



Atención Primaria de Salud Viña del Mar

MAYO 2016

Boletín del Área Salud de la Corporación Municipal Viña del Mar

AÑO 2 - NÚMERO DIECISIETE



¿Qué sabes sobre la nueva Ley de Etiquetado de Alimentos?

Frente a los altos índices de obesidad infantil, la normativa busca generar conciencia en el consumidor para que opte por alimentos más saludables, como frutas y verduras.

Kinesiólogos en casa tienen dismovilizados del Cefsam Maldonado



06

Los mitos y verdades sobre las vacunas



03

Con temas de alto impacto continúan Jornadas de Extensión en Salud



07

Editorial

Queridas amigas y amigos:

Tras el periodo de vacunación contra el virus de la influenza, la etapa previa al invierno involucra un fuerte componente preventivo y educativo relacionado con las enfermedades respiratorias, labor que han estado desarrollando los centros de salud familiar con toda nuestra comunidad viñamarina.

Existe evidencia científica de que la vacunación es un método de inmunización seguro y eficaz, que ha permitido erradicar peligrosas enfermedades de nuestro país, mediante un plan nacional y sistemático de inmunización garantizado por ley para toda la población. Por eso, en esta edición dedicamos un artículo a aclarar dudas con respecto a los mitos y verdades sobre las vacunas.

Otro tema que consideramos relevante compartir con ustedes, se relaciona con la entrada en vigencia, a fines de junio, de la nueva Ley de Etiquetado de los Alimentos.

Estudios indican que Chile es uno de los países de la Organización para la Cooperación y Desarrollo Económico (OCDE) con mayor consumo de alimentos altos en sodio, azúcares, sal o grasas saturadas, altos índices de sobrepeso y en-



fermedades relacionadas, donde la obesidad infantil es la mayor preocupación.

Por eso, esta ley surge con el propósito de informar a las personas, principalmente a los niños, sobre aquellos alimentos que no son saludables; y así puedan ir cambiando sus hábitos prefiriendo más frutas y verduras.

También apunta a transformar los kioscos escolares en kioscos saludables, lo cual abre nuevas oportunidades en nuestra comuna para vender productos frescos, sin sal ni azúcar.

Por mi parte, les invito a aprovechar esta oportunidad para tomar conciencia del impacto de los alimentos en nuestra salud y hacer un cambio. Si queremos estar sanos, comamos comida más saludable. No en vano, Hipócrates, considerado el padre de la medicina moderna decía: "Que tu medicina sea tu alimento, y el alimento tu medicina."

Un saludo cariñoso a todas y todos,

Virginia Reginato Bozzo
Alcaldesa de Viña del Mar
Presidenta
Directorio Corporación Municipal Viña del Mar

¿Qué es el Programa de Salud del Adulto?

El Programa de Salud del Adulto (PSA) comprende un conjunto de acciones y recursos dirigidos a mantener (e idealmente mejorar) el nivel de salud de la población de 20 a 64 años. Su objetivo es prevenir enfermedades "no transmisibles" a través del control de sus factores de riesgo, como medio para reducir la mortalidad prematura y la discapacidad asociada

a sus complicaciones; así como contribuir a su mantención a través de la adopción de un "estilo de vida saludable".

Entre las principales prestaciones se incluye: el Examen de Salud Preventivo del Adulto, control de enfermedades crónicas (hipertensión, diabetes, hipercolesterolemia, etc.), seguimiento de patologías crónicas, consulta nutricional, y educación grupal.



Dato Saludable

Tips para tener una alimentación equilibrada

COCINA Y COME EN COMPAÑÍA

- Planifica las compras, te ayuda a ahorrar y favorece una alimentación saludable.
- Cocina en conjunto con tu familia o amigos, será más rápido, fácil y agradable. Involucra a los niños en pequeñas tareas.
- Come en compañía, siéntate a la mesa y comparte un ambiente agradable.

CANTIDAD Y FRECUENCIA

- Consume porciones de tamaño moderado.
- Es recomendable comer 4 a 5 veces al día, evita pasar más de 4 horas sin comer.

- Evita el picoteo.

VARIEDAD

- Escoge alimentos de distintos tipos y variedades para obtener todos sus beneficios.
- Prefiere alimentos frescos y naturales, disponibles en ferias libres.
- Prefiere la comida casera y cocina a la olla, al horno, a la plancha, al jugo o al vapor.
- Evita los alimentos altos en calorías, azúcar, grasas o sal/sodio, como las bebidas azucaradas, pastelería, los snacks dulces y salados, las cecinas y comida rápida.



