

Título:

VISUALIZAR EL BIENESTAR EN SALUD: UNA RESPONSABILIDAD COLECTIVA EN UDELAR

Autores/as

Lic. Psic. Lourdes Cresci; Lic. Psic. Andrea Dos Santos Bottaro; Mag. Psic. Rosana Rigato; Lic. en Trabajo Social Viviana Montaña Gutiérrez; Lic. en Trabajo Social; María los Angeles Ortega Gareta

Servicio/s

Equipo Psico-Social
Área Salud de la Comunidad Universitaria
Servicio Central de Inclusión y Bienestar Universitario (SCIBU)

1. El Compromiso de la Comunidad y la Misión del SCIBU



El SCIBU promueve la prevención, promoción y protección de la salud integral de estudiantes, funcionariado TAS y docentes. Buscamos propiciar espacios de trabajo y estudio saludables que promuevan el desarrollo de las personas desde una perspectiva de derechos.

- La salud es una responsabilidad de toda la comunidad.
- No hay salud sin salud mental.
- La salud mental es un campo complejo, multicausal y modificable.

2. Pautas de Abordaje y Desmitificación



Todos podemos ser agentes de salud, no precisamos ser técnicos al respecto. La palabra habilita un necesario espacio de escucha atenta.

Acciones Clave (Sé un Agente de Salud):

- Habilitá la palabra, la escucha, pedir ayuda.
- Preguntá: "¿Cómo estás? ¿Cómo te sentís?".
- Debemos brindar espacios seguros.
- No juzgar, no culpabilizar y mantener la reserva/privacidad.
- Activá recursos (emergencia móvil, referente de la persona).

Derribando Mitos:

- NO estar bien, ¡TAMBIÉN está bien!.
- Tener una situación de salud mental no es un signo de debilidad o enfermedad.

3. Líneas de Demanda y Accesibilidad



El Equipo Psico-Social ofrece acompañamiento y orientación en diversas líneas de demanda:

- Salud mental.
- Orientación en situaciones de Violencia Basada en Género.
- Adecuaciones Curriculares / Ajustes razonables / Estrategias de Inclusión (Retedis).
- Discapacidad - Inclusión Educativa/Laboral.
- Acompañamiento a través de orientación en situaciones LGTBQIA+.

ACCESIBILIDAD INCLUSIVA

Escaneá el Código QR para acceder a este mensaje en LENGUA DE SEÑAS URUGUAYA (LSU).