

Bases Concurso Literario de Salud Mental

“100 Palabras Que Sanan”

La escritura es una herramienta poderosa para expresar emociones, reflexionar sobre nuestras experiencias y dar voz a aquello que muchas veces permanece en silencio. En este sentido, escribir puede transformarse en un acto de autocuidado, conexión personal y sanación emocional.

El Concurso Literario “100 Palabras que Sanan” surge como una iniciativa que invita a los vecinos y vecinas de la comuna de Puente Alto a plasmar, a través de un breve relato de 100 palabras, sus vivencias, reflexiones o creaciones en torno a la salud mental. Esta instancia busca abrir un espacio de expresión y participación comunitaria, donde las personas puedan compartir sus experiencias, emociones y miradas respecto al bienestar psicológico.

Desde una perspectiva comunitaria, la escritura también favorece procesos de reflexión colectiva, sensibilización y desestigmatización de la salud mental, permitiendo que distintas voces del territorio se encuentren y dialoguen en torno a experiencias que muchas veces son vividas de manera individual y silenciosa.

En este sentido, el concurso se alinea con los objetivos del Programa Puente a la Salud Mental, el cual promueve acciones de prevención, promoción y fortalecimiento del bienestar psicosocial en la comunidad. A través de esta iniciativa se busca fomentar la participación ciudadana, visibilizar la importancia de la salud mental y generar espacios creativos que contribuyan al bienestar emocional de los/as habitantes de la comuna.

Objetivo General

Promover la escritura como herramienta de expresión, reflexión y creación, invitando a la comunidad a abordar la salud mental desde experiencias personales, miradas colectivas o relatos ficticios, fomentado así la participación comunitaria en Puente Alto.

Objetivos Específicos

- Fomentar la expresión escrita como herramienta de bienestar emocional.
- Visibilizar las distintas realidades y significados que la comunidad atribuye a la salud mental.
- Contribuir a la disminución del estigma social asociado a las problemáticas de la salud mental.
- Generar un espacio seguro y participativo de expresión, que permita a las personas compartir reflexiones, experiencias, imaginarios o creaciones literarias relacionadas con la salud mental.
- Fortalecer el sentido de pertenencia e identidad comunitaria mediante la creación literaria.

Categoría de Participación

- 100 palabras

Se aceptan:

- Relatos personales

Municipalidad de Puente Alto
Dirección de Desarrollo Comunitario
Departamento Programas Psicosociales
Programa Puente a la Salud Mental

- Historias ficticias
- Microcuentos
- Poemas
- Narraciones simbólicas
- Cartas
- Diálogos
- Ensayo

Siempre que respeten la extensión solicitada.

Preguntas Orientadoras

Podrán inspirarse en preguntas como:

- ¿Qué significa para mí la salud mental?
- ¿Qué me ha enseñado una experiencia difícil?
- ¿Qué palabras me ayudaron a sanar?
- ¿Cómo se ve la salud mental en mi barrio?
- ¿Qué le diría a alguien que está pasando por un momento difícil?
- Si mi emoción pudiera hablar, ¿qué diría?
- ¿Cómo sería Puente Alto si todos cuidamos nuestra salud mental?
- ¿Qué representa para mí el autocuidado?
- ¿Quién o qué ha sido una red de apoyo en mi vida?
- ¿Cómo suena, huele o se siente el bienestar emocional?

Recordar: No es necesario que el relato sea autobiográfico. Las y los participantes pueden escribir desde la experiencia personal, la ficción, la poesía o cualquier forma creativa que dialogue con la temática.

Temáticas Sugeridas

- Resiliencia
- Redes de apoyo
- Autocuidado
- Bienestar emocional
- Salud Mental comunitaria
- Superación
- Esperanza
- Sobrecarga
- Autoconocimiento
- Empatía

¿Quiénes pueden participar?

- Vecinos y vecinas de la comuna de Puente Alto desde los 18 años.

Formato del Relato

- El texto debe tener una extensión máxima de 100 palabras.
- Idioma: español.

