



**Servicio  
de Salud**  
Araucanía Sur

**#CuidémonosEntreTodos**

# **ESTRATEGIAS DE APOYO EN CONTINGENCIA COVID-19**

**Implementadas por la Subdirección de Gestión y Desarrollo de las Personas**

**DEPARTAMENTO DE DESARROLLO DE LAS PERSONAS**

# Reunion Virtual Servicio Civil- Coordinación Sectorial

Plataforma Zoom 17.08.2020.

## Contexto Institucional

01

✓ Servicio Salud Araucanía Sur



## Estrategias Comunicacionales

03

✓ Principales estrategias de Comunicación Interna



## Estrategias implementadas Covid-19

02

✓ Principales estrategias y medidas implementadas en contexto de Covid-19



## Otros

04

✓ Consultas, sugerencias y/o comentarios



# 1. Contexto Institucional

## Red Asistencial Servicio Salud Araucanía Sur

**RED ASISTENCIAL**  
16 ESTABLECIMIENTOS

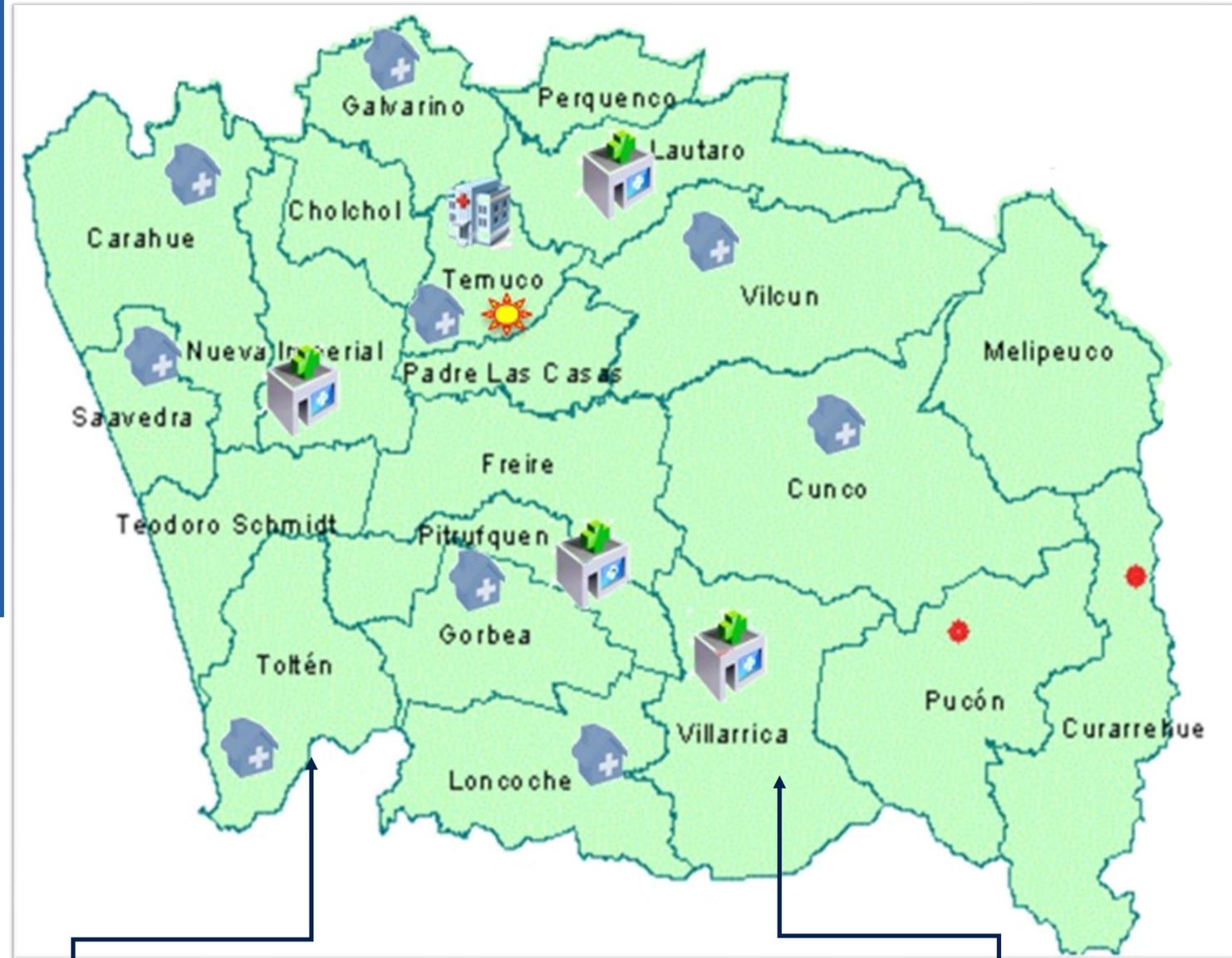
HOSPITALES FAMILIARES Y COMUNITARIOS: **8**

CONSULTORIO: **1**

HOSPITALES MEDIANA COMPLEJIDAD: **5**

HOSPITAL AUTOGESTIONADO: **1**

DIRECCIÓN SS: **1**



 H. AUTOGESTIONADO

 H. NODO M. COMPLEJIDAD

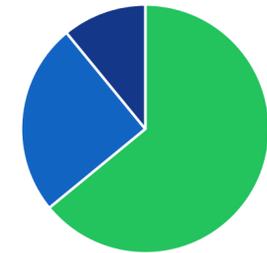
 H. FAMILIAR Y COMUNITARIO

Región de la Araucanía

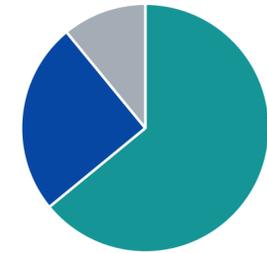
Provincia de Cautin

Jurisdicción

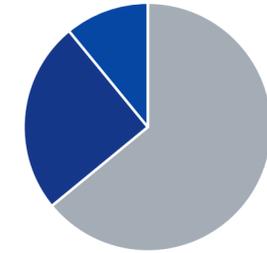
21 Comunas



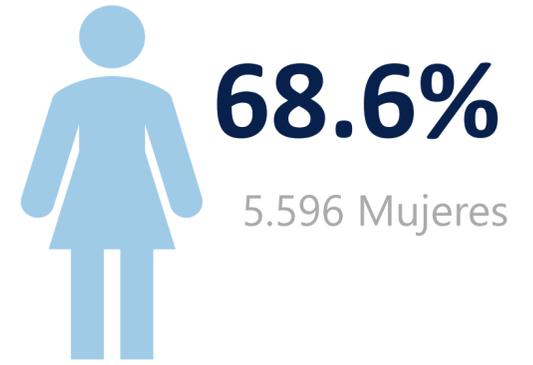
**01 Dotación**  
8.160 Funcionario/as



**02 Rango Etareo**  
Un 62% del personal se encuentra en edad de 24 a 44 años



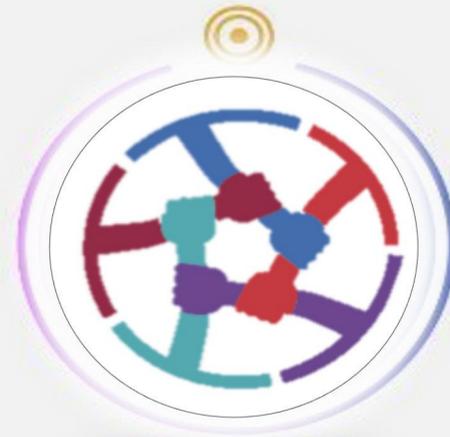
**03 Distribución por establecimiento**  
42.8% funcionarios del Hospital HHA  
57,2% funcionarios de la Red



