

**Fecha:**

Miercoles 24 Abril 2024

**Horario:**

08:00 a 18:00 hrs

**Lugar:**

Auditorio Universidad de Las Américas  
Av. Republica 71, Sede Santiago Centro, Metro República.

**Directores:**

Paola Araya-Santander, Hospital Van Buren.  
Carolina Zapata Aqueveque, Universidad de los Andes.

**FUNDAMENTACIÓN:**

Las unidades de paciente crítico son espacios, donde las personas que allí se desempeñan, se enfrentan constantemente a potenciales fuentes de estrés. El trabajo bajo presión, la interacción con la vida y la muerte, la relación con familiares de personas en estado crítico, la comunicación con el equipo multidisciplinario y la labor orientada hacia las necesidades de otros, pueden suponer situaciones que alteren el bienestar en todas sus dimensiones. Lo anterior, no solo ocasiona elevados costos económicos, sino que altera el equilibrio emocional individual, familiar y de los propios equipos de salud repercutiendo en los cuidados entregados.

El autocuidado orientado a los equipos se basa en acciones e iniciativas para promover el bienestar y a través de ello, prevenir la aparición de síntomas emocionales en sus miembros. Para ello es fundamental contar con acciones que reflejan una preocupación por el valor humano de los equipos, aplicando herramientas orientadas principalmente a mantener entornos de trabajo positivos y saludables.

## Objetivo

Reflexionar sobre la importancia del bienestar en los equipos de unidades de paciente crítico, la importancia de construir espacios saludables y su impacto en las personas.

## Objetivos específicos

- Identificar acciones que permitan gestionar el bienestar de los equipos de salud y que faciliten y fomenten su autocuidado.
- Reconocer el rol institucional y de los líderes de enfermería en la construcción de entornos saludables y felices.
- Conocer estrategias que favorezcan el bienestar y autocuidado en equipos multidisciplinares

## TEMARIO:

### Modulo I: Gestión para el bienestar

- **“Potenciar el bienestar y autocuidado de los equipos desde la academia”**  
Expositor: EU Beatriz Arteaga Ortiz  
Enfermera matrona, Licenciada en Enfermería, Pontificia Universidad Católica de Chile.  
Máster en Humanización de la Asistencia Sanitaria: Pacientes, Familias y Profesionales, Universitat de Barcelona, España.
- **"Bienestar de equipos : espacios laborales sociosanitarios sanos ,seguros y felices ”**  
Expositor: Felipe Cortez Leddy  
Director Nacional de Enfermería, Minsal
- **“Promoción de una Convivencia Positiva en la UPC frente al Mobbing y el Bullying”**  
Expositor Ps Sebastian Barrera Vilchez
- **“Impacto del acompañamiento familiar en el bienestar de los equipos”**  
Expositor : EU Stephanie Grimalt Gutierrez  
H.Félix Bulnes

### Modulo II Estrategias de bienestar

- **Nutrición , Salud , autocuidado en funcionarios de UPC**  
Dr Rodolfo Neira Vicentini  
Residente UPC Clínica Las Condes
- **Práctica y Beneficios de medicina energética en entornos de salud**  
Expositor Rocio Oliva Alarcón  
Residente UPC HCVB
- **El poder de comunicarte para sanar**

Expositor Dr Rita Lopez Rojas

- **Gestión de las emociones en UPC : individual o colectivas que es lo óptimo**

Expositor Karim Carranza Angulo

## **TALLERES**

- **Gestión emocional para equipos de salud multidisciplinarios**

**Karim Carranza Angulo y Sebastian Barrera Vilchez**

- **Beneficios de Naturopatía en equipos de salud**

**Daniela Quezada Fernandez**

- **Autoreiki**

**Andrea de Rurange Gatica**

- **Práctica de Mindfulness**

**Carolina Zapata Aqueveque**

- **Sonoterapia**

**Victoria**

**Cierre**

**PROGRAMA**  
**II JORNADAS DE AUTOCUIDADO Y BIENESTAR PARA EQUIPOS DE UNIDADES  
DE PACIENTE CRÍTICO: “Felicidad y Salud”**

<b>24 de Abril</b>	<b>ACTIVIDAD</b>
08:00-08:15	<b>INSCRIPCIÓN</b>
08:15-08:30	<b>BIENVENIDA INAGURACIÓN</b> EU Barbara Arriagada. Presidenta DESCHMI
<b>08:30 10:30</b>	<b>MÓDULO 1 Gestión para el bienestar</b>
8:30-9:00	<b>Potenciar el bienestar y autocuidado de los equipos desde la academia</b> Expone: Beatriz Arteaga Ortiz
09.00-9:30	<b>Bienestar de equipos : espacios laborales sociosanitarios sanos ,seguros y felices</b> Expone: Felipe Cortés Leddy
09:30-10:00	<b>Promoción de una Convivencia Positiva en la UPC frente al Mobbing y el Bullying</b> Expone: Sebastian Barrera Vilchez

<b>24 de Abril</b>	<b>ACTIVIDAD</b>
10:00 - 10:30	<b>Impacto del acompañamiento familiar en el bienestar de los equipos</b> Expone: EU Sthepanie Grimalt Gutierrez
<b>10:30-10:50</b>	<b>COFFEE BREAK</b>
11:00-13:00	<b>MÓDULO II Estrategias de Bienestar</b>
11:00-11:30	<b>Nutrición, salud, autocuidado en funcionarios de UPC</b> Expone: Rodolfo Neira Vicentini
11:30-12:00	<b>Práctica y beneficios de la medicina energética en entornos de salud</b> Expone: Rocio Oliva
<b>12:00-12:30</b>	<b>Comunicar para sanar</b> Expone: Rita Lopez rojas
<b>12:30-13:00</b>	<b>Gestión de las emociones en UPC : individual o colectiva ¿qué es lo óptimo?</b> Expone: Karim Carranza Angulo
<b>13:00-14:30</b>	<b>ALMUERZO</b>
<b>14:30 -18:00</b>	<b>MÓDULO 3 RECURSOS</b>
<b>14:35-15:30</b>	<b>Gestión emocional para equipos de salud multidisciplinarios</b> Facilita: Karim Carranza Angulo -Sebastian Barraza Vilchez
<b>14:35-15:30</b>	<b>Práctica de Autoreiki</b> Andrea de Rurange Gatica
15:30:-16:00	<b>Práctica de Mindfulness.</b> Carolina Zapata Aqueveque
15:30-16:00	<b>Beneficios prácticos de naturopatía</b> Daniela Quezada
16:10-16:30	<b>Break</b>
16:40-17:15	<b>Sonoterapia grupo general</b>

24 de Abril	ACTIVIDAD
17:30	Despedida y agradecimientos sorteos