



UNIVERSIDAD
DE LA FRONTERA



Memoria institucional

2019 - 2025



Observo mi entorno

P

rotejo mi salud mental y la de los otros

A

prendo como cuidar de mí y de otros

Índice

Fundación OPA	4
Misión	4
Visión	4
Historia	5
Linea de tiempo	6
Objetivos y acciones	7
Fundadora	8
Palabras de la fundadora	9
Unidad de Investigación y Divulgación	10
Unidad de Intervención y Abordaje	11
Unidad de Capacitación y Desarrollo	12
Equipo de gestión transversal	13
Hitos	14
Capacitaciones	18
Divulgación científica y tecnologica	37
Prensa y otros medios de comunicación	45
Trabajo en red intersectorial y promoción en salud	58
Trabajo en establecimientos educacionales	74
Productos y propiedad intelectual	80
Sistema RedOPA	89
Conoce más sobre OPA	102



Fundación OPA

El 27 de octubre de 2020 nace Fundación OPA, un gran sueño gestado por Tamara Otzen y compartido con Mónica Hetz, Francisca Villagrán, María Paz Moya, Jacqueline Vistoso y Kristina Varela, como directoras. Después de muchos meses de planeación, constancia y dedicación, se dio el primer paso para concretar este sueño, que tiene como objetivo ser un apoyo a la Salud Mental, y específicamente a la prevención del suicidio, de nuestra región y país.



Misión

Promover el derecho a la vida y el cuidado de la salud mental a través de la investigación e innovación científica y tecnológica, la promoción, la intervención del suicidio y cuidado de la salud mental.

Visión

Ser un referente nacional que de respuesta a las necesidades en salud mental de las comunidades a través de la investigación e innovación científica y tecnológica, la promoción, intervención y capacitación en prevención de suicidio y cuidados de la salud mental.

Directorio

- Presidenta: Tamara Otzen Hernández
- Vice-presidenta: Mónica Hetz Fuentes
- Secretaria: María Paz Moya Daza
- Tesorera: Francisca Villagrán Silva
- Directora: Kristina Varela Romero

Historia

La Fundación OPA surge en 2018 a partir de la iniciativa de Tamara Otzen, investigadora de la Universidad de La Frontera, quien ese mismo año se adjudicó el concurso “Prototipos de Innovación Social Araucanía” de CORFO. El proyecto, orientado a la prevención de conductas suicidas en establecimientos educativos de la región, contempló el desarrollo de una plataforma web y una aplicación móvil destinadas a fortalecer una red colaborativa entre los sistemas escolar, familiar y de salud mediante procesos de co-diseño. Esta propuesta contó con el apoyo de Jorge Hochstetter y Carlos Cares, cuyas trayectorias en ingeniería informática permitieron integrar componentes tecnológicos e innovadores al modelo inicial.

Los años de investigación desarrollados por el equipo asociado al Doctorado en Ciencias Médicas de la Universidad de La Frontera evidencian que un elemento central para la prevención del suicidio es la capacidad de las personas para observarse mutuamente, protegerse y aprender juntas, principios que dieron origen a la sigla OPA. De esta premisa surge también la necesidad de promover una mayor conciencia respecto del propio estado emocional y del bienestar de quienes nos rodean, así como de difundir información clave para la prevención del suicidio en distintos entornos.

El trabajo de la Fundación se ha consolidado gracias a la articulación con actores institucionales y comunitarios. Entre ellos destacan las Secretarías Regionales Ministeriales de Salud y Educación de La Araucanía, INJUV Araucanía y el Departamento de Educación Municipal de Temuco, entre otras entidades. Con estas instituciones se han impulsado diversas instancias de formación y colaboración orientadas a fortalecer capacidades preventivas y a promover entornos protectores para toda la comunidad.



Línea de tiempo



Objetivos y acciones

En OPA trabajamos a partir de tres pilares esenciales:

1. Investigación y divulgación
2. Intervención y abordaje
3. Capacitación y desarrollo

Estos pilares orientan nuestra labor hacia la promoción del derecho a la vida y del cuidado integral de la salud mental. Para ello impulsamos intervenciones y procesos formativos en prevención del suicidio, junto con acciones de sensibilización comunitaria. Nuestro enfoque se sustenta en la investigación y en la innovación científica y tecnológica, incorporando estrategias comunicacionales que favorezcan una mayor conciencia social y prácticas de cuidado oportuno.

Con el fin de avanzar en estos objetivos, desarrollamos las siguientes líneas de acción:

- Diseño e implementación de programas de psicoeducación en salud mental para distintas etapas del ciclo vital.
- Fomento de la investigación científica aplicada a la prevención de conductas suicidas.
- Colaboración en el desarrollo e integración de tecnologías orientadas a la detección, prevención y acompañamiento en salud mental.
- Impulso a la conformación de comunidades de apoyo que fortalezcan la observación mutua, la protección y el aprendizaje colectivo como prácticas preventivas.
- Promoción de la transferencia de conocimientos científicos y tecnológicos que contribuyan a mejorar las estrategias de prevención del suicidio.



Fundadora



Tamara Otzen
Directora

PhD en Salud Basada en Evidencias de la Universidad Federal de Sao Paulo (UNIFESP), PhD en Ciencias Médicas y Mg. en Psicología de la Universidad de La Frontera (UFRO), Mg. en Metodologías de las Ciencias del Comportamiento y de la Salud de la Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED).

Presidenta de la Fundación OPA, académica de la Universidad de La Frontera, donde se desempeña entre la docencia para postgrado de bioestadística y metodologías de investigación y el liderazgo y acompañamiento en proyectos de investigación e innovación.

Su trabajo está orientado al estudio, desarrollo, evaluación y difusión para la prevención de conductas suicidas en contextos educativos y de salud.

Palabras de la fundadora

Este año, nuestra memoria se escribe desde un profundo sentido la comunidad y conexión humana. Es el testimonio de un propósito compartido, profundo y urgente: salvar vidas.

Nuestra labor se ha tejido con palabras. Palabras nuestras y palabras de otros; palabras que rompen estigmas, disipan miedos y abren espacios para preguntas necesarias. Es la energía inquebrantable de quienes luchan, la rabia transformadora de quienes buscaron una salida, y la pena honesta de quienes cargan con una pérdida. Todas estas voces nos guían.

Hemos aprendido a mirar el dolor humano desde sus múltiples aristas, rechazando las recetas únicas y fáciles. En su lugar, promovemos escuchar la intuición y el corazón. Se trata de conectar desde lo esencialmente humano, sin etiquetas de “experto” o “no experto”. Se trata de empoderar a comunidades que ya están llenas de amor, cuidado y alma.

Esa alma es nuestra fuerza motriz. Es lo que nos impulsa a escuchar con atención, a sonreír con empatía y a llorar sin vergüenza ante relatos que estremecen y nos conmueven hasta lo más profundo. Esos testimonios, a la vez dolorosos y valientes, son los que renuevan nuestra convicción para seguir luchando.

Estamos inmensamente agradecidos. Agradecidos por cada muestra de cariño, por cada puerta que se abre. Agradecidos porque hoy nuestras voces, y las voces de las personas en quienes confiamos ciegamente, están encontrando un eco. Este crecimiento nos llena de certeza: podemos salvar vidas y no estamos solos en esta labor.

Somos, en esencia, la red que contiene. La mano que se tiende para sacar de la oscuridad. El abrazo que no teme sentir, escuchar y permanecer. A veces no de forma física, pero siempre presente, ofreciendo cobijo y esperanza a quien cree que solo hay una salida. Para que en su momento más crítico, en algún rincón de su ser, recuerden que no están solos. Ese es nuestro compromiso. Ese es el latir de esta fundación.

Con esperanza y determinación,

Tamara Otzen
Presidenta Fundación



Equipo de trabajo

Unidad de Investigación y Divulgación

Su misión es generar, analizar y difundir conocimiento científico relacionado con la conducta suicida, sus factores de riesgo y sus factores protectores. Busca promover la divulgación responsable de información basada en evidencia, fortaleciendo la sensibilización pública y el entendimiento social respecto a los desafíos en salud mental y prevención del suicidio. Su trabajo integra la producción científica con estrategias de comunicación accesibles y éticas.



Dra. Zayra Antúnez

Psicóloga Clínica, PhD.

Líder de la unidad de investigación y divulgación

“Desde nuestros roles, estamos comprometidos con la integración de la investigación científica y la difusión responsable del conocimiento, que fomente el bienestar psicológico y a la protección de la vida. Creemos en la importancia del desarrollo de intervenciones tempranas, éticas y sustentadas en conocimiento científico, para fortalecer la prevención en salud mental.”



Gabriel Epuyao

Ing. Civil Industrial mención Informática, PhD(c).

Colaborador Unidad de Investigación y Divulgación



Josué Rivadeneira

Médico, PhD(c).

Colaborador Unidad de Investigación y Divulgación

Equipo de trabajo

Unidad de Intervención y Abordaje

Su propósito es diseñar, implementar y evaluar estrategias clínicas y comunitarias dirigidas a la detección temprana, contención y acompañamiento de personas en riesgo suicida y sus entornos. Enfatiza la respuesta oportuna, ética y empática, promoviendo la articulación entre profesionales, instituciones y redes territoriales. Con ello, busca fortalecer la capacidad comunitaria para enfrentar situaciones de crisis y reducir la brecha de acceso a apoyo especializado.



Christianne Zulic

Psiquiatra, PhD(c).

Líder de la Unidad de
Intervención y Abordaje



Angela Solís

Psicóloga

Colaboradora Unidad de
Intervención y Abordaje

“La prevención del suicidio es un tema crucial que requiere atención y acción inmediata, sobre todo si consideramos los indicadores actuales y lo que está ocurriendo en edades tempranas. Una fundación dedicada a este propósito puede entregar esperanza para aquellos que lo necesitan y para sus familias. Al ofrecer apoyo emocional, recursos y orientación, podemos ayudar a personas en crisis, a encontrar la fuerza para seguir adelante y poner a la resiliencia como un modelo fundamental de afrontamiento. Juntos, como equipo y entrelazados con la comunidad, podemos crear una red de apoyo, de comprensión y contención que salve vidas. La vida es valiosa, y cada persona merece ser escuchada y apoyada y debemos recordar que hay muchas maneras de poderla resignificar.”



Equipo de trabajo

Unidad de Capacitación y Desarrollo

Su objetivo es promover el fortalecimiento de competencias en profesionales, instituciones, organizaciones y comunidades en torno a la prevención del suicidio. A través de programas formativos, talleres, asesorías y actualización permanente, esta unidad fomenta la instalación de habilidades, prácticas basadas en evidencia y entornos protectores. Su misión es contribuir al desarrollo continuo de capacidades que permitan una respuesta informada, integrada y sensible a las necesidades de salud mental.



Mónica Hetz
Psicóloga, Mg.
Líder de la Unidad de
Capacitación y Desarrollo

"Formar parte de Fundación OPA desde 2018 ha sido un hito central de mi trayectoria. Como psicóloga educativa con 26 años de experiencia, concibo la escuela como eje de prevención.

Integrar saber clínico y educativo me permitió transformar conocimiento en herramientas de psicoeducación, capacitación y prevención de la conducta suicida."



Karen Jara
Psicóloga, Mg.
Colaboradora Unidad de
Capacitación y Desarrollo



Catalina Nuñez
Psicóloga
Colaboradora Unidad de
Capacitación y Desarrollo

Equipo de trabajo

Equipo de gestión transversal

Este equipo respalda los procesos administrativos, organizativos y de comunicación que facilitan el funcionamiento coordinado de la fundación.

Su trabajo refuerza tanto la coordinación interna como la proyección institucional hacia la comunidad, ayudando a mantener una presencia coherente y accesible en los diversos espacios en los que la organización participa.



Francisca Villagran

Profesora de Biología, PhD.

Apoya la gestión administrativa y operativa, colaborando en la organización interna y en la mejora continua de cada unidad



Scarlet Muñoz

Terapeuta Ocupacional

Encargada de redes sociales, colaboración en proyectos, realización de talleres y capacitaciones



Daniela Ramirez

Responsable de la coordinación administrativa y del manejo de comunicaciones institucionales



Giselle Pezoa

Terapeuta ocupacional
Colaboradora en creación de contenido para redes sociales

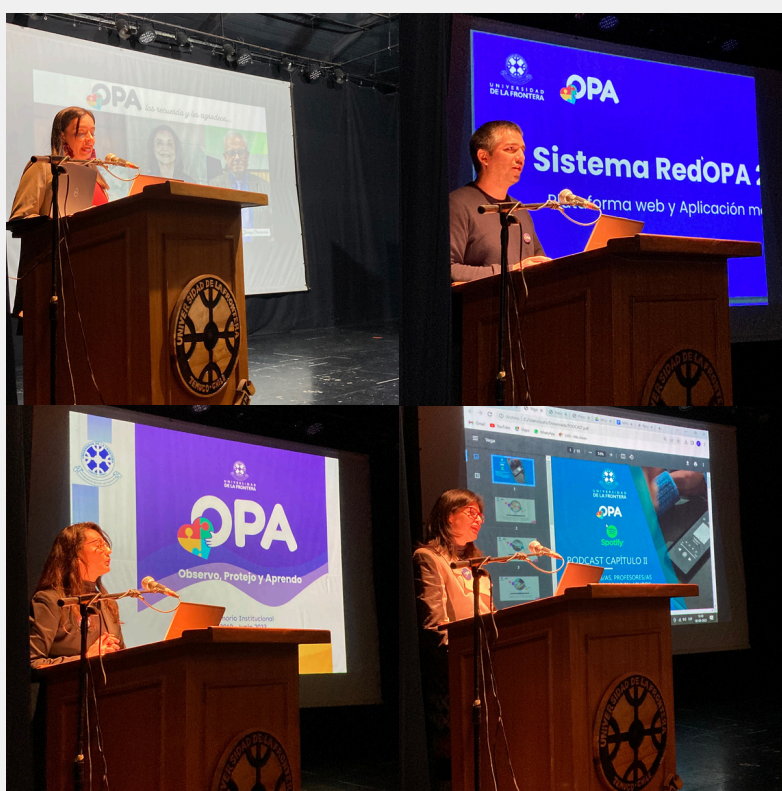
Hitos



Ceremonia prevención del suicidio Fundación OPA

En el marco del día mundial de la prevención del suicidio, se llevó a cabo la ceremonia de la Fundación OPA, donde se realizó la presentación y lanzamiento de un Ciclo de Cápsulas Audiovisuales de Salud Mental, desarrolladas en colaboración con Ufro Medios. Además, se llevó a cabo la presentación de la Primera Memoria de la Fundación, el Primer Catastro de Recursos en Salud Mental OPA, el Capítulo II Podcast Parloteo Antisuicida y el Sistema para el cuidado de la Salud Mental RedOPA 2.0.

(8 de Septiembre del 2023)



Primera Jornada de Prevención del Suicidio “De La Frontera al Sur”

Hito que se llevo a cabo en el Aula Magna de la Universidad de la Frontera, en el marco del día mundial de la prevención del suicidio. Evento organizado por la Fundación OPA UFRO y por la Red de Apoyo Socioemocional, con el objetivo de compartir experiencias asociadas a la prevención del suicidio y promover buenas prácticas para su intervención y acompañamiento.

La jornada ha contado con la participación de expositoras y expositores de ámbitos que permiten continuar el fortalecimiento del sistema. Además, se realizaron variadas actividades como conversatorios, dinámicas en salud mental y la feria de Bienestar Socioemocional, donde se implementaron stands de las diferentes organizaciones invitadas.

(10 de Septiembre del 2024)





Seminario “Observo Protejo y Aprendo”

El Seminario “Observo, Protejo y Aprendo” fue organizado por Fundación OPA en el marco del proyecto FONDEF de ANID, desarrollado junto a la Universidad de La Frontera (UFRO) como parte de su línea de investigación aplicada, bajo la coordinación de la Dirección de Innovación y Transferencia Tecnológica.

La iniciativa se realizó en articulación con la Municipalidad de Temuco, a través del Departamento de Administración de Educación Municipal (DAEM) y del área de Convivencia Escolar, con el apoyo de la SEREMI de Educación y SEREMI de Salud de La Araucanía.