# Organigrama Departamento Desarrollo de las Personas



**Subdirección  
de Gestión y D° de Personas**



**Depto.  
Desarrollo de las Personas**



**Subdepto.  
Calidad de Vida  
y Bienestar**



**Subdepto. de  
Capacitación**



**Desarrollo  
Organizacional**



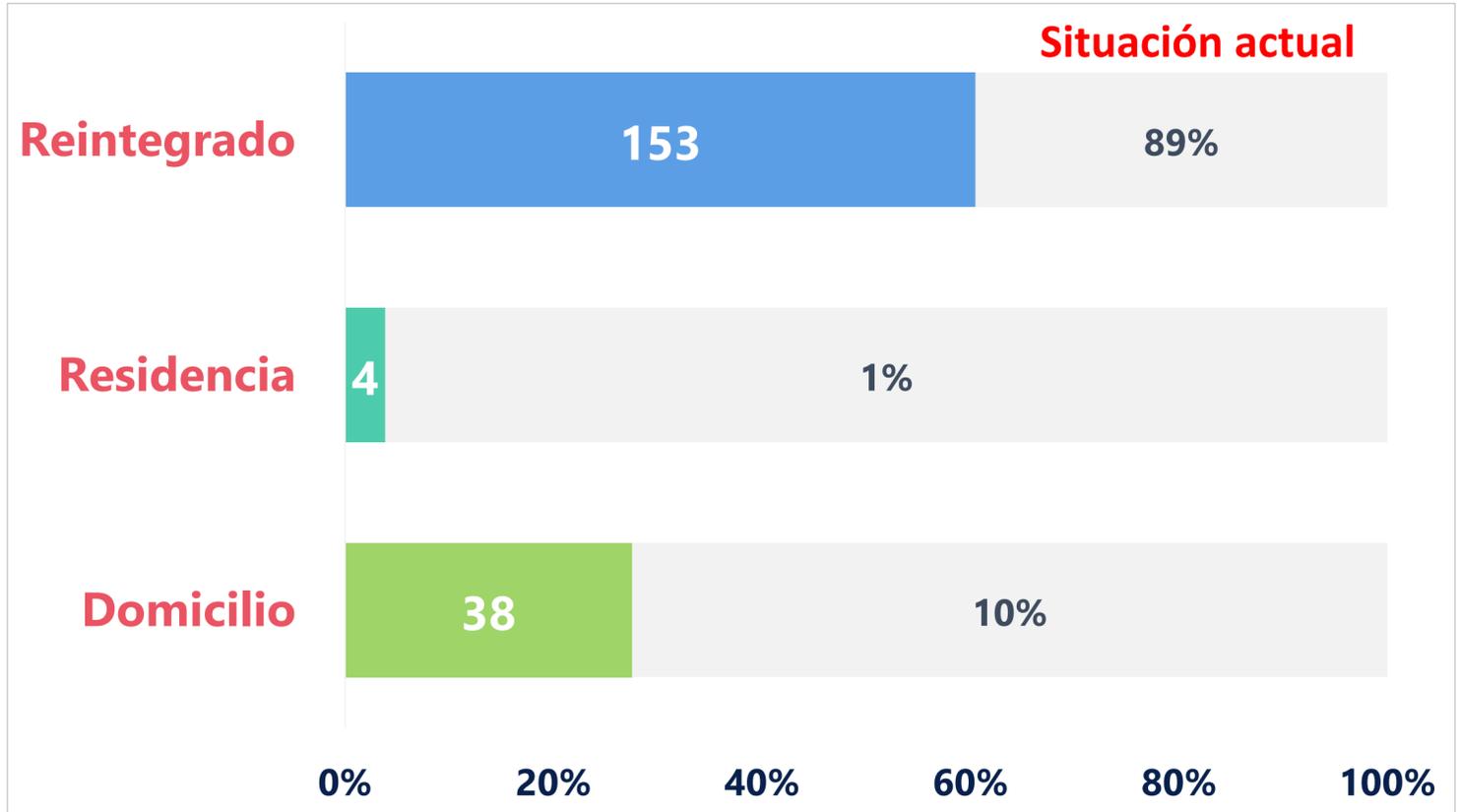
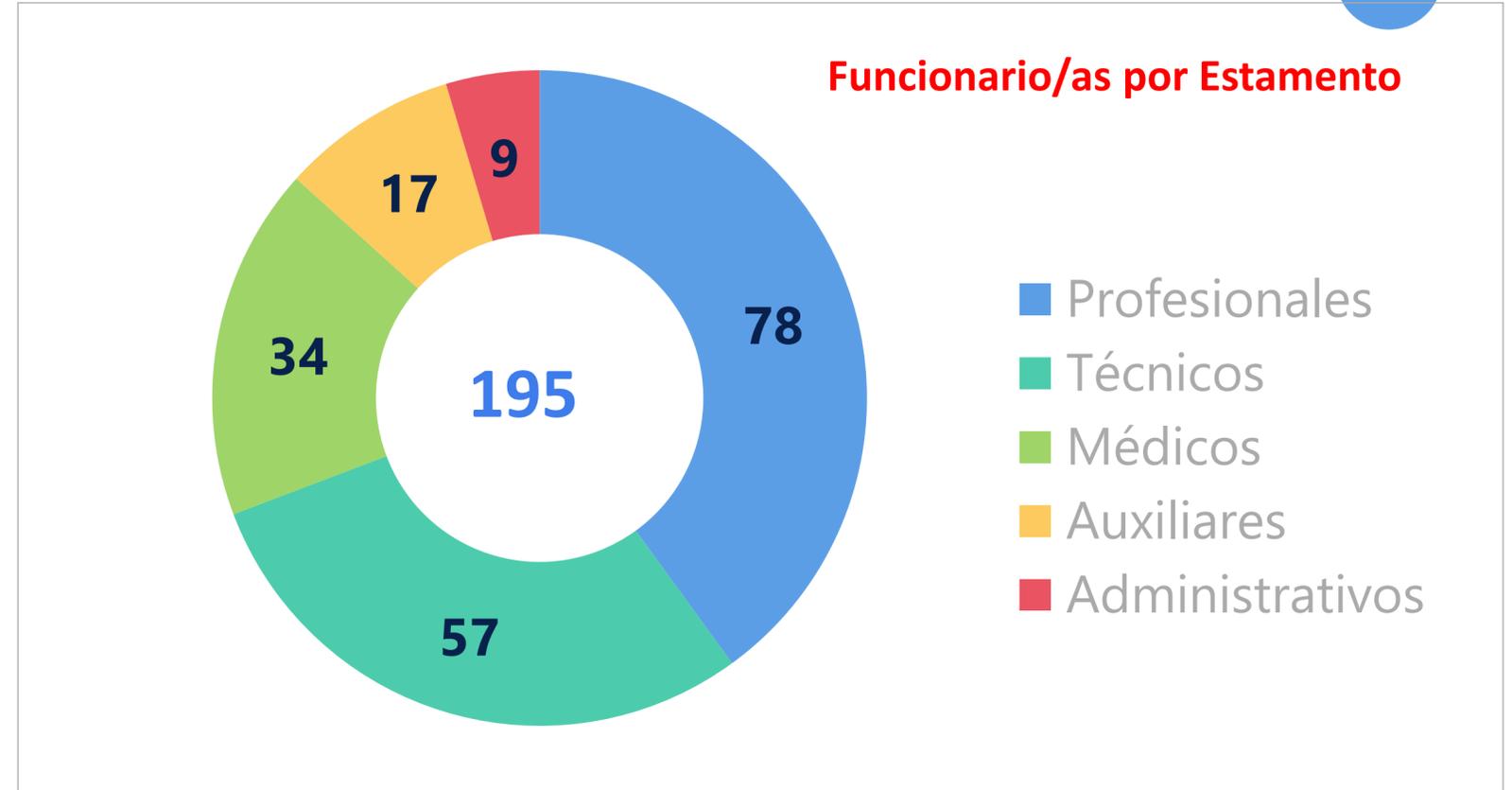
**Salud  
Ocupacional**