Fuente: www.elplatodetuvida.cl

Mitos y verdades sobre las vacunas

EL SISTEMA DE VACUNACIÓN QUE TENEMOS EN CHILE ES SEGURO, SE HAN ERRADICADO ENFERMEDADES MUY GRAVES Y LA MORTALIDAD HA DISMINUIDO”, SOSTUVO LA DRA. MAGGIOLO

Mucho se ha debatido sobre las vacunas y sus efectos. A pesar de que son una manera efectiva de protegernos contra decenas de enfermedades, algunas personas todavía se resisten a ellas o retrasan vacunar a sus hijos. Para despejar dudas y derribar mitos sobre este método de inmunización conversamos con la Dra. Marcela Maggiolo, Médico del Cefsam Dr. J. Kaplán

¿Qué son las vacunas?

Son pequeños fragmentos de un agente infeccioso (virus) que se manipula para generar anticuerpos. Su característica es que la persona no se enferma del germen que se le inyecta, sino que genera defensas, con una memoria que perdura en el tiempo hasta que es adulto y que lo protege ante la enfermedad.

¿Por qué hay que vacunarse periódicamente?

Son necesarias varias aplicaciones para conseguir que el efecto se mantenga durante años. Por ejemplo, la vacuna contra la Tos convulsiva, siempre es la misma, sólo se van aplicando refuerzos a lo largo del tiempo para reforzar la inmunidad. En el caso del sarampión, que estaba erradicado y volvió a reaparecer se hizo una revacunación para generar inmunidad en las personas que por alguna razón no se vacunaron en la infancia.

En cambio, la campaña anti influenza es anual debido a que el virus va mutando. Según cómo se presenta el virus en el hemisferio norte, al año siguiente se prepara otra diferente para el hemisferio sur. Por eso, es necesario volver a vacunarse.

¿Cómo se aplican las vacunas?

Hay distintos tipos, pero la mayoría son inyectables, intramusculares. Es decir, se colocan en la pierna en el

caso de los bebés y en el brazo a los mayores de un año. También hay vacunas orales, como la de la Poliomielitis.

¿En qué consiste el Plan Nacional de Inmunización (PNI) en Chile?

Desde 1978 Chile cuenta con este plan que apunta a organizar las vacunas frente a enfermedades inmunoprevenibles, a lo largo de todo el ciclo vital y que generaban mayor mortalidad como el Coqueluche, Difteria, Sarampión y Hepatitis. Este plan se actualiza año a año de acuerdo a la realidad epidemiológica nacional. Por decreto ministerial establece que las vacunas son gratuitas y obligatorias para toda la población.

Entre los mayores logros del PNI se encuentran la erradicación de la Viruela (1950), de la Poliomielitis (1975) y eliminación del Sarampión (1992).

¿Aplicar muchas vacunas en lugar de fortalecer la salud puede debilitar el sistema inmunológico?

No hay ninguna evidencia científica que diga que colocar más de una vacuna al mismo tiempo genera reacción adversa en el organismo, ya que se inyectan dosis muy bajas, sólo para estimular el sistema inmunológico, sin riesgo de que la persona enferme gravemente.

¿Qué reacciones puede producir una vacuna?

Todas las vacunas pueden producir reacciones adversas, como hinchazón en el brazo, o fiebre, pero el cuerpo está capacitado para responder a este estímulo. Para eso, se recomiendan pañitos tibios, paracetamol para bajar la fiebre y tomar líquidos.

¿Como efecto secundario las vacunas pueden causar autismo o infertilidad?

La controversia surgió por un estudio que asociaba la vacuna Tres Vírica con el desarrollo de Autismo, debido a la presencia de Timerosal, un derivado del Mercurio que se usa en algunas vacunas como preservante. Sin embargo, se descubrió que el estudio tenía errores en la toma de muestras y fue desacreditado por no tener validez científica.

Hasta hoy no hay ninguna evidencia directa que asocie el Autismo con el Timerosal. Incluso, se ha aplicado la vacuna a pacientes de hermanos con Autismo que tienen más riesgo de desarrollar esa patología y no se



Dra. Marcela Maggiolo, Médico del Cefsam Dr. J. Kaplán

han enfermado.

Lo de la infertilidad partió con la vacuna del papiloma humano, pero tampoco hay estudios que lo avalen. En general, las dosis de preservante son muy bajas. Uno está más expuesto a los metales pesados que contienen los alimentos enlatados que a los que trae la vacuna en sí.

