



Atención Primaria de Salud *Viña del Mar*

OCTUBRE 2017 Boletín del Área Salud de la Corporación Municipal Viña del Mar AÑO 3- NÚMERO TREINTAY CUATRO



Alcaldesa entregó a la comunidad ampliación de CECOSF Santa Julia que beneficia a más de 11 mil usuarios

La obra, financiada enteramente por la Corporación Municipal, significó una inversión de \$200 millones.

Área de Salud apoya trabajo en red para enfrentar el Alzheimer



Efectúan Operativo de Salud a Comunidad Haitiana de Forestal



Vacuna preventiva de Coqueluche entregarán a gestantes en consultorios



Editorial

Estimadas amigas y amigos:

Queremos iniciar esta edición compartiendo con ustedes una excelente noticia que, como alcaldesa, desde el municipio y la Corporación, nos llena de alegría y satisfacción. Se trata de las obras de ampliación y mejoramiento del Centro Comunitario de Salud Familiar de Santa Julia, inversión muy necesaria que ha sido posible gracias al trabajo conjunto de nuestros equipos de salud y la comunidad para poder dotar de mejores condiciones a usuarios y funcionarios y, así, seguir brindando una buena atención a las más de 11 mil personas que acuden a ese centro.



Como lo he manifestado siempre, para nosotros la salud y la educación no es un gasto, sino una inversión, por ello, seguiremos mejorando los espacios de nuestra comuna para que las familias tengan cada día un mayor bienestar.

Es así que dentro de nuestro propósito de continuar garantizando una atención de calidad en los consultorios de Viña del Mar, se debe sumar la ampliación de botiquines que se realizó este año, y la reciente instalación en todos ellos de un sistema de aire acondicionado para garantizar el mantenimiento de los medicamentos a una temperatura uniforme.

Otra iniciativa que queremos compartir en esta edición, y que forma parte de los ejes estratégicos que trabajamos desde el Área de Salud, es la capacitación de los equipos para favorecer la actualización

permanente de conocimientos en el campo clínico. En esta línea, destaco dos interesantes actividades que incluye este boletín. Me refiero al Seminario de Sensibilización sobre el Alzheimer y otras demencias, impulsado por el CESFAM Dr. Marco Maldonado, y la realización de la 1ª Jornada Científica de Campos Formadores y Técnicos en Atención Primaria de Salud.

En ambas instancias se busca fortalecer el trabajo con la comunidad y con los organismos que integran la red de salud, así como

la interacción con las universidades para propiciar el desarrollo de investigaciones pertinentes a la realidad comunal en esta materia, de modo que nuestras acciones de promoción y prevención de salud tengan un impacto positivo en la calidad de vida de viñamarinos.

Con el cariño de siempre, un saludo afectuoso para todas y todos,

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

¿Por qué es importante beber agua?

El agua es un componente fundamental para la vida y la base de una alimentación saludable. Beber agua a diario es muy importante para que tu organismo pueda realizar correctamente todas sus funciones, ya que ayuda, principalmente, a su hidratación, oxigenación, nutrición y depuración.

Por ejemplo, tu sangre, que contiene mucha agua, lleva oxígeno a todas las células de tu cuerpo, de lo contrario morirían y tu cuerpo dejaría de funcionar.

Además, el agua es muy necesaria para prevenir la deshidratación, la cual puede hacer que tu metabolismo se haga más lento. Por lo tanto, tomar suficiente agua mantendrá limpios los intestinos y riñones favoreciendo un correcto proceso digestivo y te ayudará a bajar de peso.

El agua eliminará las toxinas de tu organismo impidiendo que se alojen bacterias infecciosas que pueden devenir en numerosas enfermedades y mantendrá tu piel más joven, brillante y sana.

La OMS recomienda beber al menos dos litros de agua al día para mantener el organismo sano e hidratado.

Dato Saludable

Propiedades del Jengibre

- Mejora la circulación sanguínea porque contiene magnesio y zinc. Además, inhibe la acumulación del colesterol malo en el hígado, lo que también podría prevenir una gran cantidad de problemas cardiovasculares.
- Reduce el riesgo de sufrir un derrame cerebral y es muy útil para combatir infecciones bacterianas intestinales.
- Es útil para reducir la fiebre y los problemas de sudoración excesiva.
- Mejora la absorción de nutrientes en el organismo porque provoca la estimulación de la secreción de estómago y las enzimas pancreáticas. Si tenemos problemas con el apetito, podemos masticar un poco de jengibre antes de las comidas para estimularlo.

- Refuerza el sistema inmunitario ayudando a prevenir gripes y resfriados, o enfermedades crónicas, ya que posee propiedades expectorantes y antibióticas.
- Previene y combate el estreñimiento y reduce los gases intestinales. Además de mejorar la absorción de nutrientes en el organismo, alivia los dolores abdominales.
- Tiene importantes propiedades antiinflamatorias que ayudan a reducir el dolor y la inflamación de las articulaciones, así como otras dolencias.
- Podría ser anticancerígeno. varias in-



vestigaciones han encontrado que esta raíz es capaz de inhibir el crecimiento de las células cancerosas en el colon y la próstata.

