



Universidad Nacional de Salta

Av. Bolivia 5150 - 4400 Salta  
REPÚBLICA ARGENTINA



Facultad de  
**Humanidades**  
UNSa

30 años de la Autonomía Universitaria y  
75 años de la Gratuidad de la Educación Universitaria

SALTA, 19 FEB 2025

RES.H.N° 0082/25

EXP 26/2025 - HIIM - IUNSa

**VISTO:**

La presentación realizada por el Sr. Emilio Acho, mediante la cual solicita autorización para la implementación de un programa destinado a enmarcar diversas actividades orientadas al cuidado individual y grupal en la Facultad de Humanidades; y

**CONSIDERANDO:**

QUE dicho programa habilitaría la realización de actividades durante el año 2025;

QUE su objetivo general es *Promover el bienestar integral de los miembros de la comunidad de la Facultad de Humanidades (docentes, nodocentes, graduados y estudiantes), fortaleciendo la salud física, mental, emocional y ocupacional, en línea con los principios institucionales de la UNSa, a través de actividades preventivas y formativas que contribuyan a un ambiente laboral y académico sano y resiliente;*

QUE se fundamenta en las normativas nacionales y en los principios establecidos por el Estatuto de la Universidad y los Convenios Colectivos de Trabajo;

QUE la Decana de la Facultad considera pertinente y oportuna su implementación, definiendo hacer propio el proyecto y asumir la responsabilidad de su coordinación;

**POR ELLO**, y en uso de las atribuciones que le son propias;

**LA DECANA DE LA FACULTAD DE HUMANIDADES**

**RESUELVE:**

**ARTÍCULO 1º.-** APROBAR el proyecto "Humanidades en Armonía", el cual forma parte de la presente resolución como Anexo I.

**ARTÍCULO 2º.-** HÁGASE SABER y comuníquese a las Escuelas, Departamento, distintas dependencias de la Facultad, CUEH, y publíquese en el Boletín Oficial de la Universidad.

Mg. KARINA CARRIZO  
SECRETARIA ACADÉMICA  
Facultad de Humanidades - UNSa



Dra. MERCEDES C. VAZQUEZ  
DECANA  
Facultad de Humanidades- UNSa



Universidad Nacional de Salta

Av. Bolivia 5150 - 4400 Salta  
REPÚBLICA ARGENTINA



Facultad de  
**Humanidades**  
UNSa

30 años de la Autonomía Universitaria y  
75 años de la Gratuidad de la Educación Universitaria

## ANEXO I DE LA RESOLUCIÓN H N° 0082/25

### PROYECTO "HUMANIDADES EN ARMONIA"

#### 1. Objetivos del Ciclo de Actividades

##### Objetivo General:

Promover el bienestar integral de los miembros de la comunidad de la Facultad de Humanidades (docentes, nodocentes, graduados y estudiantes), fortaleciendo la salud física, mental, emocional y ocupacional, en línea con los principios institucionales de la UNSa, a través de actividades preventivas y formativas que contribuyan a un ambiente laboral y académico sano y resiliente.

##### Objetivos Específicos:

1. **Brindar herramientas prácticas para el manejo del estrés y la prevención de patologías laborales:**
  - Capacitar en técnicas de autocuidado para prevenir fatiga vocal, lesiones posturales y estrés crónico asociado al trabajo académico.
2. **Fortalecer hábitos saludables vinculados a la ergonomía y el bienestar físico:**
  - Promover la respiración consciente, posturas ergonómicas y el uso adecuado de la voz como herramientas laborales esenciales.
3. **Optimizar el uso profesional de la voz:**
  - Ofrecer capacitaciones y ejercicios vocales para prevenir lesiones y mejorar la comunicación en el ámbito académico y administrativo.
4. **Desarrollar estrategias para la gestión emocional:**
  - Implementar técnicas de relajación, meditación y mindfulness que favorezcan el manejo del estrés, la ansiedad y el bienestar emocional.
5. **Fortalecer la cohesión comunitaria y el clima institucional:**
  - Generar espacios de encuentro, diálogo y prácticas colectivas que refuercen el compañerismo, la solidaridad y el apoyo mutuo.
6. **Garantizar el cumplimiento de derechos laborales:**
  - Contribuir al respeto de los convenios colectivos en salud ocupacional y condiciones dignas de trabajo.

#### 2. Fundamentación

##### A. Marco Normativo e Institucional:

- **Compromiso institucional con la formación integral y armónica (Estatuto):**

El punto IV de las Bases del Estatuto establece que la *Universidad procura la formación integral y armónica de los integrantes de la comunidad universitaria, docentes, estudiantes, graduados y personal nodocente, e infunde en ellos el espíritu de rectitud moral y responsabilidad ética y cívica.*

Asimismo, en su Artículo 54, sobre el estamento Nodocente, fija que la *Universidad promoverá la formación, capacitación, profesionalización y evaluación permanente del estamento Nodocente, para posibilitar el desarrollo personal y mejorar el cumplimiento de sus funciones específicas, como así también en temas de carácter multidisciplinario, de extensión y de investigación que permitan la formación integral del personal contribuyendo así a los requerimientos de la institución.*





Universidad Nacional de Salta

Av. Bolivia 5150 - 4400 Salta  
REPÚBLICA ARGENTINA



Facultad de  
**Humanidades**  
UNSa

30 años de la Autonomía Universitaria y  
75 años de la Gratuidad de la Educación Universitaria

RES.H.Nº

0082/25

- **Derecho a un ambiente laboral saludable (Convenios Colectivos):**

Artículos de los convenios docente y nodocente reconocen la necesidad de planificar acciones orientadas a prevenir riesgos laborales en los ámbitos de trabajo.

- CCT Nodocente (Decreto PEN 366/2006): Art 114, Inc D; Art 119 y Art 120.
- CCT Docente (Decreto PEN 1246/2015): Art 53 inc C y Art 54 inf F.

- **Prevención de riesgos ocupacionales:**

La normativa en salud ocupacional exige acciones preventivas para mitigar factores de riesgo, marco al que responden actividades como yoga, entrenamiento vocal y ergonomía.

- Ley Nº 24.557 Riesgos del Trabajo, en particular el Art 31.
- Ley Nº 19.587 de Higiene y Seguridad en el Trabajo.
- Resolución CS Nº 384/2021, que aprueba la constitución del Comité Central de Gestión Ambiental e Higiene y Seguridad, su integración y funciones.

### 3. Actividades Sugeridas

1. **Talleres de Ergonomía y Postura:**

- Prevención de dolores musculares por uso prolongado de computadoras, con enfoque en ajustes ergonómicos.

2. **Clases de Yoga y Técnicas de Respiración:**

- Sesiones guiadas para reducir el estrés, mejorar la concentración y fortalecer la salud respiratoria.

3. **Capacitación en Cuidado de la Voz:**

- Talleres con fonoaudiólogos para docentes, enfocados en prevención de lesiones y optimización de la comunicación.

4. **Charlas sobre Gestión del Tiempo y Salud Mental:**

- Diálogos con psicólogos y expertos en neurociencias para abordar el estrés académico y laboral.

5. **Encuentros de Arte Terapia y Mindfulness:**

- Espacios para explorar emociones, fortalecer vínculos comunitarios y practicar la atención plena.

### 4. Recomendaciones para la Implementación

- Coordinación interdisciplinaria
- Evaluación continua
- Difusión inclusiva

Mg. KARINA CARRIZO  
SECRETARÍA ACADÉMICA  
Facultad de Humanidades -UNSa



Dra. MERCEDES C. VAZQUEZ  
DECANA  
Facultad de Humanidades-UNSa