Expusieron durante la jornada Belén Vargas (Psicóloga, PhD[c]), Daniel Núñez (Psicólogo, PhD), Tamara Otzen (Psicóloga, PhD), Nolberto Silva (Psicólogo, Mg) Christianne Zulic (Psiquiatra, PhD[c]) y Oriana Sáez (Trabajadora Social).

El encuentro reunió a más de mil personas lo cual marcó un hito regional al integrar el ámbito educativo, clínico y comunitario, fortaleciendo redes de colaboración en torno a la prevención del suicidio adolescente en La Araucanía.

(08 de Septiembre del 2025)



Capacitaciones

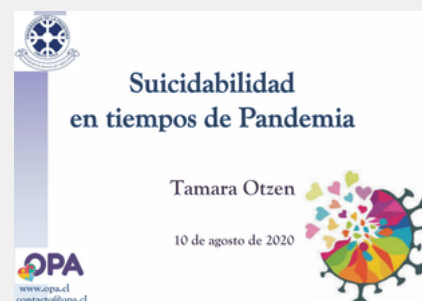
Charla a Oficina de Protección de Derechos de Temuco

Charla magistral dirigida a profesionales de la Oficina de Protección de Derechos de Temuco, orientada al fortalecimiento de competencias en prevención de conductas suicidas en contextos escolares, facilitada por Tamara Otzen y Mónica Hetz (20 de diciembre del 2019).

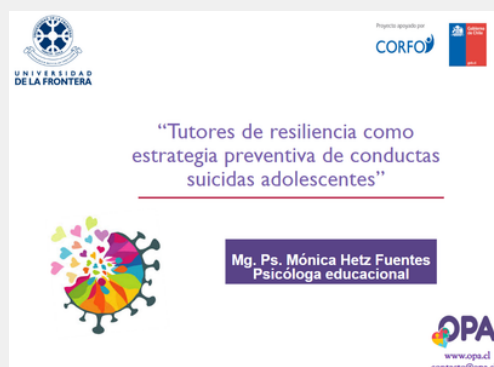


Suicidabilidad en tiempos de pandemia

Charla magistral dirigida a voluntarios de la Fundación Estoy Contigo, orientada al desarrollo de herramientas básicas para la contención y acompañamiento de personas identificadas con riesgo suicida, facilitada por Tamara Otzen y Mónica Hetz (10 de agosto del 2020).



Charla abierta sobre tutores de resiliencia



Charla magistral online abierta a toda la comunidad, orientada a la promoción de los tutores de resiliencia como estrategia preventiva de conductas suicidas en adolescentes, facilitada por Mónica Hetz (2020).



“Guía de Recomendaciones en la Prevención de la conducta suicida”

Trasferencia técnica para habilitar a docentes y asistentes de la educación en la prevención del comportamiento suicida, para prevenir, detectar y abordar oportunamente casos al interior de sus comunidades educativas. Solicitado por la Seremi de Salud de la Araucanía, facilitado por Tamara Otzen, Zayra Antúnez y Katherina Palma (26 de agosto, 2 y 9 de septiembre, del 2022).



Detección y abordaje de conductas suicidas en la comunidad educativa

Viernes 9 de septiembre de 2022

Talleres de Formación para la prevención de conductas suicidas en establecimientos educacionales

Relatoras: Zayra Antúnez - Tamara Otzen - Katherina Palma

Centro OPA – Universidad de La Frontera

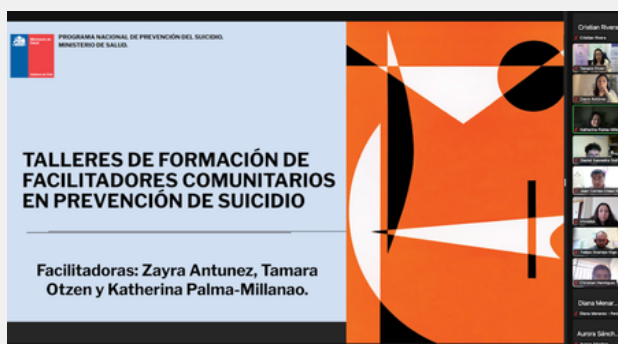
Actualización de datos epidemiológicos y sensibilización en la prevención del suicidio

Charla magistral para funcionarios del Centro de Salud Familiar Villa Alegre, solicitado por el Departamento de Salud Municipal de Temuco, facilitado por Tamara Otzen (14 de octubre del 2022).



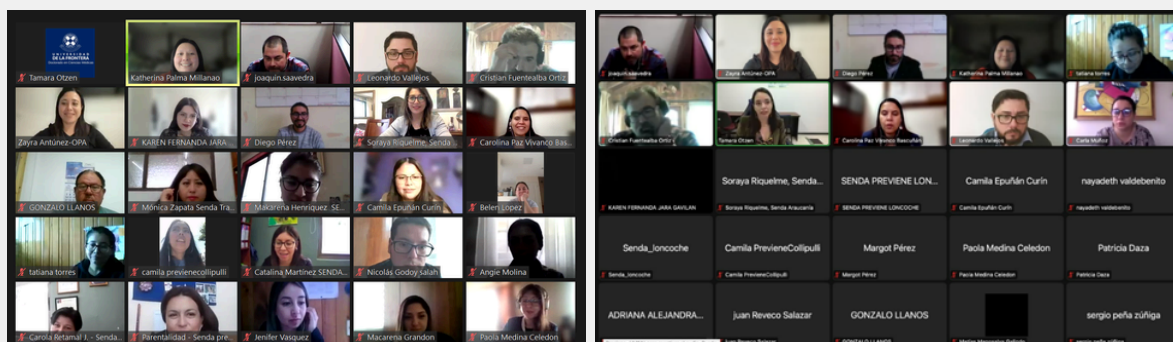
Formación de facilitadores comunitarios en prevención del suicidio

Programa de capacitación para miembros de las comunidades educativas pertenecientes a DAEM y Centro Mejor Niñez, para su contribución en la realización de procesos educativos comunitarios en sus comunidades y organizaciones, en el marco de la prevención del suicidio. Solicitado por la Seremi de Salud de la Araucanía, facilitado por Tamara Otzen, Zayra Antúnez y Katherina Palma (14, 21 y 28 de octubre del 2022).



Capacitación a equipos SENDA

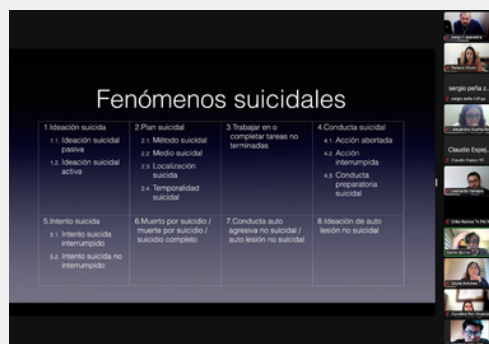
Capacitación a equipos de SENDA previene y SENDA tratamiento de la Región de la Araucanía, en la pesquisa y orientación de usuarios en riesgo suicida. Solicitado por Senda Araucanía, facilitado por Zayra Antúnez, Tamara Otzen y Katherina Palma (04 de noviembre del 2022).





Capacitación en consumo de sustancias y riesgo suicida

Capacitación a equipos SENDA Previene Araucanía en la pesquisa y orientación de usuarios en riesgo suicida y que logren identificar la comorbilidad entre consumo de sustancias y conducta suicida, así como modelos de intervención. Solicitado por SENDA Araucanía, facilitado por Zayra Antúnez, Tamara Otzen, Katherina Palma, Claudio Espejo y Danilo Quiroz (11 y 14 de noviembre del 2022).



Charla a Programa PIA FICA de UFRO

Charla orientada al fortalecimiento de habilidades para establecer conversaciones de apoyo con personas que se encuentran en riesgo suicida, facilitada por Katherina Palma y Tamara Otzen (07 de julio del 2023).



Jornada “Tecnologías y prevención del suicidio”



Para los equipos de salud de los Servicios de Salud Araucanía Norte realizada en Victoria, por Katherina Palma y Aracely Rodríguez y Araucanía Sur realizada en Temuco, por Gabriel Epuyao y Aracely Rodríguez *(septiembre del 2023)*.

Capacitación equipo SLEPCA

Capacitación en prevención del suicidio en el ámbito escolar, para el servicio local de educación costa Araucanía (SLEPCA), en la escuela República de Nueva Imperial, facilitado por Mónica Hetz y Aracely Rodríguez *(27 de septiembre del 2023)*.



Sensibilización y promoción de la salud mental escolar, en el contexto del riesgo suicida



Estrategias de abordaje en riesgo suicida, para los equipos de convivencia escolar, escuelas y liceos pertenecientes a la red Servicio costa Araucanía (SLEPCA), con sede en la ciudad de Carahue, facilitado por Mónica Hetz y Katherina Palma *(11 de octubre del 2023)*.



Rol de los/as facilitadores/as comunitarios/as en la prevención del suicidio

Capacitación gestionada por la Seremi de Salud de la Araucanía, para los equipos de convivencia escolar de Temuco, sobre generalidades del suicidio, factores asociados, datos epidemiológicos, comunicación asertiva en casos de riesgo, interculturalidad y recursos en salud mental, facilitado por Tamara Otzen y Katherina Palma (07 de noviembre del 2023).



Gestión de emociones y autocuidado

Para profesionales del Laboratorio Clínico Municipal, facilitado por Tamara Otzen y Katherina Palma (06 de mayo del 2024).



Taller Prevención de conducta suicida adolescentes



Taller facilitado para equipo del Colegio George Chaytor de Temuco, facilitado por Tamara Otzen y Katherina Palma (06 de mayo del 2024).

Taller para FMDA

Taller dirigido a duplas encargadas de salud mental y prevención del suicidio de establecimientos de la Fundación del Magisterio de La Araucanía, orientado al fortalecimiento de competencias para la promoción del bienestar y la prevención del riesgo suicida, facilitado por Tamara Otzen y Scarlet Muñoz (11 de junio del 2024).



Taller formativo para comunidad educativa de la Escuela N.º 8 de Vilcún

Taller inductorio dirigido a la comunidad educativa de la Escuela N.º 8 de Vilcún, orientado a fortalecer capacidades para la detección temprana y el abordaje de estudiantes que presentan conductas de riesgo suicida, facilitado por Catalina Núñez y Mónica Hetz (13 de agosto del 2024).





Taller de formación Embajadores de la inclusión INACAP Temuco

Formación de líderes universitarios sobre promoción de la salud mental y prevención de conductas suicidas. Facilitado por Mónica Hetz y Katherina Palma (28 de agosto al 25 de septiembre del 2024).



Lanzamiento regional del programa “Hablemos de Todo”

En el lanzamiento regional del programa “Hablemos de Todo”, impulsado por INJUV en colaboración con la Municipalidad de Temuco. Tamara Otzen, presentó el preocupante panorama de salud mental que viven las y los jóvenes en La Araucanía (07 de mayo del 2025).



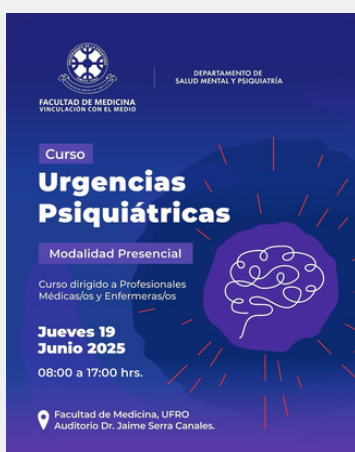
Taller en PROENTA-UFRO

Mónica Hetz y Tamara Otzen ofrecieron un taller en el Programa Educacional para Niños, Niñas y Jóvenes con Talentos Académicos (PROENTA) de la Universidad de La Frontera sobre prevención del suicidio en niñas, niños y adolescentes; dirigido a madres, padres y apoderados (10 de mayo del 2025).



Curso de Urgencias Psiquiátricas

Tamara Otzen dictó la charla titulada “Estadísticas y epidemiología de las urgencias psiquiátricas en Chile y la Región de La Araucanía” dirigido a profesionales Médicos/as y Enfermeros/as. La exposición tuvo como propósito entregar una visión general sobre la situación actual de las urgencias en salud mental a nivel nacional, incorporando un análisis específico de la realidad regional (19 de junio del 2025).



Programa de Curso	
19 de junio 2025	
Hora	Presentación
8:30 - 9:00	Inscripciones
9:00 - 9:30	Estadísticas y epidemiología de las urgencias psiquiátricas en Chile y la Araucanía • Dra. Tamara Otzen
9:30 - 10:15	Delirium • Dr. Pedro Gerken
10:15 - 10:30	Coffee Break
10:30 - 11:15	Trastornos de la conducta alimentaria • Dra. Lilian Brand
11:15 - 11:45	Síndrome Maniforme • Dra. Lucía Carrillo



Taller de prevención del suicidio

En el marco de la activación regional del programa “Hablemos de Todo”, organizado por el Instituto Nacional de la Juventud (INJUV), se realizó en Angol un taller de prevención del suicidio, facilitado por Scalet Muñoz y Karen Jara (28 de junio del 2025).



Taller de identificación y manejo inicial del riesgo suicida

Tamara Otzen y Mónica Hetz realizaron un taller de identificación y manejo inicial del riesgo suicida en la Universidad Católica de Temuco. La actividad fue organizada por la Dirección de Acompañamiento Académico y Socioemocional (DAAS) y el Programa Universitario Saludable (PUSA). Durante el taller se entregaron herramientas prácticas para la detección temprana y el acompañamiento adecuado ante situaciones de riesgo en la comunidad universitaria (10 de julio del 2025).



Capacitación a funcionarios de Hospital Hernán Henríquez Aravena

Tamara Otzen, Mónica Hetz y Scarlet Muñoz realizaron la capacitación “Monitores de salud mental en la prevención del suicidio”, dirigida a funcionarios del Hospital Dr. Hernán Henríquez Aravena de Temuco. La jornada fortaleció habilidades para la detección, contención y derivación oportuna ante situaciones de riesgo suicida en el contexto hospitalario (27 de julio del 2025).



Capacitación en INACAP Temuco

Tamara Otzen y Scarlet Muñoz realizaron la capacitación “Desregulación emocional en el aula, abordaje de casos críticos y manejo del riesgo suicida en educación superior”, dirigida a docentes y funcionarios de INACAP Temuco. La actividad promovió estrategias de contención y acompañamiento para fortalecer el bienestar en entornos educativos (06 de agosto del 2025).





Charla “Prevención del suicidio en niños, niñas y adolescentes”

Tamara Otzen y Mónica Hetz ofrecieron la charla “Prevención del suicidio en niños, niñas y adolescentes” en el marco del programa Escuela para Padres del Colegio Pumahue de Temuco. La actividad buscó fortalecer el rol familiar en la detección temprana y acompañamiento afectivo de niños, niñas y adolescentes *(18 de agosto del 2025)*.



Taller “Prevención de conductas suicidas en educación”

Tamara Otzen realizó en el Colegio Alemán de Temuco el taller “Prevención de conductas suicidas en educación”, dirigido a docentes y funcionarios del establecimiento. La jornada abordó estrategias de detección temprana, contención y acompañamiento en contextos escolares *(19 de agosto del 2025)*.



Taller de prevención del suicidio

En el marco del programa “Hablemos de Todo” del Instituto Nacional de la Juventud (INJUV), se desarrolló en Perquenco un taller de prevención del suicidio facilitado por Scarlet Muñoz y Angela Solís, estudiante de quinto año de Psicología de la Universidad de La Frontera (29 de agosto del 2025).



Curso de Desafíos de la salud mental en la Atención Primaria en Salud

Tamara Otzen realizó la charla “Panorama de la salud mental en APS”, dirigida a profesionales clínicos del área de la salud. La exposición entregó una visión general sobre la situación actual de la salud mental en la atención primaria, destacando los principales desafíos para los equipos clínicos en este nivel de atención (04 de septiembre del 2025).





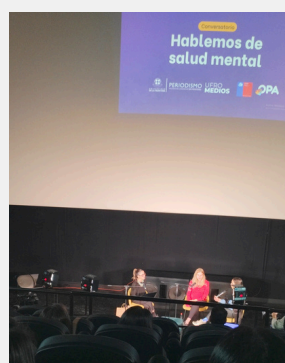
Taller “Comunicación responsable: informar sobre suicidio y salud mental”

En el marco del Día Internacional para la Prevención del Suicidio, se realizó el taller “Comunicación responsable: informar sobre suicidio y salud mental en los medios”, dirigido a comunicadores, periodistas e influencers. La actividad contó con las exposiciones de la periodista Nadia Arias y psicóloga (PhD[c]) Belén Vargas (08 de septiembre del 2025).