Esta semilla es considerada un superalimento porque es una excelente fuente de fibra, antioxidantes, calcio y proteínas.

Son fuente saludable de omega 3 de origen vegetal, bueno para el sistema nervioso central, para las células y para muchos de nuestros órganos vitales.

Ayuda en el proceso digestivo y controlan el hambre, gracias a su aporte de fibra. Absorben 10 veces su peso en agua, formando un gel voluminoso den-

tro del estómago que produce la sensación de saciedad.

Valioso aliado para los pacientes con diabetes porque frena la rapidez con que nuestro cuerpo convierte los carbohidratos en azúcares simples, controlando los niveles de azúcar en sangre.

Genera un aporte extra de energía debido a que tiene 2 veces más cantidad de potasio que el plátano, lo cual ayuda a regenerar tejidos.

Tiene propiedades depurativas y antioxidantes, que ayudan a regular la flora intestinal y eliminar líquidos y toxinas.

La chia se puede incorporar a cualquier comida sin cambiar su sabor, a sopas, ensaladas, yogures, cereales, agua, leche y zumo de frutas.

Prevenir la violencia de pareja educando desde el pololeo

SICÓLOGO HACE UN LLAMADO A REVISAR ROLES DE GÉNERO Y CIERTOS PATRONES CULTURALES IMPUESTOS POR LA SOCIEDAD QUE HEMOS VENIDO REPITIENDO.

Darse cuenta es el primer paso para un cambio de actitud, es por eso que los Centros de Salud Familiar de Viña del Mar, en coordinación con establecimientos educacionales, realizan charlas preventivas para identificar conductas violentas en el pololeo y promover relaciones sanas, basadas en el respeto y la comunicación.

Tras el suicidio de Antonia, universitaria víctima de violencia en el pololeo, el tema resurgió nuevamente, en enero de este año. Al respecto, Francisco Protasowicki, sicólogo del CESFAM Juan Carlos Baeza, indicó que "la violencia sigue siendo "un tema tabú, bastante privado, e invisibilizado, debido a sus consecuencias legales y al perfil de las personas que sufren violencia, quienes tienden a ocultar su situación."

Según la última encuesta del INJUV, aplicada en 2013 a jóvenes de 15 a 29 años, el 10, 7% había experimentado violencia psicológica y el 4,6% violencia física, cifras que revelan altos índices de violencia en las relaciones de pareja y que se duplican en relaciones adultas.

Con respecto a las causas de la violencia, la encuesta indica que los jóvenes la atribuyen en un 34% a los celos, en un 20% al consumo de alcohol y drogas y en un 18% a una historia de violencia intrafamiliar, es decir, la replicación de modelos. Para Protasowicki "lo preocupante es que más del 50% consideran los celos, como una expresión de amor y no de violencia, y lo emplean como una justificación, tanto hombres como mujeres, sin diferenciación"

Estos datos son los que el sicólogo analiza junto a estudiantes, como parte de las coordinaciones con las Mesas Mixtas Salud-Educación que realizan los Centros de Salud Familiar de la comuna y en el contexto de los Programas del Adolescente y de Salud Mental.

"Se realizan talleres para adolescentes entre los cuales incluimos la violencia en el pololeo, les aplicamos una pequeña encuesta para que tomen consciencia de los elementos que se consideran violentos y luego realizamos un diálogo abierto. Hablamos con jóvenes que tiene en promedio 16 años y tenemos casos, tanto de hombres como de mujeres, que sufren violencia por parte de sus parejas", comentó.

Tipos de violencia

Planteó que los jóvenes manifiestan que la violencia social de restricción de espacios es bastante común: "no quiero que te juntes con él". Así como los celos, o la violencia emocional que se ejerce a través de gritos, y ma-



El objetivo de las charlas es que los jóvenes logren discernir e identificar conductas violentas y logren un cambio de actitud.

los tratos; lo que se condice con una escalada de violencia que termina en daños físicos más graves. También se presenta la violencia sexual, donde se manipula al otro condicionando las relaciones sexuales a ciertas cosas, por ejemplo, 'dame la prueba de amor, si no es porque no me quieres o estás con otra persona'

Acoso por internet

Las estadísticas indican que en un 67% las redes sociales son consideradas los medios de comunicación que más promueven o fomentan la violencia en la pareja, "desde revisarle el celular o el facebook hasta agredirla a través de las redes sociales", dijo el profesional. Manifestó que también, es muy común el acoso por internet o Cyber Bullying, donde se piden fotos de desnudos o cosas sexuales. "Aquí como parte de la violencia de género y los roles asignados por la sociedad, las víctimas suelen ser las mujeres", puntualizó.

Patrones culturales

El sicólogo reveló que a través de las charlas, "principalmente a los hombres, les llama mucho la atención ver cómo ciertos patrones culturales les entregan herramientas de violencia de género como por ejemplo, el acoso callejero a través de piropos, comportamientos que ellos antes no visualizaban como una agresión sino como algo normal."

