

## **PROGRAMA DE ACOMPAÑAMIENTO EMOCIONAL PARA LOS TRABAJADORES DE LA SUNARP**

### **I. INTRODUCCIÓN**

El programa de Acompañamiento Emocional para los Trabajadores de la Sunarp, tiene por finalidad la protección de la salud establecida por Ley, por ello la salud mental de los trabajadores debe ser concebida como parte indisoluble de la salud integral.

Las personas mentalmente saludables experimentan bienestar, confían en su propia eficacia, han aprendido a tener control sobre el cuidado de su propia salud, y están más aptas para aprender y afrontar las presiones de la vida cotidiana, así como alcanzar sus propios objetivos.

Asimismo, desarrollan sentimientos de pertenencia, encuentran significado a sus vidas y contribuyen positivamente con sus familias, comunidad y sociedad en general. De allí, que el goce de la salud mental es fundamental para el bienestar y desarrollo de todas las personas en el país y no solo para aquellos afectados por un problema mental.<sup>1</sup>

Este Programa de Acompañamiento Emocional, parte como iniciativa del empleador para brindar una salud establece a sus trabajadores, es por ello que sus efectos tendrá una duración permanente.

### **II. FUNDAMENTACIÓN**

El artículo 3 del Reglamento General de la Ley N° 30057, Ley del Servicio Civil, aprobado por Decreto Supremo N° 040-2014-PCM, establece que las oficinas de recursos humanos actúan sobre los siete (7) subsistemas del Sistema Administrativo de Recursos Humanos, siendo el subsistema de Gestión de Relaciones Humanas y Sociales el que considera la Seguridad y Salud en el Trabajo (SST), así como promueve planes de acción de mejora en las instituciones públicas.

En el marco de las actividades que desarrolla la Oficina General de Recursos Humanos se encuentra la Seguridad y Salud en el Trabajo (SST), dirigido a la protección de la salud del trabajador, y a partir de la Ley N° 30947 “Ley de Salud Mental”, así como la declaratoria del Estado de Emergencia Nacional decretado por Decreto Supremo N° 044-2020-PCM y en cumplimiento de las normas que garanticen la Salud de los trabajadores, es necesario contar con un Programa de Acompañamiento Emocional para los trabajadores de la Sunarp.

### **III. BASE LEGAL**

3.1 Ley 29783 “Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo”.

3.2 Ley 26842 “Ley General de Salud”.

3.3 Ley 30947 “Ley de Salud Mental”.

---

<sup>1</sup> <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4629.pdf>

- 3.4 Decreto Supremo N° 044-2020-PCM que declara Estado de Emergencia Nacional por las graves circunstancias que afectan la vida de la Nación a consecuencia del brote del COVID-19.
- 3.5 Decreto de Urgencia N° 026-2020 “Que establece diversas medidas excepcionales y temporales para prevenir la propagación del coronavirus (COVID – 19) en el territorio Nacional”.
- 3.6 Decreto Legislativo N° 1505 “Que establece medidas excepcionales en materia de gestión recursos humanos en el sector público ante la emergencia sanitaria ocasionada por el COVID – 19”
- 3.7 Resolución Ministerial N° 186-2020-MINSA, “Guía Técnica para el cuidado de la Salud Mental de la Población Afectada, Familias y Comunidad, en el contexto del COVID-19”
- 3.8 Resolución Ministerial N° 363-2020-MINSA, documento técnico: “Plan de Salud Mental) En el contexto COVID-19 – Perú, 2020 – 2021”
- 3.9 Resolución Ministerial N° 448-2020-MINSA, “Lineamientos para la Vigilancia, Prevención y Control de la salud de los trabajadores con riesgo de exposición a COVID – 19”

