

Educación y vuelta a la presencialidad: "No estamos improvisando"

Desde la seremi destacan la importancia de la vuelta a clases y enfatizan en que se trata de un proceso gradual, que partió el año pasado. Ello, ante las críticas por protocolo que elimina aforos.

CIUDAD PÁG.6



FOTO: CONTEXTO

Emprendimiento deportivo apoyado por IncubaUdec se posiciona en el extranjero

Plataforma que reserva espacios para la práctica del deporte, cuenta con 500 mil usuarios y está presente en países como Brasil, Estados Unidos, Argentina, Colombia y México.

ECONOMÍA&NEGOCIOS PÁG.7

Diario Concepción

Lunes 21 de febrero de 2022, Región del Biobío, N°4999, año XIV

TRAS PRIMERA SEMANA DE SESIÓN EN EL PLENO DE LA CONVENCIÓN CONSTITUCIONAL

Los artículos que estarán en borrador constitucional

Esta semana se debería concretar consulta indígena en algunas comunas del Biobío.

En medio de las críticas que han surgido en algunos sectores políticos, por supuesta falta de

participación e invisibilizar las opiniones de los convencionales de derecha, lo cierto, es que la

instancia que redacta la nueva carta fundamental ya aprobó 34 artículos que, luego del proceso de

armonización, estarán en la borrador de la Constitución. La mayoría de ellos salieron de las comisiones

de Justicia y Formas de Estados, donde han estado las mayores polémicas.

POLÍTICA PÁG.4

Con 5 jugadores de Biobío partió la final nacional de ajedrez

El Gran Maestro sampedrino Pablo Salinas, lidera el equipo en el evento que da cupos a torneos internacionales.

DEPORTES PÁG.9

FOTO: CEDIDA MATÍAS SOTOMAYOR



Matías Sotomayor, el atleta que brilla en el atletismo Adesup

DEPORTES PÁG.14

¿Qué debe hacer el deportista cuando la cabeza o el cuerpo no está al 100 %?

Protagonistas de varias disciplinas hacen su análisis, y coinciden en la relevancia de la figura del entrenador y los equipos multidisciplinarios.

DEPORTES PÁG.10-11



ILUSTRACIÓN: ANDRÉS OREÑA P.

EDITORIAL: DIA INTERNACIONAL DE LA LENGUA MATERNA



#FUE TENDENCIA

Durante la tarde del sábado, se registró un incendio forestal de importantes magnitudes en el Cerro La U de Talcahuano. Hasta el cierre de esta edición, el siniestro no había sido controlado, habiendo arrasado con más de 18 hectáreas de vegetación. Onemi declaró Alerta Amarilla en la comuna.

En tanto, en San Pedro de la Paz se decretó Alerta Roja debido a otro incendio-con amenaza a viviendas- en Idahue.

Kraken**@leonardopazo**

Ojo Universidad de Chile con el estadio CAP de Talcahuano donde se realizará el partido de mañana lunes 21 a las 18 hrs vs Ñublense, ya que desde ayer sábado se está quemando el cerro aledaño a este recinto deportivo y está todo el sector lleno de humo.

Edgardo Galo Vargas**@galovargastvu**

Alerta Amarilla en Talcahuano. Se establece cuando una amenaza crece en extensión y severidad, lo que lleva a suponer que no podrá ser controlada con los recursos locales habituales.

Patricio Campos**@scannerpatricio**

¡Qué triste lo que está pasando en Talcahuano y aún no lo controlan!

Ma. Graciela Torres**@Magrato**

Ahora sí que molesta el humo del incendio acá en Talcahuano. Estoy justo detrás del cerro. Ojalá lo apaguen pronto.

José**@JoseeCT_**

Incendio en Talcahuano, San Pedro de la Paz y Pen-co. Malena.

ENFOQUE

Migrantes en Chile, un tema histórico



CLAUDIO TAPIA
Departamento de Estudios Humanísticos USM.

Desde hace unos meses se ha retomado la discusión relacionada con la situación de migrantes en Chile. El debate ha trascendido desde los medios de comunicación a las conversaciones de pasillos y aulas, en donde las posturas se presentan mayormente apasionadas y, en ocasiones, con una clara falta de conocimiento sobre el fenómeno.

Se podría partir señalando que, desde los albores de la civilización, se han producido desplazamientos en todo el mundo incluyendo la

La búsqueda de mejores expectativas de vida, especialmente en el ámbito económico que trajeron al inmigrante del siglo XIX no distan de las situaciones actuales.

