

# Programa de Bienestar Organizacional



**Observatorio de Salud Mental Chile**

**www.observatoriodesaludmentalchile.com**

# **Observatorio de Salud Mental Chile**

## **¿Quiénes Somos?**

**Somos un equipo de profesionales, compuesto por un equipo multidisciplinario en salud mental.**

**Aportamos diariamente en la promoción y prevención en salud mental de las personas de todas las edades, mediante estudios, investigación de las conductas y salud mental de las personas.**



# Observatorio de Salud Mental Chile

## ¿Qué hacemos?

Creamos y ejecutamos programas, cursos, talleres , atenciones de salud mental que promueven el bienestar psicosocial de las personas en nuestro país, junto a esto realizamos estudios estadísticos [cuantitativos y cualitativos] del estado de la salud mental en diversas organizaciones, desarrollando acciones basadas en resultados que previenen y resuelven problemáticas reales.





# Nuestra Propuesta

Nuestra propuesta es realizar un convenio de bolsas psicológicas mensuales con cargo a precio preferencial al empleador como beneficio gratuito al trabajador y familia directa, complementándolo con la realización de nuestro “Programa de Bienestar Organizacional” de manera total o parcial, por ejemplo: Incluyendo charlas, cursos o talleres de forma periódica. Las condiciones y características de cada actividad se evaluarán y adaptarán caso a caso según requerimiento de la organización.



# RESUMEN PROGRAMA DE BIENESTAR PSICOSOCIAL PARA ORGANIZACIONES ES UN PROCESO CONTINUO CON PASOS DEFINIDOS

## 2º PASO

Evaluación estado inicial de riesgos psicosociales y de salud mental de las personas de la organización. Mediante conversatorios regionales, presenciales o en línea y atenciones psicológicas.

## 1º PASO

(Las personas aceptan voluntariamente ingresar al proceso)

Reunión de levantamiento con coordinación y jefaturas de bienestar evaluando percepción general del estado socioemocional de la organización.

## 4º PASO

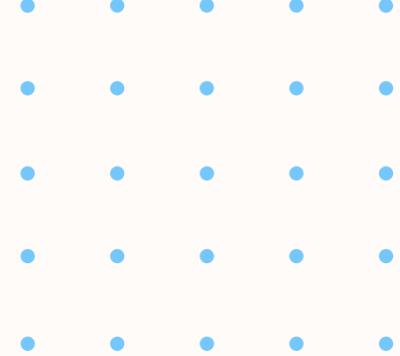
Implementación constante de un proceso de psicoeducación mediante talleres, charlas para grupos de personas de la empresa. En paralelo se mantienen las sesiones de contención psicológica.

## 3º PASO

Entrega de informes mensuales con métricas y propuestas de remediales

## 5º PASO

Evaluación continua de impacto, reuniones de evaluación con informe estadístico del proceso.



## Metodología

### ¿Cómo evaluamos los niveles de riesgo psicosocial?

Las evaluaciones continuas consideran diversos niveles de riesgo, estos son: El nivel verde o con tendencia a bajo riesgo psicosocial, sigue el nivel amarillo con un nivel medio de riesgo psicosocial y finalmente un nivel alto de riesgo psicosocial caracterizado por el color rojo. Este modelo constituye círculos concéntricos que fluctúan como lo hacen las conductas, situaciones sociales y mentales de las personas. (Observatorio de Salud Mental Chile, 2024)

Es relevante mencionar que la evaluación es un continuo con algunos hitos con metodología propia donde confluyen técnicas evaluativas aprobadas y comprobadas por áreas académicas y médicas a nivel mundial como la Organización Mundial de la Salud, Universidad de Sydney, Universidad de Harvard.

# Sesiones Psicológicas Presenciales y/o en Línea



- Jornadas de Atenciones psicológicas presenciales para las personas de la organización que lo requieran.
- Atenciones en línea para las personas de la organización y sus familias.
- Encuestas o levantamiento cualitativo del estado psicosocial general de grupos de personas que trabajan en la organización.
- Pesquisa de problemáticas de salud mental graves (Ejemplo: Ideación Suicida) con coordinación correspondiente a red de salud.
- Atenciones con especialistas en salud mental.

