



Atención Primaria de Salud Viña del Mar

MAYO 2018

Boletín del Área Salud de la Corporación Municipal Viña del Mar

AÑO 4 - NÚMERO CUARENTA Y UNO



• Área de Salud llama al autocuidado y consultorios efectúan toma de exámenes preventivos a sus usuarias.

Subsecretaria de Redes Asistenciales descartó paralización de SAR Miraflores



07

Entre 15 y 24 años tienen los principales contagiados con VIH Sida



03

Área de Salud aumenta al doble cupos para mamografías



05

Comunidad en Acción

GRUPO DE APOYO A FAMILIARES DE PERSONAS CON ALZHEIMER Cesfam M. Maldonado

¿Quiénes son?

A comienzos del año 2016, al alero del CESFAM Dr. Marco Maldonado se crea una agrupación integrada por usuarios, que son cuidadores o familiares de personas con Alzheimer, y profesionales del centro de salud, como una manera de brindar apoyo a la gran cantidad de personas adultas mayores de la jurisdicción y usuarios pertenecientes al Programa de Atención Domiciliaria que presentaban Alzheimer y otras demencias.



¿Cuál es su objetivo?

Nuestro objetivo como agrupación es generar un espacio de encuentro para familiares y cuidadores de personas con Alzheimer y otras demencias, en el cual



puedan compartir experiencias. A su vez, mediante la participación voluntaria de profesionales de la salud ofrecerles apoyo, protección, contención y acompañamiento.

¿Qué actividades desarrollan?

Realizamos Encuentros Socioeducativos, una vez al mes, en los cuales diferentes profesionales de la salud abordan temas relacionados con los cuidados que requieren tanto los pacientes como los familiares y cuidadores de personas con Alzheimer

Contamos con un Manual También realizamos visitas domiciliarias y atención vinculada a Plan de Salud.

Estamos planificando para el mes de septiembre la realización de un Seminario sobre Alzheimer



Contacto: Natalia Maldonado Henríquez
Trabajadora Social
Cesfam M. Maldonado
nmaldonado@cmvm.cl

Grupo Facebook G.A.F.A
Grupo de Apoyo a Familiares de Personas con Alzheimer
#apoyoalzheimer



Editorial

Queridas amigas y amigos:



Las estadísticas señalan que las enfermedades cardiovasculares junto con el cáncer de mamas y cervico uterino son la principal causa de muerte de las mujeres en nuestro país. Por esta razón, con motivo de la conmemoración del Día Internacional de Acción por la Salud de las Mujeres los centros de salud familiar de nuestra comuna realizaron, entre el 24 y el 31 de mayo, diversas actividades de promoción y prevención con énfasis en el autocuidado de la población femenina, la nutrición y la actividad física. Y principalmente, a que mantengan el hábito de realizarse periódicamente sus exámenes médicos preventivos de cáncer mamas y cérvicouterino, ya que esta es la principal herramienta para pesquisar a tiempo estas enfermedades y tratarlas con buen pronóstico.

Nuestra Corporación Municipal a través del Área de Salud está haciendo importantes esfuerzos en materia de gestión y de inversión para apoyar las necesidades en salud de las mujeres en cada etapa de su vida y favorecer el acceso a exámenes de medicina preventiva. Con este fin hemos establecido convenios con la U. Viña del Mar y con el Servicio de Salud Viña del Mar-Quillota, lo cual en comparación con el año anterior nos permitirá duplicar a más de 6 mil los cupos para exámenes de mamografías.

Las mujeres desempeñan un rol fundamental en la construcción de nuestra sociedad, tanto en el plano reproductivo, como laboral y doméstico, lo cual en nuestra comuna valoramos procurando velar por su bienestar y calidad de vida. Las mujeres realizan una loable tarea, muchas veces invisibilizada dedicándose al cuidado de hijos, nietos y otros familiares. Sin embargo, les hago un llamado queridas amigas a no descuidar su propia salud, no sólo para vivir más años, sino principalmente para vivirlos en mejores condiciones.

Con el cariño de siempre,

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

Entre 15 y 24 años tienen los principales contagiados con VIH Sida

EL LLAMADO ES A REFORZAR LA PREVENCIÓN BASADA EN LA EDUCACIÓN Y EL AUTOCUIDADO ACTIVO Y RESPONSABLE.