**Conciliación de la  
Vida Personal y  
Familiar con el Trabajo**

# Funcionario/as con diagnóstico de Covid-19

Reporte al 14.08.2020



# 2. Estrategias de apoyo para el Personal de Salud



01

## Apoyo Psicologico a Distancia

- \* Modalidad 24/7
- \* Correo electrónico, mensajería Whatsapp, número telefónico
- \* Protocolo aprobado por Resolución N° 4856 del 24.04.2020



02

## Cápsulas audiovisuales

- \* Recomendaciones psicológicas generales:
- ❖ Emociones
- ❖ Relaciones Familiares
- ❖ Relaciones Interpersonales



03

## Recomendaciones en Salud Mental

- ❖ Para Jefaturas
- ❖ Para Funcionario/as
- ❖ Para el Teletrabajo
- ❖ Manejo del estrés
- ❖ Técnicas de relajación



04

## Acompañamiento Telefónico a funcionarios reintegrados

Protocolo aprobado por Resolución N° 5144 del 11.05.2020



05

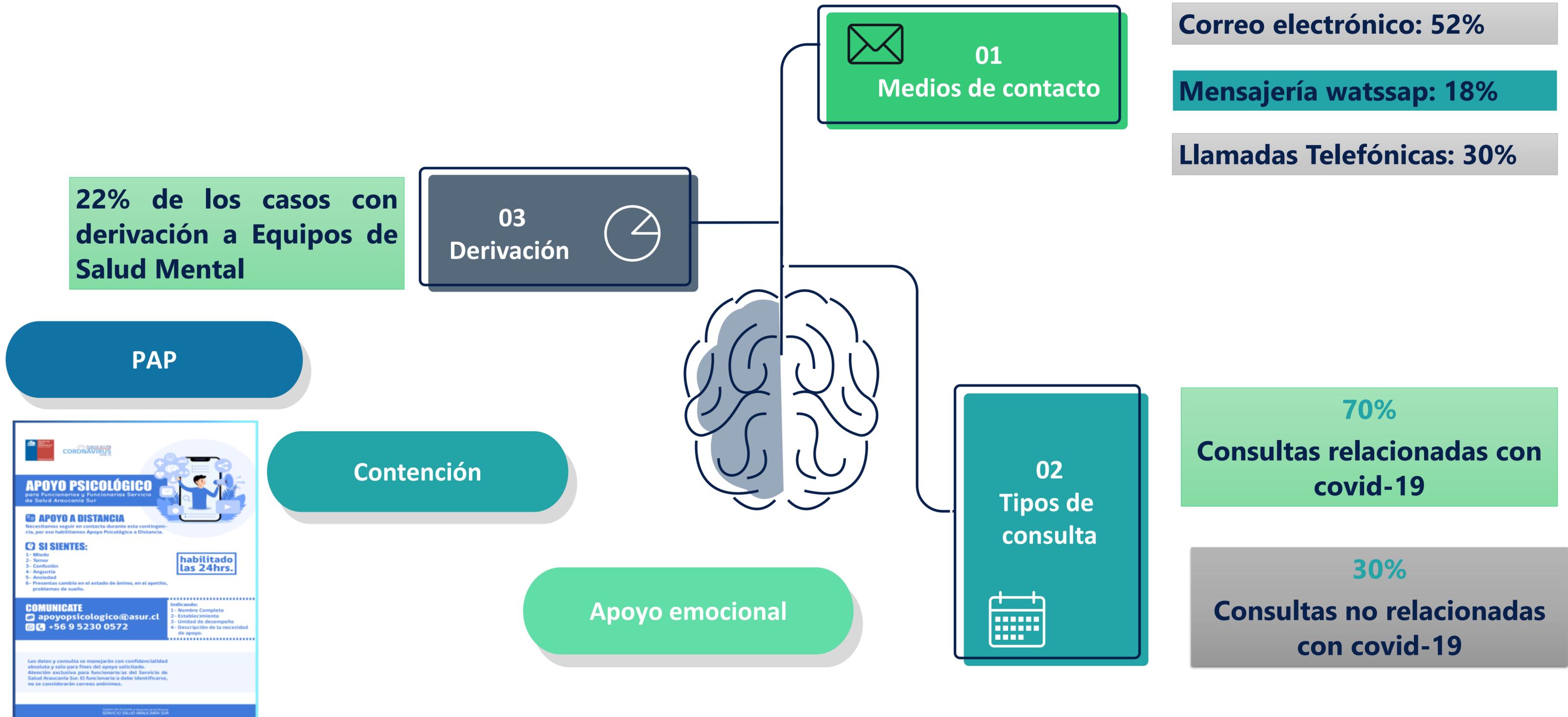
## Talleres a Distancia para funcionario/as

- ❖ Liderazgo en situación de crisis
  - ❖ Salud Mental en situación de crisis
- Sesiones sincrónicas via zoom
- \* 170 participantes



# \* Apoyo Psicológico a Distancia

Modalidad 24hrs



**APOYO PSICOLÓGICO**  
para Funcionarios y Funcionarias Servicio de Salud Araucanía Sur

**APOYO A DISTANCIA**  
Necesitamos seguir en contacto durante esta contingencia, por eso habilitamos Apoyo Psicológico a Distancia.

**SI SIENTES:**

- 1- Miedo
- 2- Terror
- 3- Confusión
- 4- Angustia
- 5- Ansiedad
- 6- Presentas cambio en el estado de ánimo, en el apetito, problemas de sueño.