¿Qué hago si no he vacunado a mi hijo/a en el mes correspondiente?

Se recomienda retomar lo antes posible el calendario de vacunación. No es necesario vacunar desde el principio.

¿Vacunarse es una decisión personal o existe alguna normativa?

Existe obligatoriedad de aplicarse las vacunas incluidas en el Plan Nacional de Inmunización (PNI). Distinto es el caso de las vacunas extras como la del Rotavirus, por ejemplo, que se pueden ofrecer al paciente.

Si quienes se vacunan igualmente pueden enfermarse, ¿Por qué es importante vacunarse de todas maneras?

El sistema de vacunación que tenemos en Chile es seguro, las vacunas están probadas, ha servido para erradicar enfermedades muy graves como la Poliomielitis que dejaba muchas secuelas, y la mortalidad ha disminuido considerablemente. El riesgo que corren los papás al dejar de vacunar a sus hijos es que disminuye la protección a nivel de la población completa.

La intención de la vacunación universal es que mediante la inmunización de la mayor cantidad de población posible, el número de personas afectadas se reduzca significativamente, y esto también protege a los recién nacidos que aún no han desarrollado su sistema inmune.

CALENDARIO DE VACUNACIÓN 2016

EDAD	VACUNA	PROTEGE CONTRA
Recién Nacido	BCG	Enfermedades invasoras por <i>M. tuberculosis</i>
2 y 4 Meses	Pentavalente	Hepatitis B Difteria, Tétanos, Tos Convulsiva Enfermedades invasoras por <i>H. influenzae</i> tipo b (Hib)
	Polio*	Poliomielitis
	Neumocócica conjugada	Enfermedades invasoras por <i>S. pneumoniae</i>
6 Meses	Pentavalente	Hepatitis B Difteria, Tétanos, Tos Convulsiva Enfermedades invasoras por <i>H. influenzae</i> tipo b (Hib)
	Polio oral	Poliomielitis
	Neumocócica conjugada (sólo prematuros)	Enfermedades invasoras por <i>S. pneumoniae</i>
12 Meses	Tres Vírica	Sarampión, Rubéola y Paperas
	Meningocócica conjugada	Enfermedades invasoras por <i>N. meningitidis</i>
	Neumocócica conjugada	Enfermedades invasoras por <i>S. pneumoniae</i>
18 Meses	Pentavalente	Hepatitis B Difteria, Tétanos, Tos Convulsiva Enfermedades invasoras por <i>H. influenzae</i> tipo b (Hib)
	Polio oral	Poliomielitis
	Hepatitis A**	Hepatitis A
Adultos de 65 años y más	Neumocócica polisacárida	Enfermedades invasoras por <i>S. pneumoniae</i>
VACUNACIÓN ESCOLAR		
1° Básico	Tres Vírica	Sarampión, Rubéola y Paperas
	dTp (acelular)	Difteria, Tétanos, Tos Convulsiva
4° Básico	VPH	Infecciones por Virus Papiloma Humano***
5° Básico	VPH (segunda dosis)****	Infecciones por Virus Papiloma Humano
8° Básico	dTp (acelular)	Difteria, Tétanos, Tos Convulsiva

* Se reemplazará la dosis de Polio Oral de los 2 meses por Polio Inyectable.

** Sólo para la Región de Arica y Parinacota, Tarapacá y algunas comunas de Biobío.

*** Cáncer cervicouterino, verrugas genitales y otras enfermedades asociadas a VPH.

**** Durante 2016 se administrará la segunda dosis de VPH a niñas que cursan 7° y 8° básico.



LLAME A SALUD Y RESPONDE
600-360-7777
PROFESIONALES EN LA SALUD RESPONDEMOS SU LLAMADA LAS 24 HORAS, LOS 7 DÍAS DE LA SEMANA.



vacunas.minsal.cl
Ministerio de Salud
GOBIERNO DE CHILE

¿Qué sabes sobre la Ley de Etiquetado de Alimentos?

FRENTE A LOS ALTOS ÍNDICES DE OBESIDAD INFANTIL LA NORMATIVA BUSCA GENERAR CONCIENCIA EN EL CONSUMO

El próximo 27 de junio entra en vigencia en todo el país la modificación del Reglamento Sanitario de los Alimentos, más conocida como Nueva Ley de Etiquetado de Alimentos, con la finalidad de que las personas puedan realizar una compra más informada y cambiar sus hábitos de dieta. Esto, principalmente, porque Chile es uno de los países de la Organización para la Cooperación y Desarrollo Económico (OCDE) con mayor consumo de alimentos altos en sodio, azúcares, sal o grasas saturadas, altos índices de sobrepeso y enfermedades relacionadas, preocupando de manera especial la obesidad infantil.