Las alarmantes cifras de VIH Sida indican que el virus aumentó en 98%, es decir, se duplicó en los últimos 7 años en Chile, y lo que ha generado mayor preocupación es que el principal grupo afectado son los jóvenes entre 15 y 25 años. En este grupo los contagios de VIH Sida aumentaron en un 60%, en la región de Valparaíso, en 2017, en comparación al quinquenio anterior. Además, según el Instituto de Salud Pública de Chile hay 486 casos confirmados, lo que representa una tasa regional de VIH/Sida de 26.2%. Y otro dato no menor es que del total de embarazadas diagnosticadas con VIH en 2017, más de la mitad de los casos son extranjeras: 4 de 7 casos.

La conducta sexual declarada como frecuente en las personas que ingresan a control y tratamiento es de relaciones sexuales homosexuales. Se ha informado que son hombres, menores de 40 años, con conducta sexual de riesgo, consistente en sexo sin protección con otro hombre y nivel educacional técnico o superior.

Alertados por este negativo panorama, el Seremi de Salud, Francisco Álvarez, junto a autoridades locales se han propuesto iniciar un trabajo intersectorial tal como lo ha planteado el Ministerio de Salud tras anunciar al país los lineamientos del Plan Nacional de VIH SIDA, invitado a pensar de otra manera esta enfermedad, a evitar las estigmatizaciones y a pensar que puede afectar a cualquiera de nosotros.

“Desde el diagnóstico del primer caso de VIH en el país, en el año 1984, la epidemia ha tenido un comportamiento estable, desde el punto de vista de la concentración en las personas, hombre que tiene sexo con hombres”, no obstante, el Seremi de Salud el planteó que “un aspecto a considerar desde ahora, es el fenómeno de la inmigración, ya que esta población tiene un comportamiento epidemiológico diferente, donde lo que observamos hasta ahora es una distribución semejante entre hombres y mujeres”, puntualizó.

Educación y Autocuidado

Como explicación a este fenómeno, algunos expertos han señalado que los jóvenes han perdido el miedo al VIH Sida porque saben que hoy se puede vivir con tratamiento. Al respecto, Álvarez dijo que “como fenómeno sociológico, puede tener múltiples factores que influyen, sin tener una única causalidad. Personalmente, creo que la falta de educación en sexualidad y afectividad tiene un papel importante, lo que desplaza la responsabilidad de la prevención y del inicio de las relaciones sexuales de



El 50% de los portadores de VIH del país desconocen que portan el virus.

los jóvenes a la educación al interior de la familia, de la comunidad escolar y de salud.”

Ante el riesgo de contraer esta enfermedad no hay mejor estrategia que la prevención. Bajo esta premisa operará el Plan Nacional de VIH SIDA para profundizar en tres niveles: primaria, relacionada con la promoción de sexo seguro y el uso de preservativo. Prevención secundaria, relacionada a la incorporación de fármacos para grupos de riesgo y como parte de una estrategia de prevención combinada con el uso de preservativo (ya que el fármaco protege del VIH, pero no de otras enfermedades de transmisión sexual); y prevención terciaria, relacionada con la pesquisa precoz.

El Plan, además de fomentar el uso del preservativo masculino, por primera vez en Chile incorporará en la estrategia el condón femenino como herramienta para que las mujeres decidan cuidar su salud.

Como la infección por el virus VIH se puede prevenir, la principal recomendación apunta a evitar tener relaciones sexuales sin protección. La autoridad de salud puntualizó que “tener una conducta sexual segura, abarca un concepto más amplio que sólo usar condón. Esto incluye mantenerse sobrio, tomar la decisión de usar preservativo en pareja y mantener relaciones de pareja saludables. En suma, no tener relaciones sexuales ocasionales, y no exponerse a situaciones donde pueda ser atacado sexualmente. Además de realizarse el test, y aceptar hacérselo si está embarazada”

Detección precoz

En materia de detección, prevención y tratamiento, Álvarez planteó que “se apunta a dos frentes: la población sana y la que vive con una infección de transmisión sexual o VIH específicamente. Educar, en el sentido amplio de la palabra, a los que aún no adquieren infecciones de transmisión sexual; detectar oportunamente a quienes ya adquirieron la patología; y mantener indetectables a quienes viven con VIH, lo cual se logra con medicamentos antiretrovirales administrados oportunamente.”

