

Diario

\$200

EL INFORMADOR

Digital

www.elinformadordigital.cl

Nueva Imperial - Carahue - Saavedra - Cholchol - Teodoro Schmidt - Toltén

Fatal accidente en sector Boroa Forrowe

Adulto mayor muere al ser atropellado por bus de transporte de trabajadores

Pág. 05



Pág. 03

Doce mujeres de la comuna de Puerto Saavedra fueron distinguidas en el marco de la conmemoración del Día Internacional de la Mujer

Inversión de 480 millones aportados por la Dirección de Obras Hidráulicas del MOP
 Reposición del servicio Sanitario Rural de Tranapunte en comuna de Carahue



Pág. 03

Agrupación Meli Folil inaugura infraestructura para puestos en Feria We Mongen



Pág. 04

Servicio de Salud Araucanía Sur entrega consejos nutricionales para el retorno a clases



Pág. 07

Subsidios para Viviendas Sociales se Triplicaron en La Araucanía

Pág. 04

El plan comenzó en Teodoro Schmidt
 MOP y EFE dan el vamos a plan nacional "Vías Verdes" que buscar recuperar cerca de 1.300 km de red ferroviaria en desuso



Pág. 08

La jerga científica

Por: Omer Silva Villena

Prefiero no hablar de lenguaje científico porque no lo es. ¿Qué es? Una jerga es una variedad lingüística que usa un determinado grupo de personas, diferente en el léxico a la lengua standard, a veces incomprensible para los demás. Es también una modalidad lingüística especial de un determinado grupo social o profesional como del campo médico, comercial, ingenieril, etc. No se debe confundir con el dialecto que es una variedad de habla de naturaleza geográfica. De cualquier forma, es común hoy escuchar la expresión “hay que entender...”, que la pedantería de la ciencia usa para explicar un fenómeno que siempre termina complicándolo más. De aquí la importancia de la divulgación del conocimiento científico en forma sencilla y alcance de los no especialistas.

Los fenómenos de la naturaleza distan mucho de ser como un científico(a) lo ve. Tanto pronto como un fenómeno se descubre, se le califica o clasifica (taxonomía) de inmediato con algún vocablo propio de la jerga científica. Obviamente que esos difícilísimos términos del científismo moderno sólo sirven de parche para tapar la ignorancia de una adecuada comprensión del mundo. Los fenómenos naturales, en modo alguno, son como los ven los “científicos”. Ello pues la vida se desenvuelve de momento en momento, de instante en instante y cuando la mente científica lo detiene para analizarlo, de hecho lo mata. Cualquier inferencia extraída de un fenómeno natural, de ninguna manera es igual a la mente del observador que, alucinado por sus teorías, cree firmemente en el realismo de sus propias inferencias. El intelecto alucinado solo ve, en los fenómenos, el reflejo de sus conceptos, además, deseando que los fenómenos resulten exactos a lo que plantea. En términos más científico es posible manipular una o las hipótesis de investigación con arreglo a los datos. Y a eso se le puede llegar a llamar “con base en la evidencia”. El no especialista nunca sabe y nos dicen que hay que confiar en la ciencia y su método científico.

Son muchos los términos, expresiones o vocablos que se crean en los distintos campos científicos para hacer que los procesos caminen sobre los carriles de una “sabihondos” más que

“sabiduría”, por ejemplo miremos el cambio de la anatomía humana, o la nomenclatura de los componentes químicos en el mundo farmacéutico. En estos esfuerzos son importantes las raíces greco-latinas. Para qué mencionar lo del mundo del Derecho, la Economía y Ciencias Políticas, la Informática, etc. (también los pontífices de la ciencia moderna que abundan en el campo de las Matemáticas y Física). La intelección ni por muy brillante que parezca no podrá jamás, afirma el Dalai Lama en “The Book of Awakening” (2002, Element Ed, London o “Libro del Despertar”), conducirnos a la experiencia de lo verdaderamente real.

