

Atendión Primaria de Salud Viña del Mar

MARZO 2019

Boletín del Área Salud de la Corporación Municipal Viña del Mar

AÑO 5 - NÚMERO CINCUENTA Y UNO



Autocuidado y derechos en Día Preventivo de la Salud Femenina



Programa Adolescente reforzará la prevención de conductas suicidas



Nuevo Director de Salud proyectó trabajo colaborativo con la UNCO CLS



Comunidad en Acción

FUNDACION QUILTRO

¿Quiénes son?

Fundación Quiltro es una organización no gubernamental, sin fines de lucro, de la Región de Valparaíso. Nace a partir del trabajo y motivación de personas que buscan contribuir a la abolición del maltrato animal y que colaboraban activamente para llevarlo a cabo. En la búsqueda de lograr sensibilizar y promover en la comunidad la importancia de la tenencia responsable de animales a través de estos métodos, decidimos formalizar a la organización dando a luz de manera oficial a "Fundación Quiltro" en mayo de 2013.

Los esfuerzos de Fundación Quiltro se orientan a reconocer, solucionar y educar el pro-



Charla educativa sobre tenencia responsable de animales



Promueven la esterilización como prevención del crecimiento exponencial de la población de perros y gatos.



Realizan operativos a bajo costo de vacunación, control de salud y chipeo en coordinación con Juntas de Vecinos y organizaciones

blema de la sobrepoblación animal. Importante es señalar que no somos refugio y no contamos con una red de hogares tempo-

¿Cuál es su objetivo?

Contribuir de manera concreta y eficaz a la reducción del abandono y maltrato animal a través de esterilizaciones como principal eje de control ético y prevención del crecimiento exponencial de la población de perros y gatos.

¿Qué actividades desarrollan?

Charlas educativas para sensibilizar y promover en la comunidad la importancia de la tenencia responsable de animales

Operativos de esterilización a bajo costo o gratuitos en sectores vulnerables, para animales en condición de abandono o de familias con difícil acceso al servicio veterinario, ya sea por costo o distancia. Estos operativos sanitarios, se organizan con la colaboración de Juntas de Vecinos, rescatistas u organizaciones de protección animal. También hacemos operativos a bajo costo de vacunación, control de salud y chipeo.



Editorial

Queridas amigas y amigos:

En Marzo conmemoramos el Día Internacional de la Mujer, fecha a la que adhiero por la importancia de reconocer el rol que ha jugado la mujer en la construcción de nuestra sociedad y en la conquista de sus derechos civiles. Por parte del Área de Salud de nuestra Corporación Municipal, todos los estable-



cimientos de Atención Primaria de Viña del Mar junto a la Casa de la Mujer y otros organismos, realizaron actividades de promoción y prevención de la salud femenina, sensibilización sobre temas de género, violencia intrafamiliar, y entrega de prestaciones ginecológicas preventivas. Acciones que contribuyen a fomentar tanto el autocuidado como las relaciones armónicas, aspectos muy necesarios para la salud y bienestar de las niñas, jóvenes, gestantes y adultas mayores de nuestra comunidad.

Otro hito importante en materia de salud es el inicio de la Campaña de Vacunación contra la Influenza. Este año se espera entregar 113 mil dosis en Viña del Mar, a través de los vacunatorios de los centros de salud de nuestra comuna, para proteger principalmente a la población de riesgo de esta enfermedad viral.

La vacuna está orientada a las embarazadas a partir de las 13 semanas de gestación, niños y niñas entre 6 meses y 5 años, 11 meses, 29 días, adultos mayores y enfermos crónicos. Además, el Ministerio de Salud ha señalado que de manera preventiva deben vacunarse los trabajadores agrícolas, los de criaderos de cerdo y quienes se desempeñan en el área de la salud.

Las autoridades ministeriales han enfatizado que la Influenza puede conducir a complicaciones severas como neumonías, lo que puede llevar a empeorar problemas de salud ya existentes. Por eso, desde el municipio, hago un especial llamado a la comunidad viñamarina a vacunarse gratuitamente en los CESFAM de nuestra comuna, principalmente, a los grupos de riesgo, ya que esta es la manera más efectiva para enfrentar el virus de la influenza y pasar un invierno sin complicaciones.