#### **IV. OBJETIVOS:**

- Reducir el impacto de la salud mental, mediante diversos métodos y mecanismos de atención en primeros auxilios emocionales para nuestros trabajadores de la Sunarp.
- Fortalecer los recursos emocionales de los trabajadores de Sede Central y Zonas Registrales, para que aprendan a gestionar sus emociones frente a distintos ámbitos psicosociales y se sientan respaldados de la familia SUNARP.
- Brindar un Apoyo Psicosocial a los trabajadores en su desenvolvimiento profesional y personal.
- Brindar espacios de confianza donde se generen conversaciones saludables y reconfortantes, mediante la comunicación del especialista con el trabajador.
- Facilitar recursos y guías en temas de salud, manejo de emociones, control de ansiedad, miedo e incertidumbre, mediante salvavidas emocionales para superar esta Pandemia.
- Mejorar la relación servidor(a) e institución, mostrando acercamiento genuino.
- Manejo de pensamientos limitantes, mediante técnicas de automotivación y manejo del estrés en situaciones difíciles.
- Acompañamiento en episodios de pérdida laborales, materiales que generen un quiebre en el trabajador, así como también la pérdida - duelo de un familiar, promoviendo la superación en las diversas etapas, generando un seguimiento evolutivo de sus desenvolvimiento personal.

- Fomentar un manejo adecuado de sus emociones, así como una comunicación no violenta con su entorno familiar que genere un ambiente saludable y de unidad.

## **V. ALCANCE**

Trabajadores de la Sunarp bajo el régimen del Decreto Legislativo N° 728, régimen laboral especial del Decreto Legislativo N° 1057, contratación administrativa de servicios (CAS).

## **VI. CONSECUENCIAS DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MENTAL EN EL LUGAR DE TRABAJO.**

Considerando todas las repercusiones a los que nos vemos expuesto al no velar por una adecuada Salud Mental, se generan repercusiones a nivel laboral que queremos atenuar y que a continuación detallamos:

- Aumento de las ausencias laborales por problemas de salud.
- Deterioro de la salud física y mental (estrés intenso, ansiedad, miedo).
- Reducción de la productividad y resultados. Aumento en la ocurrencia de errores.
- Pérdida de motivación y compromiso.
- Agotamiento ocupacional (Síndrome de trabajador quemado o Burnout).
- El personal trabaja en horarios extendidos, pero con rendimientos decrecientes.
- Tensión y conflictos entre colegas o compañeros.
- Aumento de quejas de los usuarios externos por el trato del personal.

La salud de los trabajadores debe ser un objetivo en sí mismo. Abordar el cuidado de la salud mental en el trabajo significa incorporar esta responsabilidad social en las prácticas y rutinas cotidianas de los trabajadores y las instituciones.

## **VII. BENEFICIOS DEL PROGRAMA DE ACOMPAÑAMIENTO EMOCIONAL**

- 7.1 El programa beneficiara a los trabajadores bajo el régimen del Decreto Legislativo N° 728, régimen laboral especial del Decreto Legislativo N° 1057, contratación administrativa de servicios (CAS) y Decreto Legislativo N° 1401, que presten servicios de manera presencial, mixto y/o remoto, brindándole el acompañamiento en primeros auxilios psicológicos.
- 7.2 El programa proporcionará ayuda emocional a los trabajadores, brindando herramientas de primeros auxilios emocionales.
- 7.3 Los talleres y las sesiones individuales de manera virtual, servirá para abordar diversos temas que permitan desahogar emociones, incorporando nuevos pensamientos con visualización al futuro.

7.4 Mediante el programa se busca el acercamiento entre el trabajador y la institución para dar a conocer los emprendimientos de los trabajadores de la Sunarp, a través de redes de contacto.

## **VIII. CONSIDERACIONES**

8.1 El programa iniciará a partir de la aprobación del presente documento, con un programa de Comunicación Interna y campañas de intriga, iniciando las atenciones individuales y grupales.

8.2 Este programa presentará mejoras constantes en sus protocolos, buscando adaptarse a la realidad del trabajador de la SUNARP.

8.3 Los Talleres y sesiones de acompañamiento serán virtuales, velando por el distanciamiento social y privacidad de las mismas.

8.4 El staff de estará conformado por Psicólogos profesionales.

## **XI. MODALIDADES DE INTERVENCIÓN**

9.1 Mayor cercanía con todos trabajadores de la institución a través de una llamada máxima de 5 minutos, con la finalidad de examinar su estado emocional e invitarlos a inscribirse al programa de Acompañamiento Emocional.

9.2 Los trabajadores que se inscriban, deberán llenar una ficha de información por la cual autorizaran la voluntad de contactarlos.

9.3 Aquellos trabajadores que se inscriban a las sesiones individuales recibirán por correo o por vía WhatsApp al teléfono registrado en la inscripción, el documento de Consentimiento Informado el cual deberán llenar y firmar como signo de aprobación. (Anexo 1: Consentimiento Informado).