La Convención Constitucional tiene una gran responsabilidad de presentar una propuesta de Constitución, que debiera fijar el marco institucional en el que Chile funcionará en los próximos años, por lo que, las declaraciones, propuestas e intervenciones que se ven en ella se traducen en movimientos en el mercado.

El dólar, por la incertidumbre, está entre \$150 a \$200 más alto.

Se ha planteado la idea de nacionalizar la minería privada. Según los informes financieros de la Comisión para el Mercado Financiero (CMF), los activos de las empresas de cobre son de 66 mil millones de dólares y los ingresos proyectados para el fisco para este año son de 70 mil millones de dólares por lo que la nacionalización implicaría sacrificar gasto público en diversas áreas.

Adicionalmente, en minería se requiere siempre estar invirtiendo para lograr la producción proyectada, según datos de Cochilco se

requieren 75 mil millones de dólares en inversiones hasta el 2030. Chile ya está endeudado en casi 103 mil millones de dólares, un 36% de su PIB, por lo que el adquirir más de deuda no es opción.

Han surgido voces que dicen que se entregue un monto simbólico a las empresas mineras o directamente no se les indemnice por "el exceso de utilidades".

Recordemos que en 1971 cuando en el Gobierno de Salvador Allende se nacionalizó la gran minería del cobre no se compensó inicialmente a las compañías mineras. Posteriormente, la dictadura militar debió negociar una compensación para evitar el embargo de diversos bienes chilenos en el exterior.

Hoy estamos el mundo está más globalizado, por lo que intentar hacer lo mismo que en los años setenta cerraría las puertas al comercio de otros productos que exportamos con desastrosas consecuencias económicas para el país.

región americana y, por supuesto, nuestro país. Los denominados pueblos originarios también fueron parte de este proceso, transitando desde el nomadismo en las pampas chaqueanas, mucho antes de la llegada de los migrantes europeos, ávidos de fama y fortuna. Durante la colonia y la pos independencia chilena, no fueron pocos los migrantes que colaboraron en el desarrollo de la política, la ciencia y la educación. Eso sí, cabe señalar que, debido a las características geográficas, las migraciones en Chile fueron en un número menor que en otras zonas, dando la creencia que el desierto, la montaña y el mar eran muros que desincentivaban el proceso.

La búsqueda de mejores expectativas de vida, especialmente en el ámbito económico que trajeron al inmigrante del siglo XIX no distan de las situaciones actuales, además de tener en Chile la mayor cantidad de migrantes que escaparon de conflictos armados en su tierra, como lo es la comunidad Palestina.

Hoy la globalización, que tanto benefició a sectores productivos, ha sido uno de los principales catalizadores de la llegada de migrantes. El crecimiento económico actuó como faro para aquellos que buscan, como se hizo en el pasado, un lugar para mejorar su vida. Entonces, el problema hacia el inmigrante es otro: ¿será que es su condición de latinoamericano? O, peor aún, ¿sólo por ser pobres? Ambas características están apareciendo como principales respuestas al rechazo a la migración.

El tema de la migración, como otros plantean, no se resolverá solamente con una nueva ley (tenemos absurda creencia que basta una ley o un conjunto de éstas para que cambie la manera de pensar y actuar de las personas), sino que se requiere un esfuerzo educativo mayor, como parte de una política de Estado y no la verborrea del oportunista político. Reglas claras para el proceso migratorio, institucionalizado, responsable y no discriminatorio. Más que mal, la mayoría de los europeos que llegaron en el pasado a América y Chile eran pobres en busca de una oportunidad.

Meter calculadora: Costo de nacionalización de mineras



CRISTÓBAL CIFUENTES
Abogado.

Intentar hacer lo mismo que en los años setenta cerraría las puertas al comercio de otros productos que exportamos.

Las palabras vuelan, lo escrito permanece

EDITORIAL

Todos los años, desde el año 2000, se conmemora en todo el mundo el Día Internacional de la Lengua Materna. La fecha fue instaurada un año antes, en 1999, luego que la Conferencia General de la Unesco apoyara una iniciativa presentada por Bangladesh. La organización destaca la importancia de “la diversidad cultural y lingüística para las sociedades sostenibles” y en el marco de su “mandato en pro de la paz, trabaja para preservar las diferencias de culturas e idiomas que fomentan la tolerancia y el respeto de los demás”.

La “Lengua Materna” es el primer idioma que aprende una persona normalmente en el seno de su familia y comunidad. A través de ella se obtiene una identidad y una visión integral del mundo.