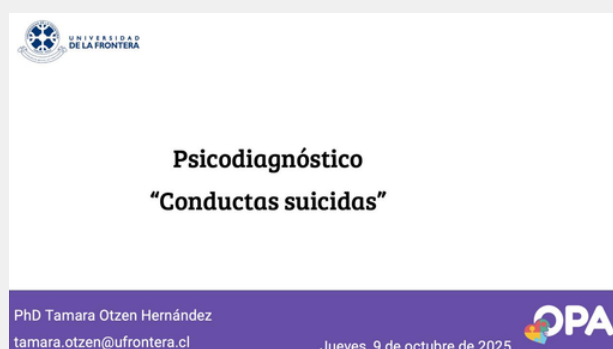
Conversatorio “Hablemos de Salud Mental”

La Fundación OPA, junto a la Mesa de Prevención del Suicidio de la Seremi de Salud de La Araucanía, UFRO Medios y la Carrera de Periodismo de la Universidad de La Frontera, realizó en Cencomall un conversatorio sobre comunicación y prevención del suicidio. Durante la actividad, se respondieron preguntas del público recopiladas previamente, con la participación de Christianne Zulic y Ximena Parra, psiquiatras especialistas en salud mental infantojuvenil y de adultos, respectivamente. La conducción estuvo a cargo de Nadia Arias (04 de octubre del 2025).



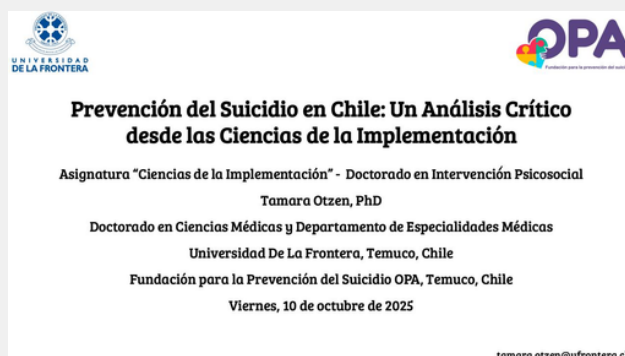
Clase de Conductas Suicidas

En el marco del ramo de Psicodiagnóstico, Tamara Otzen realizó clases dirigidas a estudiantes de cuarto año de Psicología, abordando la temática de conductas suicidas, con énfasis en su evaluación y comprensión desde el proceso psicodiagnóstico (09 de octubre del 2025).



Clases al Doctorado de Intervención Psicosocial

Tamara Otzen, realizó clases en la asignatura Ciencias de la Implementación, abordando la temática "Prevención del Suicidio en Chile: un análisis crítico desde las ciencias de la implementación". La instancia estuvo orientada al análisis crítico de estrategias de prevención del suicidio, integrando evidencia científica y perspectivas de implementación en contextos reales de intervención psicosocial (10 de octubre de 2025).





Seminario “Prevención y Bienestar Adolescente” en Carahue

En el marco del Seminario “Prevención y bienestar adolescente”, realizado en Carahue y organizado por Seguridad Pública, se desarrolló la charla “Observo, protejo y aprendo: prevención del suicidio en niños, niñas y adolescentes”, dictada por Tamara Otzen y Scarlet Muñoz (16 de octubre del 2025).



Charla de prevención de suicidio en niños, niñas y adolescentes

La Fundación OPA participó en la Jornada de Prevención del Suicidio realizada en el Colegio Bautista de Temuco, con la charla “Observo, protejo y aprendo: prevención del suicidio en niños, niñas y adolescentes”, dictada por Tamara Otzen y Scarlet Muñoz. La actividad estuvo dirigida a docentes, funcionarios y apoderados, quienes reflexionaron sobre la importancia de reconocer señales de alerta y fortalecer los vínculos protectores para el bienestar emocional de niñas, niños y adolescentes (20 de octubre del 2025).



Charla Salud Mental y Prevención del Suicidio en Adolescentes

Tamara Otzen realizó una charla a estudiantes de séptimo básico y a los docentes del Colegio San Francisco de Asís de Lautaro. Durante la jornada se abordó el reconocimiento temprano de señales de alerta en estudiantes, estrategias de contención emocional en situaciones de crisis, pautas de intervención y derivación segura hacia redes de apoyo internas y externas, entre otros *(28 de octubre del 2025)*.



Encuentro Regional Oficinas Locales de la Niñez en la Región de la Araucanía

Tamara Otzen realizó la charla “Prevención del suicidio en clave territorial e interinstitucional” y Christianne Zulic dictó la charla “Manejo de la crisis suicida”, dirigidas a coordinadores y gestores de casos de las Oficinas Locales de la Niñez, para fortalecer las capacidades de prevención, detección e intervención oportuna en situaciones de riesgo *(07 de noviembre de 2025)*.





Curso para trabajadoras sociales del Hospital Dr. Hernán Henríquez Aravena

La charla “Postvención en Salud Mental: Fundamentos y Estrategias de Atención” fue dictada por Tamara Otzen, Scarlet Muñoz y Angela Solís, y estuvo dirigida a trabajadores sociales del Hospital Hernán Henríquez Aravena. Esta instancia tuvo como objetivo entregar fundamentos teóricos y herramientas prácticas, abordando estrategias de acompañamiento y contención a personas, familias y equipos que han sido impactados por situaciones críticas, especialmente asociadas a conductas suicidas (10 de noviembre del 2025).



Jornada “Prevención del Suicidio y Salud Mental”

Tamara Otzen fue parte de la Jornada de Capacitación realizada en Teodoro Schmidt, organizada por la Fundación, la Universidad de La Frontera y Chile Crece Más (Oficina Local de la Niñez). La actividad estuvo orientada al fortalecimiento de conocimientos y competencias en salud mental y prevención del suicidio, dirigida a actores locales y equipos vinculados al trabajo con la comunidad (19 de diciembre del 2025).





Divulgación científica y tecnológica

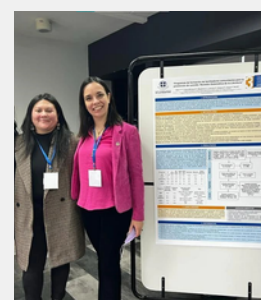
Diseño talleres de formación para facilitadores comunitarios



Licitación n.757-89-LE21 MINSAL, para elaborar una propuesta técnico-metodológica para la implementación sistemática de talleres de formación de facilitadores comunitarios en prevención del suicidio en contexto nacional (2021 y 2022).

3º Congreso de estudiantes y egresados Universidad de La Frontera

Ponencia “El Programa de Capacitación de Facilitadores Comunitarios para la Prevención del Suicidio: Revisión Sistemática de la Literatura” y “Efectividad de la Implementación de Programas para la Formación de Facilitadores Comunitarios para la Prevención del Suicidio: Examen Sistemático de la Literatura” por Tamara Otzen y Katherina Palma (24 y 25 de agosto del 2022).



Congreso de Salud, Investigación y Experiencias en Postgrado

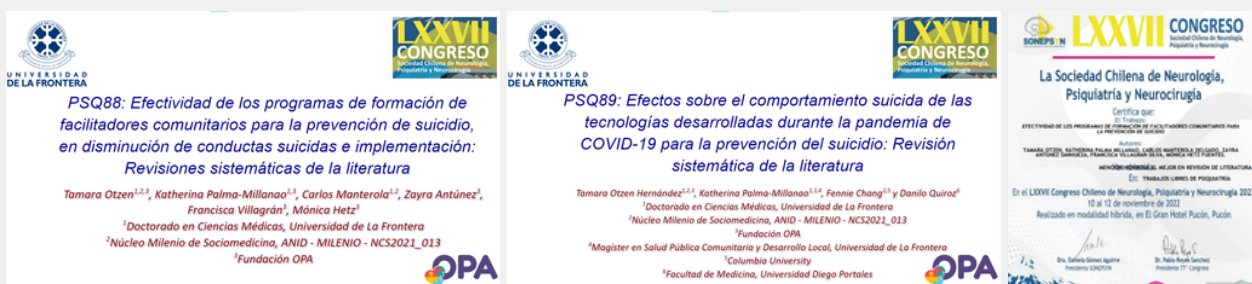
Ponencia “Estudios de casos y controles” por Tamara Otzen en Hotel Dreams, organizado por la dirección de Postgrado de la Facultad de Medicina de la Universidad de La Frontera (06 de octubre del 2022).





LXXVII Congreso Sociedad Chilena de Neurología, Psiquiatría y Neurocirugía

Ponencia “Efectividad de los programas de formación de facilitadores comunitarios para la prevención de suicidio, en disminución de conductas suicidas e implementación” y “Efectos sobre el comportamiento suicida de las tecnologías desarrolladas durante la pandemia de COVID-19 para la prevención del suicidio”, exposición por Tamara Otzen. En este contexto, Fundación OPA recibió un certificado como reconocimiento al mejor póster “Efectividad de los programas de formación de facilitadores comunitarios para la prevención del suicidio” (11 y 12 de Noviembre del 2022).



Simposio Internacional: Suicidalidad: Actualización para comprender, evaluar e intervenir eficazmente

Tamara Otzen participó como expositora en el Simposio Internacional organizado por la Dirección de Postgrado de Psiquiatría de la Universidad Diego Portales. La instancia reunió a destacados referentes nacionales e internacionales, contribuyendo a la actualización de conocimientos y al fortalecimiento de competencias clínicas para la evaluación e intervención en conductas suicidas (04 y 05 de agosto del 2023).



Congreso de la Asociación Internacional para la Prevención del Suicidio

Ponencia “RedOPA system, technology for mental health care and prevention of suicidal behavior in high school adolescents”, por Tamara Otzen (19 y 23 de septiembre del 2023).



VII Congreso Chileno de Salud Pública y IX Chileno de Epidemiología

Ponencia “Impacto del COVID-19 en la tasa de intentos de suicidio en La Araucanía. Estudio Ecológico” por Tamara Otzen (10 de noviembre del 2023).



LXXVIII Congreso Sonepsyn

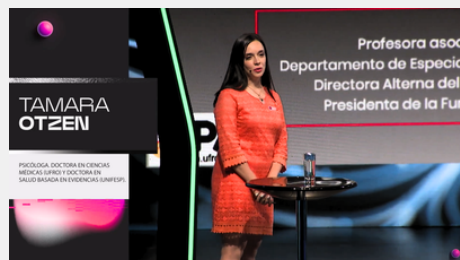


Ponencia “Sistema RedOPA, tecnología para el cuidado de la salud mental y prevención de conductas suicidas en estudiantes de enseñanza media”, por Tamara Otzen (17 de noviembre del 2023).



Ponencia en Congreso Futuro

Ponencia presentada en el Congreso Futuro, en el bloque “Investigadoras para entender el mundo”, orientada a visibilizar experiencias e iniciativas de innovación para el cuidado de la salud mental en el sur de Chile, realizada por Tamara Otzen (19 de enero del 2024).

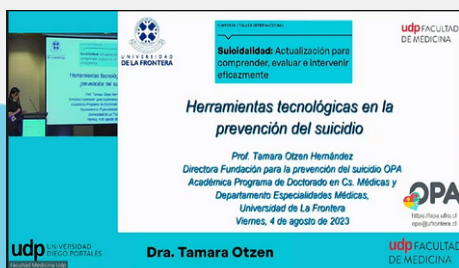


Participación en comité científico de conferencia internacional IASP

Participación de Tamara Otzen como integrante del comité científico de la Conferencia Internacional de la International Association for Suicide Prevention (IASP), a realizarse en el mes de noviembre en la ciudad de Minneapolis, Estados Unidos (14 de junio del 2024).



Ponencia en simposio internacional sobre prevención del suicidio



Ponencia presentada por Tamara Otzen en el Simposio Internacional sobre Suicidabilidad “Actualización para comprender, evaluar e intervenir eficazmente”, titulada “Herramientas tecnológicas en la prevención del suicidio” (04 de agosto del 2023).

Smart City Temuco

Fundación OPA participó del seminario Smart City Araucanía Temuco "Ciudades inteligentes contra el cambio climático", realizado en el centro de convenciones Dreams, con el objetivo de impulsar el emprendimiento y la innovación tecnológica en el ecosistema Smart City regional. Actividad que permitió la difusión de la Fundación OPA y de sus productos, entre los cuales se presentó el Sistema RedOPA y las capacitaciones en prevención del suicidio, entre otros productos (04 y 05 de septiembre del 2024).



XII Congreso de Suicidología de América Latina y el Caribe , realizado en Brasil.

Tamara Otzen participó como conferencista en el XII Congreso de Suicidología de América Latina y el Caribe, donde dictó las conferencias "Responsabilidades de los medios en la prevención del suicidio" y "Innovaciones tecnológicas para la prevención del suicidio", representando a la Universidad de La Frontera, Chile. Su participación contribuyó a la reflexión y difusión de estrategias actuales para la prevención del suicidio desde una perspectiva comunicacional y tecnológica, en un contexto latinoamericano (06 y 07 de junio del 2025).





33° Congreso Mundial de la Asociación Internacional para la Prevención del Suicidio en Viena

Presentación realizada por Tamara Otzen en el 33° Congreso Mundial de la Asociación Internacional para la Prevención del Suicidio (IASP), desarrollado en la ciudad de Viena. La ponencia, titulada “RedOPA System: Transforming Mental Health Care and Suicide Prevention in Educational Communities”, abordó el uso de herramientas tecnológicas para el fortalecimiento del cuidado de la salud mental y la prevención del suicidio en comunidades educativas (10 al 13 de junio del 2025).



Curso de Revisiones Sistemáticas Hospital Oncológico SOLCA Núcleo de Quito

Tamara Otzen, participó en diversas actividades del Mes de la Investigación Oncológica, organizadas por el Hospital Oncológico SOLCA, Núcleo de Quito, instancia en la que impartió un curso de Revisiones Sistemáticas, orientado a fortalecer las competencias metodológicas de investigadores, residentes y especialistas del área oncológica (septiembre del 2025).



LXXX Congreso de la Sociedad de Neurología, Psiquiatría y Neurocirugía de Chile (SONEPSYN 2025)

Tamara Otzen participó como expositora, presentando trabajos relacionados con la salud mental y la prevención de conductas suicidas en población universitaria. Sus presentaciones abordaron la adaptación del sistema RedOPA para el cuidado de la salud mental y la prevención de conductas suicidas en estudiantes universitarios, así como el análisis de factores clínicos, sociodemográficos y de seguimiento asociados a personas con alto riesgo suicida incluidas en el Código de Riesgo Suicida de Cataluña (23 al 25 de octubre del 2025).



42° Congreso SOPNIA

Tamara Otzen asistió a la 42° edición del Congreso SOPNIA, instancia en la cual se integró como nueva socia de la Sociedad, pasando a formar parte de su comunidad científica. Esta participación representa un aporte al fortalecimiento del trabajo colaborativo, el intercambio de conocimientos y la actualización profesional en el ámbito de la psiquiatría y la salud mental infantojuvenil (19 al 21 de noviembre del 2025).





Prensa y otros medios de comunicación



Creación de cuenta institucional de Instagram

Creación de la cuenta de Instagram @opa_ufro, con el objetivo de fortalecer la difusión institucional, ampliar el alcance comunitario y promover la alfabetización en prevención del suicidio y promoción de la salud mental (31 de agosto del 2019).



Cobertura en prensa por lanzamiento del podcast institucional

Nota publicada en Diario Austral, en la que la directora de la Fundación OPA, Tamara Otzen, aborda el lanzamiento del podcast de salud mental “Parloteo Antisuicida” y contextualiza la situación del suicidio en el contexto de la pandemia (09 de septiembre del 2022).

Altos índices de depresión y ansiedad gatillaron aumento de conductas suicidas en pandemia

EN LA REGIÓN. Mañana 10 de septiembre, en el Día Mundial de Prevención del Suicidio, el Centro OPA de la Ufru lanzará el podcast “Parloteo Antisuicida” que estará disponible cada 15 días en la plataforma Spotify.