Valoró que los jóvenes fueran capaces de "darse cuenta", ya que este es el primer paso para un cambio de actitud. Precisamente, "el objetivo de estas charlas es que los jóvenes tomen consciencia de que la violencia existe desde los patrones que impone la sociedad, pasando por la familia, por sus relaciones con su entorno, sus compañeros y su pareja para que logren discernir e identificar conductas violentas."

A juicio del profesional, falta educación y presentar un modelo distinto que favorezca una mejor comprensión del cambio de roles entre hombres y mujeres. "Hemos venido repitiendo patrones culturales sin mucho cuestionamiento, pero hoy chocan los modelos. Hoy se valoriza el cambio de rol de la mujer, pero nunca he visto un video motivacional que promueva que el hombre se involucre en la crianza de sus hijos y en las tareas del hogar. Como sociedad nos falta dirigir el diálogo hacia el hombre", declaró.



Francisco Protasowicki, sicólogo CESFAM Juan Carlos Baeza

Prevención

Hoy, la acción preventiva se orienta a identificar la violencia en el pololeo, a fin de promover relaciones sanas, basadas en el respeto y la comunicación.

"Por sobre todo, en los centros de salud no interesa trabajar en la promoción de estilos de vida saludable, y en la resolución de conflictos en todas las instancias, no sólo la de pareja, que es una de las tantas maneras de relacionarnos con los demás", recalzó Francisco Protasowicki.

En el contexto escolar se trabaja con los jóvenes y los apoderados a quienes se les alerta sobre ciertos indicadores de que una persona pueda estar sufriendo violencia de algún tipo para que pueda recibir ayuda oportuna. Estos indicadores son deserción escolar, temor, culpa, síntomas depresivos, embarazos no deseados, aislamiento, infecciones de transmisión sexual, daños físicos evidentes, insomnio y trastornos alimentarios.

"Con esto queremos reforzar que la prevención de la violencia es un tema que involucra a todos, a la familia y a la comunidad escolar, en lo cual como CESFAM estamos abiertos a colaborar ya que es un tema que hay que conversar con padres e hijos. Que nos vengamos rigiendo por ciertos patrones culturales, no significa que estén bien. Cuestionatelos. Esa es la invitación", concluyó.



El 51% de los jóvenes asegura conocer casos de violencia en el pololeo

1ª Jornada Científica en APS apunta a fortalecer la investigación académica en Salud

MÁS DE UN CENTENAR DE PROFESIONALES PARTICIPÓ EN EXPERIENCIA DE INTERCAMBIO ACADÉMICO

Una selección de las mejores tesis universitarias basadas en las principales temáticas que enfrenta la salud comunal, relacionadas con enfermedades cardiovasculares y respiratorias crónicas, entre otras, fueron analizadas en la 1ª Jornada Científica de Campos Formadores y Técnicos en Atención Primaria de Salud.

La iniciativa, organizada por el Área de Salud de la Corporación Municipal Viña del Mar, responde a la necesidad de fortalecer la interacción con las universidades para propiciar el desarrollo de investigaciones en salud pertinentes a la realidad local, por parte de los alumnos egresados que realizan sus prácticas en los centros de salud familiar de la comuna.

El director del Área de Salud de la Corporación, Dr. Georg Hübner, manifestó su satisfacción por el resultado obtenido tanto por la asistencia de funcionarios como por la de representantes de entidades académicas a esta actividad. "Estamos dando el puntapié inicial a un trabajo que como Dirección de Salud queremos impulsar relacionado con las investigaciones en salud, aspecto muy poco abordado hasta ahora, y que nos permitirá contar con evidencias para desarrollar estrategias en conjunto con las universidades y los equipos de salud".

Georg Hübner precisó que, "posteriormente se conformará un Comité Científico en conjunto con universidades para ir desarrollando estrategias en las líneas de investigación que queremos abordar en la Atención Primaria de Viña del Mar para que nuestras acciones tengan impacto positivo en nuestros usuarios."

Ponencias

Entre las principales investigaciones desta-



Egresados de nutrición de la U. de Valparaíso analizaron dieta de adultos mayores con enfermedades crónicas en el CESFAM Nueva Aurora

có el Estudio Prospectivo sobre la Influencia del Apoyo Social Percibido, el Estilo de Vida y la Funcionalidad Familiar en la Eficacia del Control Metabólico de la Diabetes Mellitus tipo 2, efectuado en pacientes del CESFAM Dr. Kaplán por el nutricionista Paulo Riveros, para su tesis doctoral en Ciencias de la Salud, en la Facultad de Medicina de la Universidad de Barceló, Argentina.

"En esa población estudiada en Reñaca Alto, se demostró que el manejo de emo-



Angel Calzia, subdirector del Área Salud CMVM, Paulo Riveros y Blanca Quiroz, sicóloga, encargada de Campos Formadores Profesionales del Área Salud CMVM.

ciones, el apoyo afectivo y el estilo de vida tuvo impacto en los resultados. Es decir, mientras más escolaridad e información tenga la familia mayor será su aporte a la recuperación del paciente, ya que la diabetes requiere de apoyo continuo. Hay que tener en cuenta que son pacientes que vivirán muchos años con esta enfermedad, por ello hay que lograr que tengan una buena calidad de vida, tanto de pareja como familiar y social."