Con el cariño de siempre un abrazo afectuoso,

VIRGINIA REGINATO BOZZO Alcaldesa de Viña del Mar Presidenta del Directorio Corporación Municipal Viña del Mar

Nombre de contacto: Fernanda Cifuentes Gundlach Cargo: Presidenta Mails: fundacion.quiltro@gmail.com o contacto@fundacionquiltro.org

> Facebook: Fundación Quitro Sitio web: www.fundacionquiltro.org

BOLETÍN ATENCIÓN PRIMARIA DE SALUD VIÑA DEL MAR. Año 5 - Número 51. Equipo Editorial: Jimmy Torres Cubillos, Yenny Barría Rojas, Jorge San Martín Moraga, y Carolina Cabello Aguilera. Editora Periodística: Vanessa Salazar Correa. Este boletín es editado por la Corporación Municipal Viña del Mar para el Desarrollo Social, 10 Norte #907, Viña del Mar - Teléfono: 32 2272445. Se distribuye gratuitamente en los CESFAM de la comuna y también se publica on line en formato PDF a través de www.cmvm.cl.

cM VM

Programa Adolescente reforzará la prevención de conductas suicidas

FOMENTAR LA PARTICIPACIÓN JUVENIL ES OTRO EJE ESENCIAL PARA FORTALECER SU AUTOCUIDADO

I suicidio es la segunda causa de muerte en jóvenes entre 10 y 19 años en nuestro país. Por cada joven que pone fin a su vida, hay otros 20 que lo han intentado y 50 que lo han pensado. Esto, según datos entregados por el Ministerio de Salud con motivo del lanzamiento de la primera guía para la prevención de suicidio en espacios escolares.

"Hoy el principal desafío y tarea con nuestra población adolescente es trabajar en conjunto con Educación la prevención de conductas suicidas en la adolescencia", declaró Blanca Quiroz, psicóloga,

encargada Programa de Salud Integral de Adolescentes y Jóvenes del Área de Salud CMVM.

"Existe un aumento importante y preocupante de la Conducta Suicida, presentando un alto número de adolescentes con autolesiones e intentos de suicidio, principalmente en la población de 15 a 19 años. Entre 2017 y febrero de 2019 tenemos 143 intentos de suicidio en adolescentes entre 10 y 19 años, de un total de 383 en la comuna", puntualizó la profesional.

Además de esta problemática que afecta a la población adolescente de la comuna, indicó que también se observan casos asociados al consumo de Alcohol, Tabaco y otras Drogas, Conductas impulsivas, así como el aumento de las Infecciones de Transmisión Sexual

Trabajo colaborativo

Respecto de las estrategias de abordaje de dichas problemáticas comunales, sostuvo que éstas han consistido en trabajar en conjunto con Educación, y directamente con los estudiantes en



Con los Consejos Consultivo de Salud Adolescente se busca fortalecer la participación juvenil en la comuna.

sus mismos establecimientos.

En este sentido, el "Espacio Amigable Itinerante", impulsado por el Área de Salud de la CMVM se constituyó el 2017 como una iniciativa exitosa, en donde el equipo de salud trabajó en 10 establecimientos educacionales de la comuna, permaneciendo un tiempo en cada lugar, para entregar las prestaciones asociadas a este grupo como el control preventivo de salud, denominado Control de Salud Integral Adolescente, de los cuales se efectuaron 4.551

Junto con ello, se efectuaron 253 Consejerías en

Salud Sexual y Reproductiva, 16 actividades promocionales en estilos de vida saludable y de autocuidado, a través de talleres sobre la misma temática y 182 Intervenciones Motivacionales y Consejerías en prevención de consumo de sustancias y Salud Mental.

También se trabajó con el Programa Detección, Intervención y Referencia Asistida en Alcohol, Tabaco y otras Drogas (DIR), mediante el cual se realizaron 5.768 tamizajes en la población adolescente para conocer su nivel de riesgo sobre el consumo de sustancias

Otras acciones concretas consistieron en la coordinación con los Servicios de Urgencia para derivación de casos de Intentos de Suicidio e Ideación suicida activa en adolescentes. Se estableció trabajo en red, para derivación y seguimiento de casos adolescentes, con CESFAM, SAPUs, Unidad de Psiquiatría Infanto Adolescente del Hospital G. Fricke y Urgencia, la SEREMI de

Salud y el Área de Educación.