¿Por qué nuestro intelecto presume siempre de omnisciente o sabelotodo? ¿Por qué se alucina creyendo que las sustancias y fenómenos son como el investigador(a) cree son? ¿Por qué la intelección quiere que la naturaleza de las cosas sea como se desea? Es decir una réplica perfecta de sus teorías, conceptos, opiniones, dogmas, preconceptos y prejuicios. La conciencia despierta – agrega – no es la mente, tampoco la memoria, ni nada semejante. Sólo la “conciencia liberada” puede experimentar por sí misma, y en forma directa, la realidad de la vida libre en su natural movimiento, ir y devenir. Mientras exista dentro de cada uno de nosotros cualquier elemento subjetivo, la conciencia siempre estará embotellada entre tal elemento y no podrá gozar de la “iluminación” o “claridad”, continua y perfecta. El intelecto divorciado del espíritu deviene lo inútil. Así, surgen los bribones. Justamente al mirar el estado en que se encuentra nuestra humanidad tenemos la belicosidad de las conciencias como forma de imponer al otro sus “verdades”. El “inicuo” (el malvado, el malo, el perverso) del que habla Pablo de Tarso en sus epístolas, es el crudo realismo de estos tiempos. Se manifiesta por doquier en todas las actividades humana. Discute en los cafés, negocia en la ONU, la OTAN, FAO, UNESCO, OMS y se sienta cómodamente en Ginebra, realiza experimentos en laboratorios, inventa bombas, misiles teledirigidos, gases y virus asfixiantes o bombas bacteriológicas. Como escribió SAW en “La Gran Rebelión”. AGEAC, España, 1992. “...en la cadencia del verso se esconde el delito, también en

el perfume delicioso de los templos (o academia), tan refinado que se confunde con la santidad o sabiduría”. Esto nos debe hacer dudar de los avances científicos principalmente por las jergas en las que nos envuelven las distintas disciplinas en seminarios, congresos y publicaciones (journals). La autosuficiencia de estos discursos muestra – muchas veces – la soberbia de los investigadores, como que siempre escriben para ellos mismos.

El “inicuo” odia las virtudes cristianas de la fe, la paciencia y la humildad hasta prohibiendo hablar o escribir sobre las emociones, adherido siempre al “becerro de oro de la razón” con Decartes y /o Kant en el liderazgo del método científico. ¿Cuántos cadáveres están hoy día a 2,5 metros en los panteones del mundo por errores de diagnósticos errados o una medicina mal administrada? Ahora se ha hecho común la expresión “hay que entender” al escuchar a un astrónomo(a) o geólogo (a) para explicar los eventos naturales o cósmicos en panelas de la TV. El inicuo ha estructurado los planes de estudios en un sistema de educación y dicta la ciencia oficial. Quien se atreva, en estos tiempos, a pronunciarse contra un determinado paradigma científico, se condena a sí mismo, a la burla de sus colegas, al sarcasmo, a la ironía con el calificativo de “estúpido e ignorante”. El inicuo – parece – odia el precioso “Sentido del Ser” conocido como la “facultad de percepción instintiva de las verdades cósmicas” que nuestros “pueblos originarios” profesan en su espiritualidad o “religare”. La “ciencia pura” es siempre distinta a todo el podrido de teorías académicas que existen en el universo científico. Muchas guerras, hambres y enfermedades ha propagado este espíritu ignominioso. Precisamente, me refiero al mundo belicoso que se nos muestra en la Europa actual. Debemos pensar, en consecuencia, si eso que llamamos “progreso científico”, es realmente beneficioso para la humanidad en qué dimensión y en cuál no: la amenaza con el uso destructivo de la energía nuclear, pudiendo ser mucho más de beneficioso para la especie humana y toda forma de vida. Ciertamente hay “nuevos horizontes en la ciencia” urgente de conocer.



EMERGENCIAS
NÚMEROS DE
TELÉFONOS

CARABINEROS	133	RESCATE COSTERO	137
BOMBEROS	132	PDI	134
AMBULANCIA	131	FONO DROGAS	135
CONAF	130	DENUNCIA SEGURO	600 400 01 01

EL INFORMADOR

NOTICIAS DE LA CUENCA DEL RÍO IMPERIAL

Fundado el 26 de febrero de 2003

Director y Representante Legal: Roberto Jara Barrera

Secretaría: Yessenia Bravo Beltrán

Periodistas: Yonathan Tonioni

Ramón Provoste Saavedra

Diseñador Gráfico: Luis Chihuailaf Huenuepe

Colaboradores: Israel Sanhueza

Impreso por: Prisma Impresores - Nva. Imperial
Propietario: Prisma Comunicaciones Ltda.

Arturo Prat 462 Fono/Fax 45 - 2612621

Nueva Imperial - IX Región

E-mail: director@elinformadordigital.cl

El Informador circula los días martes, miércoles, jueves y viernes, por lo cual tiene calidad de diario de acuerdo a la ley.