Dado que el 50% de los portadores de VIH del país desconocen que portan el virus el MINSAL trabaja en la implementación del test rápido en la red APS para evitar que por desconocimiento el virus se siga propagando.

No obstante, para la detección del VIH hoy se aplica el Test Elisa, examen disponible sin costo en la red pública. Para acceder a él hay que estar inscrito en el centro de salud familiar cercano a su domicilio, acudir con carné de identidad y solicitar el examen. Debe firmar el consentimiento informado y dar datos fidedignos para que lo puedan ubicar posteriormente para comunicar el resultado.

El Seremi de Salud especificó que en el caso de “menores de 18 años y mayores de 14, éstos pueden consentir por sí mismos y recibir su resultado negativo confidencialmente. En caso de ser positivo, debemos informar al representante legal en un plazo de 15 días hábiles.”

Agregó que “en menores de 14 años se realiza el proceso informando a la Fiscalía por sospecha de abuso sexual. Todo menor de 14 años con infección de transmisión sexual es considerado abuso sexual hasta que se demuestre lo contrario”, puntualizó.

En cuanto a la viabilidad de implementar en Chile la en-



Francisco Álvarez, Seremi de Salud de la región de Valparaíso

¿Cómo se contagia?

Las vías de transmisión del VIH son:

- **Vía sexual: a través de relaciones sexuales penetrativas sin preservativo o condón con una persona que vive con VIH**
- **Vía sanguínea: por compartir agujas y jeringas durante el consumo de drogas intravenosas y a través de transfusiones de sangre**
- **Vía vertical: de una embarazada que vive con el VIH a su hijo/a durante la gestación, parto y lactancia**

trega de píldoras que previo al contacto evitan la transmisión del VIH Sida, el Seremi de Salud fue claro en señalar que “desde el punto de vista de la salud pública es una alternativa muy cara y no estaríamos previniendo la larga lista de infecciones de transmisión sexual que circulan, dando una sensación de falsa seguridad”

Debido a que no reemplaza al preservativo, reiteró que “la terapia de preexposición no contribuye al control de las infecciones de transmisión sexual, ¿cuánto gasta el país en papilomatosis y condilomatosis?, infecciones altamente prevalentes, que probablemente triplican las cifras de VIH. La Sífilis dobla las cifras de VIH.”

En este complejo escenario todos los esfuerzos serán necesarios en la implementación de una política pública permanente de educación y prevención, que frene el aumento de contagios y cifras de mortandad de VIH Sida, desde la colaboración entre la comunidad científica y la sociedad civil, así como la de cada persona para vivir su sexualidad responsablemente, especialmente de los jóvenes, quienes hoy están en riesgo.



Participó el Taller de Diabéticos integrado por adultas mayores que intercambian consejos de nutrición.

Consultorios adhieren a Día Internacional de Acción por la Salud de las Mujeres

ÁREA DE SALUD LLAMA AL AUTOCUIDADO Y REFUERZA CON TOMA DE EXÁMENES PREVENTIVOS



Viviana Rozas, encargada del CECOSF S. Donoso; Ema Estay, presidenta del CLS Achupallas; Georg Hubner, director del Área de Salud y Rosa Arias, directora del J.I. Nuevo Amanecer.



La directora del CESFAM Miraflores, Jenny Henríquez; y Ema Estay, presidenta del CLS junto a la directiva de la J.J.VV. SEDAMAR Oriente.

Para promover la importancia del autocuidado y la detección precoz del cáncer y de las enfermedades cardiovasculares, las dos principales causas del mayor número de muertes de mujeres en Chile, los centros de salud de la comuna realizaron diversas actividades de promoción y prevención en adhesión a la conmemoración del Día Internacional de Acción por la Salud de las Mujeres.

El propósito de esta efeméride es reafirmar el derecho a gozar de salud integral como un derecho humano universal de las mujeres, sin restricciones o exclusiones de ningún tipo, y a través de todo su ciclo de vida.

El Día Internacional de Acción por la Salud de las Mujeres se conmemora des-

de 1987, cada 28 de mayo, por una propuesta de la Red Mundial de Mujeres por los Derechos Sexuales Reproductivos.

