



# NEWSLETTER

**NO.11**

**EDICIÓN ESPECIAL SALUD MENTAL**

**OCTUBRE 2024  
FESPROSAP**

## **EDITORIAL - “DOBLE PRESENCIA EL GRAN DESAFÍO DEL SIGLO XXI”**

EVELYN MUÑOZ APORTA SU VISIÓN  
SOBRE LA BRECHA DE GÉNERO Y  
LAS POLÍTICAS PÚBLICAS.

---

## **ENTREVISTA YULY ADAMS**

“LA DOBLE PRESENCIA SE REDUCE CON  
EL EMPODERAMIENTO DE LAS MUJERES  
Y LA GANANCIA EN CUOTAS DE  
PARIDAD”

---

## **ANIVERSARIO DE FESPROSAP**

EL MES DE SEPTIEMBRE VIVIMOS EL  
ANIVERSARIO DE LA FEDERACIÓN,  
CONMEMORANDO SU 3ER AÑO.

# Doble presencia el gran desafío del siglo XXI

Como Federación de Sindicatos de Profesionales de la Salud Privada, FESPROSAP, uno de nuestros grandes desafíos es lograr incidir en las políticas públicas de salud y del ámbito laboral en nuestro país.



*“Las mujeres al ingresar a trabajos remunerados tienen mayor autonomía económica y esto ayuda a reducir su vulnerabilidad, aumenta los niveles de vida en los hogares aportando así a la reducción de la pobreza”*

*La OMS define **salud mental** como un estado de bienestar en el cual cada individuo desarrolla su potencial, puede afrontar tensiones de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera, y puede aportar algo a su comunidad*

Como organización, estamos trabajando para disminuir la brecha de equidad de género que existe a nivel nacional. Es abismante la distancia que a nivel internacional y latinoamericano tenemos como país, en políticas que en otras naciones equiparan la cancha para las mujeres en el ámbito de ingreso a una mejor salud, mejores condiciones laborales y salariales, mejor educación e ingreso a cargos de poder que ayudan a generar cambios sociales.

En el último informe sobre la situación de bienestar de las mujeres expuesto en el Mes de Julio del 2022 reafirma la gran importancia que ha tenido la incorporación de las mujeres al trabajo remunerado,

lo destaca como un gran cambio social y económico del último siglo. Lo que provocó una gran transformación en el mundo laboral, en el espacio de la educación, en la esfera doméstica y las vidas de millones de mujeres. Porque trajo consigo consecuencias positivas tanto como para la mujer como para la sociedad. Lo que se vio reflejado en un crecimiento económico, aumento de la productividad, competitividad y generó mayor movilidad social.

Como país, tenemos un gran trabajo que realizar con cambios que van en lo más profundo de nuestra sociedad, de nuestra cultura y la forma en que vemos el rol femenino en la sociedad.

**YULY ADAMS**

ENFERMERA MAGISTER EN DERECHO DE LA SALUD

# DOBLE PRESENCIA

La doble presencia se reduce con el empoderamiento de las mujeres y la ganancia en cuotas de paridad



Éstas y otras interesantes reflexiones se desprenden de esta entrevista especial con la enfermera Yuly Adams, Magister en derecho de la salud con post título en bioética y ética, salud mental entre otras áreas. Se dedica a la Investigación, es académica en varias universidades y particularmente asesora a empresas en control y buenas prácticas y procedimientos.

Visita nuestra Web para leer entrevista completa

[www.fesprosap.cl](http://www.fesprosap.cl)



**La salud mental es uno de los problemas más graves de la salud pública en Chile y en el mundo.**

Luego de la pandemia Covid, la presencialidad y también la mayor preocupación por los factores psicosociales, se hizo evidente la oportunidad que tienen las mujeres para participar como actores fundamentales en el trabajo incluso con cuotas de paridad.