Con una inversión de 480 millones aportados por la Dirección de Obras Hidráulicas del MOP

Reposición del servicio Sanitario Rural de Tranapunte en comuna de Carahue

Fue este miércoles que la delegada Subrogante, Katia Guzmán; el Seremi del MOP, Freddy Gutiérrez; el alcalde de la comuna de Carahue Alejandro Sáez Véliz, los concejales municipales José Merino y Emiliano Delgado, se trasladaron hasta la localidad de Tranapunte, perteneciente a la misma comuna, en donde se inauguró la reposición del Sistema de Agua potable Rural (SAPR).

“Estamos muy contentos como Ministerio de Obras Públicas, de estar en esta importante obra, la inauguración de la reposición del



gión”, comentó el Seremi del Mop, Freddy Gutiérrez.

El importante proyecto

posición del Sistema de APR de Tranapunte.

La delegada Subrogante,



sistema de agua potable rural de Tranapunte. Una inversión de más de 480 millones de pesos que beneficiará a más de 117 familias, quinientas personas que están con problemas de este vital elemento. Como gobierno, nos

SAPR significó una inversión de 480 millones de pesos, los cuales fueron financiados en su totalidad por recursos de la Dirección de Obras Hidráulicas del Ministerio de Obras Públicas. Esta gran inversión, logró generar 117 arranques de agua potable domiciliario,

Katia Guzmán, estuvo presente en el lugar, donde se refirió a la actividad realizada: “Feliz, 117 familias, por fin van a tener la posibilidad de contar con agua potable en un sector rural tan hermoso como Tranapunte, de la comuna de Carahue. Una obra financiada 100% por recursos del Ministerio de Obras Públicas, siendo uno de los principales hitos de nuestro gobierno del presidente Sebastián Piñera, poder llegar a la mayor cantidad de personas del sector rural con agua potable. Así que esta es una gran obra, veo a dirigentes, dirigentes, vecinos que se esforzaron durante años para poder tenerlo y hoy en día, vemos que esto es una realidad”.

Esta importante inversión, va en directo beneficio de las familias rurales que lograrán suplir la necesidad del con-

permitiendo que más de 500 personas sean beneficiadas con la inauguración de la Re-



pusimos una meta cuando comenzamos el año 2018 de poder entregar agua a más de 16 mil habitantes de la re-

sumo de agua potable, beneficio por el cual habían estado luchando por algunos años, y hoy es una realidad.

El alcalde de la comuna de Carahue, Alejandro Sáez, quien también estuvo presente en la actividad, quiso estar entregando su opinión e informó: “Estamos muy contentos por la inauguración de este proyecto tan esperado por los vecinos de Tranapunte, donde se hizo una conservación y una reparación del APR de Tranapunte, que lleva muchos años que se trabajó, y hoy en día, ya es

una realidad”.

En representación de los vecinos, dirigentes sociales y personas de relevancia en la localidad, la presidenta del APR de Tranapunte, María Fierro, comentando: “Han sido años de trabajo, de esfuerzo, de preocupación, de gestión, de apoyo de las autoridades, hasta que salió el proyecto, gracias a Dios. Estamos muy felices y contentos porque esto va a mejorar nuestra calidad de vida y los campesinos igual merecemos tener un agua potable”.

Agrupación Meli Folil inaugura infraestructura para puestos en Feria We Mongen

Al mediodía del miércoles 2 de marzo, el alcalde de Nueva Imperial César Sepúlveda

Huerta encabezó la inauguración de mejoras en los puestos de ventas de la Agrupa-

ción Meli Folil que participan de la Feria We Mongen.

La iniciativa, consistente



en la construcción de aleros y señalética de identificación, fue financiada por el Programa de Apoyo a Organizaciones Productivas PAOP de

FOSIS con una inversión de 9 millones, el apoyo de la consultora Eros -ejecutora del proyecto-, y de la Municipalidad de Nueva Imperial.

Subsidios para Viviendas Sociales se Triplicaron en La Araucanía

Es muy satisfactorio haber podido contribuir a que cientos de familias cumplan sus sueños, disminuyendo con ello parte del déficit habitacional que tenemos como región, así expresó el Director de SERVIU, Sergio Merino la histórica inversión en vivienda registrada en la región en el último año. De este modo, el Fondo Solidario de Elección de la Vivienda permitió beneficiar a casi 3 mil familias en La Araucanía. “Es verdaderamente gratificante ver como se pudo avanzar durante estos años en materia de vivienda. Fueron cientos las reuniones con comités, que tenían dificultades técnicas, económicas, de conformación y otros inconvenientes, lo que significó una ardua labor para destrabar los procesos, y esto se desarrolló gracias a un tremendo equipo de profesionales del Servi, que nos permiten ver estas cifras hoy y eso nos alegra mucho, sobre todo porque miles de familias lograron alcanzar el sueño de la vivienda definitiva, no podemos decir que la tarea esta cumplida, porque nos falta mucho aún, pero

hemos cimentado un camino que sin duda permitirá seguir avanzando de mucho mejor forma”; expresó el Director de SERVIU Araucanía.