Con motivo de esta fecha, entre el 24 y el 31 de mayo, en todos los Centros de Salud de la comuna de Viña del Mar se efectuaron diversas actividades y prestaciones tales como exámenes preventivos de cáncer mamario y cáncer cérvicouterino; charlas de orientación sobre salud sexual y reproductiva, climaterio y salud mental. También hubo degustaciones saludables, clases de yoga. Y en la ma-

yoría de las instancias se difundieron las prestaciones que se otorgan a las mujeres desde la etapa de gestación hasta la adultez.

El objetivo de estas acciones impulsadas por el Área de Salud de la CMVM es reforzar el autocuidado entre la población femenina, a través de la mantención de hábitos de vida saludable, como la nutrición y la actividad física. Y por otro lado, promover la importancia de asistir a sus controles periódicos que están enfocados en la prevención del cáncer.

FERIA DE ACHUPALLAS

En este contexto, uno de los principales eventos fue la X Feria de la Salud de Achupallas, instancia organizada por el CECOSF Sergio Donoso, con la finalidad de promover los estilos de vida saludable, en la cual este año participaron alrededor de 40 organizaciones promocionando su quehacer.

“Estamos cumpliendo 10 años con esta feria de sal salud, cuyo objetivo es que sea un encuentro entre las instituciones y organizaciones que realizan acciones para mejorar la calidad de vida de las personas de Achupallas. Este año, quisimos incluirnos en la conmemoración del Día Internacional de Acción por la Salud de las Mujeres, por eso invitamos a agrupaciones de mujeres, juntas de vecinos, huertos comunitarios, club de adultos



CESFAM Cienfuegos realizó charlas preventivas y clases de yoga

Área de Salud aumenta al doble cupos para mamografías

ESTABLECE CONVENIO CON SSVQ PARA PESQUISA TEMPRANA DE CÁNCER MAMARIO

Se estima que cada día fallecen 3 mujeres por cáncer de mama, por lo cual esta enfermedad sigue siendo la primera causa de muerte por cáncer en mujeres en Chile. En cuanto a su diagnóstico, el MINSAL revela que cada 3 horas se diagnostica una mujer con cáncer de mama y que el riesgo de cáncer aumenta con la edad, ya que 7 de cada 10 mujeres diagnosticadas con cáncer de mama son mayores de 50 años.

Conscientes de esta realidad, la Dirección de Salud de la CMVM estableció un convenio de resolutivez con el Servicio de Salud Viña del Mar-Quillota, orientado a la pesquisa temprana del cáncer mamario, que permitirá duplicar las atenciones de mamografías en comparación con el año anterior. Producto de dicho convenio, la comuna de Viña del Mar obtuvo un cupo total de 6.144 mamografías para las usuarias



Autoexamen de seno: Inspección manual (recostada)

Con las puntas de los dedos juntas, palpar con gentileza cada seno en una de estas tres direcciones

AUTOEXAMEN DE MAMAS

de la Atención Primaria de Salud, la mayoría de ellas, 5.058 cupos, están destinadas a mujeres de edades entre los 50 y 69 años de edad y los 1.097 cupos restantes, a mujeres de otras edades

Angel Calzia, subdirector del Area de Salud de la CMVM manifestó que la implementación

de este convenio de resolutivez “significa aumentar al doble la oferta de este examen para las mujeres de nuestra comuna respecto al año 2017, como resultado de la gestiones realizadas por esta dirección de salud para lograr una mayor cobertura de este examen en nuestra población”



Mamografías se duplicaron para favorecer la detección precoz del cáncer

Prevención del cáncer

Como parte de la estrategia preventiva, en los Centros de Salud Familiar (CESFAM) y Centros Comunitario de Salud Familiar (CECOSF) está disponible el examen de medicina preventiva (EMPA) y los controles por parte de un matró o matrona que incluyen

el examen ginecológico, educación respecto al autoexamen mamario, realización del examen físico de mamas por un profesional y si corresponde la derivación a mamografía. Todo lo anterior, a fin de educar y pesquisar oportunamente signos y síntomas de patología mamaria.

mayores y al grupo de personas con diabetes que se apoyan entre ellas con consejos de alimentación”, declaró Viviana Rozas, matrona, encargada del CECOSF Sergio Donoso.



