



# Somos TAB

## PRESENTACIÓN ESTÁNDAR DE MEMORIA Y BALANCE DE ORGANIZACIONES DE LA SOCIEDAD CIVIL

FECU SOCIAL - 2024

Fecha de publicación: 07 de noviembre de 2025

Periodo reportado: 1 de enero al 31 de diciembre de 2024

### 1. Carátula

1.1 Identificación	
a. Nombre de la organización	Fundación SomosTAB
b. RUT de la Organización	65.209.994-7
c. Tipo de Organización	Fundación
d. Relación de Origen	Nace por la necesidad de acompañar a otras personas y familias en entregar un programa estructurado de psicoeducación en los trastornos bipolares para aportar en la recuperación y control de las personas a que tengan una vida más plena, con menos estigma y mayor bienestar, con el fin de manejar y aprender a controlar los episodios del trastorno bipolar.
e. Personalidad Jurídica	Inscripción Nro 326922 de 31-03-2022
f. Domicilio de la sede principal	Av. Transversal uno 833, Pudahuel
g. Representante Legal	Karen Hernández / Rut 12.901.370-2
h. Sitio Web	<a href="http://www.somostab.cl">www.somostab.cl</a>
i. Persona de contacto	Karen Hernández - Directora Ejecutiva <a href="mailto:karen.hernandez@somostab.cl">karen.hernandez@somostab.cl</a>



1.2 Información de la organización	
a. Presidente del Directorio	Karen Hernández / Rut 12.901.370-2
b. Ejecutivo Principal	Karen Hernández - Directora Ejecutiva Rut 12.901.370-2
c. Misión / Visión	<p><b>Misión:</b> Acompañar a las familias a través de los Grupos de Apoyo Mutuo, incentivando el bienestar y psicoeducación sobre los trastornos bipolares, mostrando la realidad de las personas en su autonomía y recuperación para eliminar el estigma en nuestra sociedad.</p> <p><b>Visión:</b> Que los Grupos de Apoyo Mutuo estén presentes en todas las regiones del país y en aquellos lugares del continente donde requieran del aprendizaje de SomosTAB.</p>
d. Área de trabajo	<p><b>Salud</b> Trabajo de acompañamiento y consciencia de enfermedad a través de los GAM. Taller de psicoeducación para toda la comunidad SomosTAB.</p> <p>Programa de adicciones y TAB en personas con comorbilidad de sustancias. Talleres y charlas de psicoeducación en entidades públicas y privadas para eliminar el estigma social.</p>
e. Público objetivo / Usuarios	<p><b>Beneficiarios:</b> Grupo que recibe directamente el apoyo a través de los programas de la fundación.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Personas con Trastorno Afectivo Bipolar (TAB):</b> Que participan en los Grupos de Apoyo Mutuo (GAM).</li> <li>● <b>Familiares y parejas de personas con TAB:</b> Quienes también reciben apoyo a través de GAM específicos para sus necesidades.</li> </ul> <p>Donantes y Colaboradores: Personas y organizaciones que apoyan a la fundación con recursos financieros u otro tipo de colaboración, vitales para su sostenibilidad.</p>
f. Número de trabajadores	0
g. Número de voluntarios	8 voluntarios permanentes





1.3 Gestión					
		2024	2023		
		2024	2023	2024	2023
<b>a. Ingresos Operacionales (M\$)</b>		<b>2.334</b>	<b>557</b>	<b>c. Patrimonio total al cierre del ejercicio (M\$)</b>	<b>360</b>
a.1 Privados (M\$)	Donaciones	2.334	557		46
	Proyectos	0	0	<b>d. Superávit (déficit) del ejercicio (M\$)</b>	<b>314</b>
	Venta de bienes y servicios	0	0		348
	Aportes y cuotas sociales	0	0	<b>e. identificación de las tres principales fuentes de ingreso</b>	Donaciones
	Otros	0	0		Donaciones
a.2 Públicos (M\$)	Subvenciones	0	0	<b>f. Número total de usuarios directos</b>	26
	Proyectos	0	0		20
	Venta de bienes y servicios	0	0	<b>g. Indicador principal de gestión y su resultado</b>	Aumentar la tasa de Donantes en un 30% respecto del año anterior.
<b>b. Aportes Extraordinarios (M\$)</b>		<b>0</b>	<b>0</b>		No Aplica



# Índice

1. Carátula	
1.1 Identificación	01
1.2 Información de la organización	02
1.3 Gestión	03
2. Información general y de contexto	
2.1 Carta del máximo responsable de la organización	05
2.2 Estructura de gobierno	06
2.3 Estructura Operacional	06
2.4 Valores y/o Principios	08
2.5 Principales actividades y proyectos	09
2.6 Identificación e involucramiento con grupos de interés	13
2.7 Prácticas relacionadas con la evaluación y medición de la satisfacción de los usuarios	14
2.8 Participación en redes y coordinación con otros actores	15
2.9 Reclamos o Incidentes	16
2.10 Prácticas de gestión ambiental	17
3. Información de desempeño	
3.1 Objetivos e indicadores de gestión	18
3.2 Indicadores financieros	20
4. Estados Financieros	21
5. Informe de terceros	22
6. Manifestación de responsabilidad de la Dirección	22
ANEXOS	
I. Álbum fotográfico de actividades	23
II. Informe encuesta de satisfacción de la fundación SomosTAB	32
III. Petitorio SomosTAB	40
IV. Informe de Experiencias de personas con TAB	47



## 2. Información general y de contexto

### 2.1 Carta del máximo responsable de la organización

Estimados amigos y colaboradores:

Con gran emoción quisiera compartir con ustedes los logros alcanzados por Fundación SomosTAB durante el año 2024. Un año lleno de desafíos y de avances importantes hacia nuestra misión que es el acompañamiento a cientos de familias, promoviendo la salud mental en la recuperación de condiciones que pueden ser graves como los trastornos bipolares.

La escucha activa que nos caracteriza, hizo darnos cuenta de las necesidades que tienen las personas que viven con esta condición dentro de nuestros Grupos de Apoyo Mutuo (GAM).

Las dificultades y barreras que hemos encontrado en el sistema de salud, la falta de atenciones psiquiátricas y diagnósticos oportunos, interfiriendo así el acceso a medicamentos y tratamiento. También las urgencias psiquiátricas por intentos suicidas que no son atendidas como una situación grave de salud, desestimando la necesidad del paciente de ser derivado a hospitalización. Todo esto nos hizo pensar en que tenemos que ser gestores de cambio para mejorar los derechos de miles de personas con trastorno bipolar. Por esta razón, realizamos una serie de asambleas en donde abordamos problemáticas en el ámbito laboral, académico, sistema de salud, jurídico y de cuidados, comenzando la confección de un petitorio y análisis del mismo.

Estamos muy felices porque durante este año logramos impactar a más de 8.000 personas a través de nuestras distintas actividades, destacando principalmente nuestro programa estructurado de psicoeducación, que cada vez más personas lo recomiendan y ha recibido reconocimiento dentro de la comunidad. Sin embargo, no contamos con financiamiento aún lo que nos ha limitado en avances importantes para continuar con nuestra misión.

Agradezco profundamente el apoyo continuo de nuestros socios donantes, voluntarios y patrocinadores, sin ellos nuestro trabajo no sería posible y miramos el próximo año con optimismo y compromiso para seguir marcando la diferencia en la vida de cientos de familias en todo Chile.

Karen Hernández

Presidenta y fundadora, Fundación SomosTAB



## 2.2 Estructura de Gobierno

El Directorio de la Fundación está actualmente conformado por sus miembros fundadores, quienes han mantenido una participación permanente desde la creación de la institución. Los cargos directivos —Presidente, Secretario y Tesorero— han sido designados por acuerdo común entre los fundadores, manteniéndose sin modificaciones durante el período en revisión.

Si bien la continuidad de los fundadores ha contribuido a asegurar la estabilidad, coherencia y consolidación de la gestión institucional, se reconoce la importancia de establecer, a futuro, mecanismos formales de elección y renovación periódica de cargos.

En este sentido, la Fundación proyecta desarrollar planes de sucesión y criterios de relevo, que garanticen la continuidad de la misión institucional, la incorporación de nuevas miradas y la sostenibilidad del gobierno corporativo a largo plazo.

Directorio		
Nombre	RUT	Cargo
Karen Hernández	12.901.370-2	Presidenta
Claudio Salvo	10.123.412-6	Tesorero
Pablo Valenzuela	11.948.447-2	Secretario

## 2.3 Estructura Operacional

Karen Hernández - Presidencia y Dirección Ejecutiva: Liderar la Fundación, establecer la visión estratégica y asegurar el cumplimiento de la misión. Representación legal e institucional de SomosTAB. Supervisar la coordinación general de los Grupos de Apoyo Mutuo (GAM) y la psicoeducación familiar. Establecer relaciones clave con stakeholders. Responsable de la rendición de cuentas y la sostenibilidad a largo plazo.

Thomas Hofman - Coordinador Clínico y de Psicoeducación: Diseñar y supervisar el programa estructurado de psicoeducación. Coordinar y formar a los profesionales que imparten charlas y talleres. Liderar la estrategia de intervención e investigación en salud mental. Mantenerse actualizado sobre las mejores prácticas clínicas en TAB.

Jessica Vasquez - Encargada de Gestión Inclusión Laboral: Liderar el diseño e implementación de programas de apoyo para la inserción y desarrollo laboral de personas con TAB. Esto incluye impartir charlas sobre cómo enfrentar entrevistas laborales, Asesorar en la mejora de CVs, realizar presentaciones a OTec y coordinar charlas para empresas. También es responsable de la administración del perfil de LinkedIn de la Fundación, buscando activamente oportunidades de colaboración y la creación de propuestas con empresas y otras instituciones para promover la inclusión laboral.



Camila Huilipan - Coordinadora de Proyectos: Liderar la planificación, ejecución y seguimiento de proyectos puntuales, como la postulación a fondos concursables, la organización de eventos o iniciativas especiales.

Nicole Salvatierra - Coordinadora de Comunicaciones Digitales: Gestionar y ejecutar la estrategia de comunicación en redes sociales. Crear y programar publicaciones (posts, stories, reels). Monitorear métricas de redes sociales y engagement. Diseñar campañas digitales. Gestionar la relación con la prensa y la difusión de la Fundación.

Osvaldo Valenzuela - Coordinador de Intervención e Investigación: Liderar proyectos de intervención directa y de investigación en el ámbito del TAB. Analizar datos cualitativos y cuantitativos para entender las necesidades de los pacientes. Colaborar en la creación de materiales basados en evidencia.

Gabriel Villegas - Encargado de Vinculación Legislativa: Asesorar en la elaboración de petitorios a autoridades y en la defensa de los derechos de las personas con TAB.

Camila Aguilar - Coordinadora de Administración y Soporte Contable: Gestionar las operaciones administrativas diarias, incluyendo la organización de archivos, encargada de cuenta de contacto y el soporte general al equipo. Encargada del registro y la trazabilidad de ingresos y egresos en Google Sheets, y la conciliación de datos financieros.

Roxana Dalmazzo - Coordinadora de Voluntariado: Captar, integrar, capacitar y retener a los voluntarios. Asignar tareas y asegurar el seguimiento de su desempeño. Fomentar el sentido de pertenencia y la comunicación dentro del equipo de voluntarios. (Rol a retomar una vez ordenada la estructura interna).





## 2.4 Valores y/o Principios

Fundación SomosTAB nace con el propósito de crear espacios de encuentro para fortalecer la visibilidad de los trastornos bipolares en nuestro país y parte desde la premisa en el avance hacia una sociedad más inclusiva y menos estigmatizante, haciendo todo esto posible si trabajamos en conjunto con la comunidad.

Con varios años de experiencia en la implementación de conocimientos de los trastornos anímicos y ya desde el año 2022 que nos conformamos como fundación, hemos realizado acciones que construyen a la entrega de herramientas y desarrollar nuevas oportunidades de entendimiento en las organizaciones sociales y particulares.

Actualmente, tenemos una red de apoyo para 654 personas que son parte de los Grupos de Apoyo Mutuo y que nos permite impulsar acciones de salud mental, promoviendo el bienestar anímico y apoyo comunitario como parte esencial del desarrollo social. Desde esta perspectiva los valores que más nos representan son:

**Psicoeducación:** La psicoeducación como tratamiento conjunto ha mostrado resultados alentadores, los estudios demuestran que la psicoeducación aumenta la adherencia a la medicación y otros elementos del tratamiento y reduce el tiempo que se pasa en episodios maníacos, hipomaníacos, mixtos y depresivos. Mejoras de larga duración en las tasas globales de recaída y tiempo pasado enfermo. También se ha demostrado disminución de la readmisión hospitalaria y el número de días de hospitalización. Para SomosTAB es fundamental que dentro de la prescripción médica exista la psicoeducación y que complete el tratamiento del paciente.

**Integración:** Creamos un espacio donde todas las personas, independientemente de su condición, se sientan parte de una comunidad. En el contexto de los trastornos bipolares, esto implica promover la inclusión, eliminar estigmas y fomentar la colaboración entre pacientes, familiares y profesionales para que cada uno pueda contribuir y sentirse apoyado.

**Autonomía:** Tener el derecho y la capacidad de las personas para tomar decisiones sobre su propia vida y tratamiento. En nuestra fundación, valoramos que quienes enfrentan el trastorno bipolar puedan aprender a gestionar su salud, desarrollar habilidades y confiar en su propio juicio, promoviendo así una mayor independencia y control sobre su bienestar.

**Bienestar:** Conseguir un estado de equilibrio emocional, físico y mental que buscamos para todos nuestros integrantes. Nos esforzamos en ofrecer recursos, apoyo y orientación que ayuden a las personas a alcanzar una vida plena, con estabilidad y calidad, promoviendo hábitos saludables y una actitud positiva.

**Solidaridad:** La solidaridad implica estar presentes y apoyar a quienes enfrentan desafíos en su salud mental. En nuestra fundación, creemos en la importancia de acompañar, escuchar y brindar ayuda mutua, fortaleciendo la red de apoyo y mostrando que no están solos en su camino.

**Empatía:** Tener la capacidad de entender y compartir los sentimientos de los demás, verse reflejados en un par para poder ayudarse mutuamente. Para nosotros, es fundamental ponerse en el lugar de





quienes viven con trastorno bipolar y sus familias, comprender sus experiencias y ofrecer un apoyo sensible y respetuoso, fomentando relaciones humanas sinceras y de confianza.

Compromiso: Tener la dedicación constante para mejorar la calidad de vida de las personas con trastorno bipolar. Nos comprometemos a trabajar con pasión, responsabilidad y perseverancia, buscando siempre nuevas formas de apoyar, educar y crear conciencia sobre la salud mental.

## 2.5 Principales actividades y proyectos

### 1. Actividades:

Nombre de la Actividad	1.1 Programa Ambulatorio en Adicciones y Trastorno Bipolar
Fecha de la Actividad	Programa en funcionamiento continuo durante. Inicio: 12 de febrero de 2024. Término: 12 de septiembre 2024
Pagada/ Gratuita	Gratuito
Público Objetivo / Usuarios	Personas con diagnóstico de trastorno bipolar y adicciones
Objetivo de la Actividad	<p>Es un plan terapéutico comunitario que surge en el marco del trabajo de la Fundación SomosTAB. El proyecto busca responder a una necesidad observada en la población atendida: la presencia simultánea de consumo de sustancias psicoactivas (alcohol, cannabis, cocaína), lo que genera una condición de patología dual que complejiza el tratamiento y la adherencia terapéutica.</p> <p>El programa está diseñado bajo un enfoque comunitario, integrando el trabajo grupal diferenciado por sexo (mujeres y hombres) y la participación familiar, promoviendo la corresponsabilidad y el fortalecimiento de redes de apoyo para la prevención de recaídas y la creación de conciencia de enfermedad.</p> <p>El objetivo del programa es brindar un espacio terapéutico grupal, seguro y especializado para personas con diagnóstico de trastorno bipolar y adicciones, que permita acompañar procesos de rehabilitación, promover la estabilidad emocional, fortalecer la adherencia al tratamiento psiquiátrico y prevenir recaídas, en un contexto de tratamiento ambulatorio y accesible a nivel nacional.</p> <p>Nuestro foco específico es el siguiente: Promover la comprensión del trastorno bipolar y la adicción como enfermedades tratables y manejables. Desarrollar habilidades de afrontamiento y regulación emocional ante situaciones de riesgo. Reforzar la adherencia al tratamiento médico y psicológico. Favorecer la participación de las familias mediante talleres psicoeducativos conjuntos. Fortalecer la red comunitaria de apoyo y autocuidado entre los participantes.</p>
Número de usuarios directos alcanzados	<p>20 personas</p> <p>Grupo de mujeres: martes y jueves a las 19:00 hrs. (10 pacientes)</p> <p>Grupo de hombres: martes y jueves a las 20:00 hrs. (10 pacientes)</p> <p>Separación por género entre hombre y mujeres para facilitar la expresión emocional y el abordaje de temáticas diferenciadas.</p> <p>Formato grupal para potenciar el apoyo entre pares, romper el aislamiento y construir un sentido de comunidad terapéutica.</p>



	<p><b>FRECUENCIA Y DURACIÓN:</b>          Dos sesiones semanales por grupo, con una duración de 60 minutos cada una.          Programa en funcionamiento continuo durante 46 semanas (Inicio: 2 /1/24 - Término: 7/12/24)          Componentes diferenciados por grupo          A. Grupo de mujeres          Enfocado en autoestima, estigma, roles familiares, vínculos afectivos y propósito de vida. Promueve la autonomía emocional y la reconstrucción de redes de apoyo saludables.          B. Grupo de hombres          Aborda el estigma, el propósito de vida, la impulsividad, la masculinidad tradicional y la responsabilidad personal.          Favorece la expresión emocional y la empatía como factores protectores.</p>
<b>Actividades realizadas</b>	<p><b>Participación familiar y comunitaria</b></p> <p>Frecuencia: un encuentro mensual</p> <p>Modalidad: Talleres psicoeducativos y sesiones multifamiliares.</p> <p>Temas sugeridos:</p> <p>Comprendiendo el trastorno bipolar y la adicción.</p> <p>Factores de riesgos, síntomas prodrómicos</p> <p>Comunicación asertiva y manejo de conflictos familiares.</p> <p>Estrategias para acompañar sin controlar.</p> <p>Prevención de recaídas desde el hogar.</p> <p>Proyecto familiar de autocuidado y apoyo mutuo.</p> <p><b>Evaluación del programa</b></p> <p>Inicial: Entrevista individual, ficha clínica y escala de motivación al cambio.</p> <p>Mensual: Seguimiento de consumo, adherencia, estabilidad emocional y participación.</p> <p>Final: Evaluación de logro de objetivos, percepción familiar y plan de continuidad terapéutica.</p> <p><b>Temáticas abordadas:</b></p> <p>Psicoeducación sobre la patología dual: comprender la interacción entre el trastorno bipolar y la adicción.</p> <p>Reconocimiento temprano de síntomas de descompensación o recaída.</p> <p>Regulación emocional y habilidades de afrontamiento.</p> <p>Adherencia al tratamiento médico y terapéutico.</p> <p>Red de apoyo y vínculos sanos.</p> <p>Autoestima, sentido de vida y proyecto en recuperación.</p>



Estigma, identidad y empoderamiento en salud mental.

#### **Resultados esperados**

Mejor adherencia al tratamiento psiquiátrico y continuidad en controles médicos.

Disminución progresiva del consumo y prevención de recaídas.

Mayor comprensión y gestión del trastorno bipolar.

Reducción de la impulsividad y de conductas autodestructivas.

Fortalecimiento del autoconocimiento, el autocuidado y la autonomía.

Vinculación con otros dispositivos de apoyo cuando corresponda.

#### **Medidas de Contención y Seguimiento Inter-sesiones**

Dado que el presente programa tiene un carácter ambulatorio y comunitario, se implementan medidas de contención y acompañamiento terapéutico durante los periodos entre sesiones (inter-consultas), con el fin de mantener la estabilidad emocional, prevenir recaídas y fortalecer la adherencia al tratamiento.

Estas medidas buscan sostener el vínculo terapéutico y la red de apoyo cotidiana del participante, especialmente durante los momentos de vulnerabilidad o riesgo.