Municipalidad de Puente Alto
Dirección de Desarrollo Comunitario
Departamento Programas Psicosociales
Programa Puente a la Salud Mental

- Si es escrito a mano, en el Centro Bibliofiños usted podrá solicitar colaboración para transcribir su relato a formato digital, con el fin de tener mayor comprensión de su microcuento al momento de la evaluación. La biblioteca está ubicada en Balmaceda #428, entre calle Irarrázaval y Eduardo Cordero, de lunes a viernes de 09.30 a 16.30 horas.
- En formato digital: Word o PDF
- Tamaño hoja carta.
- Letra sugerida: Arial 12 (si es digital)
- Título obligatorio.
- El relato **no debe incluir datos personales dentro del texto**. (nombre, rut, teléfono y/o correo electrónico)

Entrega digital

Enviar al correo: puntealasaludmental@gmail.com

- Asunto: Concurso Literario + Nombres y Apellidos.
- En el cuerpo del correo incluir: Nombre completo, RUT, edad, teléfono.
- Adjuntar copia cédula de identidad.
- Adjuntar documento que acredite residencia en Puente Alto
- Adjuntar el relato impreso
- Envío de relato desde el día lunes 23 de marzo al viernes 29 de mayo hasta las 17.00 horas
- Cada postulante debe expresar si autoriza a que su nombre salga de manera completa, un pseudónimo o nombre de pila al momento de la entrega de su relato

Entrega presencial

- Entregar el relato impreso en: Departamento Programas Psicosociales (Eduardo Cordero #0202, esquina Santa Elena, Puente Alto) al equipo del Programa Puente a la Salud Mental.
- Dentro de un sobre, adjuntar:
 - En una hoja aparte: Nombre completo o seudónimo, RUT, edad, teléfono, correo electrónico (si tiene), copia de cédula de identidad y papel de residencia.
- Entrega de relato de lunes a viernes, desde el día 23 de marzo al 29 de mayo desde las 09.30 a 14.00 y desde las 15.00 a 17.00 horas

Características de las Obras:

- Las obras deben ser originales y de autoría de quien las presenta.
- Las obras NO deben haber sido premiadas ni encontrarse participando simultáneamente en otro concurso literario al momento de su postulación.
- Cada participante podrá presentar un máximo de **1 obra**, la cual deberá cumplir con todos los requisitos establecidos en las presentes bases.

Restricciones

- NO se aceptarán obras que inciten a la violencia, discriminación, odio o vulneración de derechos hacia personas o grupos.

Municipalidad de Puente Alto
Dirección de Desarrollo Comunitario
Departamento Programas Psicosociales
Programa Puente a la Salud Mental

- Quedarán fuera del concurso aquellas obras que no cumplan con la extensión solicitada (100 palabras) o con los requisitos formales establecidos en las presentes bases.
- NO se considerarán las obras enviadas fuera del plazo de entrega.
- NO se aceptarán textos que vulneren derechos de autor o correspondan a plagio.

Áreas de Evaluación

- Pertinencia temática
- Creatividad y originalidad.
- Coherencia y claridad del relato
- Expresión y uso del lenguaje
- Cumplimiento de las bases (100 palabras y formato)

Criterios de Desempate

En caso de empate en el puntaje final, se aplicarán los siguientes criterios, en el orden que se indica:

1. Se priorizará la obra con mayor puntaje en el criterio **“Creatividad y originalidad”**
2. Si el empate persiste, se considerará el puntaje en **“Pertinencia temática”**
3. Si aún existiera empate, el jurado deliberará para definir el lugar correspondiente, dejando constancia en un acta.

La deliberación del jurado y la decisión adoptada quedarán consignadas en el acta correspondiente.

Etapas de Evaluación

- **Etapas de Evaluación**

Se recibirán relatos, verificando la documentación completa solicitada, de lo contrario se informará a cada participante teniendo un periodo de enmienda de 3 días hábiles, se entregará documento que acredite la entrega de su obra al concurso

- **Etapas de Evaluación**

El Jurado evalúa si se cumple con el formato, áreas de evaluación y bases del concurso según la rúbrica de evaluación, la cual está adjunta en el Anexo N° 1. Por otro lado, se escogerán las obras ganadoras del 1°, 2° y 3° lugar. Cada relato tendrá un folio/número asignado, con el fin de que el jurado no cuente con los datos personales de cada postulante al momento de la evaluación.