Nuevos desafíos

Iniciada la administración actual la tarea fundamental del Servi fue poder trabajar

mucho por hacer.” Señala la máxima autoridad del Servi.

El estallido social, la proliferación de una gran cantidad de tomas y la pandemia, generaron en la capital de La Araucanía una preocupación extra, lo que generó medidas nuevas que se tradujeron en

gaproyectos, que llevaban años de burocracia, trabas, falta de voluntades o simplemente mala gestión y falta de suelo apto para construir. Era una misión difícil, pero ahí estuvimos trabajando con fuerza por las familias de la región”, manifestó Merino. Es

así, como hoy están en plena construcción el MegaProyecto Labranza, el Comité Bicentenario y el Comité Casitas de Quilacoya, entre otros conjuntos, sumando sólo en estos tres cerca de 1000 familias beneficiadas.



equitativamente en las provincias de Malleco y Cautín en materia de vivienda, “Ese fue el mandato de nuestro presidente Sebastián Piñera, avanzar con fuerza en equiparar la cancha, en trabajar incansablemente por las familias. Eso nos pone contentos, pero sabemos que hay

el llamado Plan Temuco, que consistió en aumentar significativamente los recursos y subsidios solo para proyectos habitacionales en Temuco, pasando de 150 subsidios en promedio a 2000 en dos años, “para ello se debían calificar técnicamente comités emblemáticos, me-



Fatal accidente en sector Boroa Forrowe

Adulto mayor muere al ser atropellado por bus de transporte de trabajadores

Como Rosario Domingo Epul Curilaf de 67 años, fue identificado el malogrado adulto mayor, con domicilio en las inmediaciones donde ocurrió el fatal accidente.

Los hechos ocurrieron en horas de la mañana de ayer miércoles en el kilómetro 24 aproximadamente de la Ruta 464, específicamente en el territorio de Boroa Forrowe, lugar cercano, cono-

cido como Cancha Boroa, en momentos que el peatón transitaba por la calzada, siendo atropellado por un bus de transporte de trabajadores.

Ocurrido el hecho, los trabajadores dieron cuenta a Carabineros y al mismo tiempo solicitaron con suma urgencia una ambulancia, lamentablemente al tratarse de la lejanía del lugar, unos 20 kilómetros

aproximadamente de la ciudad de Nueva Imperial, esta se retrasó más de lo habitual.

Al llegar el carro de emergencia, encontraron al lugarero tendido a un costado la vía y el bus a un lado dando muestra de que el lugarero había sido atropellado, que lamentablemente ya se encontraba sin signos vitales, por lo que solo debieron certificar el deceso de Rosa-



rio Domingo Epul Curilaf de 67 años.

Al lugar de los hechos también concurrió personal de Carabineros de la Cuarta Co-

misaría de Nueva Imperial, e informando de lo ocurrido a la fiscal de turno, quien dispuso dar cuenta del atropello del peatón.

Gremio de conductores de Carahue y Nueva Imperial despiden a Cristian Puch



taron sus respetos y cariño haciendo sonar sus bocinas, entregando simbólicamente la hoja de ruta al encargado de línea John Barriga.

Acto seguido, la carroza con los restos de Puch se dirigía a su última terminal, y su eterna morada Cementerio de Lautaro.



Una póstuma despedida le brindó el gremio de conductores micreros a uno de los suyos, Cristian Puch (Q.E.P.D.) Cristián falleció en la comuna Carahue, luego de estar aquejado de salud, lugar donde se le oficializó una misa en la parroquia San Pablo de la Ciudad de Los Tres Pisos, por el descanso eterno de su alma.

Luego de finalizada la eucaristía Cristian Puch inició su último recorrido en Carahue, Nueva Imperial y Temuco, para llegar hasta su última morada cementerio de Lautaro.