Estrategias de contención y acompañamiento

Seguimiento cotidiano a través de mensajería instantánea (WhatsApp):

Cada participante será incorporado a un grupo de comunicación institucional moderado por el equipo terapéutico.

El contacto diario (mensajes breves o emojis de “estado emocional”) permitirá detectar variaciones anímicas, consumo o crisis incipientes.

En caso de señales de alerta, el terapeuta responsable realizará contacto directo para evaluar la necesidad de atención inmediata o derivación.

#### **Registro personal de estado de ánimo y consumo:**

Cada usuario llevará un registro de ánimo, confeccionado por la Fundación Somostaba (diario y con revisión semanal) de su estado anímico, emocional, sueño, adherencia al tratamiento y episodios de consumo. Este registro se revisará en sesión grupal según corresponda.

#### **Solicitud de permisos para salidas o actividades externas:**

Durante los primeros meses del programa, los participantes deberán comunicar y justificar las salidas prolongadas o cambios de rutina que puedan interferir con la asistencia y el tratamiento.

El objetivo no es restringir, sino promover la responsabilidad y la planificación consciente, fortaleciendo el autocontrol y la prevención de recaídas.

#### **Coordinación con la familia o red de apoyo:**

Los familiares o acompañantes recibirán pautas claras sobre cómo actuar ante señales de riesgo, cambios conductuales o ausencias injustificadas.



	<p>Se fomentará el contacto telefónico o digital con el profesional terapéutico para mantener un circuito de información confiable.</p> <p><b>Intervención en crisis y derivaciones:</b></p> <p>En caso de crisis aguda (riesgo autolesivo, descompensación maníaca o episodios mixtos), se activará el protocolo de emergencia establecido por la Fundación, priorizando la derivación inmediata a atención médica.</p> <p>Una vez estabilizada la situación, se realizará reintegración progresiva al programa, con ajustes en el plan individual.</p> <p><b>Análisis Clínico y Estrategias para la Prevención de Recaídas</b></p> <p>Incluye el fundamento teórico, fases del trabajo clínico, estrategias concretas y herramientas grupales y familiares.</p>
<b>Lugar Geográfico</b>	Modalidad Online

<b>Nombre de la Actividad</b>	<b>Taller de Psicoeducación Familiar en los Trastornos Bipolares</b>
<b>Fecha de la Actividad</b>	Cada Lunes, durante el 2024 Duración del taller 2 horas
<b>Pagada/ Gratuita</b>	Gratuita
<b>Público Objetivo / Usuarios</b>	Personas con diagnóstico de trastorno afectivo bipolar en tratamiento médico
<b>Objetivo de la Actividad</b>	<p>Programa exclusivo de la Fundación SomosTAB, diseñado para personas diagnosticadas con Trastorno Afectivo Bipolar (TAB) que se encuentran actualmente en tratamiento médico y buscan mejorar su comprensión, manejo y pronóstico de la enfermedad.</p> <p>El programa se basa en el modelo desarrollado por los psiquiatras Francesc Colom y Eduard Vieta, pioneros en la psicoeducación estructurada para el TAB, y cuenta con amplia evidencia científica que demuestra que la combinación de farmacoterapia y psicoeducación reduce significativamente las recaídas, mejora la adherencia al tratamiento y promueve una vida más estable y funcional.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Brindar información científica y accesible sobre el Trastorno Bipolar, sus causas, síntomas, curso y tratamiento.</li> <li>2. Fortalecer la conciencia de enfermedad, promoviendo la identificación temprana de señales de recaída.</li> <li>3. Favorecer la adherencia al tratamiento médico y la comprensión de la importancia de la medicación.</li> <li>4. Desarrollar habilidades de autocuidado que faciliten la estabilidad emocional y la mantención de la eutimia.</li> </ol>



	<ol style="list-style-type: none"><li>5. Promover la participación activa de la familia y redes de apoyo, fortaleciendo el entorno terapéutico del paciente.</li><li>6. Reducir el estigma y el autoestigma, generando espacios de confianza, respeto y empoderamiento.</li><li>7. Mejorar la calidad de vida y funcionalidad a través del desarrollo de rutinas, hábitos saludables y estrategias de afrontamiento.</li></ol>
Número de usuarios directos alcanzados	1.200 personas
Actividades realizadas	<p>Fundación SomosTAB ofrece un <b>Taller de Psicoeducación Familiar de 2 horas</b>, completamente gratuito y abierto a toda la comunidad, con el objetivo de acompañar y orientar a familias que conviven con el Trastorno Bipolar. Esta actividad es impartida por un equipo especializado compuesto por un <b>psicólogo clínico</b>, un <b>terapeuta en adicciones</b> y profesionales expertos en la psicoeducación de los trastornos del ánimo.</p> <p>El taller está diseñado para brindar información clara, accesible y basada en evidencia, a la vez que acoge las experiencias y dudas de los participantes. Su propósito central es fortalecer las competencias familiares, mejorar la comprensión del trastorno y promover dinámicas de apoyo más sanas y efectivas en el hogar.</p> <p>El impacto del taller en las familias:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Comprender qué es el Trastorno Bipolar</li></ol> <p>Las familias reciben información actualizada sobre:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Cómo se manifiesta el trastorno.</li><li>• Sus síntomas característicos.</li><li>• Las diferencias entre los tipos de trastorno bipolar.</li><li>• El curso habitual de la enfermedad y sus fluctuaciones anímicas.</li></ul> <p>Este conocimiento permite disminuir la incertidumbre y comprender que el trastorno es una condición médica, tratable y manejable.</p> <ol style="list-style-type: none"><li>2. Abordar el impacto emocional del diagnóstico</li></ol> <p>Se profundiza en cómo el diagnóstico afecta no solo a la persona, sino también a su entorno.</p> <p>El taller explora:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Reacciones emocionales comunes en las familias.</li><li>• Sentimientos de culpa, frustración o miedo.</li><li>• El rol que juega la familia durante las crisis y en momentos de estabilidad.</li></ul> <p>Esto crea un espacio para validar emociones y normalizar experiencias compartidas.</p> <ol style="list-style-type: none"><li>3. Comprender el rol del tratamiento</li></ol>



Los profesionales explican de forma clara:

- La importancia del tratamiento farmacológico y la adherencia.
- El rol del acompañamiento psicológico.
- Señales de alerta de descompensación.
- Qué hacer y cómo actuar ante una crisis.

El objetivo es empoderar a las familias para apoyar sin sobrecargarse.

#### 4. Factores de riesgo y factores protectores

Se revisan los elementos que pueden influir en la evolución del trastorno:

- Rutinas, hábitos y estilo de vida.
- Consumo de alcohol y drogas.
- Estrés familiar y ambiental.
- Redes de apoyo y autocuidado.

El terapeuta en adicciones aporta herramientas para comprender el riesgo del consumo en personas con trastornos del ánimo.

#### 5. Estrategias de comunicación y convivencia

El taller entrega recomendaciones prácticas para mejorar la dinámica en el hogar:

- Comunicación empática y efectiva.
- Límites saludables.
- Acompañamiento sin sobreprotección.
- Manejo de conflictos.

Estas herramientas ayudan a fortalecer la convivencia familiar y disminuir tensiones innecesarias.

#### 6. Reducción del estigma y comprensión más humana

Se trabaja activamente en:

- Derribar mitos sobre el trastorno bipolar.
- Comprender que las personas pueden tener vidas plenas y funcionales.
- Fomentar actitudes de apoyo respetuoso y sin prejuicios.

Esto permite transformar la mirada familiar hacia una más comprensiva y compasiva.

#### 7. Espacio de preguntas y acompañamiento





	<p>Al finalizar, se abre un espacio seguro para que las familias:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Planteen dudas personales.</li> <li>• Compartan experiencias.</li> <li>• Reciban orientación profesional ajustada a sus inquietudes.</li> </ul> <p>Este cierre permite que cada familia se lleve claridad y herramientas aplicables a su propia realidad.</p> <p>En conjunto, este taller ofrece:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Contención emocional.</li> <li>• Educación clara y especializada.</li> <li>• Estrategias prácticas para el día a día.</li> <li>• Mayor comprensión del trastorno.</li> <li>• Fortalecimiento del rol familiar como red de apoyo.</li> </ul>
<b>Lugar Geográfico</b>	On line

<b>Nombre de la Actividad</b>	<b>1.2. Charla de Psicoeducación sobre Trastorno Bipolar – Komatsu Chile</b>
<b>Fecha de la Actividad</b>	30 de julio de 2024
<b>Pagada/ Gratuita</b>	Gratuita
<b>Público Objetivo / Usuarios</b>	Equipo de Inclusión Laboral y Recursos Humanos de la empresa Komatsu Chile.
<b>Objetivo de la Actividad</b>	<p>Objetivos de la Charla de Sensibilización y Psicoeducación sobre Trastorno Bipolar</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sensibilizar sobre el Trastorno Bipolar y su impacto en la vida laboral</li> </ol> <p>Generar una comprensión profunda y actualizada sobre qué es el Trastorno Bipolar, cómo se manifiesta y cómo influye —positiva o negativamente— en el desempeño laboral cuando no existe un acompañamiento adecuado.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Reducir estigmas y creencias erróneas asociadas al diagnóstico</li> </ol> <p>Desmitificar ideas preconcebidas, prejuicios y estereotipos que históricamente han afectado a las personas con Trastorno Bipolar, promoviendo una visión respetuosa, informada y centrada en la persona.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Entregar herramientas para una gestión laboral inclusiva</li> </ol> <p>Proporcionar orientaciones prácticas para apoyar a colaboradores con Trastorno Bipolar, considerando políticas de inclusión, comunicación efectiva, ajustes razonables y</p>



	<p>acompañamiento desde el liderazgo.</p> <p>4. Explicar la importancia del diagnóstico y tratamiento oportuno</p> <p>Profundizar en cómo el diagnóstico temprano, el tratamiento farmacológico y el acompañamiento psicológico favorecen la estabilidad emocional, el bienestar y el buen desempeño laboral.</p> <p>5. Fortalecer una cultura organizacional inclusiva y sin discriminación</p> <p>Impulsar prácticas que fomenten un entorno de trabajo seguro, empático y libre de estigmas, promoviendo la diversidad y el bienestar mental como pilares de una cultura laboral saludable.</p> <p>6. Promover el diálogo y la reflexión dentro de los equipos</p> <p>Abrir un espacio de conversación donde los participantes pudieran expresar dudas, inquietudes y experiencias, favoreciendo un aprendizaje colectivo y una mayor cohesión en torno a la temática.</p> <p>7. Apoyar la toma de decisiones en políticas internas de inclusión y salud mental</p> <p>Entregar información técnica y humana que contribuya al diseño de acciones, protocolos y estrategias organizacionales que mejoren la inclusión y el bienestar de todos los colaboradores.</p>
<b>Número de usuarios directos alcanzados</b>	15 personas
<b>Actividades realizadas</b>	<p>Se llevó a cabo una charla de sensibilización y psicoeducación sobre el Trastorno Bipolar dirigida al equipo de Inclusión Laboral y Recursos Humanos de Komatsu Chile, en una jornada que reunió a 60 participantes de distintas áreas de la organización. Esta instancia tuvo como eje central reflexionar sobre el estigma asociado a los trastornos bipolares y promover una comprensión más amplia, humana y responsable de esta condición de salud mental.</p> <p>Durante la sesión, se abordó en profundidad la importancia del diagnóstico oportuno como una herramienta clave para mejorar la calidad de vida de las personas. Se explicó cómo la identificación temprana de los síntomas facilita un tratamiento adecuado, previene crisis y permite a cada individuo desarrollar estrategias para mantener su estabilidad emocional.</p> <p>Asimismo, se revisó el rol complementario del tratamiento farmacológico y psicológico, destacando que ambos son pilares fundamentales en la búsqueda de estabilidad anímica. Se enfatizó la relevancia de la adherencia al tratamiento, el acompañamiento profesional continuo y la importancia de contar con redes de apoyo tanto en el entorno personal como laboral.</p> <p>Otro de los aspectos centrales de la charla fue la promoción de buenas prácticas al interior de las organizaciones. Se entregaron herramientas para fortalecer ambientes laborales inclusivos, informados y sensibles a las necesidades de colaboradores que conviven con trastornos del ánimo. Entre ellas, se mencionaron la comunicación respetuosa, la confidencialidad, la flexibilidad laboral en momentos críticos y la creación de espacios seguros donde los trabajadores puedan expresar sus necesidades sin temor a discriminación.</p> <p>La actividad también abrió espacio para un diálogo cercano y enriquecedor, donde los</p>



participantes pudieron plantear dudas, compartir reflexiones y profundizar en los desafíos que aún persisten en torno a la salud mental en el ámbito laboral. El interés demostrado evidenció un compromiso genuino por avanzar hacia una cultura organizacional más inclusiva, consciente y libre de estigmas, donde cada persona pueda desarrollarse plenamente.

En conjunto, esta instancia reafirmó la importancia del trabajo colaborativo entre organizaciones y especialistas para impulsar cambios significativos en la forma en que se aborda la salud mental en el trabajo, promoviendo entornos que valoren la diversidad y el bienestar integral de sus equipos.

Esta charla tuvo su origen a partir del interés directo del Equipo de Inclusión Laboral y de Recursos Humanos de Komatsu Chile, quienes se contactaron con la Fundación SomosTAB con el propósito de comprender en mayor profundidad cómo se vive y se gestiona el Trastorno Bipolar en el ámbito laboral. La empresa buscaba fortalecer sus políticas internas de inclusión y contar con herramientas técnicas y humanas que les permitieran acompañar de manera efectiva a colaboradores que presentan esta condición, así como sensibilizar al resto de los equipos para reducir estigmas y promover entornos de trabajo más empáticos.

Atendiendo a esta necesidad, la Fundación SomosTAB diseñó una jornada de sensibilización y psicoeducación especialmente orientada a los contextos laborales, reuniendo a un grupo de 60 participantes de distintas áreas. La actividad se desarrolló con una mirada integral, que buscó no solo entregar información clínica, sino también abrir espacios de reflexión sobre los prejuicios que históricamente han rodeado a los trastornos bipolares.

Durante la sesión, se profundizó en la importancia del diagnóstico oportuno como un elemento clave para el bienestar y el desempeño laboral de las personas. Se abordó cómo la detección temprana permite recibir el tratamiento adecuado, reducir riesgos asociados a la desestabilización emocional y favorecer trayectorias laborales más estables y satisfactorias.

Asimismo, se explicó el rol complementario del tratamiento farmacológico y psicológico, destacando la relevancia de la adherencia terapéutica, el control profesional continuo y el apoyo en los distintos entornos donde la persona se desenvuelve. Se hizo especial hincapié en que el Trastorno Bipolar, tratado adecuadamente, no impide el desarrollo laboral pleno; por el contrario, muchas personas pueden desempeñarse satisfactoriamente cuando cuentan con condiciones favorables y con un entorno que comprenda sus procesos.

Otro eje central de la charla fue la exposición de buenas prácticas de inclusión en espacios laborales. Se entregaron orientaciones concretas para equipos de liderazgo, reclutamiento y bienestar, tales como la importancia de la confidencialidad, la comunicación respetuosa, la flexibilidad en momentos de crisis, el acompañamiento empático y la creación de culturas internas libres de estigma y discriminación.

La jornada culminó con un espacio de diálogo abierto, donde los participantes manifestaron su interés y compromiso por seguir fortaleciendo una cultura organizacional más informada, inclusiva y consciente respecto de la salud mental. Las preguntas y comentarios surgidos reflejaron una genuina disposición a comprender la experiencia de las personas con Trastorno Bipolar y a implementar prácticas que favorezcan tanto su inclusión como su bienestar.

En conjunto, esta instancia no solo permitió aclarar dudas y derribar mitos, sino que también reafirmó la importancia del trabajo colaborativo entre empresas y organizaciones especializadas para avanzar hacia entornos laborales que valoren la diversidad, promuevan la salud mental y se construyan desde el respeto y la empatía.



Lugar Geográfico	Online
------------------	--------

Nombre de la Actividad	1.3. Charla psicoeducación Universidad Adolfo Ibáñez
Fecha de la Actividad	23 octubre 2024
Pagada/ Gratuita	Pagada
Público Objetivo / Usuarios	Estudiantes de la universidad
Objetivo de la Actividad	<p>En el marco del Mes de la Salud Mental, la Fundación SomosTAB ofreció una charla dirigida a estudiantes de la Universidad Adolfo Ibáñez con el propósito de <b>concientizar y psicoeducar sobre los Trastornos Bipolares</b>, abordando la temática desde una mirada humana, técnica y actualizada.</p> <p>La actividad tuvo como objetivo principal <b>sensibilizar a los estudiantes</b> respecto a la realidad de vivir con un trastorno bipolar, iniciando con un testimonio en primera persona que permitió comprender de manera cercana cómo se vive el proceso de diagnóstico, tanto a nivel individual como dentro del contexto familiar. Este relato abrió la conversación hacia la importancia del acompañamiento, la detección temprana y el impacto emocional que implica recibir un diagnóstico de este tipo.</p> <p>Los objetivos específicos fueron:</p> <p><b>Concientizar a los estudiantes sobre los Trastornos Bipolares</b> Brindar información clara y actualizada que permita comprender qué es el trastorno bipolar, cómo se manifiesta y cuál es su impacto en la vida cotidiana y académica.</p> <p><b>Psicoeducar sobre síntomas, tipos y factores asociados</b> Entregar contenidos fundamentales sobre los síntomas, los distintos tipos de trastorno bipolar, y los factores de riesgo y protectores que influyen en su desarrollo y evolución.</p> <p><b>Reducir el estigma asociado a los trastornos del ánimo</b> Desmitificar creencias erróneas y derribar prejuicios mediante información profesional y un enfoque humano que fomente el respeto y la empatía.</p> <p><b>Aproximar la experiencia del diagnóstico desde una mirada personal y familiar</b> Introducir la temática desde un testimonio en primera persona para acercar la comprensión emocional del proceso de diagnóstico y de cómo este afecta también al entorno familiar.</p> <p><b>Promover una cultura universitaria informada y respetuosa en salud mental</b> Fomentar actitudes de apoyo, sensibilización y apertura entre los estudiantes, fortaleciendo el bienestar emocional y el cuidado de la salud mental dentro de la comunidad educativa.</p>
Número de usuarios	52 personas



directos alcanzados	
Actividades realizadas	<p>La charla impartida a la comunidad estudiantil de la Universidad Adolfo Ibáñez, en el marco del Mes de la Salud Mental, tuvo como propósito acercar de manera humana y formativa la realidad de los Trastornos Bipolares.</p> <p>La actividad comenzó con un testimonio en primera persona, donde se compartió la experiencia de vivir el proceso de diagnóstico y los cambios que este implica tanto para la persona como para su familia. Este relato permitió que los estudiantes comprendieran el impacto emocional, la incertidumbre y los desafíos que se enfrentan en las etapas iniciales del trastorno, generando un espacio de empatía y reflexión.</p> <p>Posteriormente, el psicólogo clínico de la Fundación abordó el tema del <b>estigma asociado al Trastorno Bipolar</b>, explicando cómo los prejuicios y la desinformación pueden afectar el bienestar, el acceso a tratamiento y la integración social de quienes viven con esta condición. Se discutieron las ideas erróneas más comunes y la importancia de promover entornos respetuosos y libres de discriminación.</p> <p>La segunda parte de la charla estuvo enfocada en contenidos de <b>psicoeducación</b>, incluyendo una descripción clara de los síntomas, los distintos tipos de Trastorno Bipolar y los factores de riesgo y protectores que influyen en su desarrollo y evolución. Esta sección permite entregar a los estudiantes información práctica para identificar señales tempranas, comprender la relevancia del tratamiento y reconocer la importancia del apoyo comunitario.</p> <p>En conjunto, la actividad combinó experiencia personal, evidencia clínica y herramientas educativas, contribuyendo a fortalecer la sensibilización y el conocimiento sobre salud mental dentro de la comunidad universitaria.</p> <p>Esta instancia fortaleció el compromiso de la universidad y de la Fundación SomosTAB con la promoción de la salud mental, invitando a los estudiantes a construir espacios más informados, respetuosos y libres de estigmas.</p>
Lugar Geográfico	Facultad ubicada en Peñalolén

Nombre de la Actividad	<b>1.4. Reunión Voluntariado</b>
Fecha de la Actividad	24 agosto 2024
Pagada/ Gratuita	Gratuita
Público Objetivo / Usuarios	Voluntarios que participan activamente en la organización.
Objetivo de la Actividad	Nutrir el motor interno de la Fundación, asegurando que el equipo de voluntarios esté cohesionado, motivado y perfectamente alineado para cumplir con la misión social de la organización.
Número de usuarios directos alcanzados	12 personas
Actividades realizadas	<p>Actividades grupales con el objeto de:</p> <p><b>Crear y reforzar el vínculo personal:</b> Permitir que los voluntarios se conozcan más allá de las tareas específicas, humanizando la colaboración.</p> <p><b>Fomentar la pertenencia:</b> Hacer que los voluntarios se sientan parte activa y valorada de un equipo, lo que incrementa el compromiso y la moral.</p> <p><b>Generar un clima laboral positivo:</b> Las actividades lúdicas o de compartir ayudaron a</p>



	reducir el estrés y a construir un ambiente de apoyo mutuo, lo cual es vital en organizaciones que trabajan con temas de salud mental.
<b>Lugar Geográfico</b>	Doctor johow 411, ñuñoa.