# Cursos y Talleres

## Temáticas:

- Leyes Laborales para el Bienestar psicosocial. (Ley Karin, Ley Conciliación Familiar y Laboral).
- Ley TEA aplicaciones en organizaciones.
- Mindfulness como herramienta positiva de afrontamiento.
- Promoción de Inclusión y prevención de la discriminación.
- Gestión de Inclusión en entornos escolares y laborales.
- Primeros auxilios Psicológicos e Intervención en Crisis.
- ¿Cómo reconocer las adicciones? ¿Qué hacer?.
- Prevención del Suicidio.
- Prevención del Acoso Laboral.
- Comunicación Efectiva en Dinámicas Saludables
- ¿Cómo gestionar mis emociones?.
- ¿Cómo ayudar a mis hijos adolescentes a gestionar sus emociones?
- Autocuidado en el ámbito laboral y personal.





**Nuestros  
Casos de Éxito  
Programa Bienestar Psicosocial**



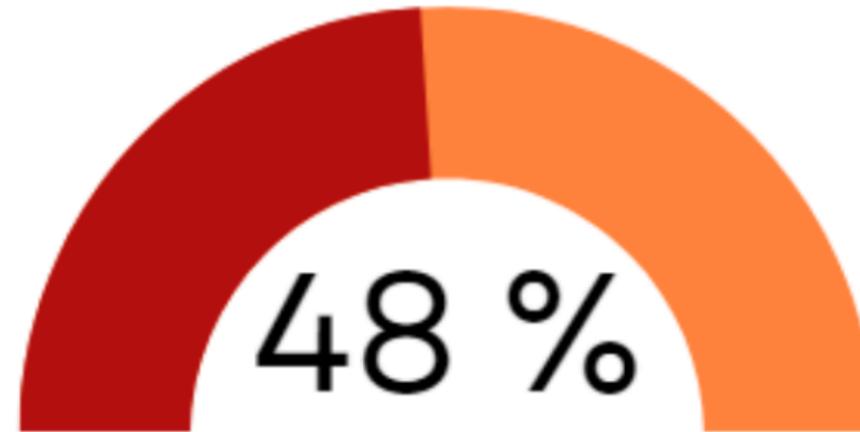
## Caso D

### Panorama Inicial

Año 2022 Niveles de riesgo psicosocial

#### **NIVEL DE RIESGO ALTO EN SALUD MENTAL**

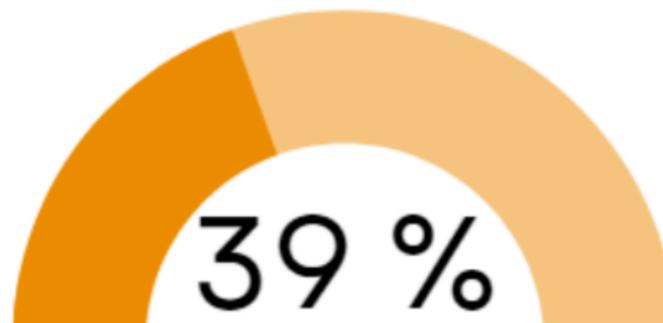
(Síntomas depresivos, ansiedad, ideación suicida, adicciones)



**3 MESES**

#### **NIVEL DE RIESGO MEDIO EN SALUD MENTAL**

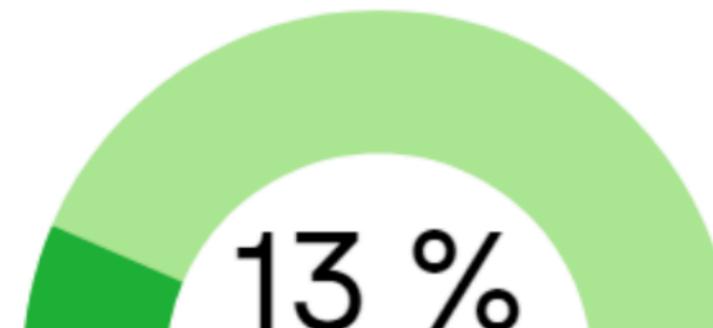
(Síntomas depresivos, ansiedad, entre otros que requieren seguimiento continuo sin derivación a Psiquiatría)