En la actualidad, se calcula que el mundo existen más de siete mil idiomas y lenguas. Aunque las cifras no son concordantes, en distintos sitios consultados, entre las cuatro idiomas más hablados están chino mandarín, español, inglés e hindi. Le siguen otros como ruso, francés, bengalí, japonés, portugués y alemán. Al mismo tiempo, en América Latina hay 420 lenguas originarias, agrupadas en 99 familias lingüísticas. La más extendida es la familia Arawak, con 41 idiomas que se usan en ocho países, desde el Amazonas hasta el Caribe.

Pero, ¿qué ocurre en nuestro país?

Día Internacional de la Lengua Materna



La Unesco destaca la importancia de “la diversidad cultural y lingüística para las sociedades sostenibles”. Por ello, instauró esta conmemoración a partir del año 2000.

En Chile prima el español, o la lengua castellana, como se enseña en los colegios. De hecho, es la que se utiliza administrativamente o como forma de comunicación en el Estado. Es decir, si bien no se encuentra expresamente identificado en la Carta Magna, el español es empleado en leyes, documentos públicos y, como ya está dicho, en la educación.

Por otra parte, tal y como lo manifiesta una guía de lenguas publicado por el ministerio de las Culturas, las Artes y el Patrimonio, “coexisten un conjunto de otras lenguas, tanto las habladas por diversas comunidades migrantes llegadas a estas tierras en distintas épocas de su historia, así como lenguas indígenas”.

Del total de las lenguas originarias que se hablan en nuestro país, hay seis que se encuentran en uso: aymara, quechua, rapa nui, kawésqar, yagán y mapuzugun.

En medio de la discusión constitucional, es bueno, no perder de vista este insumo que, como se ha reclamado y solicitado en estos días, no incluye a todos y todas.

CARTAS

PGU y retiros previsionales

Señora Directora:

Sin lugar a dudas la agenda previsional para el próximo Gobierno estará marcada por dos hechos relevantes previos, que son los retiros previsionales y la nueva pensión garantizada universal.

Ambas medidas van en línea opuesta a la implementación de cuentas nocionales propuesta por el Presidente electo, Gabriel Boric, pues los retiros previsionales marcaron un antes y un después en el sentimiento de propiedad sobre los fondos previsionales, en donde el cotizante sabe que en caso de alguna nueva emergencia país, sus ahorros previsionales están ahí para apoyarlos, lo cual es sólo posible con el modelo actual.

Por otro lado, la pensión garantizada universal da un primer piso de pensión para el 90% de los pensionados, la cual se verá complementada con la pensión contributiva de cada trabajador, por lo que se alinean los incentivos a cotizar, pero a la cuenta individual.

De igual forma, Gabriel Boric tendrá desafíos importantes, como la pensión garantizada universal de \$250.000 ofrecida en campaña, muy distante de los \$185.000 actuales.

Eduardo Jerez Sanhueza.

Gestor educacional

Señora Directora:

El objetivo de “poner en tensión y debate la figura de los sostenedores de colegios particulares subvencionados”, y llamarlos “mercaderes de la educación”, según la constituyente Janis Meneses, nos parece que además de ser un insulto para un gremio conformado mayoritariamente por profesores, sí atenta, y gravemente, contra la existencia de estos establecimientos, 90% gratuitos y además discriminados por el Estado en materia de subvenciones.

Ello porque el gestor educacional (ex sostenedor) es en primer lugar el autor del proyecto educativo que han elegido mayoritariamente las familias chilenas para que se eduquen sus hijos y con el cual se identifican de acuerdo a sus valores y concepciones. Y como autor, es también el responsable de materializar las realizaciones y lineamientos para el desarrollo permanente del proyecto y así satisfacer las necesidades de la comunidad estudiantil.

Su importancia y eficiencia, considerando que atienden al 60% de los estudiantes chilenos, de ellos el 55% más vulnerable y 91% de alumnos con necesidades educativas especiales, quedó más que demostrada en pandemia,