Carolina Torres Mora

carolina.torres@ufrontera.cl

U

que 700 mil personas en

el mundo se quitarán la vida

en el año tras mantenerse los

índices de suicidio, lo que corres-

pónde a una muerte cada 45 se-

gundos, según cifras de la Orga-

nización Mundial de la Salud

(OMS).

En nuestro país y particu-

larmente en nuestra Región el pa-

rencia es bastante destacada

considerando que el escenario

de la pandemia creó una temer-

ta perfecta para el aumento de

los cuadros depresivos, ansio-

sos y de estrés que han sido los ga-

tillos de un importante aumen-

to de las conductas suicidas pre-

senes en todas las ciudades y más

en hombres que en mujeres.

Según los antecedentes apor-

tados por el Centro OPA (Obser-

var, Proteger y Aprender) de la

Universidad de La Frontera, lide-

rado por la doctora Tamara Ot-

zen, que busca prevenir el dero-

che al suicidio y el cuidado de la

salud mental, a través de la genera-

ción de investigación científica e

innovaciones tecnológicas en el

periodo que va entre los años

Lanzan Podcast “Parloteo Antisuicida”

Desde mañana 10 de septiembre y cada 15 días estará disponible

en la plataforma Spotify el podcast de aproximadamente 20 minu-

tos “Parloteo Antisuicida”, impulsado por el Centro OPA con el ob-

jetivo de aportar a la prevención. “Observando la compleja situa-

ción de la pandemia y cómo estaba afectando a la salud mental,

pensamos en hacer algo para potenciar nuestras redes y acercar

el CAPI OPA. Enfocándonos en, pensamos en hacer algo más ameno

y más actual para aprovechar parte de los contenidos que surgen

en el CAPI y así seguir la línea del podcast. La idea es contestar las

preguntas que surgen en los cafés y nuevos temas que han ido

apareciendo en este proceso”, detalló la doctora Tamara Otzen.

2016-2021, el 13,8% de las mu-

ertes por suicidio reportadas en el

país correspondió a nuestra Re-

gión. Asimismo, se estima que

producto de la pandemia au-

mentaron en cerca de un 40% los

cuadros de depresión, ansiedad

y estrés, siendo más elevados en

hombres.

La pandemia hizo entrar aque-

da en la salud mental de las per-

sonas y es por eso que aumentaron

los intentos, los autolesiones y el

riesgo suicida en general. La me-

ta alarida y el cuidado de la sa-

lud mental, a través de la genera-

ción de investigación científica e

innovaciones tecnológicas en el

periodo que va entre los años

que corren en América, corres-

pónde a hombres. Esta situación

se replica en el país, “por el mo-

do pandémico ya que durante la

pandemia muchos hombres no

podrían seguir siendo el apien-

to de sus cosas y no tendrían mu-

chos porque ellos eran aquellos

asumiendo la responsabilidad del

cuidado”, afirma la trabajadora

social y colaboradora de OPA

Ufru, Carolina Collaen, quien de-

ca que tanto la lidación suicida,

como la planificación suicida y

los suicidios consumados expre-

mentaron un aumento, junto

con las lesiones autoinfligidas in-

funcionalmente.

“Trasnos va a ser la brecha de

accesibilidad, con un sistema de

salud colapsado, todos espanta-

dos, además de una serie de mi-

serias como las enfermedades de

salud mental que hacen difícil

que los pacientes sean tratados a

tiempo”, afirma la profesional,

quien insiste que el paradigma

actual apunta a comenzar el te-

ma. “Un suicidio siempre se pre-

viene y la forma de hacer-

lo es con atención temprana, es-

toyendo siempre atención a la ota-

lidad y tratando a tiempo la de-

presión, ansiedad y otros cuadros”,

concluye.

Lanzamiento de la primera temporada del podcast institucional

Lanzamiento de la primera temporada del podcast “Parloteo Antisuicida”, realizado en el marco del Día Internacional de la Prevención del Suicidio, como una iniciativa orientada a compartir, reflexionar, sensibilizar y promover el aprendizaje en torno a diversos temas vinculados a la prevención del suicidio (10 de septiembre del 2022).



Entrevista en UFRO Medios sobre prevención del suicidio

Entrevista a Tamara Otzen y Carolina Orellana sobre recomendaciones para identificar las señales de posibles conductas que puede llevar a una persona a quitarse la vida, así como consejos para realizar contención emocional (10 de septiembre del 2022).



Columna de opinión en prensa escrita sobre el suicidio y sus estigmas



En el Día Mundial de la Lucha Contra la Depresión, el diario El Austral publicó la columna de opinión, realizada por la Dra. Tamara Otzen, abordando las consideraciones, observaciones y acciones necesarias para apoyar a personas con depresión y evitar el suicidio (10 de enero del 2023).



Entrevista radial sobre salud mental y riesgo suicida en contexto postpandemia

Entrevista a Tamara Otzen y Carolina Orellana, por Andrea Obaid en Radio TXS Health, sobre la salud mental y el suicidio durante la pandemia por COVID-19, el aumento de la violencia intrafamiliar, el sentimiento de soledad por el aislamiento social, como detectar, hablar y ayudar a una persona en riesgo suicida, entre otros. Además, del regreso a las actividades en el mes de marzo en contexto post pandemia, disponible en la pagina TXS Plus (07 de marzo del 2023).



Nota de prensa sobre ansiedad en jóvenes y escolares

El diario El Austral de La Araucanía – Temuco publicó una nota de prensa elaborada por Tamara Otzen y Kristina Varela, en la que se entregan recomendaciones para enfrentar los principales factores estresores asociados al mes de marzo, con énfasis en jóvenes y escolares (09 de marzo del 2023).

Alertan sobre aumento de cuadros ansiosos en jóvenes y escolares con llegada de marzo

PREOCUPACIÓN. Profesionales de Fundación OPA-Ufo entregan recomendaciones para enfrentar los múltiples factores estresores de este mes, considerando que el 60% de los jóvenes de La Araucanía ha reportado problemas de salud mental.



TRANSICIONALMENTE EL MES DE MARZO ESTÁ ASOCIADO A MÚLTIPLES FACTORES DE ESTRÉS, QUE PUEDEN SER MÁS SEVEROS EN ESTUDIANTES.

Carolina Torres Moraga
carolina.torres@elaustral.cl

Históricamente el mes de marzo está asociado a múltiples factores de estrés, por lo que se prevé que puedan aumentar los cuadros ansiosos y diversos trastornos de salud mental, especialmente en escolares y jóvenes.

Ya a raíz de la pandemia se observaron complicaciones, tal como lo reveló la última Encuesta Nacional de Jóvenes 2022 (Inje), donde el 60,7% de los jóvenes de La Araucanía reportó haberse sentido bajados/a, deprimido/a, irritable o desanimado/a; mientras que un 55,9% manifestó haberse sentido nervioso/a, ansioso/a o con los nervios de punta.

A juicio de los profesionales de Fundación OPA-Ufo, Tamara Otzen y Kristina Varela, "principalmente una de las emociones que está presente durante estos días o este mes es la ansiedad, la cual es una reacción normal del organismo cuando se siente bajo alguna amenaza", pudiendo aparecer de distintas formas como por ejemplo miedo, irritabilidad, sentimientos de angustia o

25% más de ansiedad y depresión

La pandemia de covid-19 provocó aumento del 25% de ansiedad y depresión en todo el mundo, según un informe científico de la Organización Mundial de la Salud (OMS). A nivel nacional, según el "Termómetro de la Salud Mental en Chile ACHS-UC", en su quinta versión determinó que un 22,1% de los encuestados exhibió probable presencia o sospecha de problemas de salud mental, el número más bajo desde que el estudio se creó, en julio de 2020, persistiendo problemas como la soledad, la ansiedad y el temor a ser víctima de algún delito. La principal caída la registró el "miedo a contagiarse de covid 19" que cayó a un 29% versus el 61% de muestras anteriores.

incluso el sentir que falta el aire.

"Hay que entender que la ansiedad no es una enemiga o una emoción mala, señala la ansiedad es un llamado de atención a nivel fisiológico y emocional que te mantiene conectado con la realidad (...). También nos permite plantearnos desafíos personales y resolverlos".

Sin embargo, cuando la ansiedad llega a paralizarnos o a afectar nuestro día a día, pesa a ser preocupante y es lo que puede llegar a ocurrir a lo largo del presente mes de marzo, agudizando los síntomas en estudiantes que ya presentaban alguna afección de salud mental. "Enfrentarse a la rutina o a des-

afectos nuevos posterior a un descanso extendido como son las vacaciones de verano para los niños, niñas y adolescentes podría llegar a traducirse como una "ansiedad" y manifestarse con alguna de estas sensaciones", indican los especialistas de OPA-Ufo, quienes advierten que no todos los estudiantes presentan alguna sintomatología ansiosa.

ATENCIÓN A SEÑALES

En el caso de quienes sí se ven afectados y con el fin de evitar que "utilicen estrategias poco adecuadas, logrando que el estado ansioso se prolongue en el tiempo", es que el llamado de los especialistas es a estar atentos a

las señales y actuar: "Aquí la observación del adulto es fundamental tanto en casa como en el establecimiento o fundación, cuando ocurren cuadros de angustia severa, taquicardia, llanto sin control, etc., son algunos de los síntomas que hay que observar y ofrecer el o los apoyos que sean necesarios de brindar". Asimismo, si quien detecta es la comunidad -estudiantil-, "siempre se debe informar a la familia y ofrecer el apoyo psicológico pertinente para lograr de sanar estas cosas que permiten al estudiante superar este momento muchas veces inexplicable y las adecuaciones que podría eventualmente necesitar", dice, y a la vez agrega que es la familia quien detecta, es necesario "buscar orientación profesional y comunicar al establecimiento educacional para realizar un trabajo en red en pro de la persona que está presentando una situación de riesgo". Finalmente, cuando no se brinda apoyo y contención al estudiante, se puede alimentar un sentimiento de incomprendimiento y abandono de parte de los adultos, lo que puede derivar en una patología más compleja. es

Columna de opinión en prensa escrita sobre violencia en la pareja y salud mental

El diario El Austral de La Araucanía – Temuco publicó una columna de opinión escrita por Zayra Antúñez, en la que se aborda la violencia en las relaciones de pareja y sus consecuencias en la salud mental, en el marco de la prevención de la depresión y el suicidio (11 de marzo del 2023).



Entrevista radial en ADN Chile sobre manejo de la ansiedad

Entrevista realizada a Tamara Otzen en Radio ADN Chile, orientada a abordar el manejo de la ansiedad desde una perspectiva de salud mental, incluyendo el autocuidado, las estrategias de afrontamiento, las distintas formas de manifestación de la ansiedad, la derivación oportuna a profesionales y las alternativas de tratamiento (13 de marzo del 2023).





Entrevista en UFRO Medios sobre angustia y ansiedad

Entrevista realizada a Zayra Antúñez en UFRO Medios, orientada a abordar la salud mental, la ansiedad y su aumento durante y posterior a la pandemia por COVID-19, destacando su relevancia en el mes de marzo en el contexto del inicio de las actividades sociales y laborales (17 de marzo del 2023).



Columna de opinión en prensa escrita sobre estrés asociado al mes de marzo

El diario El Austral de Temuco publicó una columna de opinión escrita por Carolina Orellana, en la que se reflexiona sobre el mes de marzo como un período de altos estresores, abordando el retorno a la organización familiar y social y la reactivación de las labores cotidianas (27 de marzo del 2023).



ción mala, siempre es un llamado de atención a nivel fisiológico y emocional que nos mantiene conectados/as con la realidad, para evaluarlos y plantearnos desafíos personales y trabajar en resolverlos.

La observación (y es por eso que nuestra fundación recibe el nombre de O (observación)PA) del o los, las adultos/as significativos/as tanto en casa como en el establecimiento educacional es fundamental, reconocer cuando se presentan cuadros de angustia severos como quedarse sin aire, taquicardia, llanto sin control al enfrentarse a una situación determinada, catatonía muscular, sensación de desmayo o cuando el/la estudiante comienza a evitar entrar a la sala o enfrentarse a

una situación, nos alerta a ofrecer el apoyo y acompañamiento necesario para enfrentar la vivencia.

No brindar apoyo y contención al/ el estudiante podría, generar la sensación de que es él o ella es quien presenta un problema o que es un problema, apareciendo sentimientos de que existe algo malo en ella o él, alejándose de las figuras de apoyo y de la comunidad, esto puede alimentar un sentimiento de incompreensión y abandono de parte de los y las adultos a quienes le está pidiendo ayuda.

Mantener de manera constante los síntomas mencionados anteriormente pueden producir trastorno de ansiedad generalizado, que se manifiesta con crisis de pánico o ansiedad social,

por ejemplo. Los síntomas de ansiedad también pueden derivar en un trastorno depresivo o algo más complejo.

Frente a esto la invitación es a estar atentos/as a las personas cercanas, escuchando, orientando y buscando el apoyo profesional necesario para poder utilizar estrategias saludables ante las situaciones que nos generan niveles de ansiedad y que nos impiden el normal diario de la vida.

Recuerda que siempre puedes llamar al número 600-360-7777, *4141 línea de prevención del suicidio y solicitar apoyos a los programas de convivencia escolar de las comunidades educativas. No estás solo/a.

Entrevista radial en UFRO Radio sobre salud mental adolescente

Entrevista realizada a Tamara Otzen en el programa De Regreso a Casa de UFRO Radio, orientada a abordar la salud mental adolescente y la prevención del suicidio, con énfasis en la identificación de señales de alerta y la importancia de la detección oportuna (08 de junio del 2023).



Entrevista en prensa regional sobre uso de redes sociales y salud mental

Entrevista/nota publicada en Estrella Concepción, en la que Tamara Otzen aborda los efectos del uso excesivo de pantallas en niños y adolescentes, y su impacto en los procesos de aprendizaje, pensamiento y comportamiento, desde una perspectiva de cuidado de la salud mental (01 de septiembre del 2023).





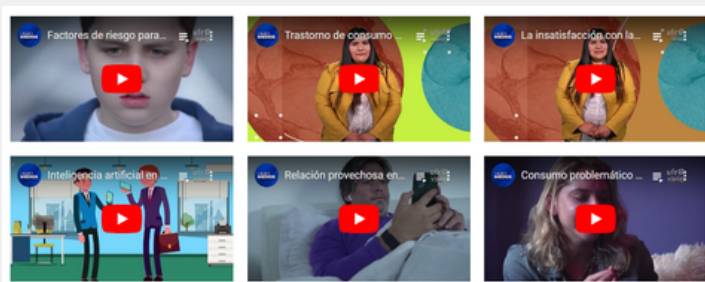
Lanzamiento de la segunda temporada del podcast institucional

En conmemoración del Día Mundial de la Prevención del Suicidio, se realizó el lanzamiento de la segunda temporada del podcast “Parloteo Antisuicida”, incorporando nueve nuevos episodios orientados a compartir, reflexionar, sensibilizar y promover el aprendizaje en torno a diversos temas vinculados a la prevención del suicidio *(10 de septiembre del 2023)*.



Producción de cápsulas audiovisuales educativas en salud mental

La Fundación OPA, en colaboración con UFRO Medios, desarrolló una serie de registros audiovisuales educativos centrados en la promoción de la salud mental y la prevención del suicidio, compuesta por 18 cápsulas orientadas a la sensibilización y alfabetización de la comunidad *(22 y 29 de Septiembre del 2023)*.



Reconocimiento en prensa por liderazgo en salud mental

El diario El Austral, en colaboración con SocioMed, destacó a la directora de la Fundación OPA, Tamara Otzen, como referente nacional e internacional en el cuidado de la salud mental y la prevención del suicidio (15 de enero del 2024).



Entrevista en revista nacional sobre prevención del suicidio y rol comunitario

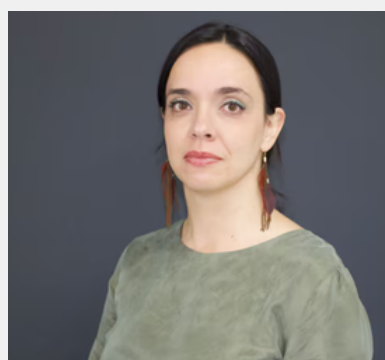
Entrevista realizada a Tamara Otzen en Revista Paula Chile, en la que se aborda la romantización del suicidio en la música y la televisión, la falta de contención emocional y la importancia del rol activo de la ciudadanía en la prevención y el cuidado comunitario de la salud mental (25 de enero del 2024).