<b>Nombre de la Actividad</b>	<b>1.5 Petitorio SomosTab</b>
<b>Fecha de la Actividad</b>	Durante el 2024
<b>Pagada/ Gratuita</b>	Gratuita
<b>Público Objetivo / Usuarios</b>	Personas con diagnóstico de trastorno afectivo bipolar.
<b>Objetivo de la Actividad</b>	Visibilizar el resultado obtenido del proceso de participación ciudadana realizado el año anterior, realizando jornadas que buscaron reflexionar sobre los derechos que poseen las personas con bipolaridad y su estado actual en distintas instancias de la vida cotidiana, tales como sistema de salud, trabajo, educación, entre otros.
<b>Número de usuarios directos alcanzados</b>	El informe de experiencias representó a 572 personas.
<b>Actividades realizadas</b>	<p>Luego del trabajo realizado el año 2023, recopilando información sobre las problemáticas que aquejan a las personas con bipolaridad y sus cuidadores, el año 2024 se llevó a cabo la sistematización del proceso y se recopiló experiencias de los usuarios de la fundación en torno a los distintos puntos que el petitorio aborda, información que fue compartida a la comunidad SomosTAB.</p> <p>Lo anterior, dio como resultado dos informes en los cuales se presenta lo sistematizado a partir de las asambleas desarrolladas y las experiencias aportadas de los usuarios a través de un proceso de reflexión crítico en los distintos ámbitos. Para más detalle ver (Anexo III "Petitorio SomosTAB" y Anexo IV "Informe de Experiencias de Personas con TAB")</p>
<b>Lugar Geográfico</b>	Online

<b>Nombre de la Actividad</b>	<b>1.6 Conversatorio de Neuro Divergencias y Trastorno Afectivo Bipolar (TAB)</b>
<b>Fecha de la Actividad</b>	23/11/2024
<b>Pagada/ Gratuita</b>	Gratuita
<b>Público Objetivo / Usuarios</b>	Personas con diagnóstico de trastorno afectivo bipolar.
<b>Objetivo de la Actividad</b>	Abrir un espacio de diálogo seguro y formal para discutir temas de salud mental y neurodivergencias, ayudando a reducir el estigma asociado a ambas condiciones.
<b>Número de usuarios directos alcanzados</b>	30 personas aproximadamente.
<b>Actividades realizadas</b>	En el ámbito de la psicoeducación, se realizó un Conversatorio de Neuro Divergencias y Trastorno Afectivo Bipolar (TAB) en el Centro Cultural de la Municipalidad de Lo Prado, fortaleciendo la colaboración con entidades municipales.
<b>Lugar Geográfico</b>	Centro Cultural de la Municipalidad de Lo Prado





Nombre de la Actividad	1.7 Otras actividades
Fecha de la Actividad	Durante el 2024
Pagada/ Gratuita	Gratuita
Público Objetivo / Usuarios	Personas con diagnóstico de trastorno afectivo bipolar.
Objetivo de la Actividad	Visibilización, la sensibilización, la educación y la defensa de derechos relacionados con el Trastorno Afectivo Bipolar (TAB) y la salud mental en general.
Número de usuarios directos alcanzados	11,1 mill usuarios que siguen las redes sociales de SomosTab.
Actividades realizadas	<p>Durante el ejercicio 2024, la Fundación SomosTAB amplió su alcance e impacto a través de una serie de iniciativas de visibilización.</p> <p>La presencia en medios digitales y tradicionales fue constante, con la realización de lives a través de Instagram, para discutir la bipolaridad en Instagram y una participación destacada en un programa de televisión abierta ("Ahora Caigo") para visibilizar el TAB a nivel nacional. Además, se adaptaron conversatorios a formato podcast, editándose como episodios en Spotify para abordar temas sensibles y de gran interés, como "El Amor y el Trastorno Bipolar" y "La Sexualidad en el Trastorno Bipolar".</p> <p>En cuanto a la incidencia política y la defensa de derechos, se llevaron a cabo reuniones estratégicas para dar a conocer a la comunidad nuestro petitorio con demandas en salud, educación, trabajo y justicia.</p> <p>Finalmente, en el marco del Día Mundial para la Prevención del Suicidio, la Fundación participó activamente en una velatón realizada en la Plaza de la Aviación en Santiago, un evento que incluyó minutos de silencio, oratorias, espacios de psicoeducación, contención y homenajes artísticos, promoviendo la reflexión y el diálogo crucial en torno a la salud mental. Se mantuvo una gestión interna activa con reuniones con voluntarios para la planificación de futuras iniciativas.</p>
Lugar Geográfico	Presencia en medio digitales / Online Programa Ahora Caigo / En los estudios de Televisión Nacional (TVN), Providencia. Reuniones con Asesor de Senadora Campillay / en la Comuna de Santiago y Online. Día Prevención del Suicidio / Plaza de la Aviación en Santiago, Providencia.

**Ver evidencias en (Anexo II -Álbum fotográfico de Actividades)**

**b. Proyectos sujetos a rendición a terceros (públicos o privados):**

Durante el período de reporte 2024, la Fundación SomosTAB no ejecutó proyectos sujetos a rendición específica a terceros (públicos o privados) mediante fondos concursables o acuerdos de subvención que requieran informes detallados de desempeño o gasto a entidades externas.



## 2.6 Identificación e involucramiento con grupos de interés

Grupos de Interés	Forma de relacionamiento
Estado	Ministerio de Salud (MINSAL) y entidades de salud relacionadas más importantes cómo: el Fondo Nacional de Salud (FONASA), que es el seguro público de salud; el Instituto de Salud Pública (ISP), encargado de la regulación sanitaria y la investigación; la Superintendencia de Salud, que fiscaliza y regula el sistema; y la Central de Abastecimiento del Sistema Nacional de Servicios de Salud (CENABAST), encargada de la distribución de insumos.
Organizaciones Sociales	<p><b>Organizaciones de Salud Mental y Pacientes:</b> Fundaciones y asociaciones dedicadas a la concientización y el apoyo de diversas condiciones de salud mental (como la depresión, la ansiedad o el trastorno bipolar) podrían ser aliadas naturales. Colaborar con ellas permitiría a SomosTAB ampliar su red, compartir mejores prácticas y co-organizar eventos psicoeducativos.</p> <p><b>Entidades de Apoyo a la Familia y Cuidado:</b> Dado que los beneficiarios de la Fundación también incluyen a las parejas y familiares de personas con TAB, las organizaciones que se centran en el apoyo familiar y la crianza podrían ser colaboradores valiosos. Juntos, podrían desarrollar recursos y talleres que aborden el impacto de la enfermedad en el núcleo familiar.</p>
Empresas	<p><b>Empresas con Programas de Inclusión y Responsabilidad Social (RSC):</b> Estas empresas, con un fuerte enfoque en el bienestar de sus empleados y la diversidad, son aliados naturales para la Fundación. Podrían colaborar en la creación de programas para sus colaboradores, ofrecer talleres sobre salud mental en el entorno laboral o patrocinar las actividades de los Grupos de Apoyo Mutuo (GAM).</p> <p><b>Empresas del Sector Salud y Farmacéutico:</b> Dada la misión de la Fundación en la psicoeducación sobre el Trastorno Afectivo Bipolar (TAB), las empresas de este rubro podrían ofrecer financiamiento para proyectos de investigación o difundir los programas de la fundación a través de sus canales.</p>
Academia	<p>Las instituciones educativas y de investigación son cruciales para el desarrollo y la validación de los programas de la Fundación, asegurando que su trabajo se base en evidencia científica.</p> <p><b>Universidades y Escuelas de Postgrado:</b> Establecer alianzas con instituciones como la European Open Business School permitiría a la Fundación obtener acceso a investigación aplicada. Los estudiantes de postgrado podrían realizar proyectos de tesis o prácticas profesionales que aborden desafíos de la Fundación en áreas de gestión, marketing o tecnología, proporcionando soluciones de alto valor.</p> <p><b>Centros de Investigación en Salud Mental y Psicología:</b> La colaboración con estos centros fortalecería la credibilidad de la Fundación. Podrían desarrollar estudios de impacto sobre la efectividad de los GAM, participar en publicaciones académicas conjuntas y asegurar que los programas de apoyo se mantengan actualizados con los últimos avances científicos.</p> <p><b>Cuerpos Docentes y de Investigación:</b> Más allá de las instituciones, la</p>



	Fundación podría colaborar directamente con profesores, investigadores y expertos en psicología, liderazgo y tecnología. Estos profesionales podrían ofrecer voluntariado especializado, participar en talleres o actuar como embajadores de la misión de la Fundación, promoviendo una cultura de innovación y mejora continua.
--	--

## 2.7 Prácticas relacionadas con la evaluación y medición de la satisfacción de los usuarios

Durante el ejercicio de 2025, entre los meses de abril y junio, la Fundación SomosTAB implementó una evaluación integral de la satisfacción de sus usuarios, haciendo referencia al año 2024. Con el fin de obtener datos concretos y accionables, se utilizó una encuesta digital compuesta por preguntas cuantitativas y cualitativas. La encuesta se distribuyó a través de los canales de comunicación de la Fundación, logrando una participación de 128 personas. Ver detalle ver **(Anexo II - Informe encuesta de satisfacción de la fundación SomosTAB)**

### Resumen de Resultados de la Evaluación

La evaluación arrojó una valoración general muy positiva de la Fundación, con un promedio de 4.61 estrellas sobre 5. Los principales hallazgos del informe, que se adjunta como Anexo al final del documento, son los siguientes:

- ❖ Excelencia en la atención: Los usuarios valoraron con notas sobre 6.0 puntos (en una escala de 1 a 7) aspectos relacionados con el trato recibido por el equipo, la claridad de la información y el tiempo de respuesta a sus consultas.
- ❖ Oportunidades de mejora en la cohesión comunitaria: La encuesta identificó áreas de mejora en las dinámicas internas de los Grupos de Apoyo Mutuo (GAM). Las notas entre 5.5 y 5.8 puntos indican la necesidad de reforzar las actividades para que los usuarios se sientan más parte de una comunidad. El promedio más bajo se registró en la conexión entre los miembros de los GAM, con una nota de 4.99, lo que se considera una alerta para la Fundación.
- ❖ Recomendaciones para el crecimiento: Los participantes sugirieron nuevas actividades y mejoras. Las ideas incluyeron:
  - Implementar un enfoque de género en futuras iniciativas, ya que el 82% de los participantes se identifica como mujer.
  - Ofrecer actividades en horarios nocturnos (18:30 a 21:00) y los fines de semana, que son las opciones preferidas por el 81.1% y el 39% de los encuestados, respectivamente.
  - Fortalecer la interacción con los moderadores de los GAM y promover dinámicas que crean lazos más fuertes entre los miembros.

Estos resultados sirven como una guía para orientar las futuras iniciativas de la Fundación, fortaleciendo sus áreas de éxito y abordando las oportunidades de mejora identificadas por su propia comunidad.



## 2.8 Participación en redes y coordinación con otros actores

La Fundación SomosTAB, consciente de que la solución a los desafíos en salud mental requiere un enfoque sistémico, ha mantenido un rol de incidencia y colaboración constante con actores clave de la sociedad civil, el sector público, el mundo empresarial y la academia durante el ejercicio 2024. Estas alianzas estratégicas han permitido a la Fundación no solo visibilizar el Trastorno Afectivo Bipolar (TAB), sino también llevar las demandas de su comunidad directamente a la esfera legislativa y de la salud pública, mientras fortalece sus lazos con la sociedad civil y promueve activamente la psicoeducación y la prevención del suicidio.

### **Estado:**

**Servicio salud mental metropolitano Occidente:** Participación ciudadana para realizar un levantamiento de información sobre agrupaciones, para generar un pilotaje en salud mental.

**Legisladores varios:** a través del trabajo constante de la fundación se logró coordinar instancias de conversación con distintos senadores, senadoras y diputados, en estas reuniones se presentó el trabajo de la fundación y los resultados de las asambleas y estudios desarrollados por el equipo de investigación de SomosTAB. Las autoridades con las que se logró concretar una reunión son:

- **Senadora Fabiola Campillai (Asesor Pedro Carrasco)**
- **Senador Juan Luis Castro (Asesora Teresa Fabres)**
- **Diputado Andres Giordano Salazar**
- **Diputado Ruben Oyarzo**

### **Municipalidad de Lo Prado**

Se realizó un Conversatorio de Neurodivergencias y Trastorno Afectivo Bipolar (TAB) en el Centro Cultural de la Municipalidad de Lo Prado, fortaleciendo la colaboración con entidades municipales.

### **Empresas:**

KOMATSU: Charlas sobre trastorno bipolar y su inclusión laboral.

### **Academias:**

Proyectos de apoyo a la función ejecutiva y trabajo de voluntariado.

- Universidad Adolfo Ibañez: Charla sobre trastorno bipolar a estudiantes en el mes de la salud mental.
- Universidad Santo Tomás: Apoyo en trabajo voluntariado para Universidad San Sebastián

### **Participación en redes y coordinaciones interinstitucionales:**

Durante el año 2024, la Fundación SomosTAB fortaleció su participación en instancias colaborativas orientadas a la promoción del bienestar y la prevención del suicidio. El 10 de septiembre, en el marco del Día Mundial para la Prevención del Suicidio, participamos activamente en una velación realizada en la Plaza de la Aviación, en Santiago. La actividad contempló minutos de silencio, oratorias, espacios de psicoeducación y contención, junto con homenajes artísticos que invitaron a la reflexión y al diálogo en torno a la salud mental.

Este encuentro fue organizado en colaboración con diversas agrupaciones y profesionales del ámbito de la salud mental, entre ellas: @psi.entreparesis, @espacioaguadeluz, @henkco.psi, @fundacionjosegalasso, @conversemosdesuicidio, @ps.andreaecheverria, @corscarolina, @terapiadivergente, @ps.lisette, @[espacioneurodivergente.cl](https://www.espacioneurodivergente.cl), @hablemosdeabusos, @fsummercl



@psi.lilloquirola, @hablamosdetoc.cl, @floresser.cl, @ps.camilacarcamo, @isabelmargarita.cl, @camignacha, @laprofe.neuroydivergente, @asi\_canta\_el\_amaranto, @nutri.tlp, @ps.valentinanicole, @viviendocontlpchile, @dracamilaolazo, @corfapes, @efectonaranja.chile, @mentesdivergentescl, @psico\_samuel, @psico.pame, @psnatyोजना, @psicologacamilajalilie, @alquimiayversos, @cepsi\_udp, @asemech.cl, @clinicadeduelo, @duelocontigofundacion, @tlp.chile, @dialectica\_mente, @grupoespectral, @soycarmenluz.psicologa, @resilientes.juntos.continuamos.

La participación de SomosTAB reflejó su compromiso con el trabajo en red, la visibilización de temáticas de salud mental y la construcción de espacios comunitarios de acompañamiento bajo el mensaje “Hablemos de suicidio: mirarnos entre nosotros es prevenir.”

## 2.9 Reclamos o Incidentes

Durante el ejercicio 2024, la Fundación SomosTAB no registró reclamos o incidentes formales que pudiesen afectar el prestigio de la organización.

### **Protocolo de Gestión de Reclamos e Incidentes "Mesa Participativa SomosTAB"**

**Objetivo:** Establecer un procedimiento claro y participativo para la recepción, gestión, resolución y aprendizaje de los reclamos o incidentes que pudiesen surgir, asegurando la protección del prestigio de la Fundación y la mejora continua de sus servicios y procesos.

#### **Principios Clave:**

- Transparencia: Comunicación clara y honesta con los afectados y dentro de la Fundación.
- Empatía: Abordar cada situación con comprensión y respeto hacia todas las partes.
- Oportunidad: Responder y actuar en el menor tiempo posible.
- Aprendizaje: Utilizar cada incidente como una oportunidad para identificar causas raíz y mejorar los procesos.
- Colaboración: Involucrar a múltiples perspectivas internas para una solución integral.

#### **Mesa Participativa SomosTAB:**

Existe una "Mesa Participativa SomosTAB" para la gestión de reclamos e incidentes, integrada por representantes de los departamentos clave existentes.

#### **Flujo del Protocolo:**

##### **Recepción del Reclamo/Incidente:**

Canales: Correo electrónico oficial (ej. contacto@somostab.cl), formularios de contacto del sitio web, redes sociales (monitoreo proactivo), comunicación directa con cualquier miembro del equipo.

##### **Análisis y Clasificación (Primera Respuesta):**

El primer miembro del equipo que reciba un reclamo/incidente debe registrarlo de inmediato en una Google Sheet designada para Reclamos/Incidentes, con campos como: Fecha de recepción, Canal, Nombre del reclamante (si aplica), Descripción breve, Tipo de incidente (administrativo, servicio, financiero, reputacional, etc.), Nivel de Urgencia (Bajo, Medio, Alto), Persona que registra, y efectúa el llamado a la Mesa Participativa para evaluar la urgencia y el posible impacto, clasificar el incidente y enviar una confirmación de recepción al reclamante en un plazo de 24-48 horas hábiles, indicando que su caso está siendo revisado.

**Activación de la Mesa Participativa:**

- Incidente Menor (Nivel Bajo/Medio): La Coordinadora de Gestión, junto con el director de área pertinente y el Coordinador de Administración, pueden resolverlo directamente.
- Incidente Crítico (Nivel Alto - Potencial daño reputacional, legal, o financiero significativo): Se convoca de inmediato a la "Mesa Participativa SomosTAB".
- Reunión de la Mesa: La Mesa se reúne para analizar el incidente en profundidad, identificar causas potenciales, proponer soluciones y asignar responsabilidades. Se busca una visión 360° para una resolución integral.

**Resolución y Ejecución:**

- Plan de Acción: La Mesa define un plan de acción claro y con plazos.
- Implementación: Los responsables de cada departamento ejecutan las acciones acordadas.
- Comunicación al Afectado: La persona designada por la Mesa (generalmente Karen Hernández o el director de área) comunica la resolución al reclamante de forma clara, empática y oportuna.

**Seguimiento y Aprendizaje (Mejora Continua):**

Registro de la Resolución: Se documenta la resolución en la Google Sheet de Reclamos/Incidentes, incluyendo las acciones tomadas y el resultado.

Análisis de Lecciones Aprendidas: Periódicamente (ej. mensual o trimestralmente), la Mesa o la Coordinadora de Gestión y Planificación Estratégica revisa los incidentes cerrados para identificar patrones, causas raíz y oportunidades de mejora en los procesos o servicios de la Fundación.

Actualización de Protocolos: Si es necesario, se actualizan los protocolos internos y los procedimientos operativos estándar para prevenir futuros incidentes similares.

Este protocolo, al ser participativo, asegura que la experiencia y perspectiva de todos los departamentos contribuyan a una gestión robusta y al fortalecimiento continuo de la Fundación SomosTAB.

## 2.10 Prácticas de gestión ambiental

Las actividades de la Fundación SomosTAB se centran exclusivamente en el ámbito de la salud mental, específicamente en la psicoeducación y el apoyo a personas con Trastorno Afectivo Bipolar. Por lo tanto, durante el ejercicio 2024, la Fundación no desarrolló ni patrocinó actividades ni proyectos directamente relacionados con la sustentabilidad o el cuidado ambiental, y no se cuenta con indicadores de gestión en esta materia.