El nuevo reglamento establece que todos los envases de productos alimenticios que están sobre los límites establecidos como recomendables, deberán estar rotulados con la frase "ALTO EN", sobre un fondo negro, convirtiéndose en una advertencia que será nítida y precisa para las personas, buscando crear conciencia y educar sobre la composición de algunos alimentos que pueden resultar perjudiciales para la salud cuando se consumen en exceso, como así también, prohibir la comercialización de éstos en establecimientos educacionales.

MAL NUTRICION

"A raíz de la alta prevalencia de obesidad en la población nacional y los conocimientos de que el alto consumo de grasas saturadas, sodio y, azúcares favorecen el desarrollo de obesidad y enfermedades crónicas no transmisibles, es que se modifica la forma de etiquetar los alimentos destinados al consumo humano", explicó Pamela Pimentel, encargada del Programa Alimentario de la U. Técnica del Área de Salud de la Corporación Municipal Viña



Los alimentos que más contienen estos componentes son los conocidos como snacks dulces y salado, además de bebidas azucaradas, galletas, dulces, papas fritas, yogur con azúcares, leches azucaradas, cereales de desayuno azucarados, queques, brownies, y galletones, entre otros.

del Mar.

Sostuvo que "en Chile, la prevalencia de obesidad y enfermedades crónicas no transmisibles ha ido en aumento durante los últimos años. Se estima que, 1 de cada 3 niños o niñas menores de 6 años tiene exceso de peso y que 1 de cada 11 muertes en el país, son atribuibles al sobrepeso y obesidad."

Junto con ello, "la obesidad se asocia a otros problemas de salud como: problemas osteomusculares, hipertensión arterial, depresión, baja autoestima, y diabetes, entre otros", afirmó la profesional.

CONSUMIDORES INFORMADOS

Según la nueva normativa los envases y etiquetas de los alimentos destinados al

consumo humano (se excluyen los alimentos para animales) deben indicar los ingredientes que contienen, incluyendo todos sus aditivos (expresados en orden decreciente de proporciones), y su información nutricional.

Además se deberá informar, al menos, los contenidos de energía, azúcares, sodio y grasas saturadas y los demás que el Ministerio de Salud determine.

Los fabricantes, productores, distribuidores e importadores de alimentos deben encargarse o velar por que esta información esté contenida en los envases.

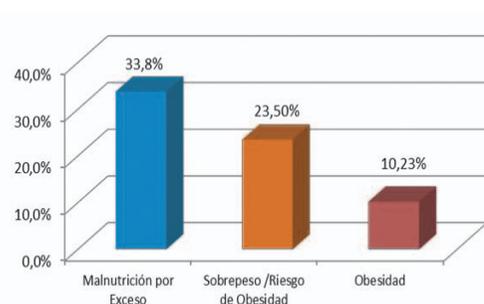
Los alimentos que más contienen estos componentes son los conocidos como snacks dulces y salado, además de bebidas azucaradas, galletas, dulces, papas fritas, yogur con azúcares, leches azucaradas, cereales de desayuno azucarados, queques, brownies, y galletones, entre otros.

Pamela Pimentel comenta que la principal finalidad del nuevo etiquetado, es "advertir a la población sobre el contenido de los alimentos para que realicen un compra informada y más consciente del verdadero valor nutricional de los productos que se consumen en su hogar y puedan variar su dieta incluyendo, ojalá, menos alimentos procesados y más frutas y verduras."

PUBLICIDAD

Otro aspecto relevante del nuevo etiquetado de los alimentos es que busca proteger a la población infantil, que es la más fácil de influenciar a través de la publicidad y las estrategias de marketing.

En Chile, 1 de cada 3 niños o niñas menores de 6 años tiene exceso de peso



Se prohibirá hacer "ganchos promocionales" a menores de 14 años.

nueva alimentos?

DOR PARA QUE OPTE POR MÁS FRUTAS Y VERDURAS.



Pamela Pimentel, encargada del Programa Alimentario de la U. Técnica del Área de Salud de la Corporación Municipal Viña del Mar.



Alto en Azúcar: Su consumo frecuente se relacionan con caries dentales; su ingesta promueve el desarrollo de obesidad, diabetes y síndrome metabólico.