En 2018, se efectuaron más de 4.500 Controles de Salud Integral para Adolescentes en escuelas de la comuna.

Atención integral Blanca Quiroz, con

Blanca Quiroz, contó que el Programa de Salud Integral de Adolescentes y Jóvenes, es una estrategia implementada en 2012, para ofrecer una atención integral de la salud, específicamente a la población adolescente de 10 a 19 años, que responda a sus necesidades actuales, con enfoque de género y pertinencia cultural, en el ámbito de la promoción, la prevención, tratamiento y rehabilitación, incorporando a sus familias y la comunidad. Su puerta de entrada es el "Control de Salud Integral"



En Chile el suicidio es la segunda causa de muerte en jóvenes entre 10 y 19 años

Las principales líneas de intervenciónestán asociadas a prestaciones preventivas que inciden en mejorar estilos de vida, fortalecer conductas preventivas a través del control de salud integral adolescente, que permite indagar en distintos aspectos de la vida del adolescente, desde una perspectiva biopsicosocial. También, se desarrollan charlas y talleres preventivos asociados a Salud Sexual y Reproductiva, Prevención de consumo de Alcohol y Drogas, Comunicación y Relaciones Humanas saludables.

La sicóloga explicó que en estos temas se efectúan intervenciones Breves y Motivacionales así como Consejerías, ya que "permiten fortalecer la decisión al cambio por parte de los jóvenes, a través de la educación e información".

Participación de los jóvenes

Blanca Quiroz destacó como principal logro del año 2018, a través de la implementación del Espacio Amigable Itinerante, la constitución de dos Consejos Consultivos de Salud Adolescente en la comuna, uno de enseñanza básica en la Escuela Teodoro Lowey, y otro de enseñanza media en el Liceo José Cortés Brown.

"La participación de los adolescentes en Salud, a través de Consejos Consultivos Adolescentes es crucial, ya que su principal objetivo es que los jóvenes sean protagonistas de sus necesidades en salud", puntualizó.

La acción de los Consejos Consultivos de Salud Adolescente es un trabajo grupal que se realiza tanto en Escuelas Básicas, como Liceos que este año busca seguir incrementándose; teniendo como característica el fortalecimiento de la autodeterminación de los adolescentes en su autocuidado. Eje fundamental para su desarrollo y bienestar en cada una de las etapas de la vida adulta.

Nuevo Director del Área de Salud proyectó trabajo colaborativo con directiva de la UNCO Salud

NUEVO DIRECTOR DEL ÁREA DE SALUD PROYECTÓ TRABAJO COLABORATIVO CON DIRECTIVA DE LA UNCO SALUD

omo parte de sus primeras actividades tras asumir, el lunes 11 de marzo, la Dirección del Área de Salud de la Corporación Municipal Viña del Mar, Jimmy Torres, se reunió con la directiva de la Unión Comunal de Consejos Locales de Salud, con quienes luego de conocer sus planteamientos y gestiones realizadas, planificó en conjunto un plan de trabajo colaborativo para el año en curso.

El nuevo director del Área de Salud de la CMVM, Jimmy Torres Cubillos, es padre de dos hijos, y enfermero de profesión, con Diplomados en Salud Familiar, Humanización en Salud, Manejo de Recursos Humanos, Calidad y Acreditación. Tiene experiencia en el ámbito de la gestión de la salud comunal, ya que se desempeñó por 6 años como enfermero asistencial y en áreas de dirección del CESFAM Dr. Jorge Kaplán, en Reñaca Alto, hasta ascender a subdirector de dicho establecimiento. Antes de asumir este nuevo cargo, trabajaba desde hace 6 años, como director del CESFAM Gómez Carreño.

La Directiva de la UNCO de Consejos Locales de Salud encabezada por su presidenta Nancy Aguilera; Ignacio Loyola, secretario; María Vera, tesorera; y Carlos Pinto, director suplente, se reunió con la nueva autoridad, y le manifestó el apoyo a su gestión.

Como representante de los usuarios de la Atención Primaria de Salud, Nancy Aguilera se mostró satisfecha con el nombramiento de Torres. "Estamos contentos porque además lo conocemos por su trabajo en los sectores, en Reñaca, en Santa Julia, en Achupallas, sabemos que le gusta mucho trabajar con la comunidad, entonces estamos felices porque va haber un buen entendimiento y un gran apoyo", indicó.