Riveros dijo que "un hallazgo de esta investigación fue encontrar datos de intentos de suicidio que revelan que estos pacientes requieren de una red de apoyo psicológico, en lo cual estamos un poco débil. Tenemos que incorporar el acompañamiento sicosocial para evitar su deserción del tratamiento y, por otra parte, incentivarnos a generar evidencia demostrable, válida, de intentos de suicidio para contar con un referente regional.

Posteriormente, Karla Díaz interna de la carrera de kinesiología de la U. Andrés Bello presentó Técnicas Kinésicas Manuales utilizadas por kinesiólogos para el manejo del



Profesionales de los centros de salud, directores y jefes de carrera de universidades de la región participaron en esta instancia académica.

Síndrome Bronquial Obstructivo, estudio de tesis realizado en menores de 3 años, pertenecientes a Sala IRA O MIXTA en Centros de Salud Municipales de la Región de Valparaíso.

Finalmente, el Dr. Peter Mc Coll, director de la carrera de Medicina de la UNAB expuso iniciativas de vinculación con el medio, realizadas por estudiantes de esa casa de estudios, en las que relevó la orientación social de los médicos que se forman en sus aulas.

Tesis en Poster

Paralelamente, fueron seleccionadas otras cuatro tesis universitarias las cuales fueron presentadas en formato de poster por los investigadores. En esta instancia participaron la Universidad Santo Tomás con un trabajo sobre Factores relacionados con la adherencia de pacientes crónicos a controles del Programa Cardiovascular efectuado en el CECOSF Las Palmas; la U. de Valparaíso con una investigación de Factores asociados a la adherencia dietética de adultos mayores con enfermedades crónicas en el CESFAM Nueva Aurora; la U. de Viña del Mar con una tesis sobre la Desigualdad social como factor determinante de la enfermedad periodontal; y la U. de Aconcagua con un estudio sobre Nivel de Sobrecarga del cuidador de pacientes dismovilizados, aplicado en el CESFAM Juan Carlos Baeza.

Este último, "fue seleccionado como una manera de relevar a todos nuestros técnicos que se profesionalizan, ya que en él participó la funcionaria TENS, estudiante de enfermería, Elga Manzano", declaró Blanca Quiroz, encargada de Campos Formadores Profesionales y Técnicos, del Área de Salud de la CMVM.

Alcaldesa entregó a la comunidad ampliación del CECOSF Santa Julia que beneficia a más de 11 mil usuarios

LA OBRA, FINANCIADA ENTERAMENTE POR LA CORPORACIÓN MUNICIPAL, SIGNIFICÓ UNA INVERSIÓN DE \$200 MILLONES.

Con satisfacción y alegría los usuarios del Centro Comunitario de Salud Familiar (CECOSF) Santa Julia vieron concretar su anhelo, tras finalizar de los trabajos de ampliación que lo dotaron de nuevas y modernas dependencias para brindar una mejor atención a las más de 11 mil personas que se atienden en ese recinto.

La Corporación Municipal del Viña del Mar llevó a cabo esta inversión por un monto de \$200 millones de pesos, financiada con recursos propios, la cual fortalecerá la atención de los usuarios y mejorará las condiciones laborales del equipo de salud que se desempeña en ese centro.

A la ceremonia de corte de cinta acudió la alcaldesa de Viña del Mar, Virginia Reginato; junto a los concejales Pamela Hödar, Laura Giannici, Macarena Urenda y Jaime Varas; el gerente de la Corporación Municipal, Claudio Boisier; el director del Área del Salud de la Corporación Municipal, Georg Hübner; la jefa del CECOSF de Santa Julia, Pamela Díaz; la presidenta del Consejo Local de Salud Nancy Aguilera, parlamentarios, dirigentes vecinales y usuarios.

“Como alcaldesa, y desde el municipio y la Corporación, es una alegría y satisfacción poder compartir con la comunidad la finalización de las obras de ampliación y mejoramiento del Centro Comunitario de Salud Familiar Santa Julia, lo cual era muy necesario. Para nosotros la salud y la educación no es un gasto sino una inversión y seguiremos mejorando los espacios para que las familias tengan mayor bienestar”, manifestó Virgi-

nia Reginato.

La jefa del CECOSF Santa Julia, Pamela Díaz, indicó que “la comunidad ha compartido con nosotros este esfuerzo y ahora cada vez que entran al lugar, lo hacen maravillados de ver el espacio nuevo, lo que gratifica y enaltece nuestro trabajo”.