El paso del cortejo por Nueva Imperial, lo esperaban en el terminal de buses, colegas conductores quien presen-


CARABINEROS DE CHILE

Consejos Preventivos

Violencia Intrafamiliar

La violencia intrafamiliar (V.I.F.) es todo maltrato que afecta la vida o la integridad física o síquica de las personas, y que es cometido por y contra los miembros de una familia. Ante hechos de violencia intrafamiliar:

1. ¿Dónde concurrir?
 - Puede concurrir a la Comisaría más cercana o llamar al "Fono Familia 149" de Carabineros.
 - En caso de Violencia Intrafamiliar, Carabineros tiene la facultad de ingresar al inmueble para prestar ayuda, procediendo a: la detención del agresor, incautación de armas u objetos y ayuda a la víctima.
2. Tribunales de Familia
 - Cuando se trate de maltrato psicológico, las víctimas podrán concurrir directamente a denunciar a los Tribunales de Familia.
3. Ministerio Público
 - Cuando exista maltrato físico, abuso sexual, amenazas con armas, la víctima podrá concurrir directamente al Ministerio Público.
4. ¿Qué ocurre después de la denuncia?

El Tribunal de la Familia o Focalia, tienen el deber de decretar alguna de las medidas cautelares:

 - Prohibir acercarse a la víctima.
 - Prohibir las armas de fuego.
 - Entregar pertenencias a la víctima.
 - Reserva de identidad del denunciante.
 - Entrega de alimentos.
 - Protección para adultos mayores o personas con discapacidad.
 - Cuidado de los hijos.
 - Prohibir los contratos.

Las medidas cautelares podrán decretarse por un plazo fijo. En el caso de que haya niños, el juez puede adoptar medidas especiales.

Gas 24 horas

452613330
982718983
982516712

abastible
energía limpia

VISA Mastercard BNP Paribas Infocorcomp

Nancy torres

Radio
Las Colinas

98.9 FM

La Radio de la Costa

En la región de La Araucanía:

Gobierno realiza balance de ayudas a familias y a pymes durante la pandemia

Con la llegada del covid-19, el Gobierno implementó una extensa y sin precedentes red de protección social para ir en ayuda de las familias chilenas y las pymes. En total, el Estado desembolsó cerca de 28.000 millones de dólares en transferencias directas entre los años 2020 y 2021, unos 9 puntos del PIB, lo que pone a Chile a la cabeza de Latinoamérica y como uno de los países que más recursos movilizó durante la pandemia. Esto permitió una rápida recuperación económica, con un crecimiento récord del producto de 12% durante 2021 y la recuperación de más del 80% de los 2 millones de empleos perdidos.

De acuerdo con el Fondo Monetario Internacional, a nivel mundial, Chile se sitúa en el puesto número 18 en el



ranking de paquetes fiscales en respuesta a la crisis del covid-19, de medidas sobre la línea como porcentaje del PIB, por sobre países como Francia, Suiza y Noruega. El subsecretario de Ha-

cienda, Alejandro Weber, señaló que “el Presidente Piñera nos pidió trabajar incansablemente para entregar desde el Estado todas las ayudas necesarias para que las personas pudieran enfrentar los efectos sociales y económico de la pandemia. Nuestra prioridad ha sido, en todo momento, resguardar el bienestar de las familias y de las pymes, porque ambas son el motor de nuestra sociedad”.

A lo que agregó: “Podemos decir con satisfacción que juntos lo hicimos: hemos crecido a una cifra récord de 12%, hemos recuperado el 83% de los empleos perdidos y redujimos la pobreza a niveles jamás vistos. Aún nos queda mucho trabajo por delante y para seguir avanzando tenemos que cuidar nuestras instituciones y buscar siem-

pre acuerdos que tengan en su centro el bienestar de nuestros compatriotas”.

El Seremi de Hacienda-Patrick Dunganseñaló, “la región de la Araucanía está compuesta principalmente de Pymes y lastransferencias directas fueron una inédita forma de apoyo entregada durante la pandemia a estas empresas. El Bono de Alivio para Pymes consistió en la entrega de un bono de un millón de pesos que llegó a pymes de personas naturales o jurídicas. Se entregaron 913.395 Bonos de Alivio a nivel nacional, de los cuales 48.116 fueron entregados en la región de La Araucanía. El monto pagado a nivel nacional fue de \$972.743 millones (US\$ 1.310 millones), mientras que la región se adjudicó \$51.640 millones (US\$70 millones)”.

Fondo de Fortalecimiento de Organizaciones de Interés Público

Seremi de Gobierno destina casi 79 millones de pesos en fondo concursable dirigido a organizaciones Sociales

Hasta el 8 de abril próximo, completando el formulario on line, podrán postular las juntas de vecinos, comunidades y asociaciones indígenas, clubes deportivos, fundaciones y corporaciones de la región de La Araucanía al Fondo de Fortalecimiento de Organizaciones de Interés Público (FFOIP) 2022. Iniciativa que impulsa la Secretaría Regional Ministerial de Gobierno a través de la División de Organizaciones Sociales (DOS).