La deliberación del jurado que determinará los primeros tres lugares, será absolutamente confidencial y los resultados serán revelados a los vecinos y vecinas durante la Premiación del Concurso Literario “100 Palabras que Sanan” del Programa Puente a la Salud Mental del Departamento Programas Psicosociales que se desarrollará el día miércoles 07 de octubre del 2026

Municipalidad de Puente Alto
Dirección de Desarrollo Comunitario
Departamento Programas Psicosociales
Programa Puente a la Salud Mental

El proceso de evaluación y deliberación del jurado quedará formalmente registrado en un acta, la cual será firmada por sus integrantes, resguardando la transparencia y objetividad del concurso. Ver anexo N°2

Jurado

El jurado estará conformado por un mínimo de tres y/o máximo de 5 integrantes, quienes cuentan con experiencia, formación y trayectoria en literatura, escritura creativa, salud mental, intervención comunitaria, gestión cultural, etc.

El jurado evaluará cada obra considerando los criterios y bases del concurso literario y estará compuesto por profesionales del:

- Centro Bibliotecario
- Corporación Municipal Cultural
- Corporación Municipal de Educación
- Representante del Departamento Programas Psicosociales

Calendarización de Concurso Literario

- 09 de Marzo: Difusión
- 23 de Marzo al 29 de Mayo: Recepción de obras
- 01 de Junio al 17 de julio : Evaluación de obras
- 07 de Octubre: Premiación

Premios

- **Primero Lugar**
 - Galvano 1er lugar
 - Premio sorpresa
 - Obsequio institucional
 - Certificado
- **Segundo Lugar**
 - Galvano 2do lugar
 - Premio sorpresa
 - Certificado
- **Tercer Lugar**
 - Galvano 3er lugar
 - Premio sorpresa
 - Certificado

Derechos de Autor y Autorización de Uso

Las personas que participen del Concurso Literario “100 Palabras que Sanan” autorizan al Municipio de Puente Alto a reproducir, publicar, difundir total o parcialmente las obras

Municipalidad de Puente Alto
Dirección de Desarrollo Comunitario
Departamento Programas Psicosociales
Programa Puente a la Salud Mental

recibidas, exclusivamente con fines culturales, educativos y de difusión del concurso, en medios digitales, redes sociales institucionales y/o material impreso.

En dichas publicaciones se hará mención al nombre o seudónimo del/la autor/a y su edad, salvo que el/la participante solicite expresamente lo contrario.

La participación en el concurso no implica la cesión total de derechos de autor, los cuales seguirán perteneciendo a cada participante.

Aceptación de las Bases

La participación en el Concurso Literario "100 Palabras que Sanan" implica la aceptación íntegra de las presentes bases.

Cualquier situación no prevista en este documento será resuelta por la organización del concurso, dejando constancia en el acta correspondiente si fuese necesario.

Municipalidad de Puente Alto
Dirección de Desarrollo Comunitario
Departamento Programas Psicosociales
Programa Puente a la Salud Mental

Anexo N°1
Rúbrica de Evaluación
Concurso Literario “100 Palabras que Sanan”
Programa Puente a la Salud Mental
Depto. Programas Psicosociales

Indicaciones Generales

El jurado deberá evaluar cada obra de manera individual y anónima, asignando puntaje según criterios establecidos en la presente rúbrica. Cada criterio será evaluado con nota del 1 al 5, utilizando la siguiente escala:

Escala de Evaluación

5 - Sobresaliente

El criterio se cumple de manera excelente. El texto destaca claramente este aspecto.

4 - Destacado

El criterio se cumple de muy buena manera, con pequeños aspectos mejorables.

3 - Adecuado

El criterio se cumple de forma correcta, aunque podría desarrollarse con mayor profundidad o claridad.