Por su parte, el director del Área del Salud de la CMVM, Georg Hübner destacó el trabajo mancomunado para alcanzar este logro. “En un plazo bastante abreviado, menos de un año, pudimos llevar a cabo esta obra, para dar respuesta a las necesidades tanto de los usuarios como del equipo de salud, por lo cual estamos muy contentos, ya que demuestra el trabajo cohesionado y organizado con la comunidad en pro de una mejor salud para el sector de Santa Julia”

Nancy Aguilera, presidenta del Consejo Local de Salud y dirigente del sector, manifestó que “para nosotros este era uno de los anhelos que teníamos para el CECOSF, los usuarios ya lo están usando y están muy contentos. Este es un logro que se hizo a través de la participación de los vecinos organizados”. La dirigente, además, aprovechó la ocasión para hacer un llamado a las autoridades a nivel nacional a que se invierta más en la prevención en salud.

Ampliación

Los trabajos consistieron principalmente en el reordenamiento de los boxes existentes, la ampliación de 160 m² del recinto, el mejoramiento de instalaciones eléctricas e internet, la implementación de nuevos boxes de atención, sala de dirección, cocina y comedor de funcionarios y mejoramiento de rampa de acceso para coches de bebé y adultos mayores. También se incorporó una sala REAS (Manejo de Residuos Clínicos y Hospitalarios de Establecimientos de Atención de Salud), entre otras obras técnicas que se anexaron a la infraestructura ya existente.

De esta manera, el Centro de Atención Primaria de Santa Julia



La obra costó \$200 millones y fue financiada por la Corporación con recursos propios.



Equipo de salud del CECOSF Santa Julia junto a autoridades y dirigentes



Usuarías del CECOSF Sta. Julia junto a la alcaldesa



La ampliación en 160 mts² brinda mejores condiciones a usuarios y funcionarios



Nuevos box de atención y Sala REAS están entre las principales mejoras.

cumple plenamente los estándares del Modelo de Salud Familiar y Comunitario del Ministerio de Salud, el cual se enfoca en la promoción de estilos de vida saludable, fortaleciendo la responsabilidad familiar y comunitaria para mejorar las condiciones de salud.

Por su cercanía con la comunidad y la definición conjunta de las prestaciones que allí se otorgan, el CECOSF busca resolver oportunamente la demanda de necesidades de salud de ese sector, que en el caso de Santa Julia, corresponde a más de 11 mil usuarios.

Área de Salud apoya trabajo en red para enfrentar el Alzheimer y otras demencias

INICIATIVA IMPULSADA POR EL CESFAM MALDONADO SE ENFOCA A TRABAJAR EL TEMA CON LA COMUNIDAD Y LA RED INTERSECTORIAL

El envejecimiento de la población chilena asociado al aumento de la esperanza de vida ha traído como consecuencia el aumento de enfermedades neurodegenerativas, entre las cuales el Alzheimer, figura como la principal causa de demencia, situación que abre nuevos desafíos en la prevención y el desarrollo de herramientas adecuadas para realizar un diagnóstico oportuno.

Con el propósito ir trabajando de manera mancomunada en esta temática desde



Estilos de vida y factores genéticos relacionados con enfermedades vasculares y metabólicas, serían posibles causas del Alzheimer.

la Atención Primaria de Salud, profesionales del área dependientes de las Corporaciones Municipales de Viña del Mar y Valparaíso, junto a representantes de la red de Salud comunal y provincial y usuarios participaron en un Seminario de Sensibilización sobre el Alzheimer y otras demencias, efectuado en la U. Santo Tomás.

El director del Área de Salud, Georg Hübner, felicitó la realización de esta iniciativa impulsada por el CESFAM Maldonado, y señaló que “como Área de Salud en conjunto con la Municipalidad de Viña del Mar estamos trabajando para abordar de

mejor manera una temática tan relevante como el Alzheimer considerando los altos índices de envejecimiento que tiene la comuna.”

Natalia Maldonado, asistente social del CESFAM Maldonado, integrante del equipo organizador, expresó que “en nuestro CESFAM tenemos una población envejecida y una alta tasa de personas con demencia y Alzheimer en el Programa Dismovilizadas, por sobre a media nacional. A raíz de esto, el año pasado formamos la primera agrupación comunal de familiares de pacientes con Alzheimer, GAFA, y a través del concurso de Buenas Prácticas del Servicio de Salud Viña Quillota obtuvimos financiamiento para la realización de este seminario, con el objetivo de sensibilizar a los equipos de salud y promover la creación de grupos de autoayuda para personas con Alzheimer”

El Seminario fue encabezado por el director de la Esc. de Enfermería de la UST, Luis Muñoz, el director del Área de Salud de la CMVM, Georg Hübner, y la directora del CESFAM Maldonado, Ruth Rogers. Además, actuaron como relatores Carolina Santander, encargada del Programa del Adulto de la SEREMIA de Salud y del Dr. José Luis Dinamarca, gerontólogo del



Usuarios y equipos de salud participaron en el seminario de sensibilización sobre el Alzheimer.



Luis Muñoz, director Esc Enfermería UST, Ruth Rogers, directora CESFAM Maldonado, Dr. José Luis Dinamarca, Georg Hübner, director Área Salud e integrantes de GAFA, agrupación de familiares de pacientes con Alzheimer.

Hospital G. Fricke.

Entre las problemáticas se planteó que, actualmente, en los consultorios las demencias están sub diagnosticadas. Si bien existe el Programa del Adulto y del Adulto Mayor, no hay prestaciones asociadas para esta enfermedad, y muchas veces la pesquisa se realiza a través del programa Cardiovascular.