Así lo anunció la Seremi de Gobierno Pía Bersezio Norambuena, quien acompañada de dirigentes comunitarios de distintas comunas de la región, encabezó el lanzamiento del fondo concursable de fortalecimiento de las organizaciones de interés público 2022.

La vocera formuló un llamado a las organizaciones a no dejar para para el final la postulación a esta iniciativa que –dijo- busca fortalecer aquellas organizaciones de interés público cuya finalidad es la promoción del interés general, en materia de derechos ciudadanos, asistencia social, educación, salud, medio ambiente o cual-

quiera otra de bien común, en especial las que recurran al voluntariado, mediante proyectos de carácter local, regional o nacional.

“Los dirigentes sociales representan el ejemplo de lo que esperamos de cada ciudadano: esfuerzo para trabajar y entregarse con pasión y compromiso en la búsqueda del bien común de su comunidad, jugándose por mejorar la calidad de vida de sus territorios y aportando al desarrollo de nuestra región con sus proyectos y acciones. Es por ello que este fondo a nivel regional tendrá un presupuesto a repartir de casi 79 millones de pesos, por lo cual llamo a los dirigentes y organizaciones a postular y no dejar hasta el último este proceso que permitirá cumplir sus proyectos”, expresó la seremi Bersezio.

La autoridad de Gobierno recaló que los plazos de postulación del Fondo de Fortalecimiento de Organizaciones de Interés Público 2022 rigen según las bases desde el 01 de marzo hasta el 08 de abril del año en curso y para mayor información acer-



ca de las bases técnicas del concurso se puede acceder a la página web www.fondodef fortalecimiento.gob.cl.

Montos a financiar

Se pueden postular proyectos de carácter local (a ejecutar en la comuna domicilio de la organización postulante por un máximo de \$1.800.000); proyectos regionales (a ejecutar en

más de una comuna de la región, por un monto máximo de \$2.500.000) y proyectos nacionales (a ejecutar en más de una región del país, por un monto máximo de \$8.500.000).

Un requisito fundamental para que las organizaciones puedan participar de este concurso, es que estén inscritas en el Catastro de Organizaciones de Interés Público.

Servicio de Salud Araucanía Sur entrega consejos nutricionales para el retorno a clases

Con el regreso a clases presenciales de escolares y universitarios, resultar importante tomar ciertas consideraciones para cuidar la salud y enfrentar de la mejor manera el nuevo año educacional. Constanza Poo, nutricionista y referente del Servicio de Salud Araucanía Sur (SSAS), entregó algunas recomendaciones y consejos alimenticios.

Chile es el segundo país con más sobrepeso y obesidad según la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE), con el 74,2% de la población afectada con esta enfermedad crónica, es decir, más de 10 millones de personas, entre los cuales 200 mil son niños con algún nivel de obesidad. Ante este panorama, la referente Constanza Poo, señaló que para combatir la obesidad hay que cuidar la calidad de alimentos que ingerimos.

“En la práctica para disminuir la obesidad, se sugiere siempre cuidar las porciones y la calidad de los alimentos que se están ingiriendo, así como aumentar el nivel de actividad física y procurar destinar al menos

1 hora mínima de ejercicio, 3 o 4 veces por semana. Sin embargo, esto también está asociado a un cambio real en las políticas públicas, las cuales deben estar vinculadas al poder entregar los espacios y tiempos para que las personas puedan acceder a realizar ejercicio físico”.

La región de La Araucanía se encuentra en el puesto número tres con mayor prevalencia en obesidad, al respecto, la nutricionista explicó que esto se debe a los malos hábitos alimenticios, “es evidente que en los últimos años la malnutrición por exceso y en especí-



fico la obesidad ha sufrido un aumento exponencial”.

Agregó que la obesidad “se



produce porque en la mayoría de los casos, existe un desequilibrio energético entre las calorías consumidas versus las utilizadas o “gastadas”, sin embargo, ya es conocido que la obesidad es multifactorial, con determinantes que pueden ser modificables y otros como la genética, que puede afectar a la cantidad de grasa que se almacena, al cómo se distribuye o de qué manera el organismo utiliza la energía ingerida.

Por lo que podemos asociar este alto porcentaje a malos hábitos alimentarios, la

falta de actividad y ejercicio físico, las condiciones sociales, el acceso a alimentos saludables, el alto consumo de bebidas azucaradas, entre otras tantas razones”.

