



Ilustre Municipalidad
de Dalcahue

ACTA DE RECEPCIÓN DE SERVICIOS

En Dalcahue, a 09 de junio de 2026, la **Directora de Desarrollo Comunitario**, señora **Claudia Bórquez Miranda**, deja constancia de la recepción conforme de los servicios prestados por **don Oscar Arturo Muñoz Palma**, como Psicólogo en la Capacitación "Prevención del Burnout y Promoción del Autocuidado" para 3er Encuentro Red Territorial OMIL Chiloé Norte.

Las funciones fueron desempeñadas de manera responsable y acorde a las laborales correspondiente al contrato a honorarios vigente, durante el mes de **Mayo de 2026**.

Se emite la presente acta para ser entregada a la **Dirección de Administración y Finanzas**, con el fin de cursar el pago correspondiente al período mencionado.



Claudia Bórquez Miranda

Directora de Desarrollo Comunitario



I. MUNICIPALIDAD DE DALCAHUE

INFORME ACTIVIDADES REALIZADAS MES DE MAYO 2026

DE : Oscar Arturo Muñoz Palma/ Psicólogo

A : Kissy Sepúlveda Barría

Por medio del presente informe, doy a conocer las actividades realizadas durante el mes de Mayo:

ACTIVIDADES REALIZADAS

Fecha: 19-05-2026

Jornada: Prevención del Burnout y Promoción del Autocuidado

Introducción

En el marco de las acciones destinadas a fortalecer el bienestar laboral, se llevó a cabo una jornada teórico-práctica orientada a la prevención del síndrome de burnout y al fomento del autocuidado.

La actividad se desarrolló siguiendo la metodología planificada en el programa, combinando momentos de exposición breve con espacios vivenciales y de reflexión grupal. Durante toda la jornada, se promovió activamente un clima de confianza y respeto, lo que facilitó que los participantes se involucrarán de manera voluntaria y entusiasta en cada una de las propuestas.

Desarrollo de la jornada

La actividad comenzó con una bienvenida y una contextualización teórica, donde se abordaron las principales señales de alerta del burnout, sus dimensiones y los factores de riesgo presentes en el contexto laboral cotidiano. Los asistentes participaron activamente en este momento, aportando sus propias experiencias y reflexionando colectivamente sobre las exigencias habituales de su trabajo.

Luego de un coffee break que permitió el descanso y la conversación informal apoyados en la película "La Vida de Chuck", se desarrolló una dinámica de resiliencia emocional mediante cartas reflexivas. Cada asistente trabajó con una sus acciones de autocuidado y sobre sus fortalezas personales, apoyo social o sentido del trabajo, escribiendo respuestas personales en formato de carta. Nuevamente, la participación fue activa y respetuosa, con varios integrantes del grupo leyendo sus reflexiones o intercambiándolas con compañeros.

La jornada cerró con una cosecha colectiva, donde los participantes compartieron en plenario palabras, frases o aprendizajes significativos. Este momento fue especialmente participativo, y se lograron identificar compromisos personales y colectivos vinculados al autocuidado en el trabajo diario. Finalmente, se realizó un breve cierre con agradecimientos y sellamos la experiencia de manera integradora.



I. MUNICIPALIDAD DE DALCAHUE

Conclusiones

En líneas generales, la jornada cumplió con los objetivos previstos en el programa. Los participantes mostraron una actitud activa y comprometida en todas las etapas, desde las reflexiones iniciales hasta la generación de acuerdos finales. Las actividades artísticas y reflexivas resultaron especialmente efectivas para facilitar la expresión emocional y el fortalecimiento de los vínculos entre los integrantes del equipo. Se recomienda dar continuidad a este tipo de iniciativas para sostener en el tiempo las prácticas de autocuidado promovidas.



OSCAR ARTURO MUÑOZ PALMA
PSICOLOGO



KISSY SEPULVEDA BARRÍA
ENCARGADA PROGRAMAS SOCIALES



CLAUDIA BÓRQUEZ MIRANDA
DIRECTORA DIDECO