Alto en grasa Saturada: Su consumo frecuente se relaciona con la generación de enfermedades cardiovasculares.

Alto en Sodio: Tienen mucha sal, y podrá estar presente en diversos tipos de alimentos independiente de su sabor dulce o salado. Asociado a hipertensión o presión alta.

Alto en Calorías: Su consumo frecuente promueve la obesidad.

establecimientos de educación parvularia, básica y media, tanto públicos como privados.

La prohibición también considera la venta de otros alimentos no envasados, tales como sopaipillas, calzones rotos, berlines, completos, entre otros, que no son saludables.

Al respecto, Pamela Pimentel manifestó que “esta es una clara medida de protección contra la venta de “comida chatarra” al interior de los establecimientos educacionales. Y de esta manera, desincentivar el consumo de alimentos riesgosos para la salud, partiendo por educar los hábitos alimenticios de los escolares”.

COMER SANO

En opinión de la encargada del Programa Alimentario de la U. Técnica del Área de Salud, “la Ley tiene como virtud ser una buena aproximación a los modelos de intervención

integral, donde se cruzan 3 actores relevantes en el manejo de este tipo de enfermedades como Salud, Educación, y la Industria Alimentaria.”

Planteó que ahora hay que preocuparse de la forma en que el nuevo etiquetado nutricional será entendido por el consumidor y cuál será el impacto que en el largo plazo tendrá sobre su salud.

Manifestó que, “desde ya los equipos de los Centros de Salud Familiar de la comuna han comenzado a realizar actividades y campañas informativas para explicar de manera clara y precisa cómo interpretar los rótulos de la nueva Ley de Etiquetado, para que los usuarios tengan un rol más activo y responsable a la hora de elegir, prefiriendo alimentos frescos, como las frutas y las verduras, en vez de aquellos que son procesados”, puntualizó.

Estará prohibido hacer publicidad de los alimentos críticos en calorías y azúcares en medios dirigidos a los menores de 14 años, ya sea por TV, internet, radio o revistas.

Tampoco se podrán ofrecer dichos alimentos gratis como promoción; ya que estará prohibido utilizar, en su venta, “ganchos” promocionales como regalos, concursos, juegos, adhesivos, juguetes, etc.

ADIOS COMIDA CHATARRA

De acuerdo a esta normativa, estará prohibido que los alimentos con altos índices en calorías, grasas, grasas saturadas, azúcar y sal sean expendidos, comercializados, promocionados y publicitados dentro de



Educadoras de párvulos se integraron al trabajo en salas de estimulación

EL ROL DE LA DUPLA TERAPÉUTICA, KINESIÓLOGA Y EDUCADORA, ES APOYAR A LOS PADRES EN EL DESARROLLO SICOMOTOR DE SUS HIJOS.

El Área de Salud de la Corporación Municipal de Viña del Mar incorporó Educadoras de Párvulos a los 10 Centros de Salud Familiar de la comuna, con el propósito de fortalecer el trabajo interdisciplinario que se realiza con los niños en las Salas de Estimulación Temprana, en el marco del Programa Chile Crece Contigo.

El proceso finalizó con la incorporación de las nuevas profesionales a los CESFAM G. Carreño y Cienfuegos, los cuales desde el 1 de abril de este año cuentan con la dupla terapéutica integrada por la Kinesióloga y la Educadora de Párvulos para su desempeño en la Sala de Estimulación, donde se realizan actividades que refuerzan variados aspectos del desarrollo infantil, desde 0 hasta 6 años.

Georg Hübner, director del Área de Salud de la CMVM, destacó lo positivo de esta experiencia. "Al contar con ambas profesionales existe una mirada más amplia e integradora, ya que la educadora de párvulos contribuye a generar cercanía del niño con los padres para fortalecer el vínculo que se da en la primera infancia y que sabemos son factores protectores que van a favorecer un buen desarrollo sicomotor del niño".

Recordó que "la apuesta de integrar a las Educadoras de Párvulos partió hace algunos años atrás con la implementación de las ludotecas y, a poco andar, fue adquiriendo un rol preven-



tivo, apoyando el proceso de intervención junto a las Terapeutas Ocupacionales, con lo cual damos cabida a que todos los niños que asisten a los centros de salud de la comuna se vean favorecidos".

ESTIMULACION TEMPRANA

Los niños son derivados de los controles de salud a la Sala de Estimulación para prevenir algún daño de retraso en su desarrollo sicomotor respecto de un determinado aprendizaje, habilidad o capacidad de una o más áreas de desarrollo (lenguaje, motricidad, etc.)