Situación infanto-adolescente

Niños, niñas y adolescentes verán un cambio total en sus rutinas de alimentación y jornada de actividades; de acuerdo a los datos revelados al 2022, el 54,1% de la población infanto-adolescente tiene obesidad, dato que enciende las alarmas de los especialistas.

Por la contingencia sanitaria, muchas personas se adaptaron a un estilo de vida

sedentario, lo que aumenta la prevalencia del sobrepeso, en base a esto, para la profesional del SSAS es positivo que niños y niñas retornen a clases presenciales. “Los niños en general siempre están moviéndose, jugando, cantando o realizando actividades que generan un mayor gasto calórico, lo que se verá evidenciado en los indicadores antropométricos que miden la obesidad.”

Para el adulto responsable o a cargo de la alimentación del menor, se recomienda priorizar colaciones saludables, “en el caso de los niños que tienen la posibilidad de almorzar en los establecimientos educacionales o recibir alimentación en Jardines Infantiles; que los padres, madres o cuidadores consideren esta alimentación en el aporte calórico total de los niños, para así no subestimar las calorías que cada uno recibe, y por cierto, siempre estar asesorados por un profesional capacitado en el área para recibir indicaciones y no guiarse por lo que muchas veces se ve publicado en redes sociales”, finalizó Constanza Poo.

10 de marzo Día Mundial del Riñón

Se celebra el segundo jueves de marzo, siendo variable cada año. En 2022, el lema del Día Mundial del Riñón es: “Salud renal para todos”.

En 2021, el lema del Día Mundial del Riñón fue: “Viviendo bien con la enfermedad renal”.

Aunque no lo parezca, el 10% de la población mundial sufre de alguna enfermedad renal crónica, pero no suelen darse cuenta hasta que el problema ya se encuentra bastante avanzado y los únicos caminos que les quedan por transitar es la diálisis o un trasplante de riñón.

El Día Mundial del Riñón, fue creado para generar conciencia entre todos los habitantes del mundo para que puedan detectar cualquier padecimiento en los riñones de forma precoz y cuando aún hay tiempo para solventar la situación o para retrasar lo inevitable.

¿Qué problemas graves

pueden ocasionar las enfermedades de los riñones?

La insuficiencia renal ya es una patología grave en sí misma, no necesita de otros síntomas para ser tomada en cuenta y tratada con esmero.

Realmente, los riñones son el gran filtro del cuerpo que ayuda a desechar todas las toxinas que producimos o ingerimos, por medio de la orina. Si este filtro no funciona o se obstruye, nos intoxicaremos a niveles que pueden llegar a ser letales.

Ahora bien, tener unos riñones enfermos también au-

menta las posibilidades de sufrir infartos de miocardio y accidentes cerebro vasculares, dado que nuestra sangre permanecerá sucia, bien sea por exceso de colesterol, es decir grasa, o cualquier otro tipo de sedimentos que no fueron drenados por medio de la orina.

¿Cómo se puede realizar una detección temprana de problemas en los riñones?

La buena noticia, es que detectar cualquier malfuncionamiento en los riñones es muy sencillo, porque solo basta un simple análisis de sangre

y orina. Si los riñones están trabajando como deben, los niveles arrojados por los análisis estarán en sus patrones normales, pero si cualquiera se encuentra fuera de rango, es motivo para realizar un estudio más a fondo.

Ojo, no siempre unos valores extraños significan que hay problemas en los riñones. Se pueden deber a una simple infección de orina, problemas a nivel de la vesícula o incluso problemas de circulación sanguínea. Pero, cualquiera que sea el detonante, es mejor haberlo detectado a tiempo.

La desigualdad social también afecta la salud renal

Uno de los datos más llamativos sobre las lesiones renales agudas, es que estas se suelen presentar en los sectores más deprimidos de la sociedad, aquellos que tienen menores ingresos.

Las principales razones que justifican este hecho son, el bajo ingreso del hogar que le impide llevar una dieta sana, lo que puede acarrear con el tiempo una enfermedad en el riñón, pero también están los altos costos de los tratamientos de las enfermedades renales que, en la mayoría de los casos, resultan imposibles de pagar para algunas familias.

Para solucionar esta desigualdad nació este día, con el propósito de crear conciencia entre los actores públicos para que brinden el apoyo a los centros de salud de sus países y así generar una red de ayuda al paciente con enfermedades renales.