**6 MESES**

#### **NIVEL DE RIESGO BAJO EN SALUD MENTAL**

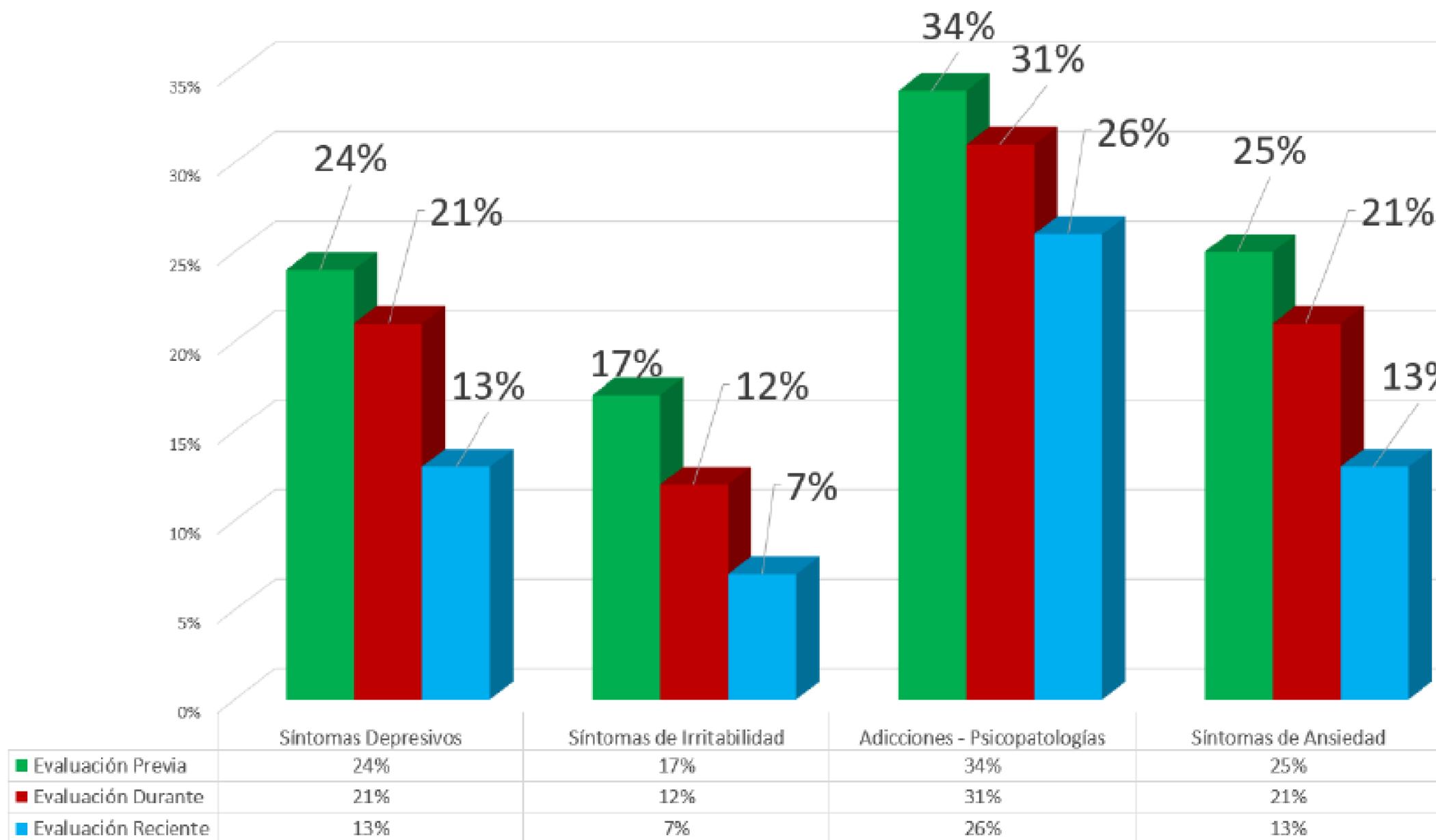
(Conductas Saludables a nivel socioemocional, ambiente saludable )



# “Resultados en Organizaciones”



Estado Psicosocial Inicial – Durante el Proceso-  
Posterior al proceso de intervención Caso A



