



Universidad de Concepción
Dirección de Postgrado
Facultad de Ingeniería
Facultad de Ciencias Biológicas
Facultad de Ciencias Ambientales
Programa de Magíster en Gestión Integrada: Medio Ambiente, Riesgos
Laborales y Responsabilidad Social Empresarial

**PROPUESTA DE UN PROGRAMA PARA LA PREVENCIÓN
Y MEJORA DE LA SALUD MENTAL MEDIANTE EL
APROVECHAMIENTO DE LOS ESPACIOS VERDES:
BAÑOS DE BOSQUE, UNIVERSIDAD DE CONCEPCIÓN**

Estudio efectuado en Proyecto de Graduación para optar al grado de
Magíster en Gestión Integrada: Medio Ambiente, Riesgos Laborales y
Responsabilidad Social Empresarial

MARCELO ALEJANDRO MEDINA HERENCIA

Profesor Guía: Ricardo Figueroa Jara
Profesor Co – guía: Mauricio Aguayo
Facultad de Ciencias Ambientales
Universidad de Concepción

RESUMEN

La Universidad de Concepción es una Institución de Educación superior, cuyo renombre se debe a más de un siglo de historia entregando formación de primer nivel, aporte al desarrollo regional, difusión de la cultura y contacto con la comunidad. Es relevante destacar que el diseño de la infraestructura, inserto en un ambiente natural y abierto, ha permitido generar un grato ambiente del cual se pueden obtener ventajosas oportunidades.

El presente estudio tiene como intención hacer uso de los espacios del bosque nativo de la Universidad de Concepción con la finalidad de proponer un programa para la prevención y mejora de la salud mental de los funcionarios UdeC, llevando a la práctica la técnica japonesa Shinrin Yoku (Baños de bosque), la cual consiste en realizar un recorrido guiado por un ambiente natural y aprovechar las sustancias en la salud de las personas, ya que son una buena opción para reducir el stress y otras alteraciones.

Con la finalidad de conocer la institución, se realizó una caracterización del contexto interno y externo de la Organización, además de un diagnóstico en los ámbitos legales, ambientales, sociales y laborales considerando todos los requerimientos que debe de cumplir el proyecto para lograr una buena gestión en estos ámbitos. Se identificaron y evaluaron los riesgos que se generan en el proyecto, estimando su causalidad a través de diferentes metodologías. Se propone un modelo de Gestión ya que la dimensión del proyecto nos permite poder integrar los aspectos laborales, ambientales y sociales utilizando como referente la gestión adaptativa. Junto con este último punto, se incorpora un plan de implementación para el modelo de gestión propuesto. Se realizó también un estudio de benchmarking para analizar los servicios y procesos de trabajo que se están realizando de la técnica Shinrin Yoku a nivel regional. Para cerrar las brechas encontradas en el estudio se plantearon dos proyectos que tributan al mejoramiento de la organización en ámbitos de la sustentabilidad