LATERCERA

PAULA Vida sana Suicidio ...

Tamara Otzen, experta en suicidio: "Tenemos que ser impertinentes y volver a preguntar cómo estás"

La semana pasada, durante el Congreso Futuro, la psicóloga Tamara Otzen presentó cifras y reflexiones que ha cotejado durante años. Una de ellas tiene que ver con que la mayoría de las personas que se quitan la vida, no tenía el perfil que se asume, sino que por el contrario, muchos eran deportistas, o mujeres jóvenes, con hijos pequeños. Lo que sí hay es un denominador común: todos gritaron ayuda explícitamente, desde distintas formas.





Reconocimiento ministerial por innovación en salud mental

En el marco del Día Mundial de la Creatividad y la Innovación, la Fundación OPA fue reconocida por el Ministerio de Ciencia, Tecnología, Conocimiento e Innovación (MINCIENCIA) por el desarrollo del Sistema RedOPA como herramienta innovadora para el cuidado de la salud mental y la prevención del suicidio (21 de abril del 2024).



Columna de opinión en prensa escrita sobre responsabilidad mediática

El diario El Austral de Temuco publicó una columna de opinión escrita por Tamara Otzen, orientada a promover la responsabilidad de los medios de comunicación en el tratamiento informativo del suicidio, mediante pautas y recomendaciones que contribuyen a evitar la estigmatización de la salud mental y la difusión de mensajes erróneos (28 de mayo del 2024).

Responsabilidad mediática en la prevención del suicidio

El suicidio es un problema de salud pública complejo y multifacético que afecta a más de 700.000 personas en todo el mundo cada año. La pérdida de una vida por suicidio tiene un impacto profundo y duradero en familias, amigos y comunidades. Nuestra Fundación OPA, comprometida con la promoción de comunidades que observan, protegen y aprenden sobre salud mental, subraya la importancia de un enfoque integral para la prevención del suicidio, que debe incluir la difusión responsable de información por parte de los medios y organizaciones.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Asociación Internacional para la Prevención del Suicidio (IASP), han desarrollado recursos específicos

La cobertura mediática que no sigue las pautas responsables puede aumentar el estigma asociado a la salud mental y exacerbar el efecto de contagio.

para profesionales de los medios, destacando el papel crítico que estos juegan en la prevención del suicidio. "Vivir la Vida", es una guía de aplicación que subraya la necesidad de considerar factores culturales, regionales, de edad y de género en los esfuerzos destinados a prevenir el suicidio. Otro de los recursos disponibles es la guía "Prevención del suicidio: un recurso para profesionales de los medios de comunicación" (actualización 2023), que señala el importante rol de los medios de comunicación en la prevención del suicidio.

En relación con el reciente trágico suceso ocurrido en un centro comercial de nuestra ciudad, donde una persona perdió la vida a causa de un suicidio, nuestra Fundación OPA quiere expresar sus condolencias y profunda tristeza por el dolor de esta persona, su familia y la comunidad, quienes ahora son sobrevivientes de suicidio.

La cobertura mediática que no sigue las pautas responsables puede aumentar el estigma asociado a la salud mental y exacerbar el efecto de contagio. Es fundamental que los medios

de comunicación se enfoquen en proporcionar información preventiva que incluya recursos de ayuda, líneas de apoyo y estrategias de intervención temprana.

Recomendaciones para los medios de comunicación y organizaciones: 1. Adoptar prácticas de reportaje responsables: Siguiendo las guías proporcionadas por la OMS y la IASP, evitando detalles explícitos sobre los métodos de suicidio y centrándose en historias de recuperación y esperanza; 2. Promover recursos de ayuda: Informar a la comunidad sobre líneas de

apoyo y servicios disponibles para quienes puedan estar en riesgo; 3. Combatir el estigma: Trabajar activamente para destigmatizar la salud mental y el suicidio, creando un ambiente en el que las personas se sientan seguras al buscar ayuda; 4. Evitar la culpabilización: En lugar de buscar culpables, es esencial fomentar un diálogo constructivo sobre la necesidad de mayor capacitación y recursos en el sistema de salud. La colaboración entre medios, profesionales de la salud, educadores, gobiernos y la comunidad es esencial para prevenir el suicidio y salvar vidas.

Para más información, nuestra fundación cuenta con recursos disponibles en nuestro sitio web.opa.ufro.cl.

Entrevista televisiva sobre innovación en salud y bienestar

Entrevista realizada a Tamara Otzen en el programa Destino Innovación de SOYTV, conducido por Isidora Undurruga, orientada a abordar el impacto de la innovación en el ámbito de la salud y el bienestar, y su contribución a la mejora de la calidad de vida de las personas (23 de julio del 2024).



Reconocimiento en Ranking Mundial de la Universidad de Stanford

Tamara Otzen fue reconocida entre el 2 % de los investigadores más citados a nivel mundial, de acuerdo con el ranking 2025 elaborado por la Universidad de Stanford y Elsevier, que destaca la influencia y el impacto de las publicaciones científicas indexadas en la base de datos Scopus (28 de enero del 2025).





Entrevista en UFRO Medios sobre uso de tecnología y salud mental

Entrevista realizada a Tamara Otzen y Mónica Hetz en el programa “Tu Mañana Araucanía” de UFRO Medios, orientada a abordar los riesgos del uso excesivo de la tecnología y las redes sociales en la salud mental, con especial énfasis en niñas, niños y adolescentes *(10 de julio del 2025)*.



Entrevista en UFRO Medios sobre salud mental universitaria

Entrevista realizada a Zayra Antúnez en el programa Conexión Ciudadana de UFRO Radio, orientada a abordar la salud mental de estudiantes universitarios y el consumo de sustancias, considerando factores de riesgo, prevención y promoción del bienestar *(14 de julio del 2025)*.

**CONEXIÓN
CIUDADANA**

Entrevista en UFRO Medios sobre promoción de la salud mental

Entrevista realizada a Mónica Hetz y Scarlet Muñoz en el programa “Tu Mañana Araucanía” de UFRO Medios, orientada a destacar la importancia de fortalecer la salud mental y promover la prevención del suicidio a nivel comunitario (15 de julio del 2025).



Participación en Café Científico UFRO sobre salud mental y tecnología

Tamara Otzen participó como invitada en el Café Científico UFRO “¿Quién cuida tu mente y tus datos?”, instancia de diálogo junto al Dr. Julio Fenner en la que se abordó la intersección entre salud mental e inteligencia artificial, analizando tanto el potencial de la tecnología para apoyar el bienestar emocional como los riesgos asociados a la privacidad y el resguardo de los datos personales (26 de agosto del 2025).





Trabajo en red intersectorial y promoción en salud



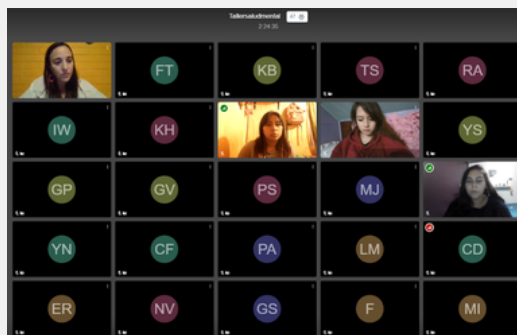
Taller formativo para estudiantes de educación superior sobre suicidabilidad

Taller dirigido a estudiantes de educación superior y egresados, realizado en la sede Temuco de la Universidad de Aconcagua, orientado a abordar estadísticas nacionales y regionales sobre suicidio, conceptos clave asociados a la suicidabilidad en la adultez emergente y la relevancia de la contención emocional frente a intentos suicidas, facilitado por Mónica Hetz y Tamara Otzen (27 de enero del 2020).



Curso formativo para jóvenes de INACAP sobre salud mental en pandemia

Curso dirigido a jóvenes de la Universidad de INACAP, solicitado por INJUV Araucanía, orientado a la educación en salud mental en el contexto de la pandemia por COVID-19, abordando estrategias de autocuidado y afrontamiento, facilitado por Tamara Otzen (03 y 05 de junio del 2020).



Curso para estudiantes de INACAP Temuco sobre autocuidado y ansiedad

Curso dirigido a estudiantes de INACAP Temuco, orientado al fortalecimiento del autocuidado y al manejo de la ansiedad en contextos de crisis, con énfasis en el bienestar emocional en el ámbito universitario (19 de agosto, 26 de agosto y 02 de septiembre del 2020).



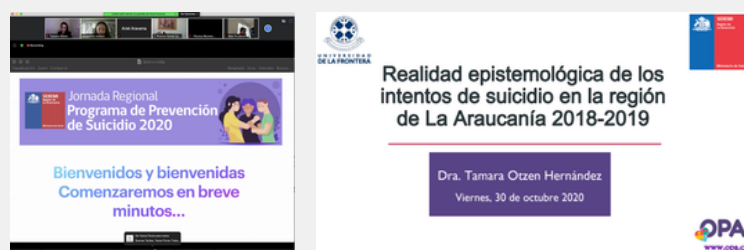
Curso para estudiantes de INACAP sobre autocuidado y valoración personal



Curso dirigido a la población estudiantil de la Universidad de INACAP, orientado a promover el autocuidado, la valoración personal y el fortalecimiento del bienestar emocional, facilitado por Tamara Otzen y Mónica Hetz (02 de septiembre del 2020).

Participación en jornada regional de prevención del suicidio

Exposición presentada por Tamara Otzen en la Jornada Regional de Prevención del Suicidio, titulada "Realidad epistemológica de los intentos de suicidio en adolescentes de la región de La Araucanía 2018-2019", actividad organizada por la Seremi de Salud de la Región de La Araucanía (30 de octubre del 2020).





Ciclo de conversatorios: Fortaleciendo la salud mental escolar

Tamara Otzen y Mónica Hetz, invitan a socializar material realizado por estudiantes de 3° año de la Carrera de Psicología de la Universidad de Católica de Temuco, han elaborado interesantes infografías y cápsulas, dirigidas a las comunidades escolares (21 de octubre, 28 de octubre y 04 de noviembre del 2020).



Webinar formativo para jóvenes, familias y educadores sobre salud mental

Tamara Otzen y Mónica Hetz participaron como expositoras en un webinar organizado por YFU, dirigido a jóvenes, padres y educadores, orientado a entregar herramientas para la detección temprana y prevención de afecciones a la salud mental, con énfasis en ansiedad y estrés en contexto de pandemia (10 de diciembre del 2020).



Ciclo de conversatorios: “Escuela virtual para padres: fortaleciendo el vínculo familia escuela”

Estudiantes de 3° año de la Carrera de Psicología de la Universidad de Católica de Temuco, han elaborado interesantes infografías y cápsulas psicoeducativas, con contenido práctico sobre estrategias para mejorar la salud mental en tiempos de pandemia. Coordinado por Mónica Hetz y Tamara Otzen (16 y 27 de Diciembre del 2020).

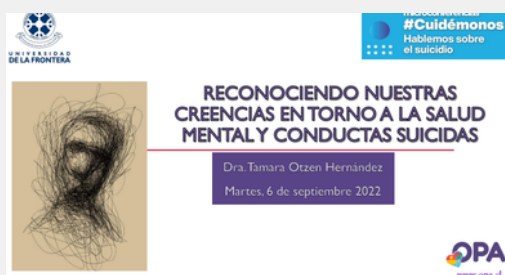
Ciclo de conversatorios: “La Importancia de la salud mental: Estrategias desde la psicología comunitaria”

Estudiantes de 3° año de la Carrera de Psicología de la Universidad de Católica de Temuco, han elaborado interesantes infografías y cápsulas psicoeducativas, con contenido práctico sobre estrategias para mejorar la salud mental en tiempos de pandemia. Coordinado por Mónica Hetz y Tamara Otzen (07 y 08 de julio del 2021).



Microconferencia sobre creencias y conductas suicidas

Microconferencia titulada “Mitos y realidades del suicidio: reconociendo nuestras creencias en torno a la salud mental y las conductas suicidas”, orientada a la sensibilización y reflexión crítica, presentada por Tamara Otzen (06 de septiembre del 2022).





Participación en la Mesa intersectorial de Prevención del Suicidio

Desde el año 2023 la Fundación OPA comenzó a participar activamente en las reuniones de la Mesa de Prevención del Suicidio organizada por la SEREMI de Salud de La Araucanía, donde se articula el intersector según los lineamientos ministeriales para la prevención del suicidio, además de generar alianzas estratégicas de colaboración en pos de la promoción de la Salud Mental y la Prevención del Suicidio.



Participación en ciclo universitario sobre bienestar y salud mental

La Fundación OPA participó en el ciclo de encuentros “Más comunidad, escuelas conectadas para el bienestar”, en el marco del programa Habilidades para la Vida de la Universidad de La Frontera, contribuyendo a la promoción del bienestar y la salud mental en comunidades educativas (18 de abril del 2023).



Participación en Jornada de Prevención del Suicidio

Exposición en el Gimnasio de la Escuela Alborada de Loncoche, sobre la prevención del suicidio, abordando factores de riesgo, factores protectores, señales de alerta, comunicación efectiva y redes, facilitado por Francisca Villagrán y Aracely Rodríguez (6 de Septiembre del 2023).



Participación en feria universitaria de prevención del suicidio

La Fundación OPA participó en la feria desarrollada en el marco de la Jornada de Prevención del Suicidio, realizada en la Universidad de La Frontera, orientada a la promoción del cuidado de la salud mental y la sensibilización comunitaria (08 de septiembre del 2023).



Participación en feria universitaria “Cuidémonos”

La Fundación OPA participó en la feria “Cuidémonos”, realizada en la Universidad de La Frontera, orientada a la difusión de apoyos socioemocionales y a la promoción de la prevención del suicidio en la comunidad universitaria (13 de Septiembre del 2023).





Participación en la Mesa Intersectorial Regional de Juventudes

Fundación OPA participo de la Mesa Intersectorial Regional de Juventudes, donde se dieron a conocer las actividades que se consideran en el año, así como compartir noticias sobre el aumento del presupuesto para el programa “Hablemos de todo” el cual es un gran aporte para las juventudes (27 de septiembre del 2023).



Feria “Salud mental y prevención del suicidio”

Fundación OPA implementó un stand en el Liceo Gabriela Mistral Temuco, entregando información sobre recursos en salud mental y prevención del suicidio, por Katherina Palma e Interna de Terapia Ocupacional (14 de noviembre del 2023).



Participación en feria comunitaria de salud mental

La Fundación OPA participó en la feria de salud mental realizada en la Plaza Dagoberto Godoy, por invitación de la carrera de Enfermería de la Universidad de La Frontera, con el objetivo de promover el bienestar emocional y la prevención del suicidio a nivel comunitario (24 de noviembre del 2023).



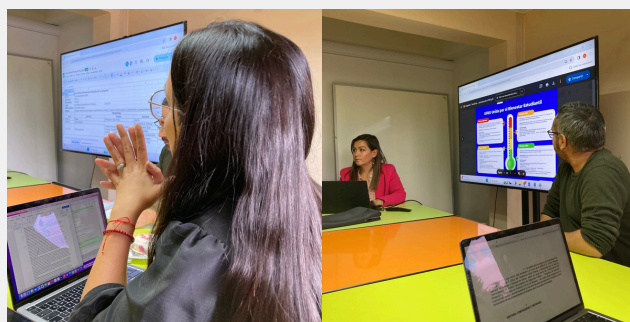
Participación en Mesa de diálogo de prevención del suicidio adolescente

Fundación OPA participó del evento realizado en el Liceo Camilo Henríquez, junto a su directora, equipo de salud mental, coordinadores de nivel, referentes de la SEREMI de educación, servicio de salud Araucanía Sur y CESFAM Metodista (19 de Diciembre del 2023).



Participación en Red de Apoyo Socioemocional

La Fundación OPA comienza a participar de manera permanente en la Red de Apoyo Socioemocional de la Universidad de La Frontera, contribuyendo al fortalecimiento de estrategias de acompañamiento y promoción de la salud mental en el ámbito universitario (2024).