Por su parte Jimmy Torres, expresó que el objetivo de este primer encuentro con la directiva de la UNCO Salud era "conocer cuáles son sus expectativas y su visión de la salud en la Atención Primaria para luego hacer un trabajo planificado durante el año que dé cuenta de sus necesidades. La idea es cen-

trarnos en el usuario y en ese aspecto siempre estaremos en sintonía para seguir fortaleciendo la salud de la familia viñamarina". De acuerdo con esto, se acordó efectuar un trabajo colaborativo conjunto para lo cual se fijó la realización de reuniones bimensuales.



El nuevo director del Área de Salud CMVM, Jimmy Torres, junto a la Directiva de la Unión Comunal de Consejos Locales de Salud de Viña del Mar.



Campaña de Vacunación contra la Influenza espera alcanzar a 113 mil personas en Viña del Mar

PARA ABARCAR A LA POBLACIÓN DE RIESGO, SE EXTENDERÁ POR DOS MESES O HASTA SUPERAR EL 85% DE COBERTURA

onle el hombro al invierno, vacúnate contra la influenza" es el slogan de la campaña de vacunación preventiva 2019 contra esta enfermedad respiratoria, impulsada con la intención de disminuir el riesgo de contagio así como el aumento de hospitalizaciones por esta causa durante el invierno.

Para reforzar el llamado a vacunarse en la red de Atención Primaria de Salud de la comuna, la alcaldesa Virginia Reginato, junto al Secretario Regional Ministerial de Salud, Francisco Álvarez y el director del Área de Salud de la Corporación Municipal Viña del Mar, Jimmy Torres, visitaron el Centro de Salud Familiar (CESFAM) Eugenio Cienfuegos de Santa Inés, donde existe gran cantidad de población adulta mayor.

El Seremi de Salud, Francisco Álvarez, informó que "en nuestra región esperamos vacunar a más de 630 mil personas y en Viña del Mar a 113 mil, lo que corresponde a la comuna más grande en cuanto a la población objetiva que tenemos que vacunar". Agregó que "la vacuna es eficaz y segura. Previene tanto las hospitalizaciones como la gravedad de esta enfermedad, producto de complicaciones como la neumonía, que en el país puede alcanzar en promedio las 500 y las 400 muertes"

Al respecto, la alcaldesa Virginia Reginato señaló que "hemos llegado al consultorio Cienfuegos de Santa Inés, donde hay gran cantidad de adultos mayores, así que el llamado es a que los vecinos acudan a los centros de salud familiar de su sector, así como a los puntos de vacunación que se dispondrán en la ciudad para facilitar el acceso de toda la población a la vacuna contra la influenza"



Debe vacunarse adultos mayores, enfermos crónicos, gestantes a partir de las 13 semanas y niños de 6 meses hasta 5 años 11 meses 29 días.

Por su parte, la directora del CESFAM Cienfuegos, Andrea Rastello, enfatizó en la prevención y el componente solidario "porque yo me vacuno por mí, por ti, por nuestra familia". Precisó además que en el grupo objetivo se han incorporado los enfermos crónicos con insuficiencia renal o hepática, hipertensión, enfermos de cáncer y VIH."

Tras recibir la dosis anti-influenza, la presidenta del Consejo Local de Salud, Sonia Caprile, aprovechó de invitar a "todos los adultos mayores y a la población a vacunarse, para que no estemos después teniendo problemas de salud, ya sea con resfríos fuertes u otra enfermedad".

GRUPOS PRIORIZADOS

La campaña de vacunación nacional contra el

Autoridades lanzaron en CESFAM Cienfuegos campaña comunal de vacunación preventiva contra el virus de la influenza

virus de la influenza está dirigida al personal de salud; embarazadas a partir de las 13 semanas de gestación; niños y niñas de edades entre los 6 meses y 5 años 11 meses 29 días; adultos de 65 años y más; trabajadores avícolas y de criaderos de cerdos; enfermos crónicos entre 6 y 64 años.