### 3. Información de desempeño

#### 3.1 Objetivos e indicadores de gestión

Para el ejercicio 2024, la Fundación SomosTAB no contaba con objetivos de gestión ni indicadores de desempeño formalmente establecidos. Sin embargo, para el año 2025, la Fundación se encuentra trabajando activamente en la definición de un marco de objetivos e indicadores que permitirá medir de forma sistemática el desempeño y el impacto de sus actividades.

**Objetivo General 2025:** Optimizar la gestión operativa y financiera de la Fundación SomosTAB, potenciando su visibilidad y ampliando su impacto social en la psicoeducación y apoyo a personas con Trastorno Afectivo Bipolar (TAB), asegurando la sostenibilidad a largo plazo.

#### Objetivos Específicos e Indicadores Clave (KPIs):

##### 1. Fortalecer la Sostenibilidad Financiera:

- **Objetivo Específico:** Incrementar y diversificar las fuentes de financiamiento, y mejorar la trazabilidad de los recursos para una rendición de cuentas óptima.
- **KPIs Propuestos:**
  - **Aumento de Socios/Donantes Recurrentes:** Incrementar en un 30% el número de socios donantes recurrentes para fines de 2025.
  - **Monto Recaudado por Servicios:** Alcanzar un monto de Y UF (o CLP) en ingresos por la venta de charlas y talleres a empresas y universidades para fines de 2025.
  - **Fondos Concursables Obtenidos:** Postular a fondos concursables (públicos y privados) y obtener financiamiento de al menos 1 de ellos en 2025.
  - **Trazabilidad Contable:** 100% de los ingresos y egresos registrados con comprobantes vinculados en Google Sheets para la FECU Social 2025.

##### 2. Ampliar la Visibilidad y el Alcance Institucional:

- **Objetivo Específico:** Mejorar el posicionamiento digital de la Fundación y la difusión de su misión y servicios, atrayendo a más beneficiarios y aliados.
- **KPIs Propuestos:**
  - **Alcance en Redes Sociales:** Aumentar el alcance digital total en un 50% en Instagram y LinkedIn para fines de 2025.
  - **Interacciones en Redes Sociales:** Incrementar la tasa de interacción (likes, comentarios, compartidos) en un 25% en Instagram y LinkedIn.
  - **Visitas al Sitio Web:** Aumentar las visitas mensuales al sitio web en un 25%.
  - **Nuevas Alianzas Estratégicas:** Concretar al menos 2 nuevas alianzas con empresas o universidades para programas psicoeducativos en 2025.

##### 3. Optimizar la Gestión Interna y la Profesionalización del Equipo Voluntario:

- **Objetivo Específico:** Fortalecer la estructura organizacional, mejorar la eficiencia de los procesos internos y empoderar al equipo voluntario.
- **KPIs Propuestos:**
  - **Definición de Roles:** 100% de los voluntarios con roles y responsabilidades formalmente definidos y documentados en Google Docs para Q2 2025.
  - **Satisfacción del Voluntariado:** Mantener un índice de satisfacción del voluntariado superior al 90% (medido por encuestas internas semestrales).



- **Eficiencia Operacional:** Reducir en un 15% el tiempo dedicado a tareas administrativas manuales gracias a la digitalización y automatización de procesos.

4. **Maximizar el Impacto en la Salud Mental y Psicoeducación:**

- **Objetivo Específico:** Ampliar el número de personas beneficiadas por los programas de psicoeducación y Grupos de Apoyo Mutuo (GAM), y contribuir a la reducción del estigma del TAB.
- **KPIs Propuestos:**
  - **Participantes en GAM:** Aumentar en un 20% el número promedio de participantes activos en los Grupos de Apoyo Mutuo en 2025.
  - **Personas Impactadas por Psicoeducación:** Alcanzar a más de 100 personas a través de charlas y talleres de psicoeducación en 2025.
  - **Casos de Subvención Apoyados:** Incrementar en un 15% el número de pacientes que reciben apoyo para consultas psiquiátricas.

Estos objetivos e indicadores permitirán a la Fundación medir su progreso y comunicar de manera efectiva su desempeño en futuras rendiciones de cuentas.



### 3.2 Indicadores financieros

#### Cuadro de indicadores financieros:

<b>a. Ingresos Operacionales</b>	<b>2024</b>	<b>2023</b>
- Con restricciones	0	0
- Sin restricciones	2.334	0
<b>TOTAL DE INGRESOS OPERACIONALES</b>	<b>2.334</b>	<b>0</b>
<b>b. Origen de los ingresos operaciones</b>	<b>2024</b>	<b>2023</b>
<u>Ingresos provenientes del extranjero</u> X100 Total de ingresos operacionales	0%	0%
<b>c. Otros indicadores relevantes</b>		
<u>Donaciones acogidas beneficio tributario(i)</u> X100 Total de ingresos operacionales	0%	0%
<u>Gastos de dirección y administración(ii)</u> X100 Total de ingresos operacionales	0%	0%
<u>Remuneración principales ejecutivos(iii)</u> X100 Total de ingresos operacionales	0%	0%

(i) Todas aquellas por las que se haya emitido un certificado de donación.

(ii) Excluye remuneraciones. Corresponde a la cuenta con el mismo nombre, incluida en el estado de actividades.

(iii) Debe coincidir con lo informado en la correspondiente nota explicativa a los estados financieros.



## 4. Estados Financieros (Balance General)

FUNDACION SOMOSTAB  
RUT: 65.209.994-7  
AV TRANSVERSAL UNO 833 CIUDAD DEL VALLE COMUNA PUDAHUEL

**BALANCE GENERAL**  
**DESDE EL 01 DE ENERO AL 31 DE DICIEMBRE DE 2024**  
CIFRAS EXPRESADAS EN PESOS

Cuenta	Sumas		SalDOS		Inventario		Resultados	
	Debitos	Creditos	Deudor	AcreeDor	Activo	Pasivo	PerDidas	Ganancias
BANCO ESTADO	921.745	400.000	521.745	-	521.745	-	-	-
BANCO DE CHILE	2.090.745	2.072.773	17.972	-	17.972	-	-	-
DONACIONES POR RECIBIR	2.119.084	2.021.220	97.864	-	97.864	-	-	-
ANTICIPO DE PROVEEDORES	60.000	-	60.000	-	60.000	-	-	-
ANTICIPO DE HONORARIOS	80.723	-	80.723	-	80.723	-	-	-
CUENTAS POR PAGAR	130.000	198.560	-	68.560	-	68.560	-	-
CAPITAL PAGADO	-	350.000	-	350.000	-	350.000	-	-
RESERVAS SIN RESTRICCION	-	45.575	-	45.575	-	45.575	-	-
INGRESOS POR DONACIONES	-	2.334.084	-	2.334.084	-	-	-	2.334.084
SUBVENCIONES MEDICAS	1.585.000	-	1.585.000	-	-	-	1.585.000	-
COMISIONES DONACIONES	162.865	-	162.865	-	-	-	162.865	-
GASTOS EN TRASLADOS	30.381	-	30.381	-	-	-	30.381	-
GASTOS EN REUNIONES	154.021	-	154.021	-	-	-	154.021	-
GASTOS EN BENCINA	10.000	-	10.000	-	-	-	10.000	-
GASTOS EN ESTACIONAMIENTO	5.070	-	5.070	-	-	-	5.070	-
LICENCIAS INFORMATICAS	42.578	-	42.578	-	-	-	42.578	-
HONORARIOS - SERVICIOS CONTABLES	30.000	-	30.000	-	-	-	30.000	-
SUBTOTALES	7.422.212	7.422.212	2.798.219	2.798.219	778.304	464.135	2.019.915	2.334.084
RESULTADO DEL EJERCICIO	-	-	-	-	-	314.169	314.169	-
TOTAL GENERAL	7.422.212	7.422.212	2.798.219	2.798.219	778.304	778.304	2.334.084	2.334.084



## 5. Informe de Terceros

**No aplica.** Durante el ejercicio **2024**, la Organización **no estuvo obligada** a someter su contabilidad, balance general y estados financieros al examen de auditores externos independientes por **no superar los límites** definidos por resolución del Ministerio de Justicia. En consecuencia, **no se cuenta con dictamen de auditores externos** para este período.

## 6. Manifestación de responsabilidad de la Dirección

Los abajo firmantes se declaran responsables respecto de la integridad y veracidad de la información incorporada en el presente informe anual, referido al 31 de diciembre de 2024:

Nombre	Cargo	RUT	Firma
Karen Hernández	Presidenta	12.901.370-2	
Pablo Valenzuela	Secretario	11.948.447-2	
Claudio Salvo	Tesorero	10123412-6	

En caso de no constar firmas rubricadas en este documento electrónico por favor marque la siguiente casilla:

☒

Las firmas constan en documento original entregado al Ministerio de Justicia



## ANEXOS

### I. Álbum fotográfico de actividades:

10/09/2024: Velatón Día Mundial para la Prevención del Suicidio







Conversatorio sobre neurodivergencia y TAB  
Centro Cultural Municipalidad de Lo Prado, 23 de Noviembre de 2024



LIVE

"Luces y sombras de la bipolaridad en primera persona"



Thomas Hofman  
Psicólogo clínico



Nicole Salvatierra  
Directora de Comunicaciones  
SomosTAB

Domingo 24 de marzo / 21:00 hrs



Conmemoración Día Mundial del Trastorno Bipolar





somostab  
Audio original



somostab 69 sem

Thomas Hofman, director de nuestra fundación, nos habla como psicólogo y persona con experiencia. ¡Gracias por compartir tu experiencia!



jocytasaez 5 sem

Wow gracias por informarnos. Mi familia aún no lo comprende, gracias por compartir tu experiencia. Thomas yo fui diagnosticada hace poco y mi vida sin saber por qué la sensibilidad era distinta que todo el mundo era gracias a Dios estudio y trabajo y ocupado esto y la bu

Ver estadísticas



172 Me gusta

24 de marzo de 2024



Agrega un comentario.





somostab  
Audio original



somostab 69 sem

Los psiquiatras de los trastornos del ánimo y @josebitran con nosotros "ABIERTAMENTE de bipolaridad". ¡Gracias y esperamos su programa @a



valenzuela\_maria

Tremendo live gr

Responder



alejandra.hepule

Hola qomoetan t

1 Me gusta Respo

Ver estadísticas



197 Me gusta

25 de marzo de 2024



Agrega un comentario

"Hablemos ABIERTAMENTE de bipolaridad"

Jueves 25 de marzo

20:00 horas

En vivo por Instagram @somostab

LIVE

INVITADOS



Dr. Danilo Quiroz

Psiquiatra de la U. de Chile, Magister en Neuropsiquiatría, Director del Programa de Especialización de Especialistas en Psiquiatría Adultos Universidad Diego Portales.



Dr. José Bitrán

Médico de la U. de Chile y Psiquiatra de la U. de California. Fundó y lideró la Fundación Neuropsiquiatría 30 años. Por las últimas tres décadas se ha dedicado a supervisar psiquiatras, educar a profesionales y a la comunidad.



Conmemoración Día Mundial del Trastorno Bipolar

34





Roxana Dalmazzo (Presentar)

### Educacional: Discriminación en Estudios

Somos TAB

bre la discriminación que enfrentan los estudiantes con TAB en el sistema educativo chileno. Un alarmante 25% (140) de los  
ber sufrido algún tipo de discriminación durante su trayectoria educativa, abarcando desde la enseñanza básica hasta la superior.  
ativas provienen tanto de compañeros como de figuras de autoridad, incluyendo profesores y personal directivo.

l ámbito educativo puede manifestarse de diversas formas, desde el bullying por parte de compañeros hasta la falta de comprensión y  
rsional docente. Esto puede resultar en un impacto significativo en el rendimiento académico, la autoestima y el bienestar emocional  
TAB.

iscriminación

con TAB enfrentan burlas, exclusión social, falta de  
urriculares y prejuicios por parte de educadores.  
an sobre la negación de oportunidades académicas  
gnóstico.

Políticas Inclusivas

urgencia de implementar políticas educativas que  
nducción y la comprensión del TAB. Esto incluye la  
acientes, programas de sensibilización y protocolos de  
adiantes con TAB.

2 Impacto en el Rendimiento

La discriminación puede llevar a una disminución del rendimiento  
académico, ausentismo escolar y, en casos extremos, al abandono de  
los estudios. El estrés adicional puede exacerbar los síntomas del  
TAB.

4 Rol de las Instituciones

Las instituciones educativas deben asumir un papel activo en la  
creación de ambientes seguros y acogedores para estudiantes con  
TAB, fomentando una cultura de respeto y empatía en toda la  
comunidad educativa.

Oswaldo Valenzuela

pedro carrasco

Roxana Dalmazzo

Reunión con equipo de Senadora Campillai  
28 de Noviembre de 2024

DANIEL FERNANDO DELUCCIO /

CRISTINA ANDREA NUSSBAUM DIAZ

CD

Priscilla Alej

1

MAURICIO ESTEBAN FUENZALIDA TRONCOSO

FRANCIS CAROLINA REYES RAMIREZ

Thomas (No

Charla de apoyo a pares en salud mental en empresa  
Komatsu, 30 de Julio de 2024

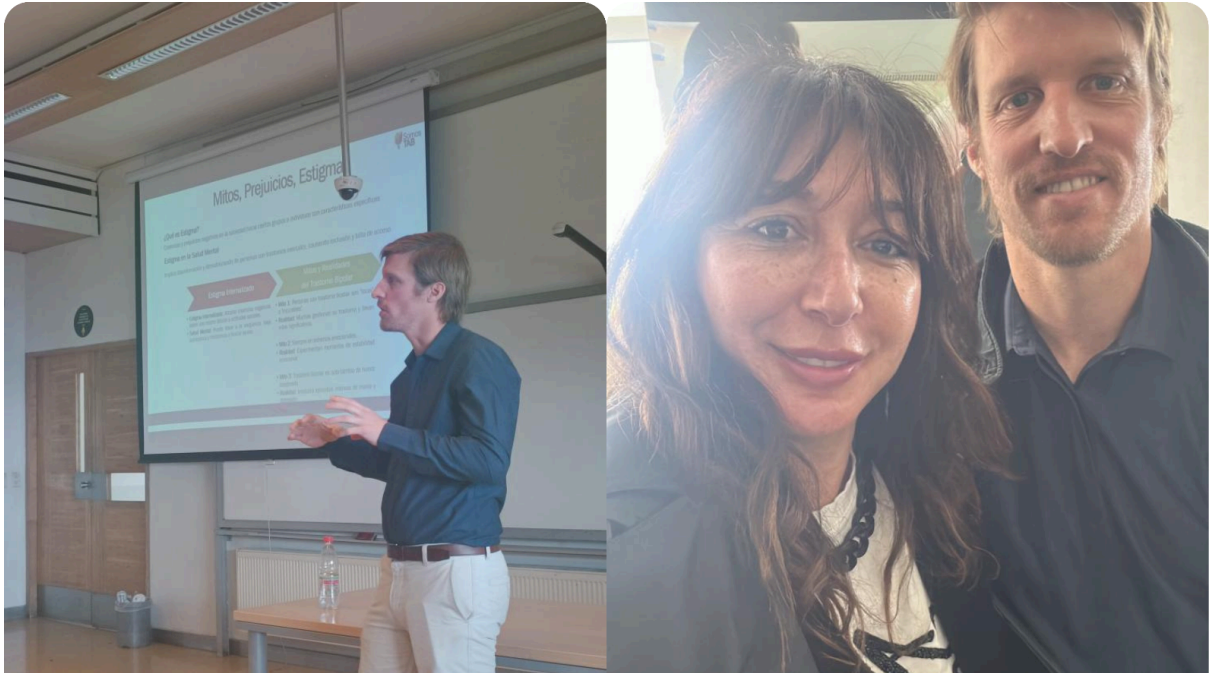


Reunión Voluntariado  
25 de Agosto de 2024



Evento en Servicio de Salud Occidente Talagante  
26 de Noviembre de 2024





Charla psicoeducación Universidad Adolfo Ibañez  
23 de Octubre de 2024



Reunión presencial equipo Senadora Campillai  
17 de Mayo de 2024



HABLEMOS DE AMOR Y TRASTORNO BIPOLAR



Alejandra Silva Arenas

Psicóloga Clínica  
Terapeuta de pareja  
Co fundadora de centro SerMujer

Episodio de podcast

# HABLEMOS DE AMOR Y TRASTORNO BIPOLAR

Fundación SomosTAB

E 25 sept 2024 • 1 h 25 min de tiempo restante



## Descripción del episodio

Conversatorio con Alejandra Silva Arenas, Psicóloga Clínica, terapeuta de pareja y Co fundadora del centro SerMujer sobre como se vive el amor en el Trastorno



"Hablemos de sexualidad en el trastorno bipolar"



Berna H. Pacheco T.

Matrón, Sexólogo Clínico,  
Postítulo en Sexología Médica  
Mag. Afectividad y Sexualidad,  
Dip. Psicología Adolescente.

Episodio de podcast

# HABLEMOS SOBRE SEXUALIDAD EN EL TRASTORNO BIPOLAR

Fundación SomosTAB

14 ago 2024 • Finalizado ✓



## Descripción del episodio

Conversatorio con Berna H. Pacheco T. Matron y Sexólogo sobre la sexualidad y como se vive en el Trastorno Bipolar.



## Programa Ambulatorio Trastorno Bipolar y Adicciones



UNIVERSIDAD ADOLFO IBÁÑEZ

CADE

CENTRO DE  
ASESORAMIENTO  
Y DESARROLLO  
ESTUDIANTIL  
SANTIAGO

## CADEXPERTOS



Somos  
TAB

### TRASTORNO AFECTIVO BIPOLAR



**Miércoles 16 de octubre/ 14:30 H**

**A TRAVÉS DE: @DAEUAISANTIAGO**

## SÚMATE A LOS DERECHOS POR LAS PERSONAS CON TAB INVITACIÓN A CONOCER NUESTRO PETITORIO

*Tras un proceso de consultas a personas con trastorno bipolar, compartiremos un petitorio con demandas en salud, educación, trabajo y sistema judicial. Participa para que podamos hacerlo llegar al Congreso.*

**Sábado  
23/03/24**

10:00 AM

Modalidad virtual

Únete aquí







Participantes como fundación del programa de  
TVN Ahora Caigo, 27 de Agosto de 2024