Carolina Santander manifestó que el MINSAL, el Servicio Nacional del Adulto Mayor y otros organismos están conscientes de la necesidad de un abordaje integral del Alzheimer, por ello se creó un Plan Nacional de Demencias que comenzó a ejecutarse como piloto en tres regiones, con el compromiso de que en 2018 comience a implementarse a nivel país. Agregó que dicho plan considera acciones de sensibilización, capacitación de profesionales de la salud, así como el apoyo a familiares y cuidadores de pacientes.

Cabe mencionar que, actualmente, se

está efectuando una campaña nacional de recopilación de firmas para solicitar que esta enfermedad sea ingresada al Plan AUGE, debido al alto costo de las prestaciones y de los fármacos y porque además tiene un fuerte impacto no sólo en el paciente, sino en la salud mental de su cuidador y entorno familiar.

Por su parte, el Dr. José Luis Dinamarca realizó una caracterización de las fases y sintomatologías de los diferentes tipos de demencias. Sostuvo que “no se puede determinar con certeza la causa del Alzheimer pero que el daño al cerebro empieza de 10 a 20 años antes de que algún síntoma se manifieste. Según el área del cerebro que afecte puede alterar la memoria, el vocabulario o el comportamiento”. No obstante, aseveró que “muchas demencias son prevenibles y están asociadas al mantenimiento de estilos de vida saludable”, por ello recomendó realizarse chequeos de salud periódicamente para controlar factores genéticos relacionados con enfermedades vasculares y metabólicas, que figuran entre las posibles causas del Alzheimer.

La jornada concluyó con una Mesa Redonda en la cual, en primera instancia, el fonoaudiólogo Sebastián Bello, presentó una investigación del proyecto FONIS relacionada con instrumentos de evaluación cognitiva para detectar a tiempo el Alzheimer en los adultos mayores.

Posteriormente, se difundieron otras dos interesantes iniciativas: el Centro Diurno para personas mayores con problemas cognitivos, a cargo de la Municipalidad de El Quisco y la creación de la Agrupación de Familiares de Pacientes con Alzheimer, impulsada por el CESFAM Maldonado con participación de integrantes del equipo de salud del establecimiento.

Equipan a Botiquines con Aire Acondicionado

LA INVERSIÓN RESPONDE A REQUERIMIENTOS DEL PROCESO DE ACREDITACIÓN DE CALIDAD

Con el propósito de garantizar los estándares de calidad de los medicamentos que se entregan a los usuarios, la Corporación Municipal de Viña del Mar efectuó la instalación de sistema de aire acondicionado en los botiquines de los 14 centros de salud de la comuna.

La inversión responde a requerimientos del proceso de acreditación de calidad y con ella se pretende asegurar que los medicamentos almacenados en el bo-



Los nuevos equipos mantendrán los medicamentos a temperatura uniforme.

tiquín tengan una temperatura uniforme, la cual no debe sobrepasar



Medida se enmarca en proceso de acreditación de los CESFAM

los 20 grados. Además, de ir en directo beneficio de los usuarios,

esta medida permitirá mejorar las condiciones del puesto de trabajo de los funcionarios ya que algunos botiquines cuentan con espacio reducido y hay horarios en que allí trabajan hasta 6 personas.

Los equipos de aire acondicionado fueron comprados con aportes del MINSAL y su instalación fue asumida por la Corporación, lo que en total significó una inversión de \$ 7 millones de peso, aproximadamente.

Vacuna gratuita a las gestantes entregarán Consultorios para prevenir el Coqueluche

ENFERMEDAD RESPIRATORIA DE MAYOR RIESGO ENTRE LOS MENORES DE 6 MESES

Frente a un brote de coqueluche registrado en la región del Maule, que arrojó 17 casos y la muerte de 3 lactantes, el Área de Salud de la Corporación Municipal de Viña del Mar hizo un llamado a las embarazadas a vacunarse de manera gratuita contra esta bacteria en todos los Centros de Atención Primaria de la comuna.

El Ministerio de Salud confirmó que la vacuna contra el coqueluche dirigida a las embarazadas pasará al Programa Nacional de Inmunización (PNI), lo que significa que se entregará de forma gratuita en los centros de salud

pública y privada con convenio.

Elizabeth Nelson, encargada de PNI del Área de Salud de la Corporación Municipal señaló que “el coqueluche o tos ferina o tos convulsiva, es enfermedad muy contagiosa producida por una bacteria (Bordetella pertussis) que en lactantes causa una infección respiratoria grave, que incluso puede causar la muerte de niños pequeños. Se transmite por vía aérea (al toser o estornudar) de una persona contagiada por la bacteria”

Con respecto a la importancia de esta medida, comentó que “en los últimos años se ha observado un aumento de casos de tos con-

vulsiva en lactantes menores de 6 meses, y ha provocado muerte en algunos afectados, por estos motivos se requiere ampliar la protección contra esta enfermedad desde el periodo de recién nacido.”