La primera fase de la campaña, que se inició el 14 de marzo, se orienta a la vacunación de grupos como los pre-escolares en diferentes niveles educativos como salas cunas y jardines infantiles, tanto públicos como privados, establecimientos institucionalizados como centros de larga estadía de adultos mayores o esta-



La vacuna contra la influenza busca prevenir las hospitalizaciones así como el riesgo de complicaciones como la neumonitis.

blecimientos psiquiátricos, centros de diálisis, clubes de adulto mayor y hogares de menores, entre otros. Para abarcar a la población de riesgo, se extenderá por dos meses o hasta superar el 85% de cobertura.

La Dirección de Salud de la Corporación Municipal Viña del Mar puso a disposición de toda la población y de manera gratuita la vacuna contra la Influenza, en los 11 vacunatorios de la red de salud comunal y que dispondrán durante la ejecución de la campaña distintos puntos de vacunación, los que serán debidamente publicados en redes sociales de la CMVM.

INFLUENZA

Esta enfermedad respiratoria aguda causada por el virus Influenza es considerada un problema de salud pública porque produce epidemias, lo que se traduce en un aumento de la demanda en la atención ambulatoria y hospitalaria, por cuadros graves como neumonía e insuficiencia respiratoria aguda.

También aumenta el número de fallecimientos especialmente en los grupos de riesgo: población infantil, adultos mayores, enfermos crónicos y mujeres embarazadas.

En Día mundial de la Tuberculosis reiteran **gratuidad de toma de muestra y tratamiento**

ESTE AÑO LA CAMPAÑA SE CENTRA EN ACELERAR EL COMPROMISO DE TERMINAR CON ESTA EPIDEMIA MUNDIAL

a Tuberculosis es una infección bacteriana que afecta principalmente a los pulmones, pudiendo afectar también otros órganos del cuerpo. En Chile, no se ha logrado erradicar, sin embargo, es posible prevenir

La Baciloscopía y el tratamiento de la Tuberculosis son gratuitos

y curar si se detecta oportunamente.

Con motivo del 24 de marzo, Día Mundial de la Tuberculosis, los establecimientos de Atención Primaria de Salud de Viña del Mar desarrollaron actividades de sensibilización y educación sobre esta enfermedad infecto-contagiosa.

Beatriz Pizarro, enfermera encargada de Vigilancia Epidemiológica de Área de Salud de la CMVM manifestó que "este año el foco principal de la campaña preventiva es reforzar las medidas de salud pública para el control y eliminación de la Tuberculosis en el país sumándonos al lema de la OMS "Es hora de actuar. Pon Fin a la TBC". Para ello se refuerza la pesquisa de

personas sintomáticas respiratorias, que presenten tos con expectoración por más de 15 días, pudiendo o no estar asociados a otros síntomas como baja de peso, decaimiento, entre otros.

Examen gratuito

Ante estos síntomas la recomendación es que la persona acuda a los centros de salud de la comuna para solicitar una baciloscopía de diagnóstico.

"Con ello podemos garantizar la pesquisa oportuna y el tratamiento gratuito que está garantizado a nivel país para toda persona, independiente de su nacionalidad, condición socio-económica y situación previsional o migratoria. Esto también incluye el estudio de con-



Las Torres entregó volantes sobre la TBC en la sala de espera

tacto respectivo de la familia a la que pertenece, así como a sus contactos fuera del domicilio," especificó la profesional.

El tratamiento de la tuberculosis es gratuito y consiste en una combinación de antibióticos durante 6 meses bajo supervisión estrictamente observada por el equipo de salud, evaluando también a sus contactos de su entorno familiar y extradomiciliario para las medidas preventivas y de control necesarias para cortar la fuente de contagios y de otros posibles contagios.

Los Centros de Salud Familiar Las Torres, J.C. Baeza, B. Zavala, Lusitania, Dr. Cienfuegos, Dr. Kaplán, G. Carreño así como los CECOSF Las Palmas Chilenas, Villa Hermosa y Sta. Julia realizaron, entre el 22 y 25 de marzo, sesiones educativas en sala de espera, exhibición de videos y entrega de volantes a los usuarios con información sobre prevención y tratamiento de esta enfermedad, sumándose posterior-



Personas mayores y enfermos crónicos tienen mayor riesgo de contagio, advirtió el CECOSF Las Palmas a su comunidad.



Equipo de CESFAM Dr. Kaplán efectúo sesión educativa a sus usuario.

mente el resto de los establecimientos.