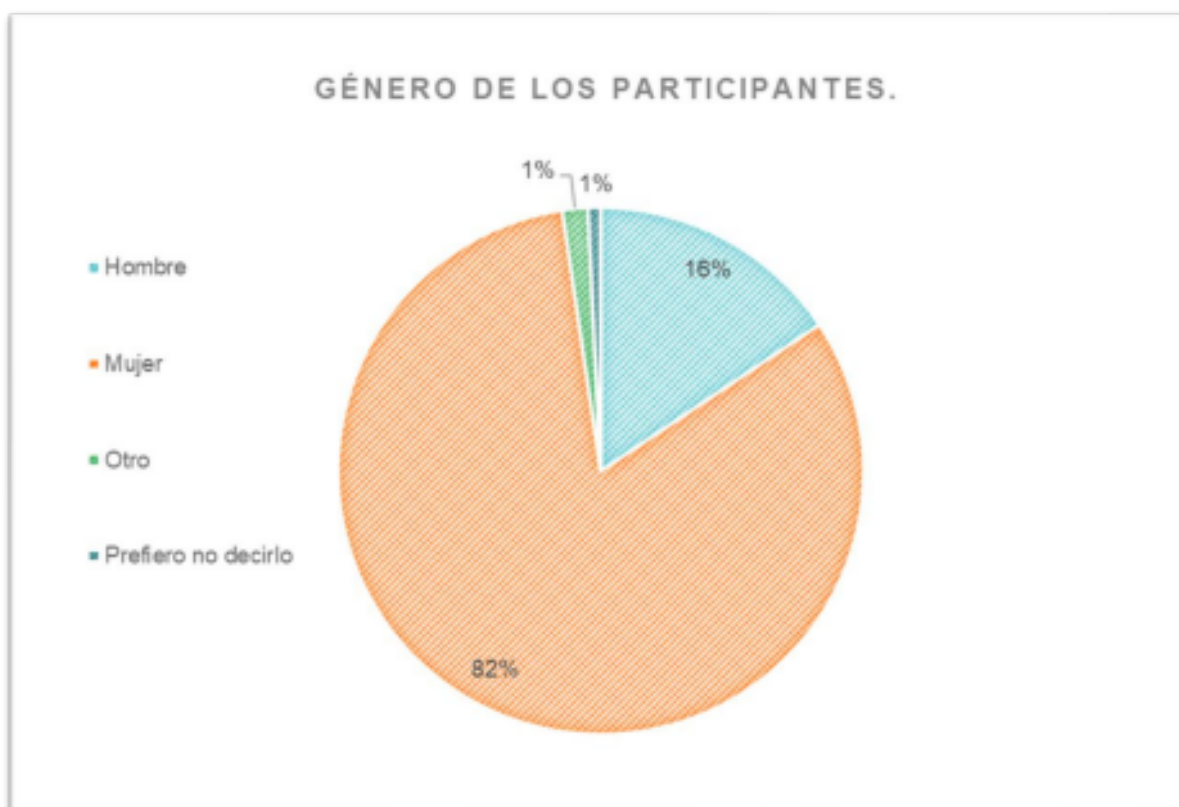


## II. Informe encuesta de satisfacción de la fundación SomosTAB

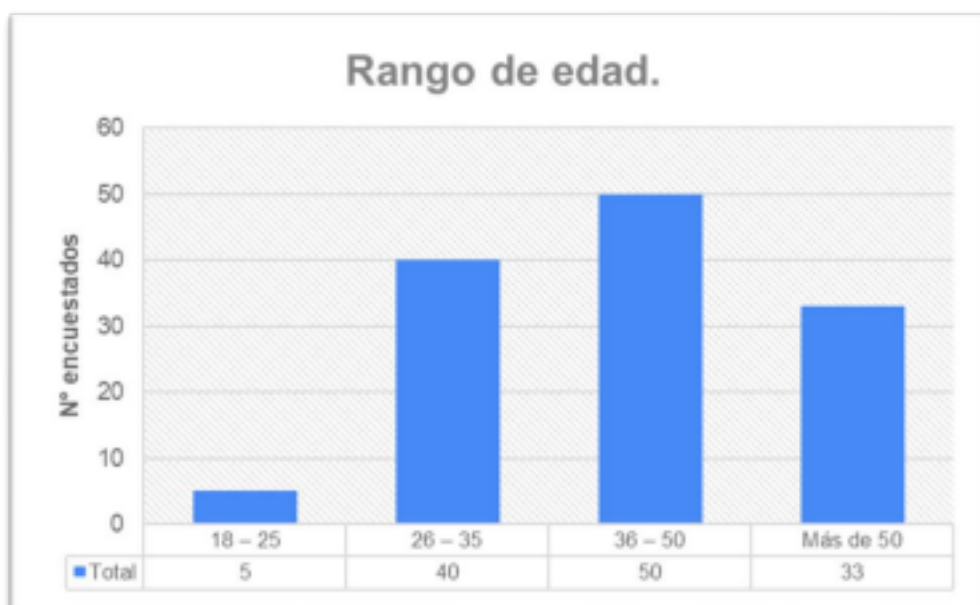
Entre los meses de abril y junio de 2025 se realizó una encuesta de satisfacción a los/as usuarios/as de la fundación, para evaluar el desempeño de ésta en base al año 2024. El proceso concluyó con un total de 128 personas encuestadas. El presente informe tiene como objetivo presentar y evaluar los resultados obtenidos, además de entregar algunas recomendaciones para orientar el futuro trabajo de la fundación.

### 1. Perfil de los participantes.

Sobre el perfil de los participantes, se puede señalar que del total de encuestados (128) un 82% se identifica como mujer con un total de 105 respuestas, seguido por aquellas personas que se perciben como hombres con un 16%, lo que es igual a 20 encuestados. Finalmente, las categorías “Prefiero no decirlo” y “Otro” cuentan con un 1% de representación del total.



Por otro lado, al analizar la participación por rango de edad, se puede observar que aquellas personas entre 36 y 50 años predominan entre los encuestados con un 39,06%, seguido por el rango entre 26 y 35 años con un 31,25%. En el siguiente gráfico, se puede observar con mayor detalle cada categoría y su respectiva frecuencia de datos.

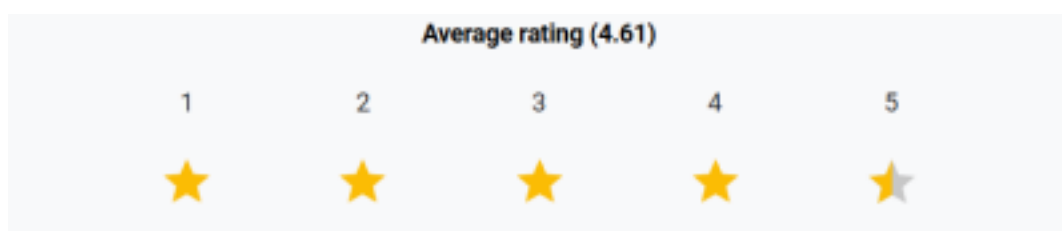


**Recomendación:** El análisis demográfico de los encuestados resulta fundamental, ya que permite identificar posibles actividades o enfoques que la fundación podría adoptar. El análisis preliminar muestra que, en su mayoría, quienes participan activamente en los GAMs son mujeres jóvenes adultas, por lo que sería recomendable incorporar un enfoque de género en las futuras iniciativas de la fundación.

Finalmente, los datos presentados pueden enriquecerse mediante el cruce con la información disponible en las redes sociales de la institución.

## *2. Evaluación de la fundación.*

En primer lugar, se puede señalar que frente a la pregunta **“A nivel general ¿Cuántas estrellas le das a la fundación?”** se logró un promedio de 4.61 puntos sobre 5, lo que ubica a la fundación con una buena valoración por parte de los encuestados.



**Recomendación:** El análisis de las estrellas con las que los usuarios evalúan la fundación debe ser una guía para ponderar el rol de la fundación en la comunidad, se sugiere no bajar nunca de un promedio de 4.5 puntos.

En segundo lugar, se desarrollaron distintas preguntas para evaluar distintos ámbitos y aspectos del trabajo de la fundación con las/os usuarias/os, estas son ponderadas con un valor de 1 a 7, siendo el valor 1 la peor nota y 7 la más alta.





El primer conjunto de preguntas, son aquellas que promediaron nota sobre 6.0, estas son presentadas en la siguiente tabla y responden a aquellas variables relacionadas con el trato y la relación que tiene la organización con aquellas personas que se acercan a solicitar información u orientación a SomosTAB.

Pregunta	Promedio
¿Qué tan satisfecho/a estás con el trato recibido por parte del equipo de SomosTAB?	6,72
¿Qué tan clara te ha parecido la información entregada por la fundación?	6,55
¿Qué tan satisfecho/a estás con el tiempo de respuesta a tus consultas o necesidades?	6,50
¿Qué tan satisfecho/a estás con la calidad de los contenidos y metodologías utilizadas en las actividades?	6,19
¿Qué te parece la oferta de actividades de la fundación?	6,05

**Recomendación:** Se sugiere reforzar aquellas cosas que la comunidad considera que la organización está haciendo bien en el trato con las/os usuarias/os y no bajar del promedio 6.0 en estas categorías en futuras evaluaciones.

El segundo conjunto de preguntas, son aquellas preguntas que promediaron una nota entre 5 y 6 y que pertenecen a categorías relacionadas con el funcionamiento de los GAMs, en términos de actividades y dinámicas que se puedan dar al interior de estos. En la siguiente tabla, se presentan las preguntas con sus respectivos promedios.

Pregunta	Promedio
¿Qué te parecen los horarios y modalidades de las actividades de la fundación?	5,88
¿Qué tan cómodo/a y seguro/a te sientes al participar en los GAMs?	5,75
¿Qué tan útil ha sido tu participación en los GAMs en tu proceso personal?	5,56
¿Qué tan parte de una comunidad te has sentido dentro de SomosTAB?	5,54

**Recomendación:** si bien no es una nota crítica, si debe ser un objetivo de la fundación lograr que estos ítems tengan nota sobre 6, lo que significa mayores grados de asociatividad y apoyo entre los miembros de los grupos de apoyo mutuo.

Se sugiere, realizar actividades en la que se promueva la participación de los GAMs de forma activa, buscando la creación de lazos interpersonales entre los miembros de los grupos.



Por último, se encuentra la pregunta ***“¿Qué tan conectado/a te has sentido con otras personas en los GAMs?”*** que es la con menor promedio de todas las áreas evaluadas en el presente informe con nota 4,99.

Pregunta	Promedio
¿Qué tan conectado/a te has sentido con otras personas en los GAMs?	4,99

**Recomendación:** Al igual que el ítem anterior, esta nota debe ser catalogada como una alerta para la fundación, buscando promover los lazos interpersonales y cohesión social entre los integrantes de los GAMs, promoviendo actividades y reuniones en las que las/os usuarias/os participen de manera activa con otras/os personas de sus mismos GAMs o de la comunidad de SomosTAB.

### *3. Preguntas abiertas.*

De igual modo, se realizaron preguntas abiertas para recoger las opiniones de las/os usuarias/os con respecto a tres ejes principales en el actuar de la organización, estas preguntas son: ***“¿Qué aspectos destacarías de tu experiencia con SomosTAB?”***, ***“¿Qué aspectos crees que se podrían mejorar?”*** y ***“¿Qué nuevas actividades o apoyos te gustaría que se ofrecieran?”***. A continuación, se adjuntan las respuestas más representativas por pregunta.

#### **❖ Pregunta 1:**

<b>¿Qué aspectos destacarías de tu experiencia con SomosTAB?</b>
Son muy comprometidos y a mí me ayudaron cuando más lo he necesitado, muchas gracias
La permanente información, el que comprendan que la poca participación se debe a los estados de ánimo y/o trabajo pero que cuando se necesita apoyo, se tiene y se empatiza tanto hacia mi persona como con mis compañeras. Además, que he conocido personas que viven procesos parecidos y similares, que me ayudan a afrontar mis miedos e inseguridades.
La psicoeducación es buenísimo
La paciencia que han tenido conmigo para darme consejos, brindarme apoyo y orientación



Destacó la calidad de los participantes en las charlas sobre Tab, que es esencialmente en lo que participó
La amabilidad del equipo de la fundación
Ayuda a comprender el trastorno
La ayuda para acceder a TO y kine a bajo costo, las psicoeducaciones y charlas y que formen y propicien los GAM
Los Grupos de apoyo, creo que son una herramienta importante para poder superar los momentos complicados del trastorno bipolar.
La ayuda rápida, el compromiso de las personas que la dirigen, la dedicación, el apoyo con profesionalidad, las charlas.
Lo atentos a los cambios de nuestro ánimo. La preocupación para cubrir a quienes estamos en riesgo, la ayuda a buscar soluciones de atención en los diferentes aspectos que nos afligen ya sea psiquiátrico o físico
Gracias a la fundación he podido obtener información que permite el autocuidado, he podido conseguir educación sobre la condición, información que no es tan fácil de encontrar en la web. Nos permite tener accesibilidad a profesionales de la salud que nos guían para enfrentar crisis y tener una vida saludable.

❖ *Pregunta 2:*

¿Qué aspectos crees que se podrían mejorar?
La actividad en los GAM es muy poca, en las charlas podrían incorporar experiencias de pacientes que estamos logrando llegar a la eutimia y así contagiar a otro de que si se puede lograr la estabilidad
Los convenios :( los profesionales que tienen siempre atienden en la mañana y los que trabajamos no podemos optar a estos horarios. Además el precio de psicología es muy similar a clínicas particulares y centros médicos, por lo cual cuando son todas las semanas o semana por medio a quienes no tenemos tantos recursos, no podamos seguir la terapia.
Principalmente mi GAM Juvenil III está inactivo (no sé el resto) me gustaría que volviera a estar activo o a las personas interesadas se nos sumara a otro GAM
Mantener la comunidad activa
Podrías postular a programas estatales para seguir creciendo y tener más ofertas para los usuarios



El acompañamiento en los GAM de un moderador más activo con mayor cantidad de actividades y encuentros. Además de GAM más pequeños para facilitar la confianza, fluidez y conocimiento mutuo
Dar a conocer las enfermedades y patologías mentales en general. Visibilizar aún más estas condiciones a la sociedad para así ser más escuchado y entendido ante la sociedad.
Ver alguna alternativa de negociación con medicamentos y tratamientos con especialidades que a veces por temas económicos no son de alcance de muchas personas que sufren temas psicológicos para buenos psicólogos, psiquiatras, asistente sociales y medicamentos, aún así cuando existe el auge, dado que muchos especialistas no son muy agradables..
Que realicen actividades en regiones, dentro de lo que se puede.
Incentivar la participación en los GAMS que se inactivaron, y que sea SÓLO una intervención breve para reactivar a los usuarios
Creo que el punto más débil en MI EXPERIENCIA es la participación de los grupos de apoyo, mi chat está muerto, no hay actividades, finalmente nunca ha sido un grupo de apoyo como tal para mí. Quizás promoviendo dinámicas de interacción que no impliquen horarios.
Los GAM, deberían tratar temas más específicos de nuestra condición , material, tal vez llevar un seguimiento de los que participan , dar un objetivo o meta a cumplir durante la reunión, que sea más guiada.puede ser un acta etc.

❖ Pregunta 3:

¿Qué nuevas actividades o apoyos te gustaría que se ofrecieran?
Juntas presenciales con equipos profesionales
Se podrían realizar actividades presenciales de psicoeducación y apoyo mutuo
Hacer trivias a través de la comunidad para mantenernos activos y en aprendizaje constante, y proponer temas de conversación por GAM
Agregar foros o actividades presenciales para compartir experiencias
En cuanto a las actividades, me gusta como llevan los procesos de entendimiento. Y en cuanto al apoyo, el levantamiento con el caso de las licencias médicas cuando son rechazadas, y a lo mejor en un futuro que exista se podría generar una clínica especializada para esta fundación.
Actividades prácticas como cómo rellenar un diario emocional, que los tips no queden en tips si no se desarrollen actividades con ellos de manera cognitivo



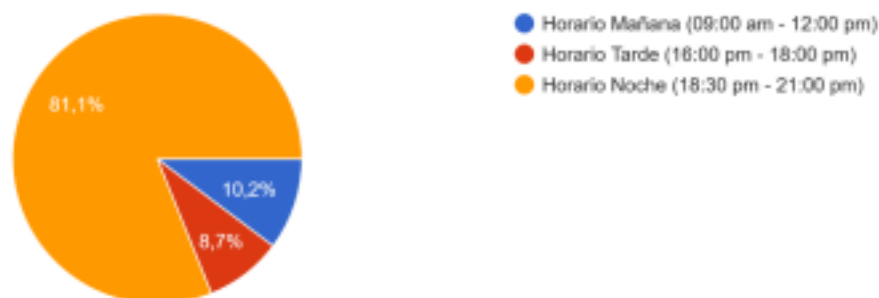
conductual
<b>Grupos periódicos</b>
Talleres distintos o más expertos hablando de los distintos aspectos del tab y no solo psicoeducación que para eso hay mucho material en las redes
En verano quizás algo más al aire libre, en invierno tal vez algo más orientado a la contención ya que los horarios donde se oscurece todo más temprano, entre otras cosas, afecta mucho el ánimo. ¿Tal vez algo cómo ver películas en conjunto?
Círculos de conversación (online) tema x. Por ejemplo: Mi experiencia viviendo sol@, todos contamos cosas sobre esa experiencia. Grupos no muy grandes, no es obligación hablar, se puede utilizar Kahoot para romper tensión, no sé. Tema: mi primera relación, mi primer trabajo, el día del diagnóstico, etc
Tener alguien que te guíe y apoye de forma concreta cuando un trámite no está resultando ( ejemplo : credencial de discapacidad , en mi caso ) que cada cierto tiempo se haga un seguimiento a las familias que están con nosotros, que están haciendo bien y que cosas nos hunden, sé que somos muchos, pero el que lo necesite debería anotarse en una lista .
Plan de alimentación para conocer los nutrientes en déficit dentro de nuestro organismo. Es importante saber que alimentos ayudan al TAB.

#### 4. Horarios y disponibilidad.

Por último, se consultó a los encuestados por cuales eran, desde su perspectiva, los mejores horarios y días para que la fundación realice sus actividades. Como resultado de lo anterior, el horario nocturno (de 18.30 pm a 21.00 pm) es el preferido por las/os usuarias/os de la fundación con un 81,1%. Esta información puede ser observada con mayor detalle en el siguiente gráfico.

¿En que horario te acomoda que se realicen las actividades de la fundación?

127 respuestas



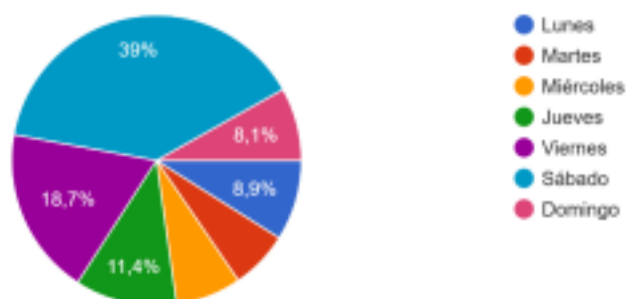
Con respecto a los días preferidos por la comunidad, se puede señalar que con un 39% el día sábado se levanta como la opción más elegida por los encuestados, seguido del viernes con



un 18,7%. Tal como se puede observar en el siguiente gráfico.

¿Qué día podrías participar de las actividades de la fundación?

123 respuestas



**Recomendación:** Se sugiere analizar estos datos con aquella información que pueda brindar el alcance de las redes sociales y las actividades realizadas anteriormente con la comunidad.



### III. Petitorio SomosTAB

#### INTRODUCCIÓN:

El presente documento contiene el trabajo realizado cerca de un año, mediante la realización de consultas abiertas a la comunidad de la Fundación SomosTAB (grupos de apoyo mutuo que impactan a más de 800 personas), en las cuales se analizó de manera crítica la situación actual en que vive la población diagnosticada con el trastorno afectivo bipolar, en adelante TAB, mediante el análisis de esta condición psíquica en distintas áreas de la vida: educativa, laboral, el funcionamiento del sistema de salud, entre otras instancias fundamentales que impactan el bienestar integral de esta población.

A raíz de lo anterior, se elaboró un petitorio que propone soluciones para abordar aquellas instancias en las cuales las personas con bipolaridad ven vulnerados sus derechos, dificultando una inclusión que permita su libre desarrollo como individuos/as.

Para contextualizar, hay que entender que el TAB afecta entre 2% a 3% de la población mundial, siendo la sexta causa de discapacidad del mundo. En Chile, aproximadamente medio millón de personas padecerían esta condición (UC Christus, 2020)<sup>1</sup>. Sin embargo, la tardanza para pesquisar diagnósticos a tiempo (10 años aproximadamente), hace pensar que la cifra podría aumentar.

Si bien, en el último tiempo la salud mental es un tema tratado por los medios de comunicación y en el discurso de políticos, en Chile el presupuesto de salud destinado a este ámbito es del orden del 2% anual, en comparación a lo recomendado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) y organización Panamericana de Salud (OPS), quienes recomiendan un equilibrio entre el gasto en salud mental y física, promoviendo una visión integral de la salud<sup>2</sup>.

Así, dado que el trastorno bipolar es un cuadro grave de salud mental pero que, con un buen pronóstico, y con las redes de apoyo necesarias, consideramos importante llevar hasta vuestro conocimiento este documento con el fin de pedir ayuda legislativa para revertir el malestar que a diario viven miles de personas en nuestro país y que, en la mayoría de los casos, lo llevan de forma oculta producto del estigma que tiene esta realidad. Esto afecta también, a millones de familiares, amigos y colegas del entorno cercano de las personas con condición.

Por otro lado, es importante observar la presente propuesta desde un enfoque integral, debido a que se complementa con distintos enfoques, tales como, el de género, intercultural y territorial; contextualizando y analizando de manera complementaria cada ámbito de la vida de una persona con bipolaridad y su red de apoyo.

Esperamos que este informe, que incluye el diagnóstico con sus respectivas soluciones sea de interés para diseñar una política pública que nos permita garantizar el derecho a vivir en una sociedad más inclusiva para las personas con bipolaridad. Confiamos en que este trabajo tendrá los frutos esperados.