Reunión con gestora de prevención del suicidio

Reunión con Oriana Sáez, gestora de prevención de suicidio de la Unidad de Salud Mental del Servicio de Salud Araucanía Sur, para dar conocimiento de lo que estamos desarrollando como Fundación (03 de abril del 2024).





Participación en Feria Preventiva en Liceo Camilo Henríquez

Fundación OPA participó de la feria en el Liceo Camilo Henríquez, para promover y alfabetizar en salud mental, facilitado por la estudiante en práctica Paloma Urbina (17 de abril del 2024).



Taller de autocuidado



La estudiante en práctica Ilsi Venegas, en colaboración en el programa PIA FICA realizaron un taller de autocuidado para estudiantes de la Universidad de La Frontera con el objetivo de disminuir los niveles de estrés y ansiedad (04 de julio del 2024).

Reunión con equipo HHA

Gabriel Rost y Katherine Subiabre del subdepartamento de personas del Hospital Dr. Hernán Henríquez Aravena, presentaron las acciones que a generado el departamento en salud mental, donde el equipo de la Fundación OPA dio orientaciones al equipo. Además, generar vínculos de colaboración (07 de agosto del 2024).



Feria de salud mental en INSUCO Temuco

Feria realizada en el Instituto Superior Comercial Tiburcio Saavedra Alarcón, donde se entregó información sobre la fundación OPA, alfabetizar en salud mental y entregar recursos de apoyo en prevención del suicidio, facilitado por Javiera Paillaleo y Scarlet Muñoz (8 de Agosto del 2024).



Participación en mesa comunitaria de prevención del suicidio

La Fundación OPA participó en la mesa comunitaria de prevención del suicidio realizada en el COSAM Amanecer, instancia orientada a la articulación intersectorial y al fortalecimiento del trabajo colaborativo en salud mental (29 de agosto del 2024).



Feria “Prevención del suicidio adolescente” en Liceo Pablo Neruda

Katherina Palma y la estudiante en práctica Javiera Paillaleo participaron en la feria de salud mental “Prevención del suicidio adolescente”, organizada por el equipo de convivencia escolar del Liceo Pablo Neruda de Temuco, orientada a la sensibilización y promoción del bienestar socioemocional en la comunidad educativa (24 de septiembre del 2024).





Stand en el lanzamiento de “Hablemos de Todo”

La Fundación OPA participó con un stand informativo en el lanzamiento regional del programa “Hablemos de Todo”, impulsado por INJUV y el Municipio de Temuco. La actividad contó con la participación de Scarlet Muñoz, quien difundió materiales educativos sobre salud mental y prevención del suicidio (07 de mayo del 2025).



Reunión con el Gobierno Regional de La Araucanía

La Fundación OPA sostuvo una reunión con el Gobierno Regional de La Araucanía, donde se presentaron los avances y resultados del proceso de transferencia tecnológica a la sociedad. El encuentro contó con la participación del gobernador regional René Saffirio, quien destacó la relevancia del trabajo colaborativo en la promoción de la salud mental y la prevención del suicidio en el territorio (02 de junio del 2025).



Feria de bienestar y autocuidado en Colegio Alemán de Temuco

La Fundación OPA participó en una feria de salud mental realizada en el Colegio Alemán de Temuco, donde Scarlet Muñoz y estudiante en práctica Angela Solís, compartieron materiales educativos y actividades de sensibilización sobre prevención del suicidio y promoción del bienestar emocional para estudiantes (27 de agosto del 2025).



Feria de bienestar y prevención de suicidio en la Universidad de La Frontera

En el marco del Día Mundial para la Prevención del Suicidio, la Fundación OPA participó en una feria informativa realizada en la Universidad de La Frontera, con la presencia de Scarlet Muñoz y Angela Solís, practicante de Psicología. La actividad promovió la concientización sobre salud mental, el autocuidado emocional y la prevención del suicidio (10 de septiembre 2025).





Feria de Salud Mental en Cencomall Temuco

La Fundación OPA, en conjunto con la Mesa de Prevención del Suicidio de la Seremi de Salud de La Araucanía, realizó una feria informativa en la plaza central de Cencomall. La actividad contó con la participación de la estudiante en práctica Angela Solís, y estudiantes de cuarto año de Psicología, quienes promovieron el autocuidado, la salud mental y la prevención del suicidio a través de materiales informativos (04 de octubre del 2025).



Feria “Bienestar y salud mental” UCT

La Fundación OPA participó en la feria “Bienestar y Salud Mental” organizada por la Universidad Católica de Temuco. La actividad se desarrolló en dos jornadas: una en el Campus San Juan Pablo II, con la participación de Scarlet Muñoz, y otra en el Campus San Francisco, donde estuvo presente la estudiante en práctica Angela Solís. En ambos espacios se compartieron materiales informativos, actividades interactivas y espacios de diálogo, fomentando la reflexión sobre el bienestar psicológico en la vida universitaria (14 y 16 de octubre del 2025).



Feria comunitaria para Personas Mayores

El Centro Comunitario para Personas Mayores 'Pu Kimche Ñi Ruka' organizó una feria en donde personas pudieron conocer las distintas redes, programas y servicios disponibles para las personas mayores. La actividad contó con la presencia de Scarlet Muñoz y estudiantes de cuarto año de Terapia Ocupacional UFRO, quienes difundieron materiales informativos promoviendo el cuidado de la salud mental de las personas mayores y sus cuidadores (30 de octubre del 2025).



Feria Somos UFRO

Participación en la Feria Somos UFRO mediante la instalación de un stand informativo durante dos jornadas, en las que participaron la Dra. Tamara Otzen, Scarlet Muñoz, Angela Solís y estudiantes de cuarto año de Psicología. En esta instancia se presentó el sistema RedOPA, con el objetivo de dar a conocer el sistema para el cuidado de la salud mental en la comunidad educativa de establecimientos educacionales de enseñanza media, además de entregar información sobre salud mental y autocuidado a la comunidad (11 y 12 de noviembre de 2025).





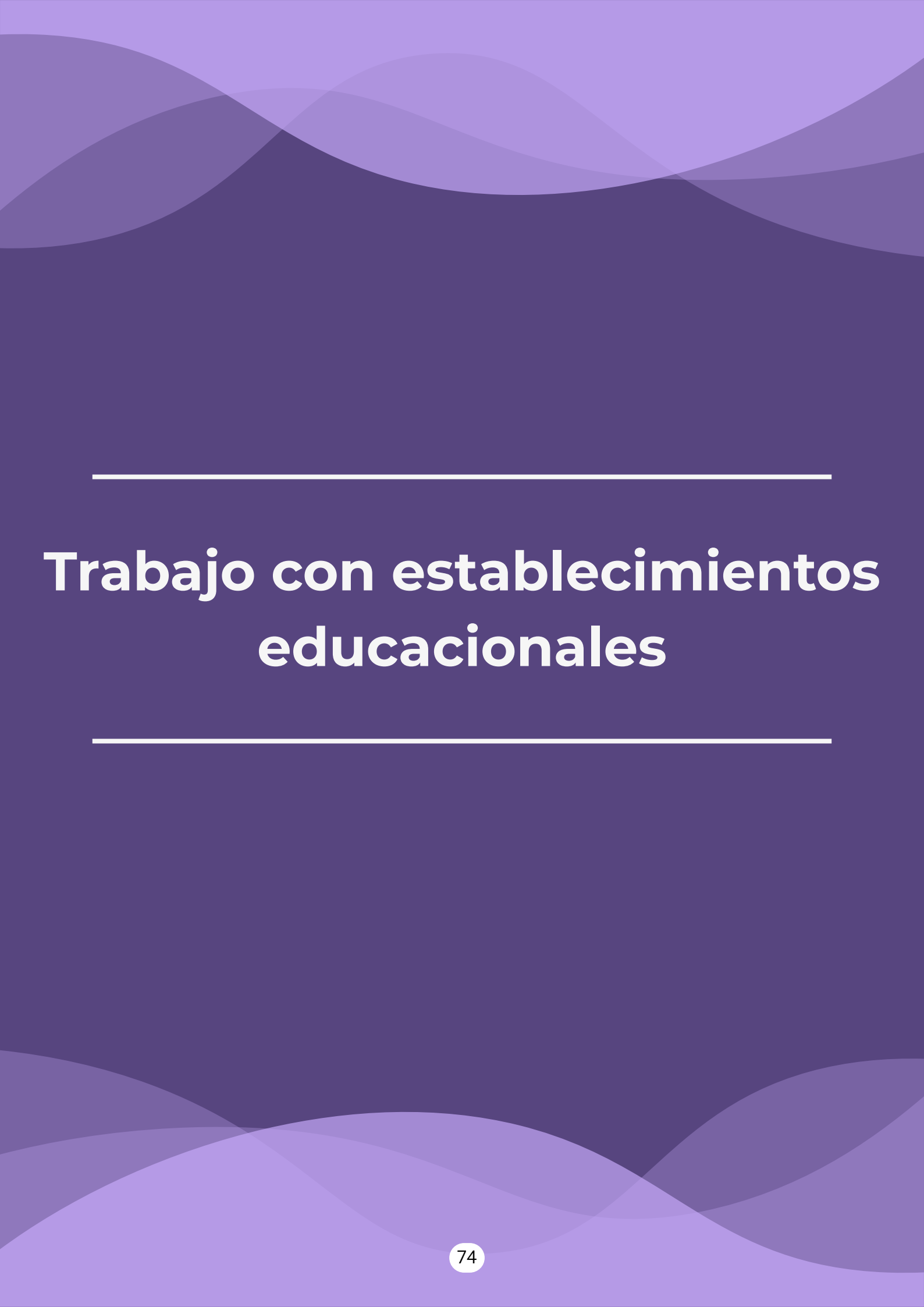
Talleres para la Agrupación Añoranza

En colaboración con la Carrera de Terapia Ocupacional de la Universidad de La Frontera, se llevaron a cabo una serie de talleres con la agrupación “Añoranza” de personas mayores, orientados a fortalecer habilidades cognitivas, promover la participación activa y fomentar el bienestar emocional de los participantes. Las actividades fueron diseñadas considerando los intereses y motivaciones del grupo, permitiendo un enfoque personalizado que contribuye a la prevención del aislamiento y al cuidado de la salud mental, aspectos fundamentales en la labor de prevención del suicidio de la Fundación OPA (23 de octubre al 20 de noviembre del 2025).



Participación en la Red LGBT+ de la Universidad de La Frontera

Durante todo el año se participó activamente en reuniones de la Red LGBT+ de la Universidad de La Frontera, con el objetivo de fortalecer el trabajo colaborativo, contribuir a la articulación interinstitucional y promover acciones orientadas a la inclusión, el bienestar y la salud mental de la comunidad universitaria diversa. Estas instancias permitieron el intercambio de experiencias, el levantamiento de necesidades y la proyección de estrategias conjuntas en favor de entornos universitarios más seguros y respetuosos.



Trabajo con establecimientos educacionales

Concurso “TikTok puede ayudarte a salvar vidas” para estudiantes del Liceo INSUCO TSA

Desarrollamos un concurso en el Instituto Superior de Comercio Tiburcio Saavedra Alarcón, como una acción de promoción y prevención orientada al fortalecimiento de factores protectores de la salud mental infantojuvenil, incentivando la participación activa y la responsabilidad de la comunidad a nivel regional y nacional (26 de octubre del 2022).



Concurso “TikTok puede ayudarte a salvar vidas 2.0” para estudiantes del Liceo INSUCO TSA

En el marco de un proyecto de Extensión Académica, la Fundación OPA impulsó el concurso en el Instituto Superior de Comercio Tiburcio Saavedra Alarcón, como una actividad de vinculación con el medio orientada a promover acciones de cuidado, promoción y prevención de la salud mental infantojuvenil, fortaleciendo la participación y el compromiso de la comunidad (15 de noviembre del 2022).



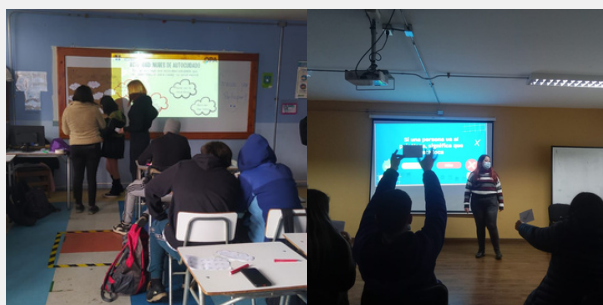


Diagnóstico de necesidades en salud mental para estudiantes del Liceo INSUCO TSA

Diagnóstico de necesidades en salud mental, identificadas por los propios estudiantes de 2° y 3° medio, que se extendió a la comunidad educativa, incluyendo profesores, funcionarios y apoderados del establecimiento, con el objetivo de obtener una visión integral de las necesidades de los estudiantes (31 de mayo del 2023).



Taller de alfabetización en salud mental para estudiantes del Liceo INSUCO TSA



Facilitado por Fundación OPA para los segundos medios del establecimiento educacional Tiburcio Saavedra Alarcón, en base al diagnóstico participativo (14 de junio del 2023).

Taller de alfabetización en salud mental para estudiantes del Liceo INSUCO TSA

Facilitado por Fundación OPA para estudiantes de tercero medio A y B de INSUCO, basado en los diagnósticos realizados a los estudiantes y en la información proporcionada por docentes, funcionarios y apoderados (24 de agosto del 2023).



Taller de alfabetización en salud mental a estudiantes del LCH

El equipo OPA realizó talleres sobre salud mental en el Liceo Camilo Henríquez, para los y las estudiantes de terceros y cuartos medios, solicitado por el centro de estudiantes del liceo, Facilitado por Mónica Hetz y Tamara Otzen (10 de octubre del 2023).



Charla a estudiantes de Liceo España



Charlas sobre salud mental y prevención del suicidio dirigidas a estudiantes del Liceo España de Temuco, solicitadas por INJUV Araucanía, orientadas a la sensibilización, educación y promoción del bienestar socioemocional, facilitadas por Tamara Otzen y Katherina Palma (23 de octubre del 2023).

Charla para delegados de curso de Liceo Gabriela Mistral

Charlas sobre salud mental, ansiedad y prevención del suicidio dirigidas a delegados de curso en representación del estudiantado del Liceo Gabriela Mistral, solicitadas por INJUV Araucanía, orientadas a la sensibilización y fortalecimiento de competencias en promoción del bienestar socioemocional, facilitadas por Tamara Otzen y Katherina Palma (30 de octubre del 2023).





Charla a apoderados del Liceo Camilo Henríquez

Charla para apoderados del establecimiento educacional Liceo Camilo Henríquez, sobre la importancia de la prevención del suicidio, identificar señales de alerta, ofrecer recursos y estrategias de intervención y promover la colaboración entre la familia y la escuela, facilitado por Tamara Otzen, Katherina Palma, María Paz Moya y Scarlet Muñoz (25 de marzo del 2024).



Taller de bienestar socioemocional para estudiantes del INSUCO de Temuco

Taller dirigido a estudiantes del Instituto Superior de Comercio Tiburcio Saavedra Alarcón de Temuco, enfocado en el fortalecimiento de la autoestima, la valoración personal y el desarrollo de habilidades socioemocionales como parte de la promoción de la salud mental, facilitado por Paloma Urbina (06 de mayo del 2024).



Taller de gestión de emociones para estudiantes del Liceo INSUCO TSA

Taller titulado “Gestión de Emociones”, dirigido a los cursos 1° B y 1° C del Liceo INSUCO Tiburcio Saavedra Alarcón de Temuco, orientado al desarrollo de habilidades de reconocimiento y regulación emocional, facilitado por Javiera Paillaleo y Scarlet Muñoz (22 de agosto del 2024).



Taller de comunicación asertiva para estudiantes del Liceo INSUCO TSA

Taller dirigido a los cursos 1° B y 1° C del Liceo INSUCO Tiburcio Saavedra Alarcón de Temuco, orientado al fortalecimiento de habilidades comunicacionales y socioemocionales como parte de la promoción de la salud mental, facilitado por Javiera Paillaleo y Scarlet Muñoz (28 de agosto del 2024).