**habilitado las 24hrs.**

**COMUNICATE**  
apoyopsicologico@asur.cl  
+56 9 5230 0572

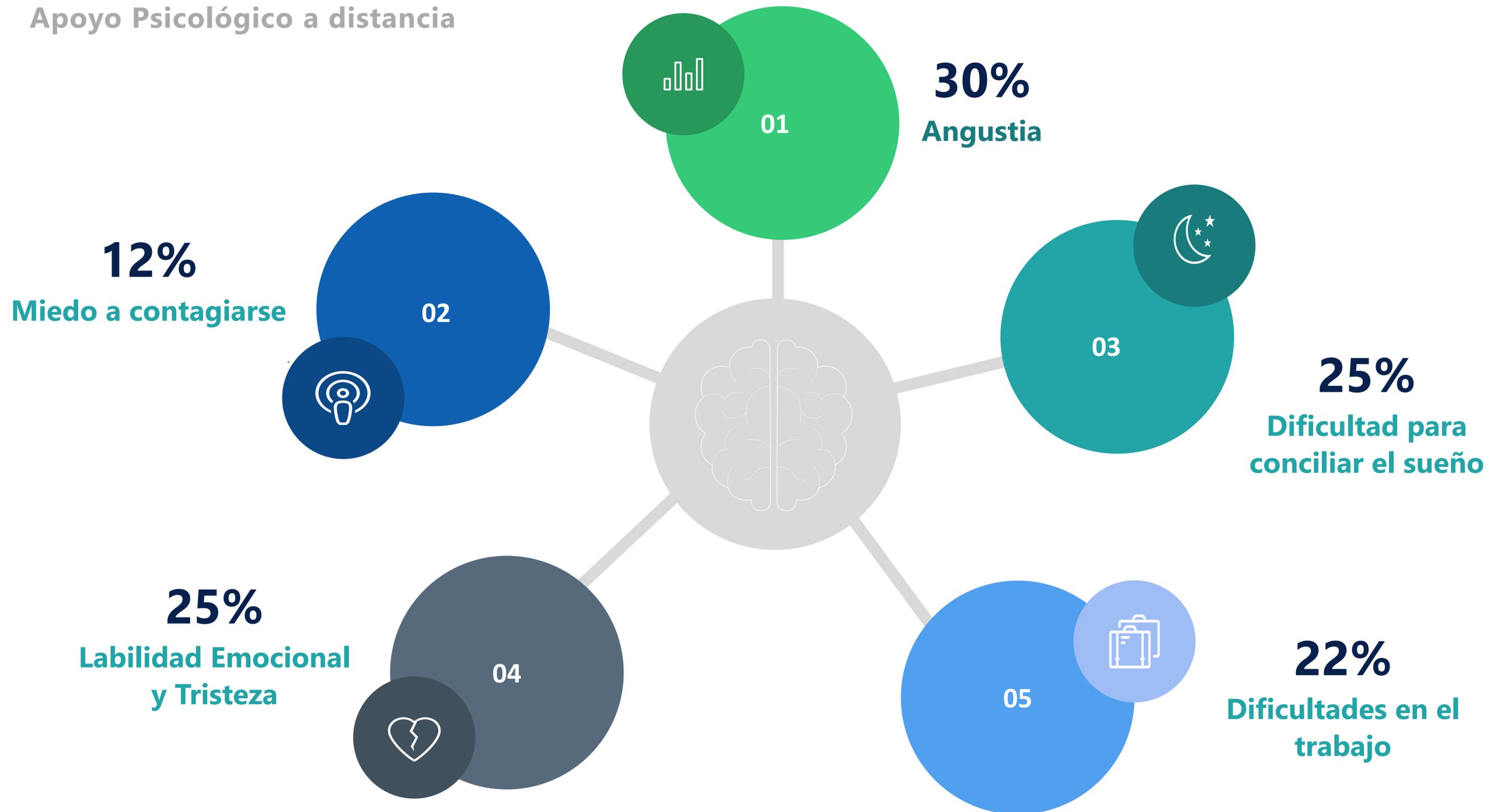
Indicando:  
1- Nombre Completo  
2- Establecimiento  
3- Unidad de desempeño  
4- Descripción de la necesidad de apoyo.

Los datos y consulta se manejarán con confidencialidad absoluta y solo para fines del apoyo solicitado. Atención exclusiva para funcionarios/as del Servicio de Salud Araucanía Sur. El funcionario/a debe identificarse, no se considerarán correos anónimos.

SERVICIO SALUD ARAUCANÍA SUR

# Principales motivos de consulta

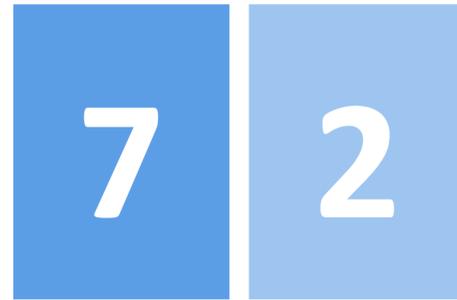
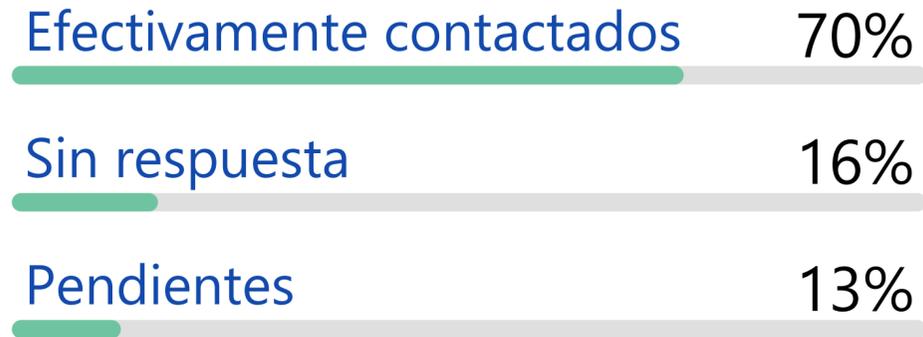
Apoyo Psicológico a distancia



# Acompañamiento Telefónico a funcionario/as reintegrados

Apoyo y contención emocional a funcionario/as con Covid-19 una vez se reintegran a sus funciones

## Estado al 14.08.2020



Funcionario/as Reintegrado/as  
(excepto HHA)



# Recomendaciones Salud Mental

**RECOMENDACIONES: PSICOSOCIALES Y DE SALUD MENTAL**  
para Funcionario/as y Funcionarias del Servicio de Salud Araucanía Sur

Es probable que el virus COVID-19 sea una situación única y sin precedentes para muchos de nosotros, por lo que desde el **Depto. Desarrollo de las Personas** se entregan las siguientes recomendaciones:

**PRACTICA EL AUTOCUIDADO**

Preocúpate de tus necesidades básicas: descansa, come lo suficiente e ingiere alimentos saludables. Preocuparse por uno mismo permitirá dar lo mejor para los demás.

Como trabajadores de salud, **somos protagonistas de cuidar la salud de los demás ante esta emergencia sanitaria**, lo cual puede vivirse como una experiencia de presión, por lo que es normal tener dificultades con manejar esta experiencia. **Si requieres de un apoyo especializado para esto**, recuerda que puedes solicitar ayuda a:

[apoyopsicologico@asur.cl](mailto:apoyopsicologico@asur.cl)  
+56952300572

Depto. Desarrollo de las Personas  
Subdirección de Gestión y Desarrollo de las Personas  
SERVICIO SALUD ARAUCANÍA SUR

# Teletrabajo

**TELETRABAJO**  
RECOMENDACIONES Psicosociales y de Salud Mental para Funcionario/as en modalidad de Teletrabajo del Servicio de Salud Araucanía Sur.

**TIPS 1:** Prepara y organiza un espacio de trabajo adecuado, limpio y ordenado. En lo posible con luz natural.

**TIPS 2:** Intenta separar visualmente donde trabajarás y donde dormirás.

**TIPS 3:** Al finalizar el horario de trabajo deja todo guardado y apagado como gesto de que ha terminado la jornada.

**TIPS 4:** Inicia el día con una rutina similar a un día habitual: levántate, vístete y tomar desayuno.

**TIPS 5:** Planifica tu día, establece un horario de inicio y término. Genera metas de trabajo diarias y semanales.

**TIPS 6:** Realiza pequeñas pausas para respirar, mirar hacia afuera o una relajación breve. Idealmente, que la pausa no sea trabajo doméstico.

**TIPS 7:** Mantén el contacto con tus colegas y jefatura. Utiliza medios digitales para mantener el trabajo en equipo, evita el aislamiento.

**PLAN DE ACCIÓN CORONAVIRUS COVID-19**

Subdirección de Gestión y Desarrollo de las Personas  
SERVICIO SALUD ARAUCANÍA SUR

# Apoyo Psicológico 24 hrs

**APOYO PSICOLÓGICO**  
para Funcionarios y Funcionarias Servicio de Salud Araucanía Sur

**APOYO A DISTANCIA**  
Necesitamos seguir en contacto durante esta contingencia, por eso habilitamos Apoyo Psicológico a Distancia.

**SI SIENTES:**

- 1- Miedo
- 2- Temor
- 3- Confusión
- 4- Angustia
- 5- Ansiedad
- 6- Presentas cambio en el estado de ánimo, en el apetito, problemas de sueño.

**ATENCIÓN 24 HORAS**

**COMUNICATE**  
[apoyopsicologico@asur.cl](mailto:apoyopsicologico@asur.cl)  
+56 9 5230 0572

indicando:

- 1- Nombre Completo
- 2- Establecimiento
- 3- Unidad de desempeño
- 4- Descripción de la necesidad de apoyo.