■ Evaluación Previa

■ Evaluación Durante

■ Evaluación Reciente

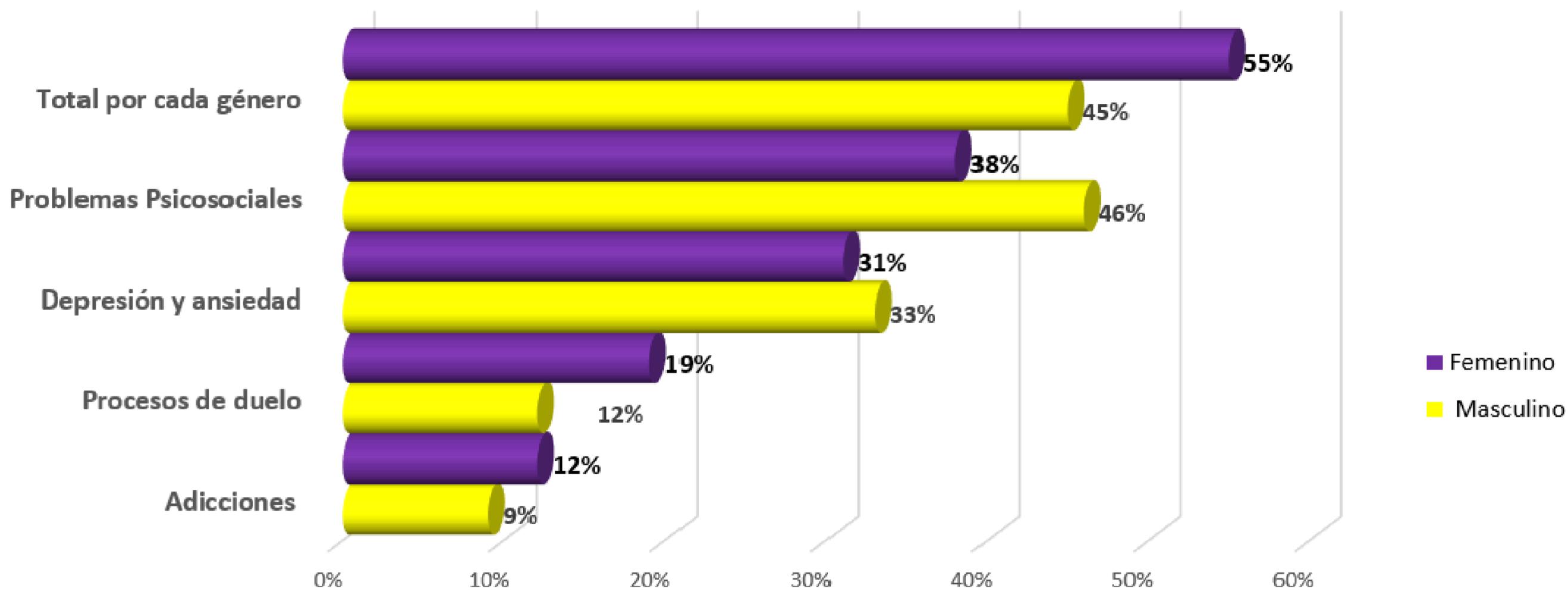
## Descripción Procedimiento

Se realizan evaluaciones de Estado Inicial, Durante y Posterior al proceso, se aplican sesiones psicológicas individuales, a trabajadores y familias de forma voluntaria. Se evalúan los estados psicosociales en sesiones.

Desarrollando Métricas de forma mensual, cada tres y seis meses.