Los menores deben ir acompañados de su madre, padre o cuidador, con el fin de que estos últimos puedan replicar la estimulación con sus hijos en sus hogares. El trabajo con la familia se lleva sistemáticamente a través de instancias grupales, orientadas a fortalecer competencias parentales y el desarrollo de conductas de autocuidado y promoción del desarrollo integral de los niños.

Kinesiólogos en casa tienen pacientes dismóviles del Cesfam Maldonado

INICIATIVA CONSISTE EN UN PLAN DE ACTIVIDADES PRÁCTICAS PARA LA REHABILITACIÓN Y EL AUTOCUIDADO.

Gracias a un convenio establecido entre la Corporación Municipal Viña del Mar, el CESFAM Dr. Marco Maldonado, y la Escuela de Kinesiología de la U. Sto. Tomás, alumnos de 5º año de esa carrera, acompañados por profesionales del centro de salud, concurren al domicilio de los pacientes dismóviles aportando con atenciones profesionales de kinesiología en su proceso de rehabilitación.

Los beneficiarios de esta iniciativa serán más de 150 familias de pacientes dismóviles, de las cuales 40 familias fueron priorizadas para trabajar durante este año.

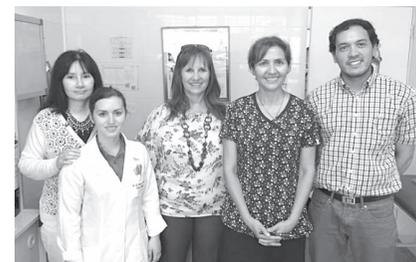
La Directora del CESFAM Maldonado, Ruth Rogers, manifestó que el objetivo principal de este convenio conjunto de intervención kinésica suscrito con la U. Santo Tomás es complementar las atenciones del Programa de Dismovilizados del CESFAM, con atenciones de rehabilitación realizadas por kinesiólogos a los pacientes que se encuentran sin posibilidad de moverse de sus casas.

INTERVENCION KINESICA

La directora del CESFAM Maldonado explicó los detalles de esta intervención. "Se establece un programa de trabajo con la familia del paciente dismóvilizado que ha sido priorizada por el equipo de salud. Este programa consiste en una evaluación, identificación de problemas y un plan de intervención kinésica que los internos desarrollarán durante un mes, con 2 sesiones semanales, en el hogar del paciente con la supervisión de equipo y un tutor de la Universidad. Al término del programa, cada alumno presenta los progresos y el plan a seguir de cada paciente, al equipo de salud del CESFAM".

La atención se efectuará hasta diciembre del presente año, gracias a la gestión del equipo del CESFAM Marco Maldonado, encabezado por la Dra. Leonor Ponce, jefa del Programa del Adulto de dicho establecimiento, la Dra. Francisca de la Fuente, médico del Programa Dismovilizados, y la enfermera Lorena Catalán.

"Para nosotros es muy relevante



Dra. Leonor Ponce, jefa Programa del Adulto del CESFAM M.

Maldonado, Dra. Francisca de la Fuente, y la enfermera Lorena Catalán, junto a la docente Marisel Díaz, y Tuillang Yuing, jefe de carrera de Kinesiología de la U. Sto. Tomás.

tener kinesiólogos que atiendan a domicilio a estos pacientes para realizar terapia motora y brindar orientación a sus cuidadores a través de un plan de trabajo con actividades prácticas para la rehabilitación y el autocuidado. Esta es una necesidad real de los pacientes, muy solicitada por sus familiares, que podría replicarse a otros centros", expresó la Dra. Ponce.

ENFOQUE SOCIAL

Marisel Díaz, docente de la U. Sto Tomás quien actuará como guía de internado de los alumnos, manifestó que "la kinesiología no ha trabajado mucho el campo de la geriatría, pero es una labor muy bonita. Ir a sus casas, salir del entorno del centro médico y tener que implementar una clínica kinésica en la casa es un gran desafío que obliga a desarrollar la creatividad. Es difícil, pero se puede hacer, yo creo que podemos orientar al paciente y a su familia para que tenga una mejor calidad de vida y ojalá pueda salir de ese estado de dismóvilidad".

Tuillang Yuing, jefe de carrera de Kinesiología de la U. Sto Tomás, indicó que "no es un internado convencional porque a los dismóvilizados hay que verlos en sus domicilios, entonces será un internado de alto contenido social que esperamos tenga un impacto distinto sobre los alumnos".