2 - Básico

El criterio se cumple de manera limitada. Presenta debilidades importantes en este aspecto.

1 - Insuficiente

El criterio no se cumple o presenta deficiencias significativas.

Se recomienda al jurado utilizar todo el rango de puntajes disponibles para favorecer una evaluación diferenciada y justa.

Criterios de Evaluación

1. Pertinencia temática:

Evalúa qué tan claramente el texto se vincula con la temática de salud mental, ya sea desde una experiencia personal, ficción, metáfora, poesía u otra forma creativa.

2. Creatividad y originalidad:

Evalúa la propuesta personal del texto, su enfoque novedoso, autenticidad y capacidad de presentar una mirada propia.

3. Coherencia con el relato:

Evalúa si el texto tiene sentido interno, estructura comprensible y fluidez en el desarrollo de la idea.

4. Expresión y uso del lenguaje:

Evalúa la redacción, ortografía básica y capacidad expresiva del texto, considerando el carácter comunitario del concurso.

5. Cumplimiento de las bases: Evalúa si el relato respeta la extensión solicitada (100 palabras) y los requisitos formales establecidos en las bases.

Municipalidad de Puente Alto
Dirección de Desarrollo Comunitario
Departamento Programas Psicosociales
Programa Puente a la Salud Mental

Tabla de Evaluación

Título de la obra: _____

Código _____

Criterio	Puntaje (1 a 5)
Pertinente temática	
Creatividad y originalidad	
Coherencia y claridad	
Expresión y uso del lenguaje	
Cumplimiento de las bases	

Puntaje total: _____

Observaciones del jurado:

En caso de empate, se aplicarán los criterios de desempate establecidos en las bases del concurso.

Anexo N°2
Acta de Evaluación y Deliberación del Jurado
Concurso Literario “100 Palabras que Sanan”
Programa Puente a la Salud Mental
Depto. Programas Psicosociales

En Puente Alto, a ____ de _____ del 2026, siendo las _____ horas, se reúne el jurado del Concurso Literario “100 palabras que Sanan”, con el objetivo de evaluar las obras recibidas conforme a las bases establecidas.

1. Integrantes del Jurado

Nombre	Cargo	Institución/Depto/Programa

2. Antecedentes Generales

- Total de obras recibidas: _____
- Total de obras admisibles (que cumplen con las bases): _____

Se deja constancia de que las obras fueron evaluadas conforme a la rúbrica oficial del concurso, considerando los siguientes criterios:

- Pertinencia temática
- Creatividad y originalidad
- Coherencia y claridad
- Expresión y uso del lenguaje
- Cumplimiento de bases

Cada criterio fue calificado con nota de 1 a 5, obteniendo un puntaje máximo de 25 puntos por obra.

3. Resultados

Luego de la revisión individual y deliberación conjunta, el jurado determina los siguientes resultados:

Municipalidad de Puente Alto
Dirección de Desarrollo Comunitario
Departamento Programas Psicosociales
Programa Puente a la Salud Mental

Primer Lugar:

Nombre y Apellido: _____

Título de la obra: _____

Puntaje obtenido: ____/25

Segundo Lugar:

Nombre y Apellido: _____

Título de la obra: _____

Puntaje obtenido: ____/25

Tercer Lugar:

Nombre y Apellido: _____

Título de la obra: _____

Puntaje obtenido: ____/25

4. Criterios de Desempate (si aplica)

En caso de empate, se aplicaron los criterios establecidos en las bases del concurso.

Se deja constancia de que:

- No hubo empate
- Hubo empate, el cual fue resuelto mediante: *(Especificar criterio aplicado y breve fundamentación).*

5. Observaciones Generales del Jurado

No habiendo otros puntos que tratar, se da por finalizada la sesión, firmando los integrantes del jurado en señal de conformidad.

Municipalidad de Puente Alto
Dirección de Desarrollo Comunitario
Departamento Programas Psicosociales
Programa Puente a la Salud Mental

Nombre y Apellido Jurado	Firma