante actividades y talleres de bienestar físico y mental, e iniciativas que favorecen la conciliación de la vida laboral, familiar y personal.
- **Capacitación y sensibilización**: la institución desarrolla instancias de capacitación, talleres, charlas y campañas en materia de salud mental, autocuidado, bienestar mental en el entorno laboral y prevención del acoso, propias o en conjunto con su organismo administrador de la Ley Nº16.744.
- **Formación en prevención del suicidio**: en 2025, **207 colaboradores** y 530 estudiantes obtuvieron la certificación Gatekeeper en prevención del suicidio, bajo el modelo "Preguntar, Convencer, Derivar", impartida por la Dirección General de Asuntos Estudiantiles.
- **Pausas y autocuidado en la jornada**: el Reglamento Interno promueve la realización de pausas breves durante la jornada para reducir el agotamiento, y la Universidad pone a disposición de sus colaboradores el uso de su gimnasio fuera de la jornada laboral.
- **Escucha activa**: la institución aplica una **encuesta de clima organizacional** confidencial y anónima, cuyos resultados orientan acciones de mejora del bienestar de sus equipos.

4. Prevención de riesgos psicosociales

A través de su área de Prevención de Riesgos, la Universidad gestiona los riesgos psicosociales de manera sistemática:

- Mantiene **comités de aplicación de carácter paritario** en cada centro de trabajo, responsables de la sensibilización previa, de la aplicación del cuestionario y del diseño de las medidas de intervención.
- Aplica el **cuestionario CEAL-SM** de la Superintendencia de Seguridad Social **cada dos años**, con la participación de a lo menos el 60% de las personas trabajadoras de cada centro de trabajo, evaluando dimensiones como carga de trabajo, exigencias emocionales, calidad de liderazgo, equilibrio entre trabajo y vida privada, y violencia y acoso.
- Analiza los niveles de riesgo y **planifica acciones de control** para reducir los riesgos medios y altos y reforzar los factores protectores.
- Previene el acoso y la violencia en el trabajo mediante su Protocolo de Prevención, la capacitación en Ley Karin al ingreso y durante el año, y un canal de denuncias especial.

5. Apoyo y atención gratuita

- **Atención psicológica temprana**: toda persona que denuncia hechos de acoso o violencia en el trabajo puede acceder, sin costo, a atención psicológica temprana a través de los programas del organismo administrador de la Ley Nº16.744, como medida de resguardo (artículo 45 del Reglamento Interno).
- **Cobertura de la Ley Nº16.744**: las enfermedades de salud mental de origen laboral son evaluadas y, cuando corresponde, atendidas por el organismo administrador, con prestaciones médicas **gratuitas** hasta la recuperación de la persona.
- **Medidas de protección**: en situaciones que lo requieren, la Universidad puede disponer la redistribución de la jornada, cambios temporales de funciones, teletrabajo o permisos con goce de remuneraciones, y ofrece a quienes cuidan a niños, niñas o personas con discapacidad la posibilidad de trabajar a distancia (Ley Nº21.645).

6. Declaración final

Universidad de Las Américas declara su compromiso de **promover activamente la salud mental de su personal y asegurar su acceso a apoyo gratuito**, evaluando periódicamente sus acciones a partir de los resultados del cuestionario CEAL-SM, de la encuesta de clima organizacional y de la participación en el Programa Calidad de Vida, con el propósito de construir entornos de trabajo seguros, saludables y respetuosos.



MARIO ASTORGA VEAS
Director General de Personas
Universidad de Las Américas