Medidas preventivas

La Tuberculosis es causada por la bacteria Bacilo de Koch, que se trasmite cuando una persona tose, estornuda o escupe, expulsándola por el aire, exponiendo a las personas a su alrededor.

Tienen mayor riesgo de contagio personas con su sistema inmunitario debilitado, enfermos crónicos, adultos mayores, diabéticos, extranjeros, personas con VIH y en situación de calle.

Las principales medidas preventivas existentes son: la vacuna BCG que se aplica en los recién nacidos, el lavado de manos recurrente, mantener buena ventilación e iluminación en el hogar, ya que la bacteria es sensible a la luz solar. Principalmente, si presenta tos con flema por más de 15 días, o ha estado en contacto con personas contagiadas, solicite una baciloscopía gratuita en su centro de salud.

Programa Vida Sana está en redes sociales

PLAN DE SALUD ESTÁ ABIERTO A NIÑOS DESDE 6 MESES HASTA ADULTOS DE 64 AÑOS

on el propósito de difundir esta prestación preventiva gratuita a más personas, el Programa Vida Sana del Minsal que se está ejecutando en la comuna de Viña del Mar creó un fanpage en Facebook y un perfil en Instagram mediante los cuales difundirán sus actividades.

El objetivo del Programa Vida Sana es pesquisar a tiempo a aquellas personas que presentan sobrepeso o algunas alteraciones en su salud y brindarles herramientas que contribuyan a reorientar sus hábitos hacia otros más saludables, antes de que puedan desarrollar Diabetes o Hipertensión, que son el paso previo a las enfermedades cardiovasculares, una de las principales causas de muerte en nuestro país.

Esta estrategia de salud preventiva está a cargo de un equipo profesional multidisciplinario integrado por médico, kinesiólogo, nutricionista y sicólogo, los cuales realizan controles y seguimientos personalizados a cada participante.

Las prestaciones son gratuitas y van dirigidas a niños desde los 6 meses de edad hasta adultos de 64 años, que son usuarios de FONASA. Incluyen un Plan de Actividad Física que consta de 2 sesiones semanales, además de toma de exámenes, controles nutricionales, controles psicológicos y talleres educativos.

Los interesados en participar en el programa Vida Sana pueden inscri-

birse en cualquiera de los 4 centros de Atención Primaria de Salud de la comuna donde se está ejecutando actualmente: CESFAM Miraflores, CECOSF Sergio Donoso Rodríguez, CESFAM Dr. Juan Carlos Baeza y CESFAM Gómez Carreño. Más informaciones y programa de actividades pueden consultarse directamente en el fanpage de Facebook Elige Vida Sana Viña del Mar o en el perfil de Instagram, denominado de la misma manera.



Elige Vida Sana Viña del Mar se denomina el fanpage de Facebook de este programa de prevención cardiovascular.

cm VM

Fotos y relatos sobre **mujeres en 8 de**

REVALORIZAN GÉNERO FEMENINO EDUCANDO CONTRA SU ACOSO Y

MALTRATO

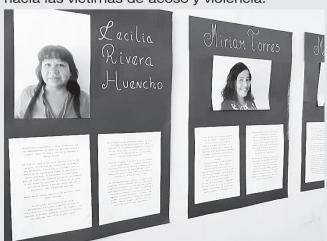
Mayo

on una invitación a mirar a las mujeres desde el respeto hacia el género y su diversidad, los equipos de salud de los CES-

FAM Lusitania y Miraflores, en conjunto con la Casa de la Mujer y SENDA, exhibieron una muestra de relatos y fotografías de mujeres significativas de la comunidad de Viña del Mar para conmemorar el 8 de marzo, Día Internacional de la Mujer.

La iniciativa responde "a una estrategia de prevención y promoción de la salud, que busca fomentar la educación sobre acoso y maltrato hacia las mujeres, así como la denuncia de estos hechos", indicó Paula Lamas, kinesióloga del CESFAM Lusitania

Alrededor de 100 personas accedieron a la muestra "Mirada de Mujeres" que se presentó, por dos días, en la sala de espera de los CES-FAM Miraflores y Luistania. Además, participaron con stand informativos la Casa de la Mujer y SENDA, instituciones que cuentan con asesoría legal gratuita por parte de abogados, además de intervención psicológica y social de apoyo hacia las víctimas de acoso y violencia.



La muestra apunta a educar sobre la prevención del acoso y el maltrato hacia las mujeres.