## Problemas Psicosociales - Adicciones - Depresión Ansiedad - Procesos de Duelo (Estratificado por género)

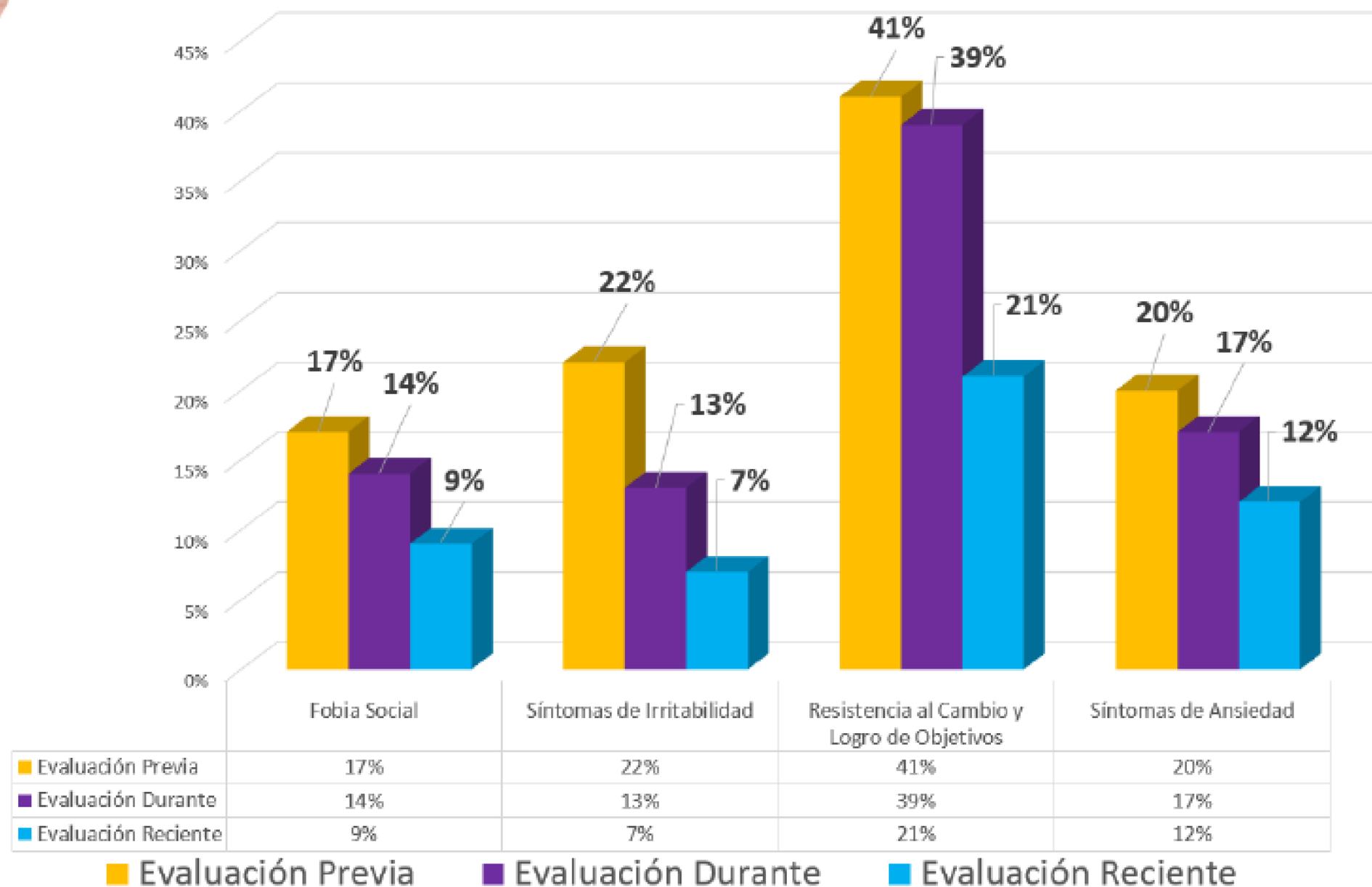


	Adicciones	Procesos de duelo	Depresión y ansiedad	Problemas Psicosociales	Total por cada género
■ Femenino	12%	19%	31%	38%	55%
■ Masculino	9%	12%	33%	46%	45%