Stand del programa Vida Sana promovió la actividad física para prevenir las enfermedades cardiovasculares.

La profesional señaló que otras de las enfermedades que afectan a la mujer son las enfermedades cardiovasculares, lo que hace necesario “reforzar su pesquisa en forma precoz, ya que después de la



Se realizaron degustaciones saludables y se entregaron consejos de nutrición

menopausia la mujer queda más expuesta que el hombre al infarto cardiaco, al accidente cardiovascular, por la obesidad que presenta; por lo tanto la prevención es fundamental.”



El CECOSF Villa Hermosa ofreció a sus usuarias una charla sobre La gestación.

Con énfasis en la prevención Área de Salud recuerda a personas fallecidas por VIH Sida

DESTACAN ROL DE LA APS EN LA PREVENCIÓN DEL VIRUS Y TRABAJO INTERSECTORIAL

La conmemoración del Día de las Velas o Candlelight, fecha en que se recuerda a nivel mundial a las primeras personas fallecidas de Sida en Estados Unidos fue la instancia escogida por el Área de Salud de la CMVM para sensibilizar a la comunidad viñamarina con respecto a la importancia de la prevención y la educación sexual responsable para enfrentar la abrumadora cifra de contagios de VIH Sida en el país.

La actividad de promoción y prevención de salud, efectuada en el CESFAM Marco Maldonado contó con la presencia de Francisco Álvarez, Seremi de Salud; Georg Hübner, director Área de Salud CMVM; Julia Reyes, directora del CESFAM M. Maldonado; Viviana

Ledezma, encargada programa VIH-ITS de la Seremi de Salud, Tamara Ajraz, coordinadora Programa VIH del Consultorio Especialidades del Hospital G. Fricke, y representantes de la Agrupación Acción Gay y Prevención Viña.

Durante el acto conmemorativo las organizaciones participantes instalaron stands en el frontis del centro de salud donde distribuyeron preservativos y material informativo para evitar el contagio del virus del VIH Sida.

El director del Área de Salud de la Corporación Municipal Viña del Mar, Dr. Georg Hübner relevó la importancia del trabajo intersectorial en la detección, prevención y tratamiento. Expresó que “el rol de la Atención Primaria de Salud

es pilar fundamental para llevar a cabo las acciones preventivas del Plan Nacional VIH impulsado por el Ministerio de Salud, el cual cuenta con el compromiso para ser abordado de manera intersectorial, con apoyo de la red de organizaciones de la sociedad civil involucradas en la prevención del VIH Sida, con especial énfasis en la no discriminación, la inclusión y el respeto a la dignidad de las personas.”

Julia Reyes, directora del CESFAM Marco Maldonado expresó que “nuestra intención es sensibilizar a la comunidad frente a la problemática del Sida recordando a las víctimas de esta enfermedad para que tome medidas preventivas y evitemos la discrimina-



Se distribuyeron preservativos y material informativo para evitar el contagio del virus del VIH Sida



Julia Reyes directora del CESFAM M. Maldonado, Georg Hübner, director Área de Salud CMVM; Francisco Álvarez, seremi Salud; Viviana Ledezma, encargada programa VIH-ITS Seremi de Salud y Tamara Ajraz, coordinadora VIH Consultorio Especialidades Hospital Fricke.

ción”. Agregó que “recogiendo la inquietud de dos de nuestros funcionarios, el auxiliar Fernando Franco y la TENS Blanca Henríquez, que participan activamente en organizaciones de prevención de VIH Sida en la comuna, aprovechamos esta instancia como una oportunidad para difundir in-

formación sobre la red de apoyo existente.”

Huerto Saludable del CESFAM Lusitania se abre a la comunidad

PÁRVULOS DEL JARDÍN INFANTIL TÍA MONONA SE TRANSFORMARÁN EN AGRICULTORES

El huerto saludable del CESFAM Lusitania ya cuenta con una nueva tropa de colaboradores. Se trata de los párvulos del Jardín Infantil Tía Monona, quienes in situ podrán aprender cómo crecen los vegetales, cuál es su importancia para el medioambiente y los múltiples beneficios que tiene para la salud el consumo de frutas y hortalizas, como factor protector de enfermedades.