Autocuidado y derechos en Día Preventivo de la Salud Femenina

CON MOTIVO DE LA CONMEMORACIÓN DEL DÍA INTERNACIONAL DE LA MUJER

on foco en la difusión de derechos y el autocuidado se realizó el Día Preventivo de la Salud Femenina, enmarcado en la conmemoración del Día Internacional de la Mujer, ocasión en que el equipo del CESFAM Miraflores tomó exámenes de medicina preventiva (EMPA), Papanicolau (PAP), test visual de VIH y atención odontológica de limpieza bucal, entre otras prestaciones.

"Se escogió la conmemoración del Día Internacional de la Mujer, no sólo para hacer visible la figura de la mujer, sino para concientizar sobre sus derechos y el autocuidado de la salud de las jóvenes, adultas y adultas mayores", precisó la sicóloga Loreto Barraza, encargada de Promoción del CES-FAM Miraflores.

Alrededor de 60 mujeres accedieron a diversas prestaciones preventivas, vinculadas a la detección precoz de patologías como cáncer de mamas y cérvicouterino, hipertensión y diabetes. Además, se efectuaron talleres de Salud Bucal, Salud Sexual y Reproductiva, uso adecuado de preservativo y prevención de VIH, talleres para ges-



tantes con material del programa Chile Crece Contigo. Las usuarias atendidas, en su mayoría, fueron derivadas para seguimiento individual y toma de test VIH.

También, se instalaron stands informativos del Consejo Local de Salud, la Casa de la Mujer, Oficina Municipal de la Mujer, Corporación de Asistencia Judicial, instituciones que brindaron orientación en prevención de Violencia Intrafamiliar y denuncias de delitos de esta índole.

El Día Preventivo de la Salud de la Mujer se enmarcó dentro del Plan Anual de Promoción de Salud que abarca todo el ciclo vital de la persona, por eso durante el año se efectuará también el Día Preventivo de la Salud de la Infancia, del Adolescente y de la Medicina Complementaria, entre otras acciones.



Con foco en la difusión de derechos y el autocuidado CESFAM Miraflores conmemoró el Día Internacional de la Mujer



¿Cuál es el riesgo del uso de andador y sillas saltarinas?

Colaboración de Karen Allen, terapeuta ocupacional Sala Estimulación CESFAM Brígida Zavala

Algunas familias siguen empleando el andador o sillas saltarinas desconociendo que el uso de estos aparatos no sólo interfiere en el desarrollo psicomotor de sus hijos sino que además los exponen a accidentes que pueden causarles heridas graves, incluso la muerte.

AFECTA SU DESARROLLO PSICOMOTOR

1.- Alteraciones de equilibrio, coordinación y control del cuerpo. La mayoría de los estímulos que recibe el cerebro del bebé provienen de las manos y los pies. El cerebro los codifica y los procesa para generar y guardar los patrones de movimiento.

2.-Interfiere en el desarrollo del Gateo.
Lo natural es que primero el bebé gatee para que vaya
fortaleciendo su musculatura, hasta conseguir sostenerse
en sus dos pies, adquirir mayor equilibrio y luego caminar
(bipedestación).

3.-Se limita la libertad del bebé para la exploración natural y el juego al estar sujeto a estos aparatos.







a el apoyo





Movimientos que un bebé debe de lograr desde el 6° mes hasta el año)

PROVOCA ALTERACIONES FISICAS

1.- Pie plano (debido al poco contacto de la planta del pie con el piso desarrolla un patrón de marcha inadecuado, ya que camina en punta de pie)

2.- Inestabilidad en sus caderas y deformaciones en las piernas (debido a la separación exagerada y prologada puede arquear sus piernas)

3.- Deformaciones en columna (después de un rato el bebé se cansa, reposa en el asiento del andador con los pies cruzados y la espalda curvada)

MAYOR RIESGO DE ACCIDENTES

Aumenta el peligro de volcamiento en escaleras o desniveles, quemaduras o intoxicaciones y fracturas de cráneo.



¿Qué es lo mejor para sus hijos?

Darles la oportunidad de que vivan las etapas de su desarrollo explorando y jugando en un espacio limpio, libre de riesgos donde se pueda mover con libertad y pueda tener experiencias sensoriales a través de sus movimientos sin uso de aparatos externos.