Sostuvo que “es una enfermedad inmunoprevenible, es decir se puede prevenir mediante el uso de vacunas, y a pesar de la introducción en los programas de vacunación, continúa estando presente en muchas partes del mundo. En Chile, el Programa Nacional de Inmunización (PNI) establece un esquema primario de 3 dosis de vacuna pentavalente a

los 2, 4, 6 y un refuerzo a los 18 meses, más 2 refuerzos con otra vacuna en 1° y 8° básico, respectivamente.”

La vacuna contra el coqueluche está disponible de manera gratuita en cualquier vacunatorio público o privado para todas las gestantes a partir de las 28 semanas de embarazo, debido a que en esta etapa se traspasan la mayor cantidad de anticuerpos que produce la vacuna, desde la madre al feto a través de la placenta y así se protege al bebé durante los primeros meses de vida.

La profesional enfatizó que “la duración de la protección es de

pocos meses, por lo que es necesario que, posteriormente, él bebe reciba su primera vacuna a los dos meses de edad, según calendario de vacunación.”

Finalmente, para aclarar dudas, destacó que la vacuna “no afecta la salud del bebé, ya que está inactivada, es decir sólo contiene fragmentos de la bacteria, por lo que no produce la enfermedad. Es segura y eficaz durante el embarazo. En la mujer embarazada puede producir dolor y enrojecimiento en la zona de administración de la vacuna y en ningún caso afecta a la salud del feto ni de la madre.”

Con un Bingo Saludable Adultos Mayores celebraron su día

CESFAM CIENFUEGOS ORGANIZÓ LA INSTANCIA PARA FOMENTAR SU INTEGRACIÓN Y PARTICIPACIÓN SOCIAL

Una mañana de recreativa para conmemorar el Día Nacional del Adulto Mayor, organizó el equipo de Promoción del CESFAM Cienfuegos en conjunto con el Consejo Local de Salud en la cual los invitados de honor fueron los usuarios mayores de 60 años pertenecientes al barrio de Santa Inés.

La jornada se inició con un desayuno



El bingo saludable se inició con charla de prevención en salud

saludable, durante el cual el kinesiólogo Claudio Reyes les ofreció una charla de prevención en salud, en la cual les dio algunos consejos sobre dieta y ejercicios para fortalecer la salud de las articulaciones y evitar otras dolencias.

Posteriormente, se dio paso a un bingo saludable, instancia que fue amenizada con una presentación del grupo “Renacer”, y karaoke, donde los participantes pudieron disfrutar de un grato momento cantando y compartiendo junto a otras personas de la tercera edad.

Andrea Restello, directora del CESFAM



La celebración incluyó karaoke y premios sorpresa para los adultos mayores

Cienfuegos indicó que “en el marco de la conmemoración del Día Nacional del Adulto Mayor con el cual el SENAMA inicia el “Mes de los grandes”, nosotros quisimos sumarnos a esta fecha para celebrar junto a los adultos mayores de nuestra jurisdicción, que representan un alto porcentaje de los usuarios que atendemos en nuestro centro, buscando fomentar su integración y participación social efectiva.”

El Día Nacional del Adulto Mayor fue promulgado el 1 de octubre de 2014 por la Presidenta Michelle Bachelet con el propósito de reconocer el aporte que realizan las personas con 60 años y más a nuestra sociedad, y junto con ello, promover el respeto de sus derechos y la participación.

Además, hace un mes que Chile promulgó la Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores, lo que significa un compromiso del Estado con este segmento de la población para generar una sociedad más inclusiva con sus mayores.

Efectúan Operativo de Salud a Comunidad Haitiana de Forestal

INICIATIVA IMPULSADA POR EL CESFAM MALDONADO ESPERA SER REPLICADA EN OTROS SECTORES DE LA COMUNA.

Facilitar el acceso a la salud y detectar de manera oportuna sus necesidades en ese ámbito para su posterior abordaje en coordinación con la red sectorial, fue el propósito del operativo efectuado por el equipo del Centro de Salud Familiar Marco Maldonado a la población haitiana inmigrante, avicindada en el sector de Forestal, en Viña del Mar.

“Esta es una señal de inclusión a los pueblos migrantes por parte de Corporación Municipal de Viña del Mar y una gestión pionera del CESFAM en esta materia, a ser replicada por los otros Centros de Atención Primaria de la comuna”, manifestó Carolina Cabello, encargada de Promoción y Participación Social del Área de Salud de la CMVM.

Ruth Rogers, directora del CESFAM Marco Maldonado, expresó que “la iniciativa surge desde un enfoque de derechos humanos para garantizar el acceso a la salud como un derecho para todos y, junto con ello, favorecer el acercamiento entre nuestro establecimiento y la comunidad haitiana, permitiendo con ello una mejora en las



Operativo incluyó atenciones de salud, toma de exámenes, y evaluación de necesidades dentales, entre otras.

coordinaciones y detección de problemáticas de salud relevantes.”

