



## Solicitud de flexibilidad académica (2230602)

1 mensaje

**Secretaría de Estudios** <tramites.secretaria@facso.cl>

22 de junio de 2020, 9:07

Responder a: Secretaría de Estudios <tramites.secretaria@facso.cl>

Para: ebocaz@u.uchile.cl

----- Forwarded message -----

From: "Alethia Quirgas Barrera" <alethia.quirgas@ug.uchile.cl>

Date: 2020-06-22 09:07 GMT-04:00

Subject: Solicitud de flexibilidad académica (2230602)

To: "DEFECTO" <tramites.secretaria@facso.cl>

Estimadxs,

Espero que estén bien. Me contactaron desde la mesa de seguimiento de Antropología porque detectaron a través del formulario que necesito flexibilidad académica. Por esta razón les escribo con el propósito de formalizar esta solicitud, que se debe principalmente a razones de salud física y mental. Cuento con un diagnóstico de fibromialgia y trastorno por estrés postraumático (mi caso se encuentra en seguimiento por parte de la Oficina de Equidad e Inclusión), por lo que me he esforzado mucho durante el estallido y ahora en plena pandemia para mantenerme relativamente estable; sin embargo, la carga académica está acarreando mucho estrés, poco o nulo autocuidado, pocas horas de sueño y mala calidad del mismo y en general un estado de enajenación, que es extremadamente perjudicial para mi salud, como me especifican tanto psiquiatra como psicóloga.

En este sentido, me gustaría saber qué alternativas de flexibilidad existen a nivel de carrera, ya que no quisiera llegar a un punto de colapso y me gustaría asumir una postura proactiva y preventiva respecto de mi propio bienestar (entendiendo el difícil escenario en el que nos encontramos).

Quedo atenta y les agradezco mucho desde ya

Saludos!

--

Alethia Quirgas Barrera

Licenciada en Bioquímica

Estudiante de Antropología mención Arqueología

Facultad de Ciencias Sociales - Universidad de Chile

<<<<<<<<<< NO CAMBIAR ESTA LINEA

TO: alethia.quirgas@ug.uchile.cl

ID: 2230602

Tracking: <https://ucampus.uchile.cl/m/crm/o/2230602>