Los datos y consulta se manejarán con confidencialidad absoluta y solo para fines del apoyo solicitado. Atención exclusiva para funcionario/as del Servicio de Salud Araucanía Sur. El funcionario/a debe identificarse, no se considerarán correos anónimos.



# DESARROLLO ORGANIZACIONAL



06

## Curso para Jefaturas Lideremos en Tiempos de Crisis

\*Autoconocimiento ¿Qué desafíos a traído la actual situación a tu equipo? ¿Cómo se afectó la confianza, compromiso y logro de tu equipo?



07

## Encuesta on-line para Funcionario/as

**¡SU OPINIÓN ES MUY IMPORTANTE!**  
Encuesta para Funcionario/as SSAS en contexto COVID-19

El Departamento de Desarrollo de las Personas te invita a responder esta breve encuesta anónima para conocer los aspectos que debemos fortalecer como institución, a fin de generar ambientes de trabajo saludables en los distintos establecimientos de nuestro Servicio.

DISPONIBLE DESDE EL 03 AL 21 DE AGOSTO DE 2020

PARA ACCEDER A LA ENCUESTA HACER **CLICK AQUÍ** O INGRESE AL LINK <https://forms.gle/cwzs54jjDnY3MXwd9>

CONTACTO PARA CONSULTAS: carolina.mardones@asur.cl o al anexo 456399

Departamento de Desarrollo de las Personas  
Subdirección de Gestión y Desarrollo de las Personas  
SERVICIO SALUD ARAUCANÍA SUR

08

## Juntos por el Buen Trato Laboral

- ❖ Material gráfico para promover los compromisos del Decalogo de Buen Trato Laboral

- ❖ Reintegro Respetuoso



09

## Recomendaciones frente a casos de VIG

- \*Material gráfico con recomendaciones y recursos disponibles

- \*Se habilita un correo institucional: [orientacionvif@asur.cl](mailto:orientacionvif@asur.cl)



10

## Infografía nuevo Procedimiento de MALS

**ASPECTOS CLAVES PARA LA PREVENCIÓN DE MALTRATO, ACOSO LABORAL Y SEXUAL**

- Educación y capacitación a todo el personal y actores clave
- Voluntad política de la autoridad para aplicar sanciones
- Asesoría jurídica a fiscales y autoridades
- Capacitación a fiscales para investigaciones eficientes
- Procedimiento de denuncia formalizado y conocido

**NUEVOS AGENTES QUE INTERVIENEN EN LOS PROCESOS DE DENUNCIA E INVESTIGACIÓN EN EL SSAS**

- Orientador/a de denuncia
- Autoridad competente receptor/a de denuncia

## Nuevos Compromisos Decálogo





### BUEN TRATO LABORAL EN TIEMPOS DE PANDEMIA para Funcionarios/as y Jefaturas del SSAS

La pandemia actual ha generado que como funcionario/as de salud vivamos situaciones de estrés, angustia y miedo. Este escenario nos llama a **cuidarnos y respetarnos**, siendo fundamental no ejercer maltrato ni actuar con prepotencia en nuestras relaciones laborales.

Recuerde el **Decálogo de Buen Trato Laboral** que usted y su equipo suscribieron hace un tiempo. Si usted es nuevo/a en el establecimiento, pida una copia del decálogo a su referente de Calidad de Vida Laboral.

#### Nuevos compromisos del Decálogo de Buen Trato Laboral en tiempos de pandemia:

- 1** Tan importante como salvar (nos) y cuidar (nos) la vida, es cuidar la salud mental y dignidad propia y de nuestro/as compañero/as; **Tratémonos con respeto, empatía y cordialidad, a pesar del estrés y del miedo.**
- 2** Las decisiones que se toman en el marco de la pandemia son urgentes, pero siempre pueden ser consultadas con las personas involucradas; **promovamos un buen clima laboral compartiendo con nuestro equipo las medidas que adoptaremos, así ganamos adhesión y compromiso.**
- 3** Informemos a nuestra jefatura los incidentes o situaciones complejas que nos ocurran en el marco de la pandemia; **una oportuna comunicación previene conflictos innecesarios.**
- 4** Manejemos la incertidumbre; evitemos especulaciones frente a cambios de función o espacio motivadas por la pandemia; **vayamos de frente, preguntando, opinando, proponiendo.**

Dpto. Desarrollo de las Personas  
Subdirección de Gestión y Desarrollo de las Personas  
**SERVICIO SALUD ARAUCANÍA SUR**

## Recomendaciones VIG

### RECOMENDACIONES PARA EQUIPOS DE SALUD Y FUNCIONARIAS DEL SSAS: ¿Qué hacer frente a casos de violencia de género durante la emergencia sanitaria por el Covid-19?




Recomendar a las víctimas no perder contacto con amigas y familiares por medio de **Redes Sociales**.



Sugerir bajar la aplicación **"ANTONIA"** disponible en Google Play, y **"VOY CONTIGO"**, en APP Store y Google Play, que alertan a la red de apoyo ante cualquier dificultad o ataque.

**SERVICIO SALUD ARAUCANÍA SUR**  
Para consultas y orientación puede escribir al correo:

 [orientacionvif@asur.cl](mailto:orientacionvif@asur.cl)

**POLICIAS/FISCALIA**  
Tener a mano el número del plan cuadrante de Carabineros en caso de emergencia.

En caso de estar en cuarentena y ser víctima de violencia, denunciar al:

**133** CARABINEROS  
**149** Fono Familia  
**134** PDI  
**6004000101** PDI: Denuncia Anónima

**Seguimiento Denuncias:**

 FISCALIA  
**6003330000**

 WEB (Accediendo con Clave Única)  
**oficinajudicialvirtual.pjud.cl**

**CORPORACIÓN MILES**  
En caso de violencia, de consultas ginecológicas que no sean graves y sobre métodos anticonceptivos, comunicarse con Corporación **MILES** (Por los Derechos Sexuales y Reproductivos), para recibir orientación a través de su correo electrónico:

 [consejeria@mileschile.cl](mailto:consejeria@mileschile.cl)

**SERNAMEG**  
En caso de ser víctima o testigo de violencia llamar al fono orientación **1455**, es gratuito y confidencial. Disponible las 24 horas, todos los días de la semana.

Para otras consultas visitar la página web **sernameg.gob.cl** o contacte a través de las redes sociales.

 **1455**  [sernameg.gob.cl](http://sernameg.gob.cl)

 Para las personas de la disidencia sexual, el Movimiento por la Diversidad Sexual (**MUMS**), ofrece apoyo psicológico vía online al siguiente contacto:

 [contencion@mums.cl](mailto:contencion@mums.cl)

 La Asociación Organizando Trans Diversidad (**OTD**), informa que las atenciones y acompañamiento entre pares se realizarán en línea:

 [atencionesotd@otdchile.org](mailto:atencionesotd@otdchile.org)

Dpto. Desarrollo de las Personas  
Subdirección de Gestión y Desarrollo de las Personas  
**SERVICIO SALUD ARAUCANÍA SUR**

## Procedimiento Denuncia



### PROCEDIMIENTO DE DENUNCIA de Maltrato, Acoso Laboral y Acoso Sexual (MALS), del Servicio Salud Araucanía Sur.

Actualizado según Resolución N°11584/30.09.2019



**Maltrato Laboral**



**Acoso Laboral**



**Acoso Sexual**

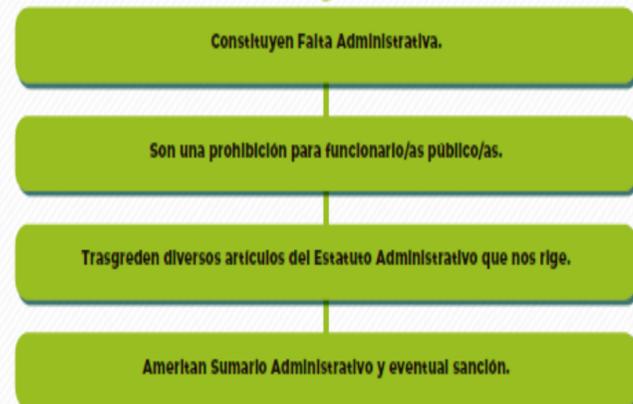
¿QUÉ ES?