# “Resultados en Organizaciones”



## Estado Psicosocial Inicial – Durante el Proceso- Posterior al proceso de intervención Caso B



### Descripción Procedimiento

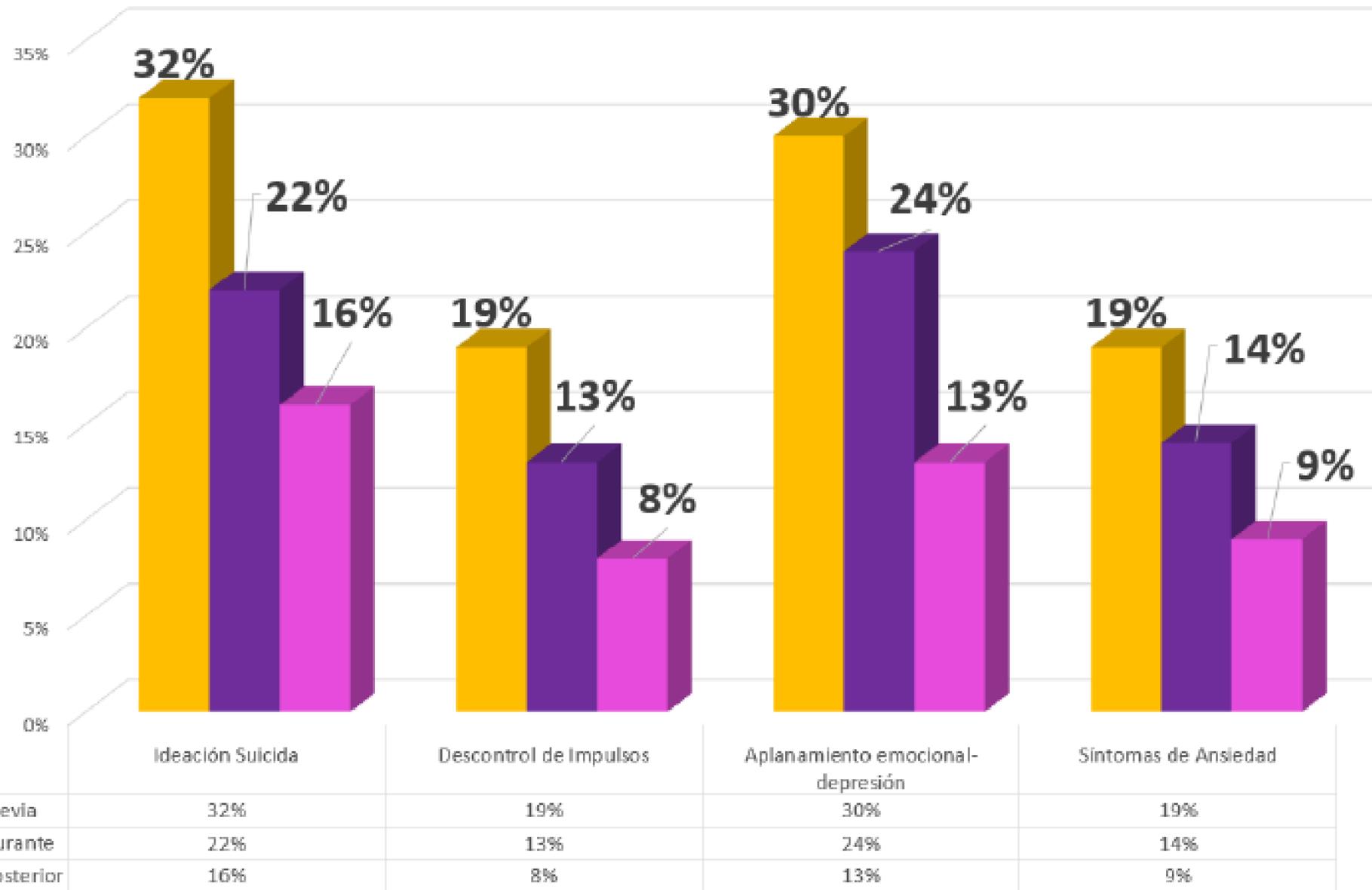
Se realizan evaluaciones de Estado Inicial, Durante y Posterior al proceso, se aplican sesiones psicológicas individuales, a trabajadores y familias de forma voluntaria. También se incluyen sesiones de coaching y talleres como parte de modelo adaptado a la organización, se evalúan los estados psicosociales en sesiones. De forma mensual, cada tres y Seis Meses.



# “Resultados en Organizaciones”



## Estado Psicosocial Inicial – Durante el Proceso- Posterior al proceso de intervención Caso C



### Descripción Procedimiento

Se realizan evaluaciones de Estado Inicial, Durante y Posterior al proceso, se aplican sesiones psicológicas individuales, a personas y sus familias de forma voluntaria. Se evalúan los estados psicosociales en sesiones. De forma mensual, cada tres y Seis Meses.



# Contacto

**Correo electrónico: [contacto@osmasap.com](mailto:contacto@osmasap.com)**

**[www.observatoriodesaludmentalchile.com](http://www.observatoriodesaludmentalchile.com)**