A la ceremonia de apertura del huerto a la comunidad asistió el director del Área de Salud, Georg Hübner; la directora del CESFAM Lusitania, Ruth Rogers; la directora del Jardín Infantil Tía Monona, Mariela González; el presidente del CLS del CESFAM Lusitania, Luis Mori, apoderados y profesionales del centro de salud.

El director del Área de Salud, Georg Hübner expresó que “si se educa a los niños desde temprana edad en el cuidado de la salud y el medioambiente tendremos un futuro mejor”, e instó a los apoderados “a aprovechar esta iniciativa impulsada por el equipo de salud, lo cual va a permitir estrechar lazos y generar otras acciones conjuntas en beneficio de la comunidad”, puntualizó.

El CESFAM Lusitania abrió su huerto saludable a la comunidad, tras su implementación, en 2017, con fondos del Concurso Buenas Prácticas en Salud del MINSAL. La directora, Ruth Rogers, indicó que “la primera etapa se concretó con la participación de los funcionarios para favorecer su contacto directo con la naturaleza, el cultivo y la alimentación saludable. Y este año nos comprometimos a realizar su apertura a la comunidad invitando a trabajar con nosotros al Jardín Infantil Tía Monona”

Huerto agroecológico

Una característica esencial del huerto saludable es su manejo agroecológico, desde la siembra hasta la cosecha. Es decir, se emplearán semillas nativas



La iniciativa busca educar y promover el consumo de alimentos saludables desde la infancia.

y ningún tipo de productos químicos, dañinos para el ecosistema y la salud. Para ello, una técnico agrícola capacitará al equipo de salud y a un presentante del jardín infantil, 30 personas en total.

Mariela González, directora del Jardín Infantil Tía Monona agradeció al CESFAM “la oportunidad de tener un espacio donde continuar la enseñanza que se realiza en el aula relacionado con la alimentación y la vida saludable”. Expresó que la participación de los niños junto a sus apoderados en la mantención el Huerto agroecológico les permitirá complementar el Taller de cocina que realiza el establecimiento para fomentar la alimentación saludable en los niños, que en su mayoría son usuarios del centro de salud.

Por su parte, Luis Mori, presidente del Consejo Local del Salud del CESFAM Lusitania valoró esta iniciativa expresando su deseo de que se replique otros sectores de Miraflores Alto. Y aprovechó de hacer un llamado a la comunidad indicando que “los vecinos tienen que contribuir al mantenimiento de estos espacios y áreas verdes, frente a los basurales que como pobladores nos agobian”, puntualizó.

Operativo de salud integral benefició a vecinos del Reñaca Bajo

INICIATIVA RESPONDE A UN CONVENIO DE COLABORACIÓN ENTRE MUNICIPALIDAD Y LA U. DE VALPARAÍSO.

Niños y adultos mayores del sector de Reñaca Bajo, fueron los principales beneficiados con las prestaciones gratuitas del operativo de salud integral, social y comunitaria organizado de manera conjunta por la Municipalidad de Viña del Mar, el CESFAM Gómez Carreño y las facultades de Medicina y de Odontología de la Universidad de Valparaíso.

La actividad fue encabezada por la alcaldesa Virginia Reginato y el director de Relaciones Institucionales de la Universidad de Valparaíso, Alejandro Rodríguez, quienes fueron acompañados por el Director del Área de Salud Georg Hübner, el delegado municipal de Reñaca, Arturo Grez; el director del CESFAM Gómez Carreño, Jimmy Torres, además de dirigentes vecinales y autoridades académicas de las Facultades de Medicina y de Odontología.

Jimmy Torres, director del CESFAM G. Carreño valoró esta iniciativa que “se



La alcaldesa Virginia Reginato junto al director de Relaciones Institucionales de la U. de Valparaíso, Alejandro Rodríguez recorrieron los módulos de atención.

realiza una vez al año en beneficio de la comunidad de Reñaca Bajo para facilitar su acceso a la salud, lo cual refuerza la vinculación que hemos tenido con la U. de Valparaíso”, expresó.

Al igual que en 2017, el operativo médico social se efectuó en el gimnasio del Club Deportivo Río Palena, en la parte baja de Jardín del Mar, donde se brindó atención gratuita en fonología, oftalmología, kinesiología y examen médico preventivo del adulto EMPA, entre otras. Además se contó una clínica dental móvil proporcionada por la Armada de Chile que brindó atención a los escolares del sector. Las atenciones fueron complementadas con charlas informativas, entrega de material educativo y acciones de orientación sobre educación sexual y reproductiva, higiene oral, y prevención de caídas.