Con temas de alto impacto en salud continúan **Jornadas de Extensión**

SE EFECTÚAN EL PRIMER JUEVES DE CADA MES EN EL CESFAM MIRAFLORES.

La cifra de diabéticos en Chile se duplicó durante los últimos 10 años, superando incluso el promedio mundial y aumentando su aparición en edades más tempranas, según el último estudio difundido en 2015 por la Federación Internacional de Diabetes (IDF).

Sólo siendo superado por México, Chile se posiciona dentro de los países latinoamericanos con más población diabética, superando a Argentina, Brasil y Estados Unidos.

Razones de sobra para catalogar sin ser alarmistas a la Diabetes, como el tsunami del siglo XXI. El impacto de esta enfermedad sus implicancias y soluciones fueron analizadas por el Dr. Herman Van der Stan, médico de familia, diabetólogo y docente de la U. de Valparaíso en las Jornadas de Extensión en Salud Familiar 2016, organizadas por el equipo de Parti-

cipación Social del CESFAM Miraflores.

PRIMER JUEVES DEL MES

La directora del CESFAM, Julia Reyes, señaló que “en este ciclo se han incluido temáticas de importancia para nuestros usuarios, que son analizados por profesionales expertos, quienes explican estos temas de manera sencilla, a través del diálogo con los asistentes”

La exposición inaugural de las Jornadas de Extensión contó con la participación de Estebani Baltra, neuróloga infantil del Hospital G. Fricke, quien se refirió a “La Influencia de los medios audiovisuales en el desarrollo infanto juvenil”.

Las charlas se efectúan el primer jueves de cada mes, a las 17:30 horas, en el hall del 3er piso del CESFAM Miraflores, ubicado en El Membrillo s/n, Miraflores Alto, Viña del Mar. Entrada Liberada.

Realizan talleres de prevención de enfermedades respiratorias infantiles

EQUIPO DE PROMOCIÓN DEL CESFAM CIENFUEGOS VISITÓ JARDÍN INFANTIL “TÍA COTY” Y HOGAR “MI FAMILIA”



Participantes del taller efectuado en el Jardín Infantil “Tía Coty”

Padres y profesionales dedicadas al cuidado de niños y niñas del Hogar “Mi familia” y el Jardín Infantil “Tía Coty” participaron en talleres sobre prevención de enfermedades respiratorias, estimulación del desarrollo sicomotor e información nutricional.

La iniciativa forma parte de una estrategia destinada a disminuir el contagio de enfermedades respiratorias infantiles, entre la comunidad usuaria del CESFAM Cienfuegos.

Los talleres contaron con la participación del equipo de nutricionistas

y kinesiólogos, encabezados por Catherine Meléndez, Kinesióloga de Sala IRA, quienes orientaron a los participantes en la prevención y manejo adecuado de enfermedades respiratorias; ejercicios de estimulación para el desarrollo psicomotor en niños de 0 a 2 años.

También, se les dio a conocer la guía alimentaria para lactantes, preescolares y escolares, a través de la cual se entregaron consejos sobre las porciones y cantidades diarias de alimentos, adecuadas para cada etapa del desarrollo infantil.

Más de 90 feligreses vacunó CESFAM Nva. Aurora contra la influenza

CAMPAÑA SE EXTIENDE HASTA EL 13 DE JUNIO

En un operativo efectuado en la Iglesia “Gruta de Lourdes”, la intensa lluvia no impidió que un equipo del CESFAM Nueva Aurora vacunara contra la influenza a más de 90 feligreses y adultos mayores de Hogares de Recreo y Agua Santa. El equipo gestor fue encabezado por la enfermera Rosa Torramorel, la interna de Enfermería Marianna Olea, Mariola Arza, el administrativo Jorge Romero y el conductor Marco Cornejo.

El Ministerio de Salud extendió el período de vacunación contra la influenza hasta el 13 de junio de 2016, con el propósito de alcanzar mejores coberturas en los grupos objetivo: niños y niñas de 6 meses a 5 años; embarazadas con más de 13 semanas de gestación; adultos mayores de 65 años y enfermos crónicos.