Doce mujeres de la comuna de Saavedra fueron distinguidas en el marco de la conmemoración del Día Internacional de la Mujer

La actividad se desarrolló en el auditorium de la Biblioteca Municipal, oportunidad en la cual el alcalde Juan Paillafil destacó los avances que en materia de “igualdad de derechos” se han llevado adelante en la comuna como lo es la “elección de un concejo comunal paritario”.

Asimismo, reconoció que “aún nos queda camino por avanzar en materia de igualdad, como por ejemplo la presencia de más mujeres en distintas funciones municipales”.

Por su parte la Directora de la Primera Compañía de Bomberos, Silvia Contreras Fernández, quien fue distinguida en la categoría “Mujer y voluntariado” reconoció la importancia de conmemorar



el 8 de marzo.

“Recordar que hoy no es un día de festejo, sino de reconocimiento a las mujeres que dieron su vida por la defensa de sus derechos. Y lamentablemente, gracias a ello, hoy estamos avanzando en materia de igualdad”. En tanto la concejala Cecilia Santibáñez Curifuta, quien fue distinguida en la mención “Mujer y

participación política” afirmó que “estamos comprometidas y comprometidos, como concejo a seguir avanzando en las distintas materias que promuevan una igualdad de derechos entre los habitantes de la comuna”.

Distinciones:

Doce fueron las mujeres reconocidas por su aporte en

materia de igualdad, participación y defensa de los derechos de la mujer en la comuna de Saavedra, ellas son: Cecilia Santibáñez Curifuta;

Ancan Ancan; Silvia Contreras Fernández; y Odilia Sepúlveda Ulloa.

Cabe destacar que, du-



Gioconda Espejo Espejo; Michelle Alejandra Vergara; Lucelva Marileo Cayuleo; María Cristina Aliste; Yanet del Pilar Muñoz Muñoz; Gloria Caniuqueo Castro; Cristina Calderón Toro; María Cristina Palma Huenucoy; Marcelina

rante el mes de marzo, las distintas unidades que conforman la Municipalidad de Saavedra, han preparado diversas actividades para concientizar sobre la defensa de los derechos de las mujeres y la igualdad de género.

El plan comenzó en Teodoro Schmidt

MOP y EFE dan el vamos a plan nacional “Vías verdes” que buscar recuperar cerca de 1.300 km de red ferroviaria en desuso

El día de ayer el subsecretario de Obras Públicas, Cristóbal Leturia, junto al Subgerente de Patrimonio de EFE, Ricardo Gazitúa, dieron el vamos al plan nacional “Vías verdes”, iniciativa que busca recuperar la red ferroviaria que actualmente se encuentra sin servicio de trenes para convertirla en sendas multipropósito para el uso de peatones, ciclistas y tracción animal, logrando con ello

mejorar las condiciones de conectividad y potenciar el desarrollo del deporte, turismo y también de iniciativas complementarias, para la puesta en valor de infraestructura y tradiciones que forman parte del patrimonio ferroviario.

La autoridad del MOP explicó que el plan comenzó en Teodoro Schmidt “porque es una comuna que por su historia tiene una conexión muy fuerte con los trenes,



así que elegimos este, que es un lugar muy especial, para dar el vamos a este plan nacional. En unos años más vamos a ver cientos de kilómetros de línea ferroviaria que hoy está en desuso convertida en ciclovías y espacios para que los peatones puedan disfrutar la ciudad”.

El alcalde de Teodoro Schmidt, Baldomero Santos, señaló que “para mí como alcalde este es un tremendo proyecto y por

eso quiero agradecer al Ministerio de Obras Públicas y al gobierno por haber colocado a Teodoro Schmidt dentro de las alternativas de esto que realmente es lo que necesitamos, espacios para la familia, para la gente que le gusta hacer deporte, o que ocupa la bicicleta como medio de transporte, puedan tener una ruta más segura para circular”.

En tanto, Uberlinda Soto, vecina ciclista de Teodoro Schmidt, agregó en relación

a las “Vías Verdes” que: “a mí me parece maravilloso que existan estas ciclovías, porque me gusta el deporte y andar por acá en bicicleta es lo más lindo, porque cuando uno pedalea hace bien para el corazón y sirve para mantenerse. Así que muy feliz y agradecida de esto que están haciendo”.

El primer tramo de las “Vías Verdes” se concentrará en la zona costa de La Araucanía entre Teodoro Schmidt y Barros Arana, de aproximadamente 5,3 kilómetros. En esta etapa del plan se realizará vía administración directa del MOP, a través de la Dirección de Vialidad, lo que permitirá, a partir del segundo semestre, avanzar mediante contratos de conservación a licitar y que concluirán durante el primer semestre de este año.