9.4 Los contactos con el trabajador/a, serán de 3 sesiones y en algunos casos puntuales podríamos brindar una sesión adicional, dependiendo de la necesidad del caso. (ANEXO 2: Ciclo de las Sesiones Virtuales individuales).

9.5 Se clasificaran las atenciones, permitiendo establecer la prioridad para la atención por los Especialistas de Apoyo Psicosocial y que casos serán derivados la atención. (Anexo 3: Semáforo de atención)

### **9.6 Talleres Grupales Virtuales– Conversatorios.**

- Usando la metodología Point of You y otras herramientas psicológicas, se generarán espacios de conversación íntima en grupos pares máximo de 20 personas, generando conexión y empatía de grupo.
- Algunos de los Temas a conversar:
  - ❖ En donde pongo lo que siento.
  - ❖ Manejo de mis Emociones en situaciones de Crisis.
  - ❖ Abrazando mi sentir.

- Invitación por áreas de diversas Sedes, participando equipos de diferentes áreas.
- Sesiones de 1: 30 minutos, autorizadas por el líder del equipo, sin afectar las horas más productivas o concurridas en el caso de los presenciales.

### **9.7 Sesiones Virtuales Individuales**

- Crear un espacio de confianza donde podamos compartir nuestras inquietudes y necesidades ante los nuevos desafíos.
- Sesiones de 35 minutos a 45 minutos máximo.
- Sesiones de carácter privado y confidencial.
- El medio de comunicación será a través de llamadas directas al celular de la institución o número personal registrado, WhatsApp o a través las diferentes plataformas de comunicación, con las que cuente el trabajador/a, adaptándonos a sus posibilidades.
- Estas sesiones son de Primeros Auxilios Psicológicos y de Acompañamiento, no se considerara como sesiones Terapéuticas.

## **X. DIFUSIÓN DEL PROGRAMA**

- La sensibilización será masiva para todos los trabajadores.
- El área de Comunicaciones de la Zona Registral IX con la ayuda de la Sede Central elaboraron una campaña de Comunicación incluyendo una campaña de intriga y pastillas emocionales.
- A partir de su aprobación se generará una Campaña de intriga y cronograma de citas.
- Se difundirá el programa mediante el correo electrónico y protectores pantalla de las PC del trabajador/a.
- Para buscar una mayor acogida y cercanía con el trabajador se realizarán llamadas de invitación (máx. 10 minutos) a todos los trabajadores de la institución, a partir de la aprobación del programa, con la finalidad de preguntar cómo se encuentran e invitarlos a inscribirse al programa de Acompañamiento Emocional.
- El trabajador que desee mayor información al respecto, contará con un repositorio informativo al cual accederá a través de un link que encontrará en los comunicados o flyers.
- Para la recepción de solicitudes de atención, entre otros se contará con el siguiente correo: **sunarpteacompana@sunarp.gob.pe**.

## **IX. DISPOSICIONES TRANSITORIAS**

- 9.1 Para efectos de la implementación del presente Programa de Acompañamiento Emocional, son de aplicación aquellas normas promulgadas en el Estado de

Emergencia, una vez culminado el Estado de Emergencia sus efectos continuara acorde con las normas generales para la Salud Mental.

**ANEXO N° 01**

**CONSENTIMIENTO**

**PROGRAMA DE ACOMPAÑAMIENTO SOCIAL**

**SUNARP TE ACOMPAÑA: UN TIEMPO PARA DIALOGAR Y CRECER**

Yo, \_\_\_\_\_, con DNI N° \_\_\_\_\_, trabajador de la Sede Central/Zona Registral) \_\_\_\_\_, en la (Oficina/Unidad Orgánica) \_\_\_\_\_, declaro haber recibido información de parte la institución sobre el Programa de Acompañamiento Emocional “Sunarp te acompaña”. Asimismo, manifiesto mi consentimiento de ser contactado por alguno de los psicólogos del programa para tener Sesiones Virtuales Individuales, según lo horarios y canales de comunicación manifestados en mi Ficha de Inscripción.

Lima, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 202\_\_

Firma:

## Ciclo de las Sesiones Virtuales Individuales





### Clasificación de Atención Semáforo de Atenciones