Cualquier manifestación de una conducta abusiva, especialmente, los comportamientos, palabras, actos, gestos, escritos y omisiones que puedan atentar contra la personalidad, dignidad o integridad física o psíquica de un individuo, poniendo en peligro su empleo o degradando el clima laboral.

Toda conducta que constituya agresión u hostigamiento reiterados, ejercida por el empleador o por uno o más trabajadores, en contra de otro u otros trabajadores, por cualquier medio, y que tenga como resultado para el o los afectados su menoscabo, maltrato o humillación, o bien que amenace o perjudique su situación laboral o sus oportunidades en el empleo.

Toda conducta mediante la cual una persona hombre o mujer realiza en forma indebida, por cualquier medio, requerimientos de carácter sexual, no consentidos por quien los recibe y que amenacen o perjudiquen su situación laboral o sus oportunidades en el empleo.

**ESTAS TRES CONDUCTAS**





# CALIDAD DE VIDA LABORAL

## 03 VIDEOS MOTIVACIONALES PARA FUNCIONARI@S

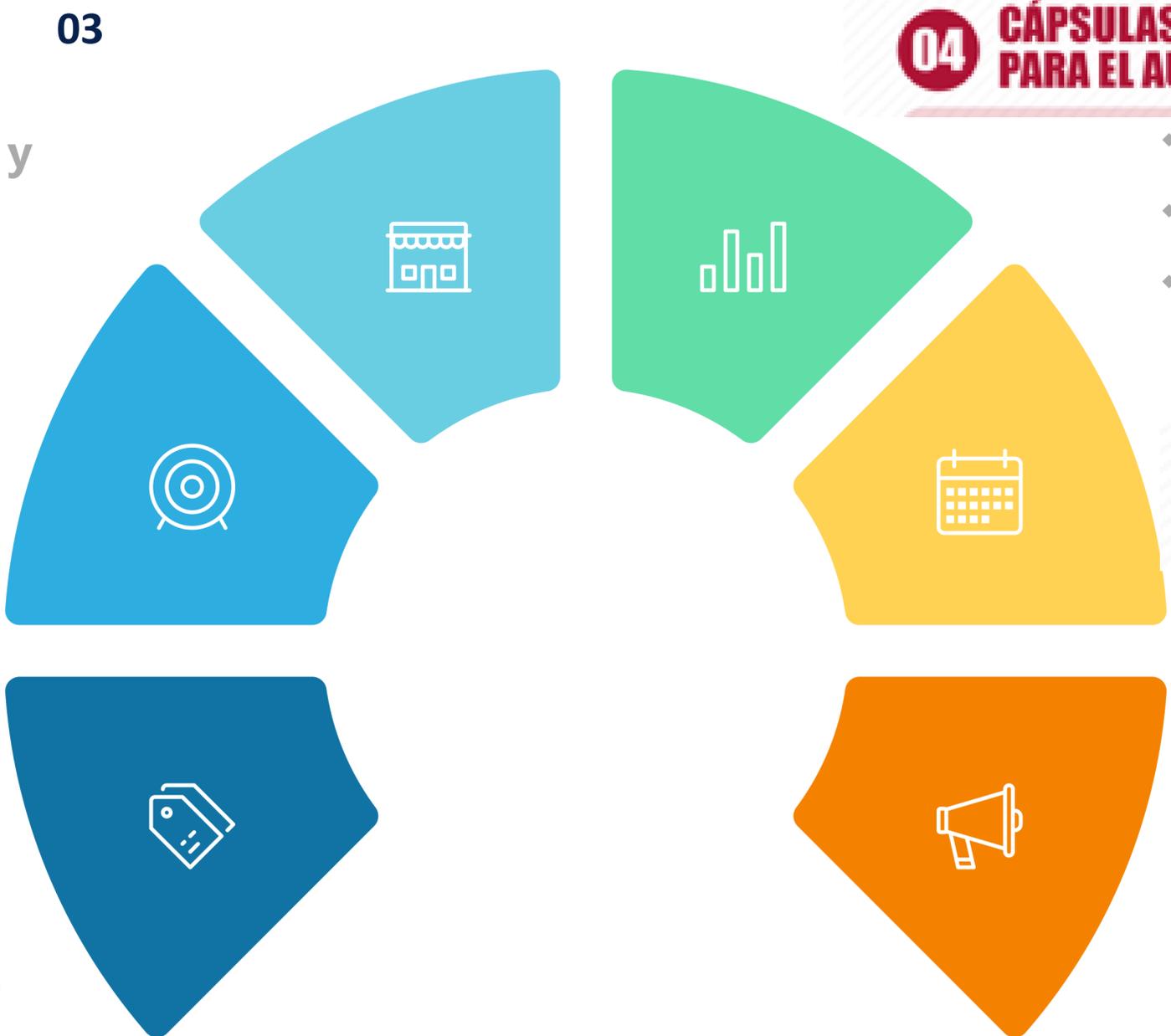
Saludos de motivación y reconocimiento

## 02 VIDEOS EFEMÉRIDES

- ❖ Reconocimiento a Funcionario/as
- ❖ Día de la Madre
- ❖ Día del Padre

## 01 ACOMPAÑAMIENTO TELEFÓNICO A FUNCIONARI@S COVID-19

Enfermera y Asistente Social



## 04 CÁPSULAS AUDIOVISUALES PARA EL AUTOCUIDADO

- ❖ Sesiones de Yoga
- ❖ Baile Entretenido
- ❖ Talleres de cocina

## 05 SERVICIO BIENESTAR

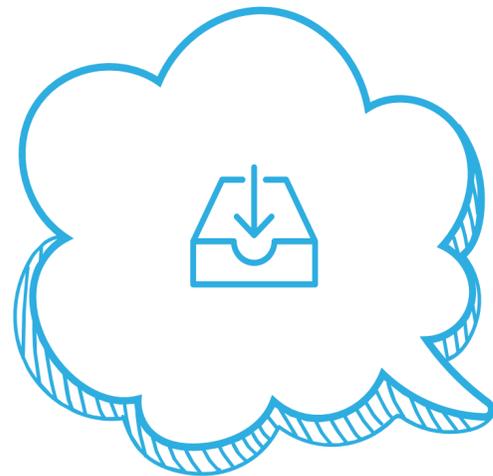
- ❖ Implementación Procedimiento de Reembolso Digital
- ❖ Acompañamiento Telefónico a Socio/as Jubilados
- ❖ Bono de Apoyo Médico
- ❖ Subsidio de Apoyo Social

# \* Acompañamiento Telefónico a funcionario/as Covid-19

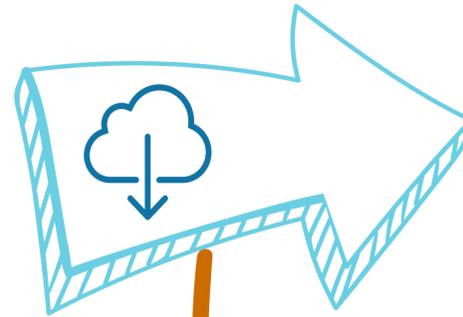
Enfermera y Asistente Social Subdpto. Calidad de Vida y Bienestar