Agregó que “de la misma manera, en el CESFAM estamos favoreciendo una inscripción acorde a los estándares solicitados para que cada inmigrante, cualquiera sea su nacionalidad, cuente con un RUT provisional, a fin de que esto no sea una limitante en garantizar acciones de salud a nivel secundario”, puntualizó.

OPERATIVO DE SALUD

El operativo incluyó un completo abanico de prestaciones, efectuado en las dependencias del CESFAM Maldonado, el sábado 30 de septiembre, para facilitar la asistencia de la población fuera de su horario laboral.

En la ocasión, el equipo de salud, realizó atención de consultas de morbilidad, toma de exámenes preventivos del adulto, Papanicolau, consultas ginecológicas y de métodos anticonceptivos, evaluación de necesidades dentales y atención con la asistente social.

A la fecha, las principales acciones implementadas por el CESFAM Maldonado, han consistido en visitas domiciliarias efectuadas por la asistente social a la comunidad haitiana inmigrante, mediante las cuales se estableció un primer contacto, para realizar inscripción de usuarios, atención de consultas sociales, además del establecimiento de coordinaciones con la Fundación Manos a la Obra, ONG que apoya inserción social de la población migrante en nuestro país.



Gestión pionera del CESFAM Maldonado con población migrante será replicada en otros centros de salud

¿Sabes cómo afecta el cigarrillo a tu organismo?

Colaboración de Rayén Huenchilaf, subdirectora CESFAM G. Carreño

Por su magnitud, consecuencias sanitarias y elevados costos sociales el consumo de tabaco se ha transformado en un gran problema de salud pública, que no sólo afecta al consumidor sino a los fumadores indirectos, entre ellos los niños, ya que el humo del tabaco es un mix tóxico que daña nuestro organismos potenciando el desarrollo de cáncer, enfermedades cardiovasculares, respiratorias, y materno infantiles. Todas

estas enfermedades se pueden prevenir, si evitamos caer en esta adicción que ocasiona la muerte.

En América, Chile tiene la mayor prevalencia de consumo de tabaco tanto en jóvenes como en adultos. Según datos del MINSAL, unas 45 personas mueren al día en el país a causa del tabaquismo y más de un billón de pesos es gastado cada año para tratar los problemas de salud provocados por el tabaco.

Cada cigarrillo posee entre 7 y 20 mg. de alquitrán y produce 80 cm³ de monóxido de carbono que reduce en un 10% la capacidad de transporte de oxígeno por el torrente sanguíneo.

Además de nicotina contiene otros tóxicos: amoníaco, alcohol metílico, ácido clorhídrico, furfural, aldehídos, arsénico y polonio radioactivo. Por ello, la combustión del tabaco genera la formación cancerígenos, llamados "radicales libres" que dañan los tejidos de cualquier órgano de tu cuerpo.



Ten presente que:

- Los niños que tienen el derecho a respirar en un ambiente libre de tabaco. Si eres una figura paterna fumadora, evita hacerlo delante de tus hijos, porque el humo afecta su salud y los obstruye si tienen asma.
- En la adolescencia existe el mayor riesgo de iniciar el hábito tabáquico, ya que se busca ser aceptado dentro de un grupo de iguales y se presenta rebeldía ante la prohibición de fumar. Predica con tu ejemplo y no fumes.
- El consumo de tabaco genera dicción física y psicológica a la nicotina. Es fácil convertirse en adicto y cuando las personas se hacen adictas pierden la libertad de decisión.

Efectos del tabaco en tu cuerpo

Deteriora los pulmones, las vías respiratorias y disminuye el rendimiento físico, debido a que los glóbulos rojos que transportan el oxígeno a los tejidos, se encuentran intoxicados por el monóxido de carbono del tabaco.

Los enfisemas y la bronquitis ocurren 6 veces más en adictos al tabaco. Es la causa más importante de invalidez respiratoria, favorece infecciones y agrava el asma bronquial e induce su aparición en los niños.

Además es factor principal de la arteriosclerosis, enfermedad que obstaculiza la circulación sanguínea y la nutrición de los tejidos de cualquier órgano o miembro.

Daña el corazón porque al encender un cigarro aumenta la frecuencia cardíaca y la presión arterial, forzando al corazón a hacer un mayor esfuerzo e incrementando el riesgo de enfermedad coronaria.

Los ataques cardíacos son 3 veces más comunes en fumadores y en el caso de quienes fuman más de una caja diaria el riesgo es 5 veces mayor. La posibilidad de morir precozmente por una enfermedad del corazón resulta entre un 26% y 90% más alto en los fumadores.

Cuando las enfermedades cardiovasculares generadas por el tabaquismo conviven con la diabetes, la hipertensión arterial, las dislipemias, la obesidad, la ingestión de anticonceptivos y el stress los riesgos de sufrir un ataque aumentan.

Fumar ocasiona arrugas precoces en la piel y caída del cabello; problemas dentarios; trastornos del sentido del gusto; faringitis, laringitis, sinusitis y otitis; úlcera gastroduodenal; osteoporosis; climaterio precoz en la mujer e impotencia sexual en el hombre.

En las mujeres puede ocasionar disminución de la fertilidad, partos prematuros y bebés con bajo peso.