---

<sup>1</sup> UC Christus. (2020). Día Mundial del Trastorno Bipolar: Derribando mitos de una depresión. Blog Salud UC. Recuperado de <https://www.ucchristus.cl/blog-salud-uc/articulos/2020/d%C3%ADa-mundial-del-trastorno-bipolar-derribando-mitos-de-una-depresi%C3%B3n>

<sup>2</sup> Organización Panamericana de la Salud. (s.f.). Salud mental. OPS. Recuperado de <https://www.paho.org/es/temas/salud-mental>



## **PROPUESTAS:**

A continuación, se presentan los resultados obtenidos en las distintas asambleas, las cuales fueron realizadas entre los meses de abril y noviembre del año 2023. En ellas se abordaron 5 temas relevantes para la calidad de vida de las personas con bipolaridad, en las que creemos que se debe reforzar el ejercicio de derechos y buscar fortalecer los procesos inclusivos dentro de la sociedad. Por consiguiente, los temas tratados en las asambleas fueron: el sistema de salud, la inclusión laboral y educativa, el sistema de cuidados y la no discriminación en el sistema judicial.

A continuación, se pueden leer los resultados de cada una de estas instancias, que conforman el petitorio por los derechos de las personas con trastorno bipolar.

### **A) Sistema de Salud:**

**1. Evaluación y Diagnóstico Temprano:** Implementar programas de detección temprana del TAB en la atención primaria de salud, psicoeducando a profesionales de la medicina, dirigido a urgencias, psicólogo, médicos generales, terapeutas y psiquiatras, con el fin de identificar a las personas en riesgo y/o con síntomas iniciales. Del mismo modo, incorporar en la cobertura GES, a menores de 15 años y en proceso de diagnóstico.

**2. Atención en Urgencias de Salud Mental:** Que las unidades de urgencia cuenten con la atención de un médico especializado en salud mental, familiarizado con el tratamiento adecuado para las personas que padecen el Trastorno Afectivo Bipolar (TAB).

Solicitamos que las personas que llegan a urgencia con riesgo suicida tengan derivación a hospitalización con prioridad y no derivados únicamente a sus casas con un calmante. Lo óptimo es que tras esta hospitalización puedan salir después de unos días, al menos, con un tratamiento completo y evitar muerte por suicidio.

**3. Acceso a Tratamientos Efectivos:** Ampliar la cobertura terapéutica del GES para que incluya una gama completa de tratamientos efectivos para el TAB, tales como terapia psicológica, terapia farmacológica, terapia ocupacional y terapia complementaria bucal.

El trastorno bipolar requiere de un equipo multidisciplinario en la mayoría de los casos. Con acceso a información y tratamiento efectivo, la persona puede llevar una vida muy funcional, por lo mismo es de suma urgencia que la cobertura GES logre entregar terapias a los pacientes.

**4. Exámenes:** Que los pacientes con trastorno bipolar puedan acceder a realizar el examen de litemia y TSH - T4 (para la tiroides), así como la toma de ácido valproico en la sangre, sin orden médica. Así, prevenir a tiempo la posible intoxicación por litio, problemas de hipotiridismo y desnivelación de valproico en la sangre, con el fin de mantener las dosis adecuadas.

**5. Educación y Concientización:** Que cada unidad de psiquiatría tenga o haga la derivación a un programa de psicoeducación, promover programas de educación y concientización sobre el TAB, tanto para profesionales de la salud como para el público en general, reduciendo el estigma y aumentando la comprensión de esta condición.

Pedimos que existan campañas de prevención y concientización de salud mental en diferentes medios de comunicación, que muestren la realidad de las personas que tienen trastorno bipolar, y cómo la comprensión de la condición mejora su vida.





**6. Investigación y Desarrollo:** Promover en las universidades la investigación del TAB, para mejorar la comprensión de esta condición y desarrollar enfoques de tratamiento más efectivos, considerando la experiencia de organizaciones como SomosTAB, que integra el enfoque social para lograr una vida digna de las personas con bipolaridad.

**7. Comisión Fiscalizadora para Cumplimiento de Derechos de los pacientes en el sistema de salud:**

Se da la idea de crear una comisión fiscalizadora, cuya función principal sea garantizar el cumplimiento de los plazos y derechos de los pacientes, en cuanto a:

- a. Derivación a servicio privado en caso de falta de camas en el servicio público.
- b. Garantizar el cumplimiento de los tratamientos en cuanto a las atenciones psiquiátricas y medicamentos en el servicio público.
- c. Garantizar los medicamentos recetados en sistema privado mediante el GES.

**B) Trabajo e Inclusión Laboral:**

**1. Psicoeducación Empresarial:** Se solicita exigir la implementación de programas de psicoeducación para empresas y empleadores, con el objetivo de aumentar la comprensión del TAB y reducir el estigma asociado a las enfermedades mentales. Reforzar la flexibilidad en el trabajo para las personas con la condición, durante un periodo de crisis. Esto podría incluir ajustes en las responsabilidades laborales temporales, como acceder al teletrabajo y/o flexibilidad horaria.

**2. Sobre licencias médicas:** Promover el respeto y cumplimiento de las licencias médicas por parte de los empleadores, además de asegurar el pago de estas por parte del COMPIN y prestadores de salud.

**3. Subsidio temporal o permanente para personas con TAB:** Si bien los subsidios actuales para personas con discapacidad, son un paso en la dirección correcta, creemos que es fundamental reconocer que las necesidades de las personas con discapacidad y sus cuidadores pueden variar significativamente a lo largo del tiempo. Por lo tanto, proponemos que se consideren mejoras en el sistema de apoyo actual de la siguiente manera:

- a. Subsidios Temporales para Periodos de Crisis: Las personas con discapacidad psíquica pueden enfrentar momentos de crisis que requieren apoyo adicional, ya sea debido a una exacerbación de sus condiciones médicas o a circunstancias imprevistas. Por lo que proponemos que se establezcan subsidios temporales que puedan otorgarse en momentos de necesidad crítica, de manera que estas personas puedan recibir la ayuda necesaria para superar estas dificultades temporales.
- b. Evaluación Continua de Necesidades: Pedimos que se establezca un sistema de evaluación continua de las necesidades de las personas con discapacidad psíquica y sus cuidadores. Esto permitiría ajustar los subsidios y el apoyo de acuerdo con las necesidades cambiantes a lo largo del tiempo.



### **C) Inclusión en instituciones de educativas:**

**1. Psicoeducación en los colegios:** La psicoeducación es fundamental para promover la salud mental y el bienestar desde una edad temprana. Proponemos que el Ministerio de Educación y/o el Estado incluya un programa de psicoeducación en todos los colegios de Chile. Este programa debe abarcar aspectos de salud mental, inclusión e inteligencia emocional, con el objetivo de prevenir trastornos anímicos y el abuso de sustancias, especialmente en personas con predisposición genética. Además, consideramos importante la implementación de un ramo o taller específico para niños, niñas y adolescentes, que brinde herramientas prácticas y adaptadas a su edad para comprender y manejar sus emociones de manera saludable. Al naturalizar y concientizar sobre estas patologías desde la infancia, se promueve una cultura de responsabilidad y se brinda apoyo para enfrentar los desafíos que pueden surgir, impactando positivamente en la vida familiar y social.

**2. Inclusión Escolar:** Asegurar que los niños con trastornos anímicos reciban un trato justo, equitativo y comprensivo en el entorno escolar. Se requiere garantizar que los niños, niñas y adolescentes con TAB tengan acceso a un plan de educación individualizado que considere sus necesidades específicas, incluyendo adaptaciones curriculares, apoyos psicológicos y acompañamiento de personal especializado. Además, de ser posible, establecer medidas para prevenir la discriminación y el acoso escolar, promoviendo la sensibilización y capacitación del personal educativo para comprender y abordar adecuadamente las necesidades de estos niños, niñas y adolescentes. Es fundamental que todos los niños, niñas y adolescentes, independientemente de sus condiciones de salud, tengan igualdad de oportunidades para acceder a una educación de calidad y desarrollar su máximo potencial.

**3. Presencia de Psicólogos Especializados en Trastorno Afectivo Bipolar (TAB):** Establecer la presencia de psicólogos especializados en trastornos anímicos en todas las instituciones educativas, desde el nivel escolar hasta la universidad. Estos profesionales deben estar capacitados para ofrecer apoyo y orientación específica a estudiantes con esta condición, así como a sus familias.

**4. Evaluación Diferenciada de la Inasistencia por Licencias Médicas:** Desarrollar un sistema de evaluación de la inasistencia, que tenga en cuenta las licencias médicas relacionadas con episodios graves anímicos. Garantizar que los estudiantes no sean penalizados académicamente debido a su salud mental.

Proponemos la implementación de un sistema de evaluación diferenciada para abordar la inasistencia escolar relacionada con licencias médicas por episodios graves de salud mental. Este sistema garantizará que los estudiantes no sean penalizados académicamente debido a sus condiciones de salud. Es fundamental reconocer y apoyar la salud mental de los y las estudiantes, asegurando que tengan acceso equitativo a la educación sin sufrir repercusiones negativas en su rendimiento académico debido a situaciones fuera de su control.

**5. Departamentos de Acompañamiento en Universidades:** Exigir a las Universidades públicas y privadas, y a los Centro de Formación Técnica, establecer departamentos internos de acompañamiento para estudiantes con condiciones de salud mental, incluyendo el TAB. Estos departamentos deben proporcionar apoyo académico y emocional, así como la posibilidad de rendir exámenes en fechas diferidas, para aquellos con licencias médicas.

**6. Mantención de Becas Universitarias:** Garantizar que los estudiantes que enfrentan desafíos relacionados con la salud mental, y que estén en riesgo de perder un semestre académico debido a esto, no pierdan sus becas universitarias. Lo anterior, estableciendo un sistema que analice las necesidades de los y las estudiantes y su adherencia a su tratamiento respectivo.



## **D) Autocuidado, cuidadores, atenciones y hospitalizaciones domiciliarias:**

### **1. Autocuidado:**

a. Tratamiento en conjunto con la familia: El tratamiento del paciente con trastorno bipolar, debe comenzar desde la familia. Por lo tanto, los médicos tratantes deben incluir a las familias, independiente de la edad del paciente, en la información del diagnóstico, cuidados y ser derivados a un programa de psicoeducación para su recuperación. Informar al círculo cercano es fundamental para apoyar la adherencia al tratamiento médico.

b. Flujos de información expeditos: Se debe velar por que los profesionales, tanto psiquiatras como psicólogos informen a las familias cuando un/a paciente está desestabilizado/a, puesto que dentro de los episodios del TAB hay pacientes que pueden perder el sentido de realidad, por lo tanto, están en riesgo de no tomar la atención necesaria en los cuidados e ingesta de medicamentos.

### **2. Cuidadores:**

c. Reconocimiento: Que se reconozca tanto a los cuidadores temporales como permanentes, en personas que no ejerzan un trabajo remunerado y puedan tener un aporte por parte del Estado.

d. Licencias médicas coordinadas con cuidadoras/es: en caso de existir licencias de pacientes con TAB, que éstas se puedan extender al cuidador para hacer una recuperación efectiva dentro de la casa, además de ser pagadas sin discriminación. Recordamos que el trastorno bipolar puede ser una condición grave de salud. Debido a que las hospitalizaciones domiciliarias descongestionan los servicios de urgencia, para ello se requieren de los cuidadores y cuidadoras, en su generalidad familiares.

e. Promoción del cuidado de cuidadoras/es: Velar por el autocuidado de los cuidadores, tanto mental como físico. Proponemos que éstos tengan acceso, dentro de los tratamientos del paciente, a considerar su evaluación y seguimiento de salud física y mental.

### **3. Internación domiciliaria:**

f. Internación domiciliaria: La internación domiciliaria aporta no solo a descongestionar el sistema de salud público y privado en hospitalizaciones, sino que también tiene un menor impacto económico en las familias, mayor apoyo y cuidado personalizado para el paciente, colaborando activamente en su recuperación.

Para hacer esto posible sugerimos que, al momento de la visita con el especialista, se dé la orden de hospitalización domiciliaria, junto con la información y manejo de los cuidados que debe tener el paciente dependiendo del episodio que está cursando. Junto con esto, que el médico tratante o enfermera de turno haga seguimiento con un llamado diario para ver la evolución del episodio (por ejemplo, verificar si está durmiendo correctamente para la estabilización del ánimo). En caso contrario, se da la orden de internación. En los casos de intento y planificación suicida, estos deben ser derivados a hospitalización en el centro asistencial inmediatamente.



**E) Judicial, vulnerabilidad, estigma y juzgados de familia:**

**1. Psicoeducación en todas las áreas del sistema judicial:** Garantizar psicoeducación obligatoria y permanente de salud mental y trastorno bipolar, a los equipos multidisciplinario del Poder Judicial, tanto a jueces como abogados, y a todas las personas relacionadas a la labor. Generar espacios de conversación y charlas de psicoeducación para concientizar el TAB en las escuelas de Derecho del país, como en el Congreso y otros órganos gubernamentales.

**2. Apoyo y tratamiento médico:** Garantizar el tratamiento médico y apoyo psicosocial especializado a personas que cruzan procesos judiciales por custodia de hijos e hijas. Junto a ello, facilitar que los peritos y consejeros, técnicos estén psicoeducados para llevar a cabo el proceso.

**3. Programa de salud mental:** Durante el proceso judicial que se lleve a cabo, tener en consideración la continuidad responsable de la persona con su tratamiento. Junto con ello, reforzar el tratamiento de salud mental y de reinserción social con el fin de asegurar una rehabilitación efectiva.



### **Conclusiones generales.**

Luego de un proceso de participación ciudadana impulsado por la fundación SomosTAB y su comunidad entre abril y noviembre del 2023, jornadas que buscaron reflexionar sobre los derechos que poseen las personas con bipolaridad y su estado actual en distintas instancias de la vida cotidiana, tales como sistema de salud, trabajo, educación, entre otros. Se logró concluir a nivel general los siguientes puntos:

Si bien han existido avances en el estado actual de los derechos de las personas con trastorno bipolar, tales como la ley 21.331 sobre el reconocimiento y protección de los derechos de las personas en la atención de salud mental, es necesario revisar su actual funcionamiento y analizar de manera crítica la forma en que esta se ha aplicado en la actualidad. Esto con el fin de abarcar todas aquellas instancias de la vida en la que puede ser aplicada la ley.

Debe existir una promoción de instancias de psicoeducación en todos los ámbitos de la sociedad. Es decir, en instancias laborales, educativas y distintas instituciones públicas que componen el aparato estatal, lo anterior, para dar a conocer los derechos de las personas con trastorno bipolar e información sobre la condición, combatiendo así los prejuicios y la discriminación que las personas puedan sufrir en cualquier ámbito en el cual se desenvuelven.

Es necesaria la existencia de entes fiscalizadores que velen por el cumplimiento de aquellas leyes que han significado un avance para los derechos de las personas con trastorno bipolar, además, asegurar el cumplimiento de las nuevas leyes o instancias inclusivas que busca crear el presente petitorio. Ahora bien, con respecto a los entes fiscalizadores que existen en la actualidad, creemos que estos deben ser fortalecidos a través de procesos de psicoeducación y concientización para el resguardo de los derechos de todos y todas.

Por último, se puede señalar que los puntos tratados en este petitorio conforman una serie de exigencias que abordan los derechos y dignidad de las personas con bipolaridad desde un enfoque integral que promueva la creación de procesos inclusivos exitosos y que permitan la colaboración entre diversos actores, incluidos los profesionales de la salud, los empleadores, las instituciones educativas y el sistema judicial, para lograr un cambio significativo en la vida de las personas con bipolaridad y sus familias.



#### IV. Informe de Experiencias de personas con TAB

# Informe de Experiencias de personas con TAB

---

AGOSTO 2024

---



# Por los derechos de las personas con TAB

## Introducción

Durante el año 2023, la Fundación SomosTAB llevó a cabo una serie de asambleas, reuniones y actividades con el objeto de reflexionar sobre la situación actual que viven las personas diagnosticadas con trastorno afectivo bipolar (en adelante TAB). Estas conversaciones dieron lugar a que se pensara una manera de aportar, concretamente, a mejorar las condiciones de vida de todos quienes padecen dicha condición de salud mental y de sus familias.

Por ello, surgió la necesidad de elaborar un análisis más profundo sobre las distintas áreas en las que se desarrolla una persona, con el objeto de estudiar si quienes tienen TAB se encuentran, o no, en una posición de desventaja o discriminación con respecto a la población general. En concreto, las áreas investigadas fueron: (1) laboral, (2) sistema de salud e internaciones, (3) sistema educativo y (4) sistema judicial.

En las siguientes páginas se presentan los resultados de dicho diagnóstico, que constituyen una fuente invaluable de información, lo que posibilitará que podamos seguir abogando por mejorar las condiciones de salud mental en nuestro país. A partir de ello, hemos estado elaborando un levantamiento y análisis de información que será entregado a la Administración del Estado y al Poder Legislativo, para promover la discusión normativa en torno a la protección efectiva de los derechos de las personas con TAB.

## Estudio analítico

Para levantar información acerca de las necesidades y problemáticas que aquejan a las personas con TAB desarrollamos una encuesta, tanto a nuestros Grupos de Apoyo Mutuo (GAM), como también a personas externas a la fundación, cuyo objetivo fue conocer las experiencias de personas con trastorno bipolar en el sistema de salud, laboral, educacional y judicial.

<b>Sistema de Salud:</b> 	<b>Inclusión en instituciones de educativas:</b> 	<b>Autocuidado, cuidadores, y hospitalizaciones domiciliarias:</b> 
<ul style="list-style-type: none"><li>• Programas de detección temprana en la atención primaria de salud, psicoeducando a profesionales de la medicina, dirigido a urgencias, psicólogo, médicos generales y psiquiatras.</li><li>• Que las unidades de urgencia cuenten con la atención de un médico especializado en salud mental.</li><li>• Ampliar la cobertura terapéutica del GES.</li><li>• Libre disponibilidad a exámenes de control de medicamentos y de tiroides.</li><li>• Que cada unidad de psiquiatría tenga o haga la derivación a un programa de psicoeducación.</li><li>• Promover en las universidades la investigación en el TAB para mejorar la comprensión de esta condición.</li><li>• Creación de una Comisión Fiscalizadora para Cumplimiento de Derechos de los pacientes en el sistema de salud.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Programa de psicoeducación en todos los colegios.</li><li>• Garantizar que los niños con trastorno bipolar tengan acceso a un plan de educación individualizado (PEI).</li><li>• Establecer la presencia de psicólogos especializados en Trastornos anímicos en todas las instituciones educativas, desde el nivel escolar hasta la universidad.</li><li>• Evaluación Diferenciada de la Inasistencia por Licencias Médicas.</li><li>• Departamentos de Acompañamiento en Universidades.</li><li>• Mantención de Becas Universitarias.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Tratamiento en conjunto con la familia.</li><li>• Flujos de información expeditos.</li><li>• Propaganda mediática.</li><li>• Reconocimiento a los cuidadores temporales como permanentes.</li><li>• Licencias medicas coordinadas con cuidadoras/es.</li><li>• Promoción del cuidado de cuidadoras/es.</li><li>• Internación domiciliaria.</li></ul>
	<b>Trabajo e Inclusión Laboral:</b> 	<b>Judicial, vulnerabilidad, estigma y juzgados de familia:</b> 
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Implementar programas de psicoeducación para empresas y empleadores.</li><li>• Promover el respeto y cumplimiento de las licencias médicas por parte de los empleadores.</li><li>• Subsidio temporal o permanente para personas con TAB.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Psicoeducación en todas las áreas del sistema judicial</li><li>• Garantizar el tratamiento médico y apoyo psicosocial especializado a personas que cruzan procesos judiciales.</li><li>• Programa integral de salud mental de calidad que complemente el ya existente, para personas con enfermedades afectivas y en especial para aquellas que siguen su tratamiento permanentemente.</li></ul>



De un total de 577 datos recabados, fueron válidamente reconocidos 572, dada la duplicidad de los 5 restantes.

Preguntas Respuestas **577** Configuración

# Somos TAB

Sección 1 de 5

## Consulta sobre experiencia de personas con trastorno bipolar en los sistemas de salud, laboral, educación y judicial

El siguiente formulario ha sido creado para recoger la experiencia de personas con trastorno bipolar en los ámbitos que se mencionan en el título, y que participan o no en los grupos de apoyo mutuo (GAM) de Fundación SomoTAB. El objetivo es obtener datos y testimonios que permitan reflejar las problemáticas a las que se enfrentan las personas con bipolaridad en Chile. Todo, con el fin de exponer en el Congreso esta realidad, un desafío que nos hemos propuesto en la comunidad de SomosTAB tras la realización del petitorio "Por los derechos de las personas con TAB".