Gestiones de apoyo con requerimientos específicos



Derivaciones y consultas de Bienestar



Apoyo y contención emocional



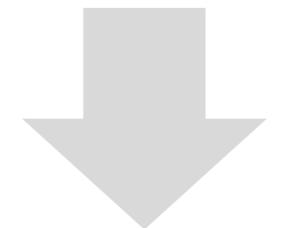
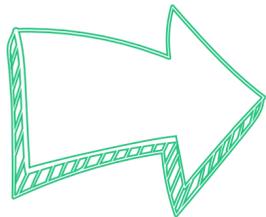
N° Confirmados al 24.07.2020



## Funcionario/as Contactados Telefonicamente

(excepto HHHA)

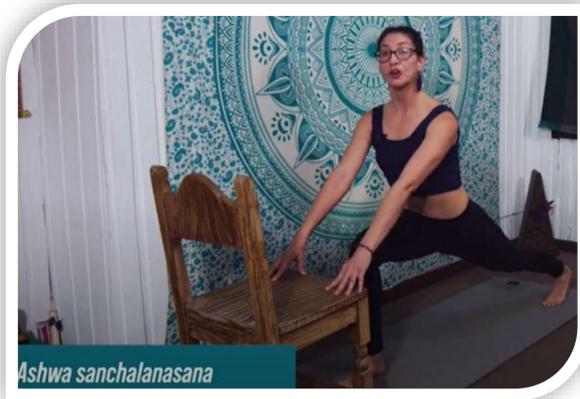
ESTABLECIMIENTO	N°
H. LAUTARO	24
H. PITRUFQUEN	12
H. NVA. IMPERIAL	8
H. TOLTEN	8
C. MIRAFLORES	4
H. CARAHUE	4
H. GALVARINO	4
DIRECCION	2
H. CUNCO	2
H. VILLARRICA	2
H. GORBEA	1



## Subsidios de Apoyo Médico Bienestar SSAS

- H. HHA 39
- Red 24

## Cápsulas Autocuidado



## Videos de Reconocimiento



## Reembolso Digital

**BIENESTAR SSAS INFORMA**

El Servicio de Bienestar SSAS informa la **SUSPENSIÓN TEMPORAL** de la **ATENCIÓN PRESENCIAL A SOCIOS/AS JUBILADOS/AS** para las siguientes gestiones:

- \* **PAGO DE CUOTAS MENSUALES.**
- \* **RECEPCIÓN DE BENEFICIOS.**

**LA ATENCIÓN SE MANTENDRÁ VIA DIGITAL Y TELEFÓNICA:**

<b>Dudas y consultas sobre pagos mediante transferencia electrónica:</b>	<b>Dudas y consultas sobre reembolso de beneficios:</b>
<a href="mailto:contabilidadbienestar@asur.cl">contabilidadbienestar@asur.cl</a>	<a href="mailto:beneficiosbienestar@asur.cl">beneficiosbienestar@asur.cl</a>
+56 9 4234 7624	+56 9 4234 7624

Agradecemos respetar esta forma de atención, como una medida de prevención para su salud, mientras se extienda la actual **emergencia sanitaria de covid-19.**

En Araucanía Sur estamos informados, unidos y conectados



# CONCILIACIÓN DE LA VIDA PERSONAL Y FAMILIAR CON EL TRABAJO

01

Sugerencias Recursos digitales en período de contingencia

02

Recomendaciones para Funcionario/as con Teletrabajo

03

2 Talleres de Habilidades Parentales: Crianza Positiva



04

Conmemoración Día de la Familia

05

Recomendaciones para Padres, Madres y Cuidadores

06

Cuentos Infantiles para las Familias

# Día de la Familia

# Taller de Habilidades Parentales

# Recursos Digitales

**ATENCIÓN NIÑOS Y SUS FAMILIAS**

**¡NECESITAMOS DE TU AYUDA!**  
¡Estamos preparando una sorpresa para ti y tu familia!

**¿CÓMO PUEDES COLABORAR?**  
Crea libremente un dibujo y/o cartel que represente un mensaje de apoyo para quienes más amas. Los funcionarios/as que trabajan en el Servicio Salud Araucanía Sur.

**¿QUÉ PUEDE PARTICIPAR?**  
Hijos e hijos/as menores de 18 años que viven con un funcionario/a del Servicio de Salud Araucanía Sur.

Envíanos tu obra de arte al email [yoenia.sanzana@ssar.cl](mailto:yoenia.sanzana@ssar.cl) en formato ".jpg" indicando:

- 1 DATOS DEL ARTISTA**  
Nombre y apellido de quienes participan en la creación del dibujo o cartel.
- 2 NOMBRE O MENSAJE**  
Nombre o mensaje que quieras que aparezca en tu imagen. ¡Tú decides! ¡Tú eliges! ¡Tú pones Juan, María, Mariana, Andrés, Carlos, Sofía, María, etc!
- 3 FOTO DEL ARTISTA**  
Una foto del niño/a artista incluyendo su dibujo o cartel.

**¡GRACIAS!**  
Estamos recibiendo sus iniciativas hasta el **11 DE MAYO DE 2020**  
**BUSCA LOS MATERIALES Y MANOS A LA OBRA!**

**Bienestar**  
SERVICIO SALUD ARAUCANÍA SUR

**Taller de Habilidades Parentales**  
Dirigido a Padres, Madres y Cuidadores del SSAS

**Crianza Positiva:**  
Generando Espacios de Conversación Familiar

**Ampliando recursos para enfrentar la pandemia.**

**Docente:**  
Alejandra Fuentesalba Rettig  
PsicoCoach-Neuroeducadora

**Jueves 25 de Junio**  
**Horario:** 16:00 a 17:00hrs.

Todos los funcionarios/as del Servicio de Salud Araucanía Sur, están invitados! Modalidad Participativa Activa, **vía Zoom**

**ENTRA AQUÍ**  
ID: 903 158 1597 **Contraseña:** taller 2020

**zoom**

**CONCILIACIÓN DE LA VIDA PERSONAL Y FAMILIAR CON EL TRABAJO**  
Sugerencias de Recursos digitales, en periodo de contingencia  
**#QuedateEnCasa**

**VIDA PERSONAL**  
MINISTERIO DE DEPORTE  
¿Eres adulto mayor y quieres conocer algunos ejercicios para mantenerte activo?, has clic en el link y energízate junto a la Profesora Carolina.  
**CLIC AQUÍ**

**VIDA FAMILIAR**  
MUSEO INTERACTIVO BUBADOR  
¿Te gusta jugar con burbujas, pero se ventanó la mascarilla que compraste?, has clic en el link y conoce al mejor Burbujólogo.  
**CLIC AQUÍ**

**VIDA LABORAL**  
NUESTROS SUPERHÉROES  
Porque mereces ser homenajeado cada día por la gran labor que desempeñas, les dejamos algunos saludos de la comunidad.  
**CLIC AQUÍ**

**MINIC JAUME: MINDFULNESS E INTEGRACIÓN EMOCIONAL**  
Cada martes y jueves a las 20:00hrs, puedes participar de estas clases online gratuitas que te ayudarán a encontrar estabilidad emocional en periodo de contingencia. Inscríbete y disfruta la experiencia.  
**CLIC AQUÍ**

**PLAN DE ACCIÓN CORONAVIRUS COVID-19**

Dpto. Desarrollo de las Personas  
Subdirección de Gestión y Desarrollo de las Personas  
**SERVICIO SALUD ARAUCANÍA SUR**

**#FamiliasSSAS**

Video editado por el **Departamento Desarrollo de las Personas**  
Servicio de Salud Araucanía Sur

**Taller de Habilidades Parentales**  
Dirigido a Padres, Madres y Cuidadores del SSAS

**Potenciando una Crianza Feliz en Tiempos de Crisis**

**Ampliando recursos para enfrentar la pandemia.**

**Docente:**  
Alejandra Fuentesalba Rettig  
PsicoCoach-Neuroeducadora

**Jueves 18 de Junio**  
**Horario:** 16:00 a 17:00hrs.

Todos los funcionarios/as del Servicio de Salud Araucanía Sur, están invitados! Modalidad Participativa Activa, **vía Zoom**

**ENTRA AQUÍ**  
ID: 903 158 1597 **Contraseña:** taller 2020

**zoom**



01

Medidas Preventivas

### MEDIDAS PREVENTIVAS EN EL ENTORNO LABORAL para disminuir el riesgo de contagio de COVID-19

#### ¿CÓMO USAR Y QUITARSE UNA MASCARILLA?

1. Antes de ponerte una mascarilla, lávate las manos con agua y jabón o usa alcohol gel.
2. Cubre tu boca y nariz con la mascarilla.
3. Evita tocar la mascarilla mientras la usas. Si lo haces, lava tus manos con agua y jabón o usa alcohol gel.
4. Quitate la mascarilla por detrás (elásticos o tiras), sin tocar la parte delantera.
5. Después de sacarla, vuelve a lavarte las manos con agua y jabón o usa alcohol gel.