JORNADAS DE EXTENSIÓN
SALUD FAMILIAR CESFAM MIRAFLORES 2016

DIABETES

EL TSUNAMI DEL SIGLO XXI

EXPONE
DR. HERMAN VAN DER STAM

MÉDICO DE FAMILIA
DIABETÓLOGO
DOCENTE UNIVERSIDAD
DE VALPARAÍSO

JUEVES 02 DE JUNIO
17:30 HORAS

Hall 3er piso CESFAM Miraflores
El membrillo S/N Miraflores alto, Viña del Mar

ABIERTO A TODA
LA COMUNIDAD

ORGANIZA
EQUIPO DE PARTICIPACIÓN SOCIAL
EQUIPO CARDIOVASCULAR
CESFAM MIRAFLORES

Medidas de prevención de la rabia

Colaboración Cindy Fajardín, Encargada de Epidemiología U. Técnica Área Salud CMVM

¿Qué es la rabia?

Los perros y gatos son los principales huéspedes y transmisores de la rabia. Esta es una enfermedad mortal causada por un virus que ataca el sistema nervioso afectando la salud tanto de los animales domésticos como de las personas, constituyendo un problema de salud pública, pero que puede prevenirse efectuando la vacunación anual de nuestras mascotas como parte de su debido cuidado, alimentación y mantención.

¿Cómo se transmite?

El virus de la rabia se secreta en la saliva y normalmente se transmite a las personas y animales por la mordedura de un animal infectado. También, puede ser transmitida cuando la saliva de un animal rabioso entra en contacto con una cortada o herida en la piel, los ojos, la nariz o boca de una persona o un animal.

¿Cuáles son sus síntomas?

Dolor de cabeza, fiebre, falta de apetito, náuseas, vómitos. En caso de gravedad: desorientación, convulsiones, parálisis. El cuadro clínico corresponde a encefalitis aguda, con un período de incubación de 1 a 3 meses, pero puede oscilar entre una semana y más de un año.

¿Qué hacer si encuentra un animal muerto?

No manipular animales desconocidos. En caso de encontrar un murciélago muerto, atraparlo con guantes (NUNCA A MANO DESCUBIERTA) o con escoba y pala, dejarlo en recipiente hermético y dar aviso a la SEREMI DE SALUD (Calle Quinta 231, fono: 32 2575725). donde se determinará si existe o no riesgo de rabia.

¿Cómo reconocer a un animal enfermo?

Se vuelven agresivos, pierden sentido de la orientación, atacan a otros animales y personas y a veces acumulan espuma en la boca.

¿Qué hacer si es mordido por perro, gato o murciélago?

- Lavar la herida con abundante agua, jabón y desinfectante durante 1 minuto.
- Concurrir de inmediato a un centro asistencial
- Vacunarse con la dosis antirrábica (5 vacunas distribuidas en 1 mes). la vacunación es obligatoria y gratuita. No abandonar el tratamiento.
- La vacunación incompleta no garantiza protección contra la enfermedad.



Situación Epidemiológica en Chile

En 1996, y después de 25 años libres de casos humanos, se produce un caso de rabia humana, a causa de un virus de origen murciélago. En el 2013 se produce un caso en Quilpué por la mordedura de un perro, del cual no se pudo aislar el virus, quedando sin información virológica.

Tenencia Responsable: principal medida de prevención

Se refiere al conjunto de responsabilidades que adquiere una persona o familia cuando decide adoptar una mascota. Su objetivo es asegurar la buena convivencia y el bienestar del animal y las personas que viven junto a él. Los principales aspectos ligados a la tenencia responsable son los cuidados veterinarios, el ambiente adecuado y el control de la reproducción.

Vacunaciones y Desparasitaciones: (los cachorros deben ser desparasitados aprox. desde los 21 días de nacidos y cada 15 días hasta los 3 meses de edad. Animales adultos deben recibir tratamiento preventivo cada 3 meses)

La vacuna antirrábica es obligatoria en perros y gatos y debe ser puesta una vez al año.

La Ordenanza Municipal sobre Tenencia de Animales Domésticos en Viña del Mar (DA 9199/año 2011) decreta obligaciones para los dueños de mascotas.

- Mantener a los animales domésticos en lugares cerrados
- Circular por las vías públicas acompañado de su propietario, ebidamente asegurado con cadenas, correas u otros elementos de sujeción que impidan su fuga
- Retirar las deposiciones fecales y mantener la limpieza de los espacios públicos donde fueron dejados por el animal.

Se prohíbe:

- Dejar los animales vagar libremente
- Construir o instalar en las vías o espacio públicos casetas o refugios para animales domésticos

Se estima que la población Canina en Viña del mar asciende a 100.717 canes de los cuales 12.086 son perros que circulan libremente por la comuna (Encuesta demográfica U. de Chile)