Por su parte el CESFAM G. Carreño vacunó a los adultos mayores contra el virus de la influenza y a través del Programa Municipio en tu Barrio se aplicaron vacunas antirrábicas a perros y gatos.



Escolares recibieron atención odontológica y educación en salud oral.

Con yoga padres-hijos mejoran déficit atencional y trastornos ansiosos

AYUDA A MEJORAR LA CONCENTRACIÓN, A CANALIZAR DE FORMA POSITIVA LA IMPULSIVIDAD

El Trastorno por Déficit de Atención con o sin Hiperactividad (TDAH) es un trastorno de origen neurobiológico que se caracteriza por un déficit de atención y dificultades de concentración, que puede manifestarse con hiperactividad e impulsividad, causando efectos negativos en el ámbito escolar, familiar y social.

Con el objetivo de paliar estos efectos adversos, el Programa de Salud Mental del Área de Salud implementó talleres de yoga para niños y adolescentes, de entre 7 y 12 años, diagnosticados con TDAH y trastornos ansiosos, los cuales son impartidos de manera complementaria a su tratamiento.

Lo interesante de esta experiencia consiste en el trabajo en dupla, ya que cada niño practica yoga acompañado por uno

de sus padres, lo cual contribuye a fortalecer el bienestar emocional tanto de los niños como de los adultos que están a su cuidado.

La finalidad del taller es proporcionar a los participantes algunas herramientas de meditación y relajación, que contribuyan a aumentar su capacidad de concentración, a canalizar de forma positiva la impulsividad y a generar un vínculo significativo con sus padres o cuidadores.

La iniciativa se está ejecutando en los centros de salud familiar de la comuna, a excepción por el momento de los CESFAM Cienfuegos y Lusitania. Cada taller consta de 12 sesiones de 1 hora semanal y está dirigido por la instructora de Yoga Kundalini Alejandra Zurita.



La directora del CESFAM Miraflores Yenny Hernández, junto a los participantes del Taller de Yoga que se imparte en el recinto.

Subsecretaria de Redes Asistenciales descartó paralización de licitación de SAR Miraflores

EN REUNIÓN CON DIRECTOR DE SALUD Y DIRIGENTES DE LA UNCO DE VIÑA DEL MAR

El Director del Área de Salud de la Corporación Municipal Viña del Mar, junto a dirigentes de la UNCO de Consejos Locales de Salud de la comuna se reunieron, en Santiago, con la Subsecretaria de Redes Asistenciales del Ministerio de Salud para conocer el estado del proyecto del Centro de Salud de Alta Resolutividad (SAR) Miraflores, tras el oficio enviado por dicha entidad ordenando paralizar el proceso de licitación de obras de cerca de 30 de éstos recintos en el país.

En la visita efectuada a la Subsecretaria Gloria Burgos participó director del Área de Salud, Georg Hübner junto a los dirigentes de la Unión Comunal de Consejos Locales de Salud de Viña del Mar, integrada por Carlos Rojas, Nancy Aguilera e Ignacio Loyola.

Hübner precisó que "la Subsecretaria nos aclaró que no hay ningún proceso de licitación parado. Solamente, había algunos grupos que fueron sometidos a un proceso de evaluación antes de ser licitados, pero que en el caso del SAR Miraflores el Ministerio había dado el visto bueno para dar curso a las siguientes etapas,



La Subsecretaria de Redes Asistenciales Gloria Burgos aclaró que no hay ningún proceso de licitación parado.



Los dirigentes de la UNCO Salud Ignacio Loyola, Nancy Aguilera y Carlos Rojas, junto al director de Salud, Georg Hübner

que corresponden al diseño y la ejecución de la obra"

Agregó que la autoridad se comprometió a mantener un fluido diálogo al respecto a fin despejar temores al respecto a la continuidad de los proyectos que fueron formulados durante la administración anterior.