La entrega de información es confidencial. La entrega de nombre es opcional.

El 61% (350 personas) reside en la Región Metropolitana, mientras que el 29% (222 personas), residen en regiones:



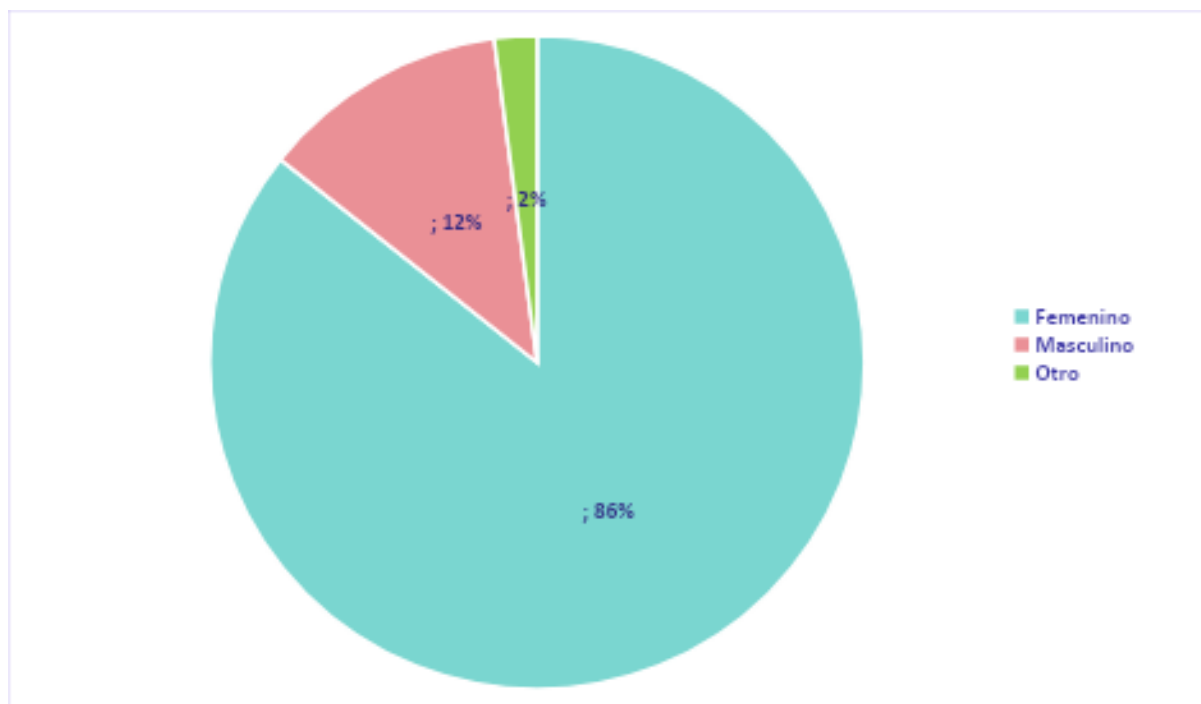


Gráfico 1



Un 86% (490 personas) se reconoce con el género femenino, un 12% (70 personas) se reconoce con el género masculino y un 2% (12 personas) se reconoce con un “otros”.

Gráfico 2:





Adicionalmente, a continuación se dejan gráficas del rango etario y ocupación actual de las personas que respondieron la encuesta.

Gráfico 3:

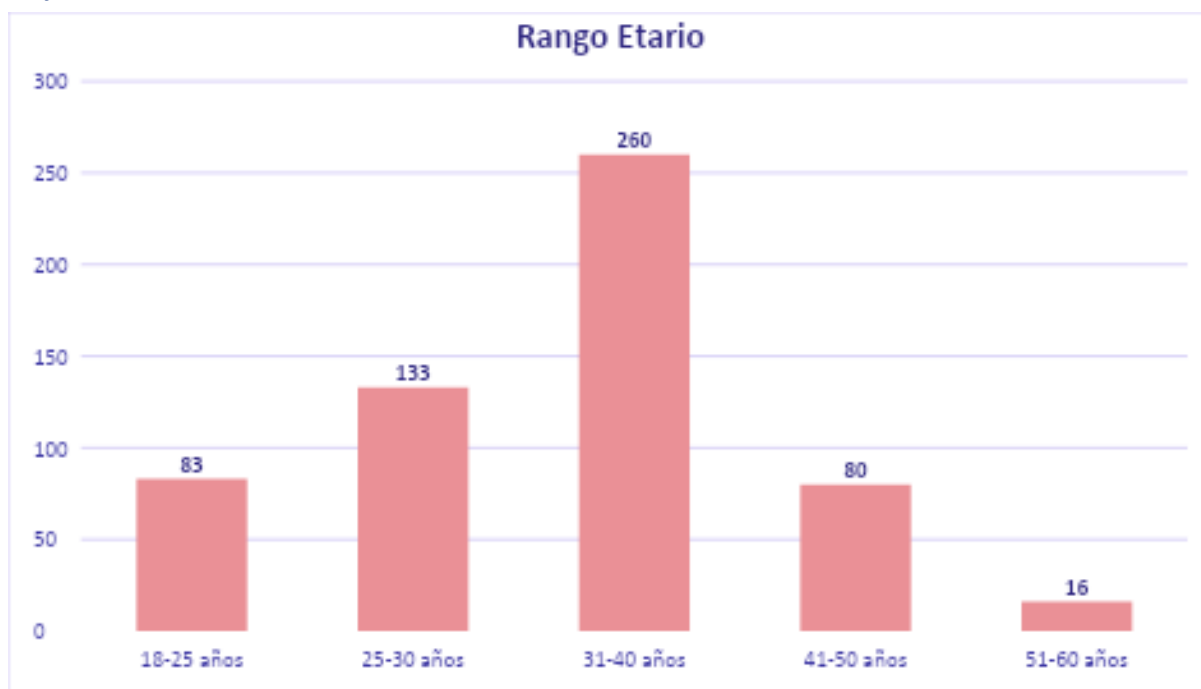
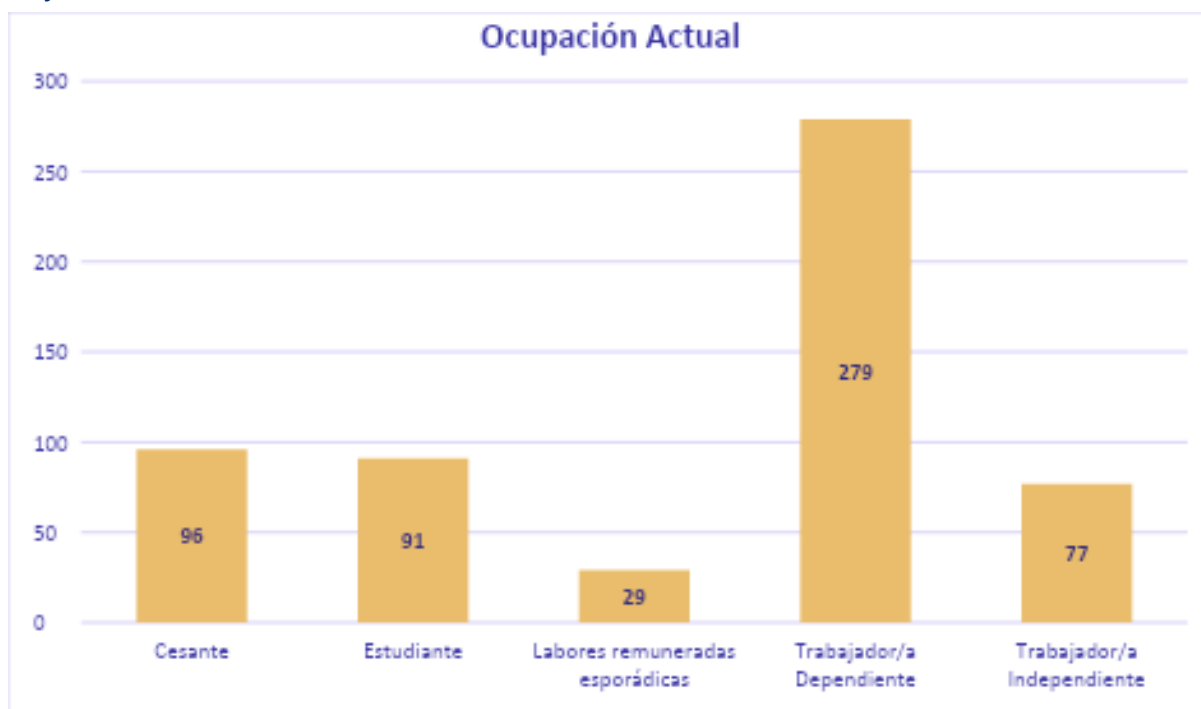


Gráfico 4:





# EXPERIENCIAS

## I. Ámbito laboral

### 1. ¿Has sentido discriminación en algún trabajo, ocupación o entrevista de trabajo al indicar tu diagnóstico?

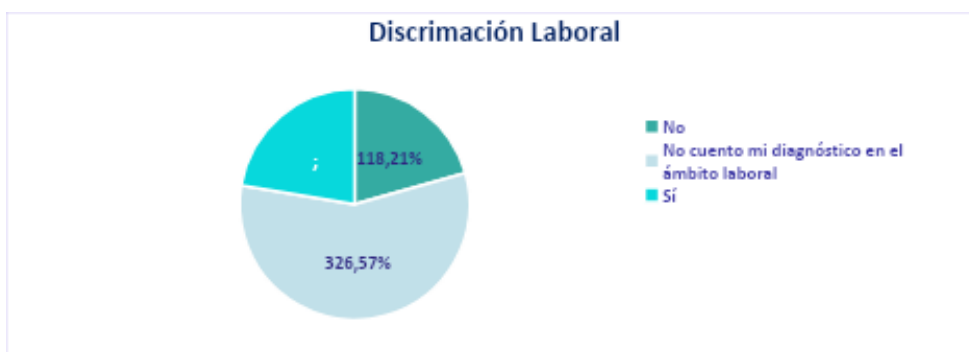


Gráfico 5:

El 57% de los encuestados no cuentan su diagnóstico en el trabajo o durante una entrevista laboral, por miedo al estigma. Lo que en general manifiestan es que esperan ser evaluados o valorados por sus habilidades y no por la condición médica que tengan.

El 22% de la muestra ha sido discriminado de manera directa o indirecta en el ámbito laboral, tanto en entrevistas, como durante el desarrollo de sus actividades.

A continuación, se dejan ejemplos de algunos relatos recibidos.

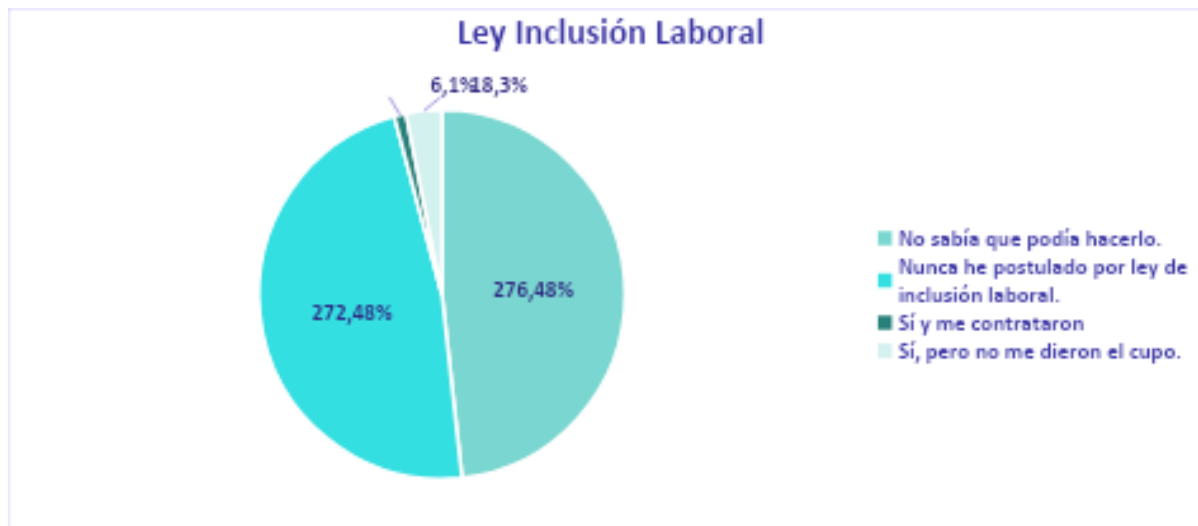
Cuadro 1:

RECOPILACIÓN DE RELATOS	
•	No me renovaron contrato por mi diagnóstico, luego de tener algunas crisis, posterior a ellas sufrí malos tratos de parte de la jefatura y burlas de mis compañeros.
•	Una vez me contactaron por LinkedIn, y al comentar mi diagnóstico me dijeron que mejor me enfocara en mi trastorno sin tomar en cuenta mis aptitudes.
•	En algún momento tuve que cambiar mi medicación y cambió el trato de mis empleadores por encontrarme "dopado", comentando que tenía una mala racha.
•	Al ser profesora se me cuestionó estar apta para estar con niños.
•	Una entrevistadora me dijo: pensé que por ser bipolar serías muy inestable al responder.
•	Entré con cupo de inclusión, mencioné que estaba en tratamiento, pero esperaban que trabajara como si nada me pasara, no me hicieron ajustes para las crisis y cuestionaron mis licencias.
•	No fui contratada por tener TAB y mi restricción de trabajar en turnos nocturnos.
•	En un centro de salud mental público donde trabajaba tuve que informar mi diagnóstico a la jefatura para asistir a mis controles. Producto de una crisis y luego de 3 meses de licencia, me habían sacado del cargo, porque pensaban que no regresaría.
•	Al declarar, para una minera, que era bipolar y tomaba medicamento, rechazaron mi entrada hasta que llegara con un certificado que indicara que estaba controlado.
•	Mis jefes han dicho, es buena en lo que hace, cuando no le dan bajones.



## 2. ¿Has solicitado trabajo bajo la Ley de inclusión laboral? Ley N°21.015

Gráfico 6:



El 48% de las personas con bipolaridad encuestadas, no sabía que podía postular a un trabajo por Ley de Inclusión Laboral, lo que se relaciona directamente con el **desconocimiento para obtener la credencial de discapacidad**. Esto, dado que en el sistema de salud donde son atendidos, no les han informado sobre este derecho. El otro 48% prefiere no postular bajo esta Ley.

Respecto de la población que ha postulado bajo la Ley de Inclusión Laboral, sólo el 1% ha sido contratado, y el 18% restante no obtuvo el cupo. A continuación, se dejan ejemplos de algunos relatos recibidos.

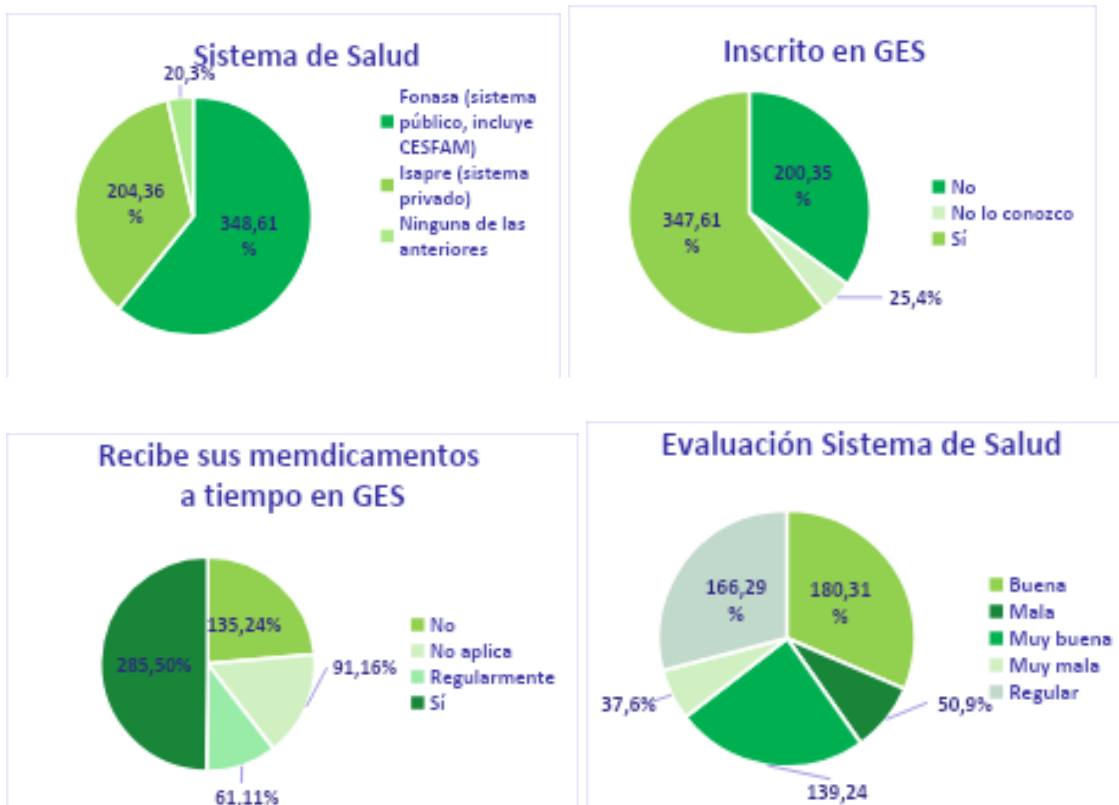
Cuadro 2:

RECOPIACIÓN DE RELATOS	
•	He postulado y han caído en prácticas irregulares, como pedirme fotos de la credencial de discapacidad.
•	Fue muy sesgada por tener algo psíquico, yo también tengo físico por la vista, por lo que me di cuenta que buscaban discapacidad física porque es visible y notoria la "inclusión" y algo psíquico era un riesgo porque ellos asumen cualquier cosa de uno.
•	Dan el cupo porque la empresa lo necesita, pero no están dispuestos a hacer ajustes.
•	No me contratan por tener bajo porcentaje en el certificado de discapacidad.
•	La credencial va demorando 5 meses en trámite, he postulado por mercado público indicando q tengo discapacidad, pero no credencial y no me han contratado. También he postulado indicando quq sí tengo credencial pero tampoco.
•	Ha sido una muy buena experiencia hasta el momento, sobre todo por los permisos para médico y exámenes.



## II. Ámbito de salud

Gráficos 7, 8, 9 y 10:



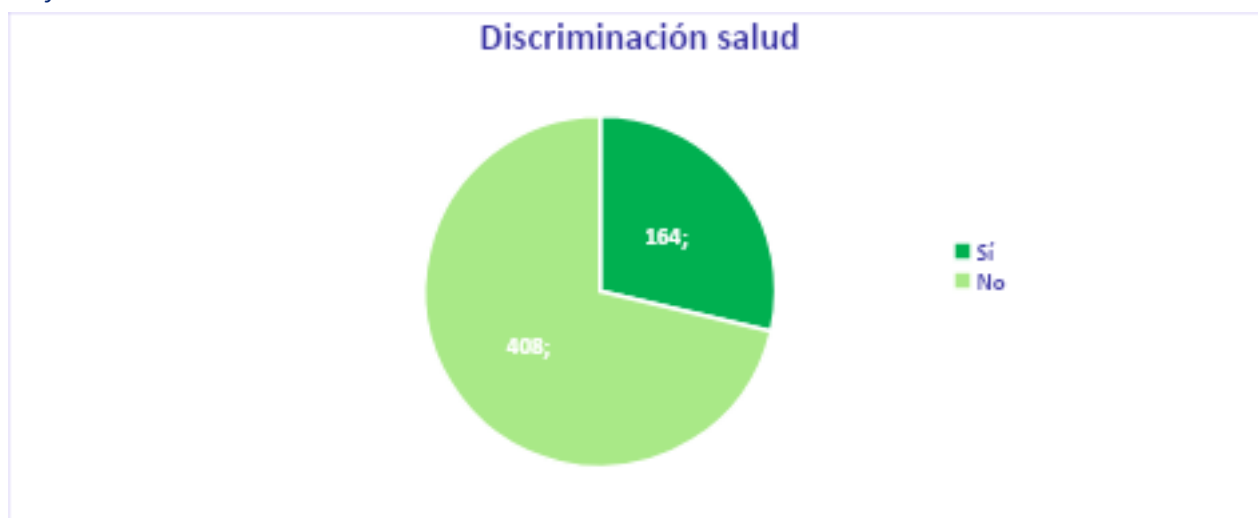
Del total de personas encuestadas (572) un 61% se atiende en Fonasa, mientras que el 36% se atiende en el sistema privado. Además, el 61% se encuentra inscrito en el sistema de Garantías explícitas en salud (GES), los que se atienden en los distintos sistemas de salud existentes. Por su parte, el 50% de las personas reciben sus medicamentos a tiempo.