**¡Prevenir es tarea de tod@s!**

### MEDIDAS PREVENTIVAS EN EL ENTORNO LABORAL para disminuir el riesgo de contagio de COVID-19

#### LIMPIA A TUS MANOS ¿CUÁNDO?

1. Después de estar en lugares comunes o concurridos.
2. Después de ir al baño.
3. Antes de comer o preparar alimentos.
4. Después de manipular basura.
5. Después de tocar las manillas de las puertas.
6. Después de toser o estornudar.
7. Cuando sientas que tus manos están sucias.
8. Antes de tocarte la cara.

**¡Prevenir es tarea de tod@s!**

02

Protocolo Medidas de Prevención entorno laboral

### MEDIDAS PREVENTIVAS EN EL ENTORNO LABORAL para disminuir el riesgo de contagio de COVID-19

#### REUNIONES DE TRABAJO:

- A- Promover las reuniones **NO PRESENCIALES** mediante el uso de **MEDIOS ELECTRÓNICOS**, para evitar contagios.
- B- Si la reunión presencial **NO PUEDE SER REEMPLAZADA** por medios electrónicos:
  1. Reducir el número a 4 personas máximo, según la capacidad de la sala a utilizar.
  2. Organizarse a 1 metro de distancia entre sí y siempre portando mascarillas que cubran nariz y boca.
  3. Contar con acceso a lavado de manos o en su defecto, solución de alcohol gel.
  4. Evitar disponer de alimentos y bebestibles durante la reunión.
  5. Conservar una nómina con los nombres, RUT y teléfonos de los/as participantes a lo menos durante un mes.
  6. Limpiar y ventilar el lugar donde se realizó la reunión después de concretada.

**¡Prevenir es tarea de tod@s!**

### MEDIDAS PREVENTIVAS EN EL ENTORNO LABORAL para disminuir el riesgo de contagio de COVID-19

#### EL SALUDO EN TIEMPOS DE COVID-19

**0 simplemente di ¡Hola!**  
**¡Pero no saludes de mano, beso ni abrazo!**

**¡Prevenir es tarea de tod@s!**

03

Pausas Saludables Virtuales

### INVITACIÓN

#### PAUSAS SALUDABLES VIRTUALES para funcionarios/as del SSAS

Rompe la rutina y dedica 15 minutos a tu bienestar

via plataforma **Hangouts Meet**. Con cualquier correo gmail se puede tener acceso.

- Clases guiadas por un Entrenador Deportivo Profesional con vasta experiencia en pausas laborales.
- Duración de 15 minutos.

**INSCRIPCIONES:**  
 Correo: [bienestar@asur.cl](mailto:bienestar@asur.cl), indicando nombre completo y correo electrónico (con correos @asur también te puedes conectar)

Todos los días **MARTES 10:00 hrs.**

EL DÍA ANTES DE LA CLASE, SE ENVIARÁ LINK DE CONEXIÓN.

**PARTICIPA JUNTO A TUS COLEGAS**  
 Funcionario/as con teletrabajo pueden participar junto a sus familias!!

**¡Prevenir es tarea de tod@s!**

### MEDIDAS PREVENTIVAS EN EL ENTORNO LABORAL para disminuir el riesgo de contagio de COVID-19

- SALUDAR:** Evita saludar con la mano o dar la mano.
- HIGIENE:** Lávate y desinfecta tus manos con agua y jabón.
- TOSER:** Al estornudar o toser, cubre la nariz y boca con el antebrazo, o utiliza un pañuelo desechable.
- TOCAR:** Evita tocar las superficies, la mano o la boca.
- COMPARTIR:** No compartas artículos de higiene ni del almacenamiento.
- VENTILACIÓN:** Mantén limpio y ventilado el espacio de trabajo.
- DISTANCIA:** Mantén una distancia mínima de un metro con las computadoras de trabajo.
- TEMPERATURA:** Mantén la temperatura del cuerpo (frente a la fiebre) sobre 37,3° C, baja, dificultad respiratoria, dolor de garganta, debilidad, o dolor de cabeza.
- MEDIDAS:** Consulta frecuentemente las medidas de prevención que adopte la institución.

**¡Prevenir es tarea de tod@s!**



# CAPACITACIÓN



01

Cursos Primer Apoyo Psicológico



02

Cursos Autogestionados



03

Reestructuración PAC Transversal



04

Difusión Capacitaciones



# CURSOS AUTOGESTIONADOS 2020

Sistema de Aprendizaje a Distancia SIAD

PARA FUNCIONARIO/AS DE LA RED PÚBLICA DE SALUD



**Diagnóstico y tratamiento de Insuficiencia Cardíaca:**  
27 hrs.



**Introducción a la Prevención, Control y Cesación del Tabaquismo:**  
27 hrs.



**Reparación y atención integral de salud a afectados por las violaciones a los DDHH:**  
20 hrs.



**Precauciones estándares para profesionales de la salud:**  
27 hrs.



**Normas de aplicación general en Gestión y Desarrollo de las Personas:**  
27 hrs.



**Gestión y Promoción del Buen Trato:**  
27 hrs.



**Uso de Guías de Práctica Clínica con metodología de GRADE:**  
32 hrs.



**Orientaciones y Estrategias de Prevención Covid-19:**  
20 hrs.



**Georreferenciación y gestión de información territorial en emergencias y desastres:**  
27 hrs.



**Migración, Salud y DDHH:**  
27 hrs.



**Radiocomunicaciones de Emergencia:**  
27 hrs.



**Curso básico de Diabetes Mellitus:**  
27 hrs.



**Donación de Sangre:**  
27 hrs.

## ¿CÓMO INSCRIBIRSE?

- Entre el 01 y el 24 de cada mes.
- **Link de inscripción:** <https://inscripción.siadsp.s.cl/despliegue> (Modalidad Autogestionados).
- **Ingresar Rut**, seleccionar el curso de interés y completar formulario de inscripción.
- En caso de **no recepcionar respuesta**, ingresar a [www.siadsp.s.cl](http://www.siadsp.s.cl), ir a botón derecho de la pantalla "ACCEDER"
- **Usuario del participante:** Rut (SIN puntos, SIN guión y SIN dígito verificador)
- **Clave:** primeros 4 dígitos del Rut.

En el caso de no poder acceder a la plataforma, contactarse al correo:

[cecilia.novoa@redsalud.gob.cl](mailto:cecilia.novoa@redsalud.gob.cl)  
profesional del Subdepto. de Capacitación SSAS.



**CUPOS LIBRES**  
(con límite de participantes)

Desde el momento de la inscripción, el curso estará disponible por 30 días.

No olvide descargar su certificado de aprobación, desde la plataforma.