El presidente de la UNCO de Consejos Locales de Salud, Carlos Rojas, expresó que "la reunión fue fundamental" para despejar dudas con respecto a la continuidad del proyecto del SAR Miraflores, así como el del SAR de Nueva Aurora, dos proyectos en los cuales los dirigentes han trabajado conjuntamente con la Corporación para mejorar el acceso a la salud de la comunidad"

Cabe señalar que, los SAR tienen un mayor nivel de prestaciones técnicas que los Centros de Salud Familiar (Cesfam), están orientados al tratamiento de patologías de baja complejidad y tienen por objetivo descomprimir los servicios de Urgencia de los hospitales.

Usuarios aprenden sobre propiedades de las Plantas Medicinales

CESFAM CIENFUEGOS REALIZA TALLER SOBRE EL TEMA POR SU APOORTE A LA SALUD

Conocer las propiedades de las hierbas medicinales y aprender a cultivarlas en casa para emplearlas en el alivio de dolencias comunes es el objetivo del Taller de impulsado por el equipo de salud del CESFAM Cienfuegos, abierto a la comunidad del sector de Santa Inés.

El Taller de Plantas Medicinales es de carácter gratuito y es realizado por la matrona Gloria Arriagada, en el huerto implementado en el mismo establecimiento.

Las sesiones han consistido en enseñar a los participantes a realizar compost, empleando los restos de frutas y verduras para producir tierra abonada; construir una compostera; seleccionar envases apropiados para hacer cultivos; conocer métodos de riego, cuidados generales y

las propiedades medicinales de las plantas.

Mae Soto, nutricionista encargada de Promoción del CESFAM Cienfuegos, indicó que la instancia ha contribuido a educar sobre el reciclado y a generar conciencia para ayudar a conservar el

medioambiente, fomentando una actividad sana y recreativa para realizar en casa.

Los interesados en participar en este Taller de Plantas Medicinales pueden consultar mayores antecedentes en el mesón de OIRS del centro de salud.



Los usuarios aprenden a cultivar y regar en el huerto del Cesfam Cienfuegos



La enfermera matrona Gloria Arriagada imparte el Taller de Plantas Medicinales

Cómo estimular el desarrollo sicomotor de bebés de 6 meses a 1 año

Colaboración Karem Harboe, terapeuta ocupacional, CESFAM Brígida Zavala

A partir de los 6 meses tu bebé ya está más activo y comenzará a moverse más, por lo cual necesita más espacio, así tendrá la oportunidad de desarrollar su musculatura y generar conciencia de su cuerpo.

- Manténlo en el suelo sobre la alfombra de Goma Eva, colócalo en diferentes posiciones, de gatita para estimular la musculatura de su espalda y dar estabilidad a sus brazos, y de espalda, para estimular la tonicidad de su abdomen.
- Estimúlalo a rodar desde la posición de espalda a la de gatita. Esta es la primera forma de desplazamiento de un bebé y le permite llegar a buscar algo que se encuentra fuera de su alcance, esto favorece su capacidad y motivación por explorar lo que está vinculado directamente con su desarrollo cognitivo.
- Estimúlalo a tomar sus pies y jugar con ellos. Este hito es fundamental para el desarrollo de su esquema corporal, el niño comprenderá cuales son los límites de su cuerpo. El desarrollo del esquema y conciencia corporal son fundamentales a futuro para el manejo de su cuerpo en el espacio así como en su capacidad de atención y concentración.
- Estimula su desarrollo social jugando Ahí está! No está. Este juego permite trabajar el contacto visual, que es precursor del lenguaje y el concepto de presencia/ausencia que se desarrolla con el primer hito del desarrollo cognitivo, lo que significa que algo se encuentra presente aun cuando no seamos capaces de verlo. Para potenciar esta habilidad mantiene sus juguetes en recipientes o cajitas para trabajar inicialmente el concepto de adentro y afuera y luego taparlos para que el niño los encuentre.
- Háblale mientras lo bañas, lo vistes y lo alimentas, procurando mencionar sus partes del cuerpo, haciendo un relato en paralelo de la acción que se realiza, y así estimular su lenguaje. Observarás que aumentarán sus vocalizaciones. Es muy importante que en este momento le contestes generando turnos entre sus vocalizaciones y tu respuesta. Comienza a darle instrucciones simples, "dame", "toma", "ven", "guarda", cerca del año estará listo para comprenderlas.



No apures su desarrollo, cada etapa entregará una fortaleza para tu bebé.
No lo pongas en un ANDADOR