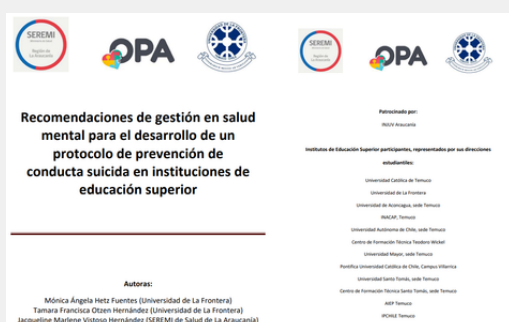


Productos y propiedad intelectual



Publicación sobre prevención de la conducta suicida en educación superior

Obra literaria titulada “Recomendaciones de gestión en salud mental para el desarrollo de un protocolo de prevención de conducta suicida en instituciones de educación superior”, patrocinada por INJUV Araucanía y elaborada por Mónica Hetz, Tamara Otzen y Jaqueline Vistoso, orientada a fortalecer la gestión institucional en salud mental y la prevención del suicidio en contextos de educación superior (2021).



Artículo científico sobre evaluación neurofisiológica de la conducta suicida

Artículo científico titulado “Morfología de los Potenciales Evocados Auditivos de Latencia Tardía P300 y su Rol en la Evaluación de la Conducta Suicida”, elaborado por Carla Figueroa Saavedra, Tamara Otzen, Fernando Romero Mejías y María Victoria Díaz Franco, orientado al análisis del rol de indicadores neurofisiológicos en la evaluación de la conducta suicida (15 de octubre del 2019).

Lee el artículo completo aquí:



Artículo científico sobre suicidabilidad y apoyo social en estudiantes universitarios

Artículo científico titulado “Suicidabilidad y apoyo social percibido en estudiantes universitarios con enfermedades crónicas no transmisibles”, que analiza la asociación entre apoyo social percibido, riesgo suicida y presencia de enfermedades crónicas no transmisibles en estudiantes universitarios, mediante un diseño de casos y controles con 41 participantes por grupo. Autores: Tamara Otzen, Natalia Fuentes, Gustavo Wetzel, Constanza Henríquez, Zayra Antúnez y Tamara Melnik (17 de marzo de 2020).





“Podcast: Parloteo Antisuicida I”

En conmemoración del día mundial de prevención del suicidio, se realizó el lanzamiento de la primera temporada del Podcast: Parloteo Antisuicida, con el objetivo de compartir, responder, disfrutar, sensibilizar y aprender sobre distintos temas en torno a la prevención del suicidio (10 de septiembre del 2022).

Episodios:

1. Hablar de prevención en conductas de riesgo suicida.
2. ¿Por qué es importante entender más sobre suicidabilidad?
3. ¿Cuál es la relación que existe entre la actividad física y la nutrición con la salud mental?
4. Conversando sobre los facilitadores comunitarios en la prevención del suicidio.
5. Impactos negativos y positivos de la imagen corporal.
6. El suicidio en estudiantes universitarios.
7. De la docencia a la salud mental.
8. ¿Feliz navidad?
9. Comunidad como sistema protector en la prevención del suicidio



Asistente virtual OPAAI

En conmemoración del día mundial para la prevención del suicidio, se presentó a la asistente virtual OPAAI, encargada de desglosar el catastro de redes y recursos en Salud Mental de la Fundación y dar asesoría en salud mental sobre qué recursos son más adecuados para cada situación (08 de septiembre del 2023).



“Podcast: Parloteo Antisuicida II”

En conmemoración del día mundial de prevención del suicidio, se realizó el lanzamiento de la segunda temporada del Podcast: Parloteo Antisuicida, con el objetivo de compartir, responder, disfrutar, sensibilizar y aprender sobre distintos temas en torno a la prevención del suicidio (10 de septiembre del 2023).

Episodios:

1. Apoder@dos, profes@res y funcionari@s en apuros: Tips desde OPA”
2. Autorregulación en el aula: Consejos con todos/as y para todos/as.
3. Roles e importancia de un plan de salud mental escolar.
4. Herramientas para el bienestar emocional en contexto escolar.
5. Promoción del autocuidado docente: Rol desde la comunidad educativa.
6. Promoción de Resiliencia escolar: Importancia, Estrategias y Metodos.
7. Competencias socioemocionales para el cuidado de la salud mental.
8. Fomentar la parentalidad positiva en el contexto escolar.
9. Conductas suicidas en la comunidad escolar: ¿y ahora qué?



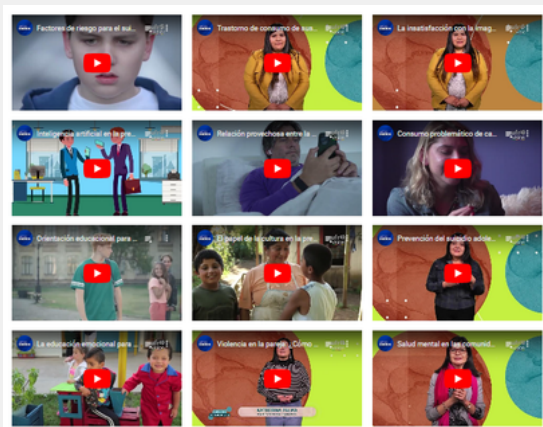


Cápsulas educativas

La Fundación OPA en colaboración con UFRO Medios, ofrece una serie de registros audiovisuales centrados la salud mental y prevención del suicidio (22 y 29 de septiembre del 2023).

Cápsulas:

1. ¿Cómo hablar del suicidio de forma segura?.
2. El efecto Papageno: un tipo de prevención del suicidio.
3. Consumo problemático de alcohol y suicidio.
4. ¿Por qué es importante entender más sobre suicidabilidad?.
5. Salud mental en crisis y la importancia de la primera ayuda psicológica.
6. Salud mental en el contexto escolar, una oportunidad para construir una comunidad más amable.
7. Salud mental en las comunidades LGBTQ+.
8. Violencia en la pareja: ¿Cómo podemos erradicarla?.
9. La educación emocional para prevenir el suicidio.
10. Prevención del suicidio adolescente en la escuela.
11. El papel de la cultura en la prevención del suicidio.
12. Orientación educacional para la prevención del suicidio en contextos escolares.
13. Consumo problemático de cannabis y conducta suicida.
14. Relación provechosa entre la tecnología y la salud mental.
15. Inteligencia artificial en la prevención de suicidios adolescentes.
16. La insatisfacción con la imagen corporal en la adolescencia.
17. Trastorno de consumo de sustancias.
18. Factores de riesgo para el suicidio y señales de alerta.

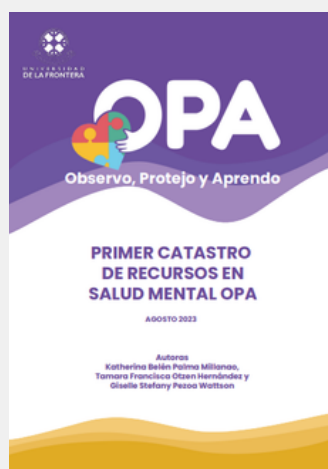


1º Catastro de Recursos en Salud Mental OPA

En Agosto del año 2023, fundación OPA publicó el primer catastro de recursos de apoyo en salud mental, de libre acceso para personas que lo necesiten, funcionando como un instrumento de ayuda, facilitando el proceso de búsqueda de recursos de apoyo que puedan servir para poder encontrar un alivio a situaciones de crisis relacionada a salud mental.

Este documento contiene una recopilación de diversos recursos de apoyo en salud mental, incluyendo líneas de ayuda remota (35), centros que ofrecen atención gratuita o de bajo costo (15), y algunas oficinas de organismos estatales (4) que pueden entregar ayuda en los casos en que sea necesario.

La importancia del catastro fue visibilizada y es por esto que Katherina Palma de la Fundación OPA, recibió un reconocimiento de licencias 2023 OTL (16 de enero del 2024).

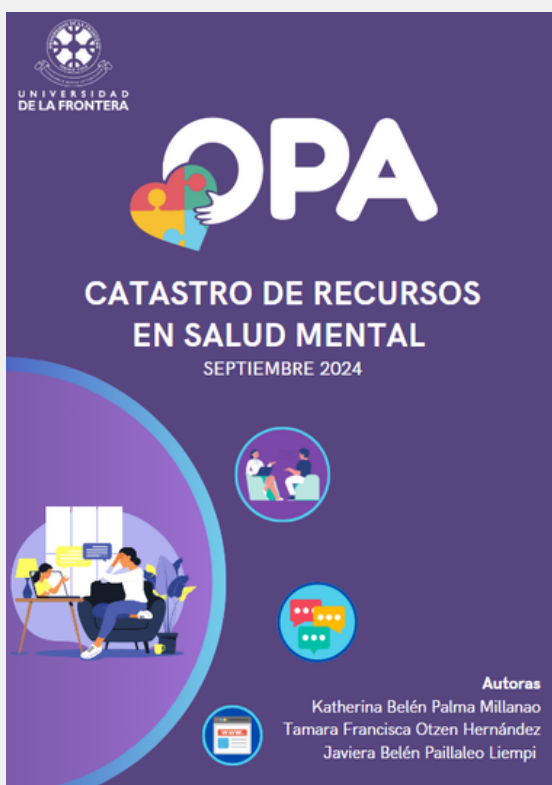




2° Catastro de Recursos en Salud Mental OPA

En septiembre del año 2024, fundación OPA publicó la actualización del catastro de recursos de apoyo en salud mental, de libre acceso para personas que lo necesiten, funcionando como un instrumento de ayuda, facilitando el proceso de búsqueda de recursos de apoyo que puedan servir para poder encontrar un alivio a situaciones de crisis relacionada a salud mental.

Este documento contiene una recopilación de diversos recursos de apoyo en salud mental, incluyendo líneas de ayuda para todo público (23), líneas de ayuda para mayores de 18 años (10), líneas de ayuda para mujeres (7), líneas de ayuda infanto juvenil (11), líneas de ayuda para personas mayores y cuidadores (5), y líneas de ayuda en diversidades sexo genéricas (3), que pueden entregar apoyo.



Podcast: OPA en línea

La Fundación OPA, en alianza con UFROmedios, dio inicio a un nuevo programa en UFRO Radio dedicado a la reflexión, conversación y educación en torno a la salud mental. El espacio es conducido por Tamara Otzen, Mónica Hetz y Nadia Arias, quienes cada semana abordan temáticas vinculadas al bienestar emocional, la prevención del suicidio, las relaciones humanas y los desafíos que afectan a la salud mental en distintos grupos de la población.

El programa combina diálogo profesional y lenguaje cercano, integrando también preguntas y comentarios enviados por la comunidad, lo que permite mantener una conexión constante con el público.

Los capítulos están en el canal de YouTube de UFRO Medios.



Sistema RedOPA



Sistema RedOPA

Red OPA es un sistema personalizado que fue diseñado para el cuidado de la salud mental y prevención del suicidio, de los estudiantes de enseñanza media. Desarrollada en el año 2018 por un grupo de investigadores de la Universidad de la Frontera, con financiamiento de un proyecto CORFO.

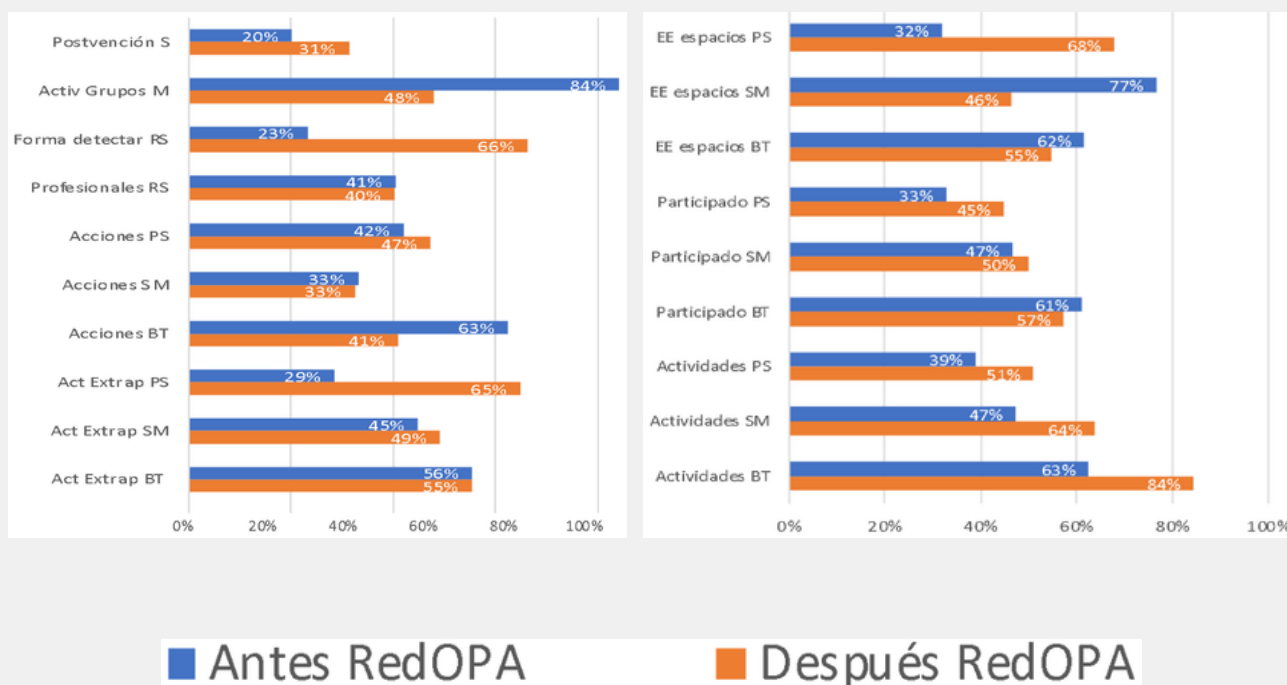
La aplicación no es de libre descarga, debido a que permite generar una red de contención y apoyo responsable en conjunto con convivencia escolar. Por lo que actualmente involucra a estudiantes, apoderados y funcionarios y se basa en la promoción de factores protectores de la salud mental, con los siguientes componentes clave:

1. **Importancia de la comunidad:** La plataforma cuenta con perfiles de estudiantes, funcionarios/as y apoderados/as, fomentando así un entorno comunitario de apoyo mutuo.
2. **Sentido de pertenencia:** Difusión de eventos que fortalezcan vínculos entre los miembros de la comunidad.
3. **Alfabetización en salud mental:** Infografías y recursos educativos sobre temas relacionados con la salud mental.
4. **Facilitación de recursos:** Botón S.O.S. para derivación a convivencia escolar, Urgencia o Salud Responde.
5. **Identificar riesgo suicida:** Monitoreo del estado de ánimo y/o reportes de riesgo.
6. **Seguimiento:** Convivencia escolar se encarga de monitorear las situaciones de riesgo, asegurando que aquellos que necesiten apoyo lo reciban oportunamente.



EFFECTIVIDAD SISTEMA REDOPA

La Fundación OPA realizó pruebas piloto en diversos establecimientos educacionales, con el objetivo de evaluar indicadores de usabilidad y aceptabilidad del Sistema RedOPA, así como recoger percepciones sobre las acciones de promoción de la salud mental, identificar registros, fallos y oportunidades de mejora de la aplicación, y analizar el efecto de su implementación en salud mental en mediciones pre y post intervención.





Programa de computación

“RedOPA” es una aplicación móvil para prevención de conductas suicidas en establecimientos de educación media. Autores: Otzen T, Hochstetter J, Hetz M y Villagran F. Titularidad: Universidad de La Frontera. Registrada ante el Departamento de Derechos Intelectuales (DDI) con el número No 2020-A-9483 (2021)

“RedOPA Admin” es la plataforma web para los administradores de la aplicación móvil. Autores: Otzen T, Hochstetter J, Hetz M y Villagran F. Titularidad: Universidad de La Frontera. Registrada ante el Departamento de Derechos Intelectuales (DDI) con el número No 2020-A-903 (2021).