**Desde la perspectiva académica y con su experiencia clínica -¿Cuáles serían los factores más determinantes que inciden en esta realidad?**

Quiero contextualizar señalando que todos pertenecemos a una sociedad que claramente se basa en comportamientos, normas en patrones que traen exigencias para cada persona y grupo etario y es fundamental desarrollar habilidades para enfrentar los requerimientos, puesto que cualquier desequilibrio nos hace vulnerables a desarrollar problemas de salud física y mental.

Periodista  
Verónica Valdebenito

Los factores más determinantes para estos problemas son los sociales, de hecho, desde la niñez y la adolescencia aprendemos a socializar fuera del hogar, por tanto, es importante contar con elementos que sean protectores para enfrentar los riesgos.

El “positivismo tóxico” también lo quiero mencionar, que es una exigencia social de éxito con mandatos irreales muchas veces llevan a la frustración, a la falta de motivación, a un cansancio crónico, hábitos que nos contribuyen a una buena salud, la falta de sueño una nutrición deficiente, el consumo de medicamentos, el sedentarismo.

**¿Cuáles serían los aspectos más relevantes que hay que cambiar en la conducta personal para evitar la doble presencia?**

Esto es un trabajo no solo personal, sino también se requiere de la contribución de la empresa y también de políticas laborales, sin embargo, cada persona puede contribuir a disminuir la doble presencia y para eso, ya lo recalqué anteriormente, el desarrollar habilidades sociales. Una habilidad que ya es conocida es la asertividad, que permite a cada uno exigir los derechos y organizar la vida, solicitando ayuda en el ámbito doméstico por estos roles que nos hacen más responsables a las mujeres, en estas tareas y en la crianza. También destacar, que el trabajar o desarrollar hábitos que nos permitan el buen dormir.

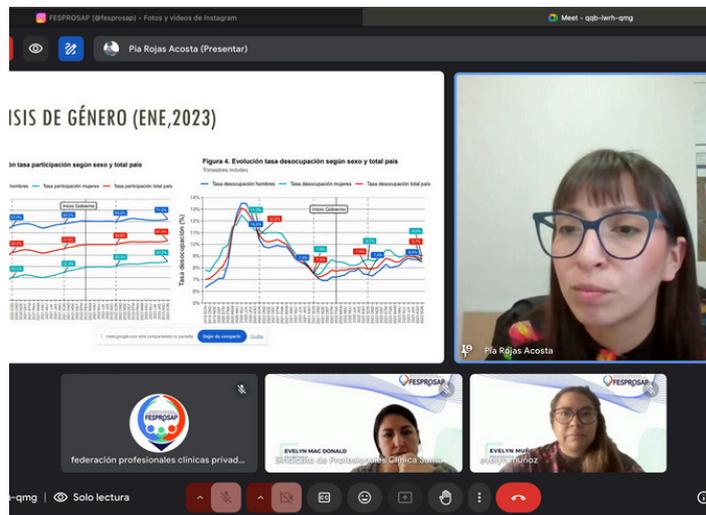
**¿Los trastornos no tratados inciden en la doble presencia?**

Por supuesto, problemas físicos y/o mentales con diagnóstico médico o a veces no consultado, nos hace más susceptible a percibir el entorno como más amenazante de lo que es, o incluso estar más hiper reactivos al estrés, el sentirnos, agobiados, agotados, con aceleraciones en el estado de ánimo, claramente aumenta la incidencia en la doble presencia.

## WEBINAR DE “SALUD MENTAL Y DOBLE PRESENCIA”



Contamos con la presencia de la gran profesional **Pia Rojas** como expositora. Psicóloga, experta en la temática, comentó en profundidad causales y conceptos relevantes sobre **salud mental**.



En nuestra web y redes sociales, encontrarás el link para revisar la grabación del webinar. **¡No lo dejes de ver!**

## ANIVERSARIO FESPROSAP



El pasado **28 de septiembre** la federación celebró su **3er aniversario**. Queremos otorgar un gran agradecimiento a todos por ser parte de este proyecto conjunto e iniciativa que nos permite crecer y fortalecernos como equipo.