En último término, respecto de las calificaciones otorgadas por los encuestados al sistema de salud, un 32% lo calificó como “Bueno”, un 29% como “Regular”, un 24% como “Muy buena”, un 9% como “Mala” y un 6% como “Muy mala”.



### 3. ¿Has sentido discriminación en el sistema de salud por el cual te atiendes?

Gráfico 11:



Del total de entrevistados, un 29% ha sufrido alguna especie de discriminación por su sistema de salud, tanto público como privado. La mayor parte de los testimonios refiere al sistema público de salud, tanto en su aspecto previsional (FONASA), como respecto del agendamiento de horas médicas con especialistas, entrega de medicamentos y prestaciones varias en materia sanitaria y asistencial. A su vez, respecto del sector privado, muchas experiencias dan cuenta de los elevados precios de los medicamentos y de las atenciones psiquiátricas y psicológicas.

Finalmente, se pueden desprender diversas dificultades en torno al sistema GES, desde lo burocrático y complejo que resulta su acceso (para cualquiera de los dos sectores), hasta las largas listas de espera para poder obtener un cupo. Sin embargo, de la muestra, muchas personas manifiestan atenderse psiquiátrica y psicológicamente con prestadores privados, y servirse del GES solo en cuanto a los medicamentos, dados (1) los extensos periodos para obtener horas con especialistas, y (2) el alto costo de los medicamentos.

A continuación, se presenta un extracto de los relatos que dan cuenta de la discriminación sufrida en los distintos sistemas de salud.



Cuadro 3:

RECOPIACIÓN DE RELATOS	
<ul style="list-style-type: none"><li>Recibo atención psiquiátrica aparte con una ONG, si no fuera así la atención de COSAM sería insuficiente, tanto por la frecuencia de las sesiones como la rotación del personal médico. Justo ahora estoy esperando que llegue un doctor a dar cupo a quienes quedamos sin doctora, van 3 meses.</li><li>Llevo cuatro años esperando interconsulta al psiquiatra y sin eso no me dan medicamentos.</li><li>Mi Isapre no reembolsa todas las consultas psicológicas o psiquiátricas que necesito al año. No estoy en el GES porque la marca de lamotrigina incluida en la canasta me provocó eventos adversos.</li><li>La atención primaria es positiva, pero se nota que el sistema está colapsado, llevo años esperando que me deriven de mis CESFAM al hospital regional (ya que no hay un CECOSAM ligado al sector donde vivo) y no me han llamado, así que la evaluación y recetas las emite un médico general.</li><li>Al ingresar al GES, me querían sacar de la Isapre por abusar de licencias médicas "falsas".</li><li>la Isapre cambia su canasta y a veces no hay de los medicamentos que necesito.</li><li>Lo más difícil es asumir el costo de los medicamentos. En mi caso no he pasado por el Ges por qué voy a quedar con pre existencia es duro el sistema de salud.</li><li>Llevé mis papeles al consultorio por el GES (el año pasado) hasta el momento no me han llamado. En estos momentos estoy cesante y no puedo asistir a psiquiatría ya que tengo el dinero para pagar la consulta.</li><li>En la entrevista para cambiarme de Isapre, ingenuamente mencioné el TAB y me rechazaron.</li><li>En mi control de reciente dx una doctora me dice que nosotros los bipolares nunca tenemos amigos, nunca duramos en los trabajos, nunca tenemos estabilidad en nada. Y si estoy tan mal para no ir a trabajar entonces mejor me manda a ingresar al psiquiátrico. Todo esto estando embarazada.</li></ul>	

#### 4. ¿Has sido derivado a Hospitalización?

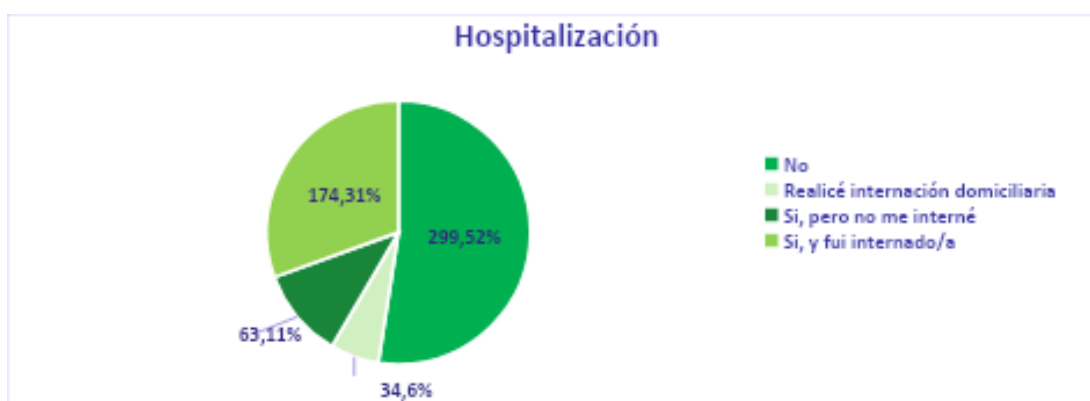


Gráfico 12:

Del total de los encuestados, un 48% ha sido derivado a hospitalización, de los cuales un 31% fue internado, un 11% no lo fue, y un 6% se internó de manera domiciliaria.

A continuación, se presentan algunas experiencias de personas que han sido internadas.





Cuadro 4:

#### RECOPIACIÓN DE RELATOS

- Al ingresar por una sobredosis de pastillas, me ataron a la cama y me dicen que me tendrían así hasta que me viera un psiquiatra, mientras tanto, unas TENS eran super agresivas conmigo, además, una constantemente me decía que por haber intentado suicidarme me iba a ir al infierno y ese tipo de cosas. Al final, pasaron 5 días para que me viera un psiquiatra quien ordeno desatarme inmediatamente, pero la larga espera ya me había afectado mucho psicológicamente.
- En el hospital regional de Concepción, recibí pésima atención ante una crisis que fue derivada de parte de mi psicólogo, no tuve atención prácticamente, me dieron una pastilla y me mandaron a la casa después de casi 18 horas en la sala de espera.
- Fue horrible, no me escuchaban ni contenían emocionalmente el personal del hospital, fue como estar en una cárcel.
- Mis dos hospitalizaciones fueron en Santiago, hospital Felix Bulnes. Muy mala experiencia con los profesionales médicos, solo realizan contenciones forzosas violentas, mal tratamiento por ejemplo en manía me tenían con solo 300mg de litio... Ningún psicólogo me vio, solo las que apoyan allí son las terapeutas ocupacionales que serían las únicas que más ayudan a uno como paciente y realizar otras actividades recreativas. Además, en mi primera hospitalización en el 2018 me invalidaron, le dijeron a mis padres que jamás podría tener una vida normal ni ejercer nunca mi profesión, solo decían que yo era una esquizofrénica, posteriormente gracias a un doctor en Felix Bulnes de forma ambulatoria, gracias a él, que me pudo diagnosticar correctamente, puede salir adelante con la farmacología más adecuada.
- La internación fue muy compleja, no querían al principio y después lo admitieron y me tuvieron en el pasillo de urgencias con la indicación que tenía que estar vigilada por algún familiar. El medico pasaba una vez a las 8 , me preguntaba como me sentía ( yo no sentía nada bueno en ese entonces) y pasaba u a psicologa que me trataba como niña y como si no conociera lo q habia echo y con preguntas muy raras. Duré 3 días en el pasillo, vi gente morir a mi lado, tenía la vía mal puesta y no podía dormir pero tampoco estaba tan en el presente, estaba muy dopada y después me enviaron a la casa porque el médico no estaba los fin de semana y era un riesgo estar ahí sin supervisión de él. Tuve que volver el Lunes con mi mamá, le dijeron que no habían camas en Talca y que podía demorarse un par de semanas en saber una nueva respuesta, así que decide enviarme al hospital de día y fue lo peor que viví.
- Creo que el internarme me dio la oportunidad de conocer muchas realidades, sin embargo, éramos juzgados por quién consumía más medicamentos, éramos juzgados por nuestros dolores, éramos juzgados por las cuidadoras, y cada vez que necesitábamos una ayuda se nos negaba.

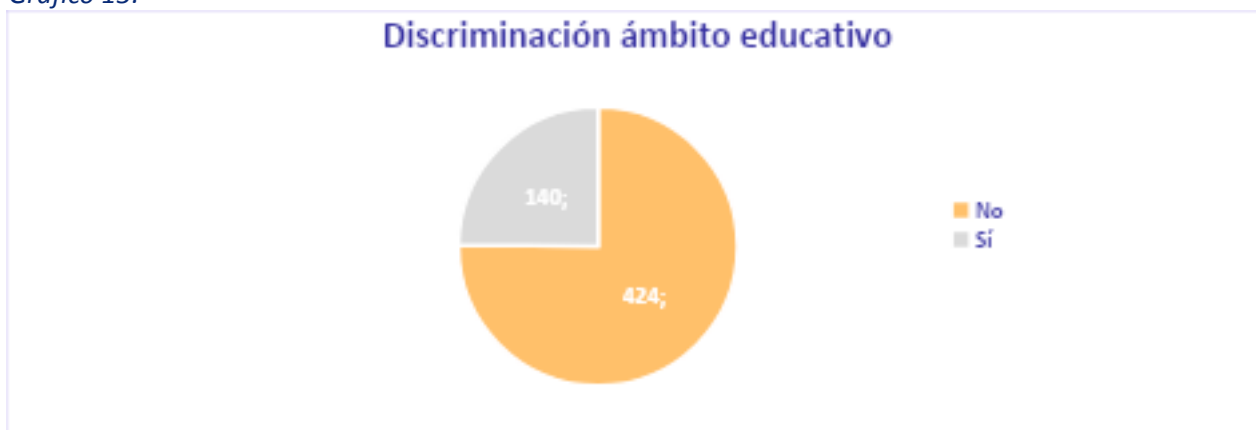




### III. Ámbito educacional

#### 6. ¿Has sentido discriminación o fuiste discriminado en alguna época de estudio, cuando ya tenías el diagnóstico de Bipolaridad?

Gráfico 13:



El 25% de los encuestados afirma haber sufrido algún tipo de discriminación mientras cursaron (o se encuentran cursando) niveles formales de enseñanza básica, media o superior. A partir de los testimonios, se puede concluir que esta discriminación puede provenir tanto de los pares (otros estudiantes, compañeros, etc.), como también de profesores y miembros con cargos mayores como equipos directivos, directores de escuela, jefes de carrera, decanos, entre otros.

Se incorpora, a continuación, una recopilación de las experiencias descritas.

Cuadro 5:

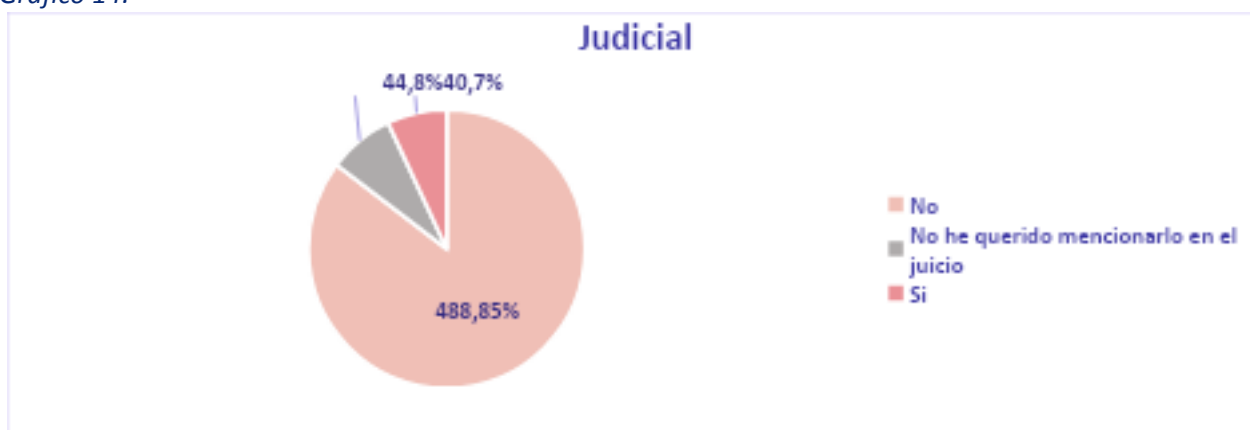
RECOPILACIÓN DE RELATOS
<ul style="list-style-type: none"><li>• Fui declarado "no apto" para terminar medicina, por mis profesores.</li><li>• Nula consideración frente a los múltiples problemas para avanzar en mis estudios, finalmente, no fui capaz de terminar la tesis, por lo tanto, no tengo el título. Me rendí.</li><li>• En el Liceo donde termine siendo alumna libre por tanta discriminación y bullying mientras que en la universidad cada mes tengo que presentar certificado médico para que me dejen en paz.</li><li>• Mucho prejuicio, dudas de mi juicio de realidad, cualquier situación en la que me sintiera triste o vulnerable se atribuía a mi bipolaridad.</li><li>• La jefa de carrera me pidió que llevara certificado donde indicara que me tomaba mis medicamentos y que seguiría con ellos para no ser un peligro para los demás, además que a veces presente certificados para ausentarme por mis crisis y no fueron respetados.</li><li>• No me incluían en los grupos de trabajo porque había tenido licencia médica, me decían inestable y me exponían a situaciones de riesgo (drogas y alcohol) sabiendo mi diagnóstico.</li><li>• Una profesora les dijo a mis compañeros que no se juntaran conmigo porque una persona con problemas de salud mental era una manzana podrida por suerte no le hicieron caso y me contaron lo sucedido, pero fue muy doloroso.</li><li>• La secretaria de estudios me dijo que debía decirles a todos mis docentes sobre mi diagnóstico.</li><li>• Mis compañeros de Universidad, me aislaron porque debido a mis crisis.</li><li>• En mis prácticas profesionales mi tutora me trataba distinto debido a mi trastorno, después me enteré de que a una compañera le diagnosticaron depresión y le dijo, "oh, que pena, ibas tan bien".</li></ul>



## IV. Ámbito judicial

### 7. ¿Has pasado por algún juicio donde tu diagnóstico haya sido parte de las pruebas a favor o en contra de la causa?

Gráfico 14:



Del análisis de las respuestas, se puede desprender que un 7% (40 personas) ha sido parte de procedimientos judiciales donde su diagnóstico ha tenido algún grado de relevancia procesal. Del mismo modo, es relevante señalar que un 8% (44 personas) decidió no mencionar su diagnóstico, motivadas presumiblemente por el estigma que este conlleva y por el valor que pueda dársele por parte del juez. Sin embargo, la gran mayoría de los entrevistados (85%, correspondiente a 488 personas) ha manifestado que no ha sido parte de juicios donde su diagnóstico haya sido usado como motivación de la contraparte o del juez para fallar de una forma u otra.

De ese 7% cuyo diagnóstico fue utilizado procesalmente, en general la instrumentalización fue realizada solo por la contraparte (en su mayoría a modo de amenaza para probar su incapacidad o falta de juicio y razón), siendo desestimada por el juez. Sin perjuicio de ello, también se observaron casos de discriminación llevada a cabo por jueces y otros funcionarios de la administración de justicia.

Es preciso señalar también que en algunas ocasiones el diagnóstico fue aceptado como prueba a favor de quienes, a causa de un episodio, llevaron a cabo conductas impropias o contrarias al ordenamiento jurídico.

A continuación se muestra una compilación de dichos relatos.



Cuadro 6:

#### RECOPILACIÓN DE RELATOS

- El papá de mi hijo mayor intentó usarlo de argumento para pedir la tuición pero no lo tomaron en cuenta.
- Mi ex pareja me expuso en un juicio donde fui amenazada de muerte por él. Su argumento fue que yo estaba loca que tenía un diagnóstico por trastorno bipolar y que estaba inventando todo. Que lo hacía de despechada .el juicio sigue sin resolver a mi favor ni al de él.
- En un caso de violencia intrafamiliar, mi agresor uso mi diagnostico en mi contra para demostrar que era incapaz de demandarlo y le dieron la favor a él desestimando el caso a pesar de tener evidencias.
- Soy Trabajadora Social, sé que hay mucho prejuicio e ignorancia en el sistema judicial lo que resulta muy frustrante. Gané el juicio, pero estoy segura que de haber mencionado la Bipolaridad se me habría cuestionado muchísimo, por muy controlada que mantenga mi enfermedad.
- Tuve una descompensación que no me permitió manejar mi ira por lo que rompí un notebook que no era mío, me procesaron como una delincuente más. Cabe mencionar que carabineros informo el fiscal de turno de mi diagnóstico y él se negó a dejarme en libertad.
- Aún no termina el juicio pero se aceptó como prueba el diagnóstico.
- Acusación de mi parte por acoso laboral, me tacharon de sensible y descompensada.
- Fue utilizado como prueba a favor, en el contexto de un juicio abreviado, por una falta menor derivada de un episodio hipomaniaco.
- Una funcionaria a mi cargo me denunció por acoso laboral y durante la citación al juzgado, su abogado apeló a que por mi diagnóstico, a pesar de que estoy en control y tratamiento, no estaba en condiciones para asumir una jefatura. Por supuesto que el juicio salió a mi favor, pero fue muy triste tener que pedirle a mi psiquiatra y psicólogo que hicieran un informe para indicar que estaba apta para el cargo.
- Persecución judicial por jueza que no cree aun en mi estabilidad. Mi ex marido me trata de loca y amenaza con la enfermedad y que no puedo cuidar a mis hijos me da miedo constante esto.



## Reflexiones finales

A partir del trabajo expuesto en las presentes páginas, que emana del proceso de participación impulsado por la Fundación SomosTAB entre abril y noviembre de 2023, se lograron concluir a nivel general los siguientes puntos:

- 1) Si bien han existido avances en la protección de los derechos de las personas con trastorno bipolar, como la Ley 21.331 sobre el reconocimiento y protección de los derechos de las personas en la atención de salud mental, es necesario revisar su actual funcionamiento y analizar críticamente la forma en que esta se ha aplicado en la actualidad. Lo anterior, con el fin de abarcar todas aquellas instancias de la vida en la que puede ser aplicada la ley.
- 2) Es necesario seguir promoviendo instancias de psicoeducación en todos los ámbitos de la sociedad. Es decir, en instancias laborales, educativas y en distintas instituciones públicas que componen el aparataje estatal. Esto, con el objeto de dar a conocer los derechos de las personas con trastorno bipolar y la información sobre dicha condición, combatiendo así los prejuicios y la discriminación que puedan sufrir en cualquier espacio en el que se desenvuelvan.
- 3) Se torna urgente la creación de nuevos entes fiscalizadores que velen por el cumplimiento de las normas que contengan disposiciones sobre salud mental. Ahora bien, con respecto a los entes fiscalizadores que existen en la actualidad, creemos que deben ser fortalecidos a través de procesos de psicoeducación y concientización para el resguardo de los derechos de todos y todas.

Los puntos tratados en este informe están estrechamente vinculados con el trabajo que se está promoviendo desde la Fundación SomosTAB dentro de la discusión legislativa, pues gracias a los datos recopilados se han podido tener presentes todas las inquietudes, experiencias y falencias de los distintos sistemas de la sociedad. A partir de esto, el análisis de la información ha tenido como fundamento principal abordar los Derechos que emanan de la dignidad de toda persona, para así extrapolarlos hacia las necesidades de quienes viven con trastorno bipolar.

Por medio de él, buscamos que estas necesidades se tengan presentes desde un enfoque integral, que promueva la creación de procesos inclusivos exitosos, permitiendo con ello la colaboración entre los diversos actores de la sociedad, como los profesionales de la salud, los empleadores, las instituciones educativas y el sistema judicial.