

10 años de Alfabetización Laboral:

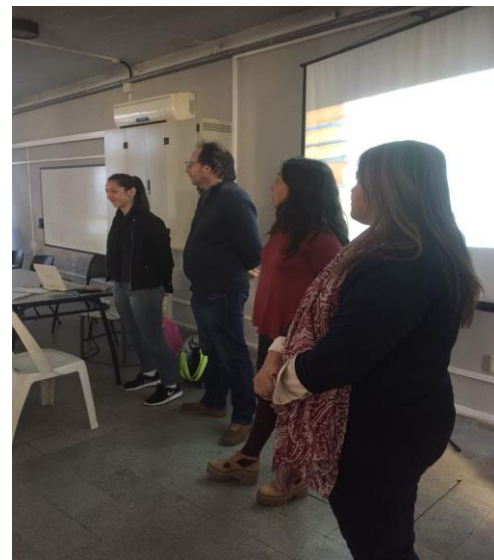
“La salud ocupacional: fortaleciéndonos en acciones posibles”

El pasado martes 5 de setiembre, en sala docente, la Unidad de Alfabetización Laboral en conjunto con el equipo de Dirección del Instituto Tecnológico Superior de Paysandú organizó una charla sobre **Seguridad y Salud ocupacional en la Docencia** a cargo de la Tecnóloga en Salud Ocupacional Carolina Benavides.

En el marco de los 10 años del Departamento de Alfabetización Laboral, se planifico este taller buscando como objetivo generar conciencia sobre nuestro labor cotidiano, y en busca de encontrar las posibilidades que habiliten una mejor calidad en el desarrollo de nuestras funciones. Apostando al cuidado de quienes desarrollamos la docencia y también de los educandos.

La Salud Ocupacional se basa en anticipar (prever los riesgos y tomar las medidas necesarias en la planificación de los

procesos de trabajo), reconocer y evaluar los riesgos y condiciones perjudiciales en el ambiente laboral, así como el desarrollo de estrategias de prevención y control de la seguridad de los trabajadores.



Una de las temáticas que tuvo mayor atención fue el síndrome del quemado, conocido como “Burn out”.



Según planteó la tecnóloga Benavides, es necesario diferenciar entre: estrés “cotidiano”, que en exposiciones temporales puede resultar una motivación para el organismo y el estrés crónico que trae como consecuencia el desgaste profesional. El “Burn out” es el resultado de la repetición de la presión emocional a lo largo del tiempo.

Sobre el final de la charla, en el espacio de intercambio con los docentes, se valoró como un aporte importante que desde la Alfabetización Laboral y desde el equipo de Dirección, se aborde el tema de la Salud Ocupacional, ya que muchas veces no somos conscientes de los perjuicios que suscita la tarea educativa en nuestra salud.



Unidad de Alfabetización Laboral
Plan Integración
ITS Paysandú
Natalia Chéchile & Víctor Dántaz