RECONOCIMIENTO AL
PATRIMONIO
INTELLECTUAL UFRO



VRIP

VICERRECTORÍA
DE INVESTIGACIÓN
Y POSTGRADO

DIRECCIÓN DE INNOVACIÓN
Y TRANSFERENCIA
TECNOLOGICA



UNIDAD DE
TRANSFERENCIA
TECNOLOGICA

RED OPA Y RED OPA ADMIN

Derechos de Autor Software

Red OPA es una aplicación móvil para la prevención de conductas suicidas en estudiantes, que es administrada por la plataforma Red OPA Admin. La aplicación permite generar alertas de riesgo, entregar información y fomentar la participación en eventos, todo en torno al cuidado de salud mental de los estudiantes. El principal objetivo de esta aplicación es identificar de forma temprana situaciones de riesgo en salud mental (Observo), poner en alerta y abordar las situaciones de riesgo (Protejo) y motivar a la comunidad académica a cuidar su salud mental (Aprendo), evitando de esta forma que situaciones de riesgo en salud mental conlleven a conductas suicidas.



Dra. Tamara Francisca Otzen Hernández

Doctora en Ciencias Médicas

Psicóloga, Magister en Psicología, Doctora en Ciencias Médicas de la Universidad de La Frontera y en Salud Basada en la Evidencia de la Universidad Federal de Sao Paulo. Sus principales líneas de investigación están relacionadas al Suicidio, Revisiones Sistemáticas, Metodologías de Investigación y Estadística. Directora del Centro OPA de la Universidad de La Frontera, desde el año 2020.



Dra.(c) Francisca Marlon Villagrán Silva

Magister en Nutrición y Alimentos mención en Promoción de la Salud

Profesora de Biología de la Universidad Católica de Valparaíso, Magister en Nutrición y Alimentos mención en Promoción de la Salud de la Universidad de Chile. Doctorando en Ciencias Morfológicas de la Universidad de La Frontera y coordinadora de Educación en Centro OPA.

Investigadores UFRO lideran iniciativa de aplicación móvil

En el Aula Magna de la Universidad de La Frontera, Temuco, se expuso a la comunidad ministerial, municipal, académica, educacional y estudiantil el proyecto CORFO que permitió el desarrollo de RedOPA para la prevención de conductas suicidas en adolescentes. Este proyecto es gestado por Tamara Otzen y el jefe desarrollo Software, Mg. Jorge Hochstetter (10 de abril del 2019).



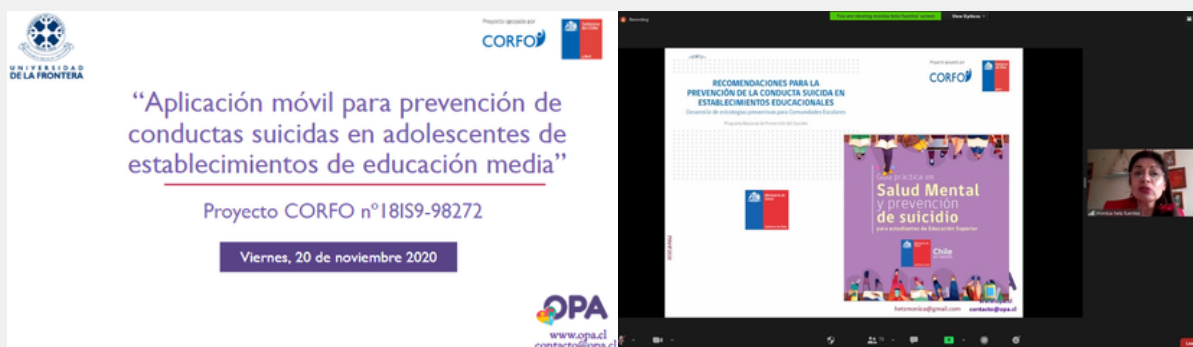
Prueba Piloto Red OPA

Fundación OPA realizó una prueba piloto entre los estudiantes, funcionarios y apoderados de los siguientes establecimientos educacionales vinculados, Escuela Armando Dufey, Liceo Gabriela Mistral e INSUCO (noviembre y diciembre del 2019).



Ceremonia cierre proyecto CORFO 18IS998272 “Red OPA”

Proyecto “Aplicación móvil para prevención de conductas suicidas en adolescentes de establecimientos de educación media”, por Tamara Otzen. Además, Charla Magistral “Tutores de resiliencia como estrategia preventiva de conductas suicidas adolescentes”, por parte de la gestora del proyecto Mónica Hetz (20 de noviembre del 2020).





Encuesta de satisfacción App RedOPA

Esta encuesta es insumo para eventuales mejoras de la Aplicación Móvil RedOPA, que está orientada a la prevención de conductas suicidas en estudiantes. Autoras: Tamara Otzen y Fransisca Villagran (2021).

Encuesta para Diagnóstico de Salud Mental RED OPA

Esta encuesta es insumo basal en la Aplicación Móvil RedOPA, que está orientada a la prevención de conductas suicidas en estudiantes. La aplicación permite generar alertas de riesgo, entregar información, y fomentar la participación en eventos, todo en torno al cuidado de salud mental de los estudiantes. Autoras: Tamara Otzen, Francisca Villagrán y Mónica Hetz (2021).

Capacitación a funcionarios de Liceo INSUCO TSA

Se realizaron dos capacitaciones con los y las funcionarias del Instituto Superior de Comercio Tiburcio Saavedra, la primera fue sobre autocuidado y la segunda sobre prevención de suicidios por medio de nuestra APP Red OPA, facilitado por Tamara Otzen y Katherina Palma (27 de octubre del 2022).



Ceremonia Licenciamiento UFRO

Franklin Valdebenito y Tamara Otzen firman un contrato de licenciamiento. Los seis desarrollos basales de la plataforma web, su aplicación y la marca OPA® protegidos (15 de noviembre del 2022).

Además, se realizó un reconocimiento a la creación y licenciamiento de la Tecnología OPA en el encuentro de Innovación UFRO 2022, que es organizado por la Dirección de Innovación y Transferencia Tecnológica, en esta oportunidad abierto a toda la comunidad, con énfasis en fortalecer el ecosistema de investigación, desarrollo, innovación y emprendimiento de la región (16 de noviembre del 2022).



Proyecto de Extensión Académica UFRO EXT 22-0091

 UNIVERSIDAD DE LA FRONTERA
Dirección de Extensión y Formación Continua

FORMULARIO POSTULACIÓN
CONCURSO PROYECTOS DE EXTENSIÓN
ACADÉMICA CON FINANCIAMIENTO AÑO
2022

Fecha de Postulación: 06/01/2023

Título del proyecto: SALUD MENTAL Y PREVENCIÓN DE CONDUCTAS SUICIDAS EN ESTUDIANTES DE ENSEÑANZA MEDIA DE TEMUCO POR MEDIO DE APP REDOPA

Código EXT22-0091

RESPONSABLE DEL PROYECTO

NOMBRE COMPLETO: TAMARA FRANCISCA OTZEN HERNANDEZ

RUT: 15.516.791-2

DEPARTAMENTO/UNIDAD: CENTRO EX. ESTUDIOS MORFOLOG. Y QUIRURGO.

FACULTAD/VICE-RECTORIA: FACULTAD DE MEDICINA

E-MAIL: tamara.otzen@ufro.cl

TIPO DE PROYECTO

Congreso	☐	Seminario	☐	Taller	☐
Programa	☐	Charla	☒	Jornada	☐
Simpósio	☐	Concurso	☒	Conferencia	☐
Encuentro	☒	Boletín	☐	Exposición	☐
Otros	☒				

Especificar: Charlas orientadas a motivar la importancia de la prevención del suicidio y explicar a beneficiar

EXTENSIÓN TERRITORIAL

Local	☒	Comunal	☐	Regional	☒
Nacional	☐	Internacio- nal	☐		

AUTORIZACIÓN AUTORIDAD RESPECTIVA:
DIRECTOR DEL DEPARTAMENTO O INSTITUTO U OTRO

Nombre: RENATO ALEXIS HUNTER ALARCON

Cargo: VICERRECTOR ACADEMICO

Fecha V°B°: 06/01/2023

Concurso de proyectos de extensión académica con financiamiento, para el proyecto de “salud mental y prevención de conductas suicidas en estudiantes de enseñanza media de Temuco por medio de la App Red OPA” (06 de enero del 2023).



Capacitación a apoderados del Liceo INSUCO TSA

Presentación y capacitación para los apoderados del establecimiento educacional Liceo INSUCO, sobre el sistema RedOPA para el cuidado de la salud mental y prevención de conductas suicidas en adolescentes, facilitado por Tamara Otzen *(17 de octubre del 2023)*.



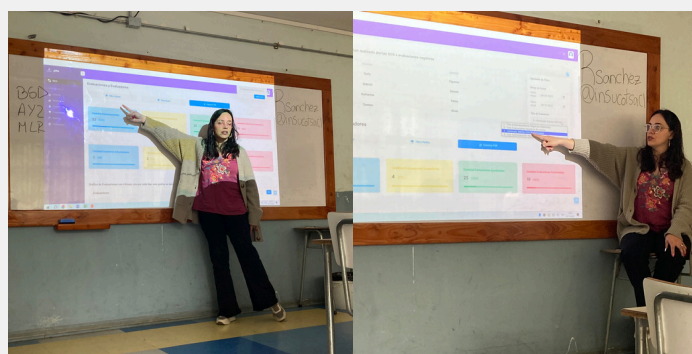
Implementación del Sistema RedOPA a docentes del Liceo INSUCO TSA

Presentación sobre el funcionamiento y finalidad del Sistema Red OPA para los y las docentes, facilitado por Tamara Otzen *(18 de octubre del 2023)*.



Capacitación a futuros administradores del Liceo INSUCO TSA

Capacitar a los profesionales encargados de la plataforma web, sobre el manejo y monitoreo del Sistema RedOPA, facilitado por Tamara Otzen *(01 de diciembre del 2023)*.



Capacitación a apoderados del Liceo INSUCO TSA

Presentación y capacitación para los apoderados del Liceo INSUCO, sobre el sistema RedOPA para el cuidado de la salud mental y prevención de conductas suicidas en adolescentes, facilitado por Katherina Palma y Scarlet Muñoz (27 y 28 de marzo del 2024).



Adjudicación de proyecto sobre aceptabilidad y viabilidad del Sistema RedOPA

La Fundación OPA se adjudicó el proyecto “Aceptabilidad y viabilidad del Sistema RedOPA para el cuidado de la salud mental y la prevención del suicidio en la Universidad de La Frontera”, en el marco del Tercer Concurso SOCIOMED (5 de abril del 2024).

Resultados III Concurso Fondos de Investigación Sociomed

CÓDIGO DEL PROYECTO	TÍTULO DEL PROYECTO	INVESTIGADOR ENCARGADO
NCS2021_013-2024_III-13	Aceptabilidad y viabilidad percibida del Sistema RedOPA para el cuidado de la Salud Mental y prevención del suicidio en la Universidad de La Frontera.	Katherina Palma-Millanao

Reconocimiento del Sistema RedOPA



En el día mundial de la creatividad y la innovación, Fundación OPA fue reconocida por el Ministerio de Ciencia, Tecnología, Conocimiento e Innovación por el desarrollo del Sistema Red OPA (21 de abril del 2024).



Entrevista en UFRO Medios sobre el Sistema RedOPA Uni

Entrevista a Tamara Otzen en UFRO Medios, por el reconocimiento del Ministerio de Ciencias al sistema RedOPA, abordando su potencial para el cuidado de la salud mental de los estudiantes (22 de abril del 2024).



Cierre del batch#4 de innovalab UFRO

Parte fundamental del desarrollo de RedOPA es realizado por estudiantes de la Universidad de La Frontera quienes parten sus mentorías apoyo al equipo de practicantes de ingeniería que nos colaboró en el desarrollo de la primera fase de nuestra tecnología RedOPAUni, basada en el modelo RedOPA para el cuidado de la salud mental (17 de julio del 2024).



Ceremonia de cierre de proyecto

Ceremonia de cierre del proyecto "Validación del sistema Red OPA para el cuidado de la salud mental y prevención de conductas suicidas en adolescentes de enseñanza media. (MAD2302)" implementado en el establecimiento educacional Liceo INSUCO TSA de Temuco, donde se premiaron a los usuarios destacados del sistema *(18 de Julio del 2024)*.



Presentación resultados de Implementación del Sistema RedOPA

Fundación OPA presentó los resultados de la implementación de nuestro Sistema para el cuidado de la salud mental y prevención del suicidio, al director del liceo y equipo de convivencia escolar del establecimiento educacional Liceo INSUCO *(13 de Agosto del 2024)*.



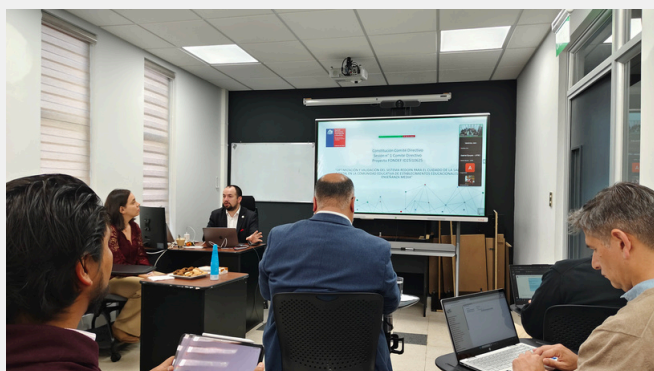


Adjudicación Proyecto FONDEF IDeA I+D

Fundación OPA se adjudicó el proyecto FONDEF IDeA I+D “Optimización y validación del sistema RedOPA para el cuidado de la salud mental en la comunidad educativa de establecimientos de enseñanza media”, orientado a fortalecer la prevención del suicidio y la promoción del bienestar emocional mediante innovación tecnológica y trabajo comunitario. La adjudicación del proyecto dio paso a la conformación del equipo de trabajo y al desarrollo de reuniones semanales de organización, planificación y seguimiento, fundamentales para la implementación y avance del proyecto (2025).

Constitución del Comité del Proyecto FONDEF

Se presentó el proyecto “Optimización y validación del sistema RedOPA para el cuidado de la salud mental en la comunidad educativa de enseñanza media” (Proyecto FONDEF ID25I10625) ante un comité integrado por la SEREMI de Salud, el Servicio de Salud Araucanía Sur y el Departamento de Educación Municipal. En la instancia se expusieron los principales antecedentes del proyecto, sus modelos de intervención, el equipo de trabajo, la aplicación RedOPA y el impacto esperado. Participaron representantes del comité y el equipo del proyecto *(17 de noviembre del 2025)*.



Grupos Focales para el proyecto RedOPAUni

En el marco del proyecto “RedOPAUni: Sistema I+D de cuidado en salud mental para la comunidad de la Universidad de La Frontera”, se realizaron dos grupos focales con estudiantes de la Facultad de Educación, Ciencias Sociales y Humanidades, Facultad de Odontología y Facultad de Medicina. Las instancias fueron moderadas por Tamara Otzen, Scarlet Muñoz y Ángela Solís, y contaron con la participación total de 10 estudiantes, con el objetivo de recoger percepciones, experiencias y necesidades en torno al cuidado de la salud mental en el contexto universitario (05 y 11 de diciembre de 2025).



¿Eres estudiante de la Facultad de Medicina u Odontología de la UFRO?

Hablemos de Salud Mental

Te invitamos a ser parte de un grupo focal para compartir tus ideas sobre salud mental en la comunidad universitaria.

Jueves 11 de diciembre
11:00 a 12:30 horas

Lugar a confirmar en la Facultad de Medicina.

Inscríbete:

¡CUPOS LIMITADOS!

Proyecto: RedOPAUni: Sistema I+D de Cuidado en Salud Mental para la comunidad de la Universidad de La Frontera
Organiza: Fundación OPA y Doctorado en Ciencias Médicas



Hablemos de Salud Mental

Te invitamos a ser parte de un grupo focal para compartir tus ideas sobre salud mental en la comunidad universitaria.

Convocatoria primer grupo:

Viernes 05 de diciembre
11:00 a 13:00 horas

Doctorado en Ciencias Médicas,
Montevideo 0870, estacionamiento
CEBIOR (frente al Rüpü)

Inscríbete:

¡CUPOS LIMITADOS!

Proyecto: RedOPAUni: Sistema I+D de Cuidado en Salud Mental para la comunidad de la Universidad de La Frontera
Organiza: Fundación OPA y Doctorado en Ciencias Médicas



Conoce más sobre OPA

Página web
opa.ufro.cl



Instagram
[@opa_ufro](https://www.instagram.com/opa_ufro)



Contáctanos al correo: opa@ufrontera.cl