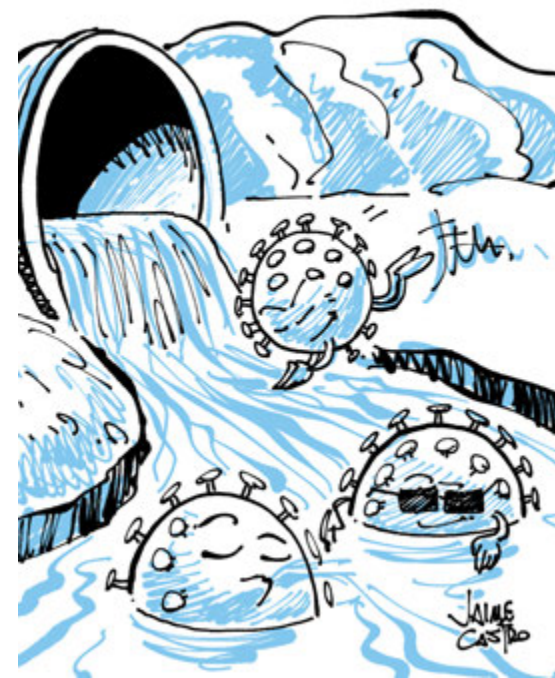
ya que gracias a la rápida gestión encabezada por los gestores educacionales, estos planteles pudieron hacer frente a las dificultades y limitaciones que impuso la contingencia en un tiempo récord, reconociéndolo el país al premiarlos con el 69% de las preferencias en el último proceso del Sistema de Admisión Estudiantil (SAE).

El gestor educacional además es fundamental para las familias porque éstas pueden identificar y acudir a una persona responsable de la gestión, organización y marcha del proyecto educativo y quien responde; figura que no existe en el sector estatal: allí únicamente hay un director con atribuciones limitadas que cuando no da solución a las inquietudes de padres y apoderados, solo queda reclamar al Mineduc, con la consabida burocracia administrativa, y diluyéndose así la responsabilidad de lo que acontece en el establecimiento.

Ejemplo claro es que a la hora de tomas, huelgas o paros en este sector, no hay quien pueda poner un freno, a diferencia de lo que ocurre en los establecimientos particulares subvencionados.

Luis Cañas, presidente de la Coordinadora de Colegios Particulares Subvencionados.

AGUAS RESIDUALES



Envíe sus cartas, con una extensión máxima de 1.400 caracteres, con espacios vía email a:

- ◆ contacto@diarioconcepcion.cl
- ◆ Cochrane 1102, Concepción

La correspondencia debe consignar claramente la identidad del remitente y su número de teléfono.

Hacemos presente que el diario no puede constatar fehacientemente la identidad del autor de la correspondencia y reproduce la indicada por éste, deslindando ulterior responsabilidad.

La Dirección se reserva el derecho de seleccionar, extraer, resumir y titular las cartas recibidas, sin explicación alguna y evitando cualquier discusión con el remitente.

Política



#NosCuidamos

Felipe Sánchez, concejal de San Rosendo

“Tenemos que seguir cuidándonos considerando la serie de variantes que van apareciendo y el cuidado es individual, pero es importante que las instituciones funcionen. El llamado a la ciudadanía es a cuidarse y vacunarse”.

ESTA SEMANA SE DEBERÍA REALIZAR EL PROCESO DE LA CONSULTA INDÍGENA EN BIOBÍO

Convención: 34 artículos listos para ser parte del borrador constitucional

En medio de críticas de algunos sectores, y tras su primera semana de trabajo en el pleno, se aprobaron iniciativas en torno a Justicia y Formas de Estado. Aquí algunos de los puntos consensuados.

Ángel Rogel Álvarez
angel.rogel@diarioconcepcion.cl

En la primera semana que la Convención Constitucional inició su trabajo en el pleno, es decir, aprobó y/o rechazó las distintas iniciativas surgidas del debate al interior de las comisiones, las polémicas y críticos no se hicieron esperar.

Así, por ejemplo, surgió el movimiento “Amarillos por Chile”, integrado en su mayoría por ex militantes de la DC y quienes alguna vez ocuparon cargos ministeriales en los gobiernos de las Concertación, que criticó el trabajo de la Convención Constitucional. Lo anterior, porque apuntan a cambios graduales y no a una “refundación”, según expresaron.

A dicho grupo se sumó el convencional del Distrito 20, Andrés Cruz, quien en un medio de circulación nacional manifestó la inexistencia de diálogo y aseguró que “la derecha ha sido vetada”.

Pero lo cierto, es que luego de más de siete meses de trabajo, la instancia recién aprobó los primeros 34 artículos que serán parte del borrador de la nueva carta fundamental (lo luego de un proceso de armonización). La mayoría de esos artículos surgieron de las comisiones de Justicia y de Formas de Estado.

Pero, ¿qué fue lo que se aprobó?

En materia de Justicia, por ejemplo, fueron diez los artículos que lograron ser aprobados con el quórum de 103 votos mínimos a favor, relacionado con los “Principios generales del Sistema Nacional de Justicia”, que incluye materias como principios de justicia abierta, plurinacionalidad, pluralismo jurídico y normas sobre paridad y perspectiva de género.

“Nos hemos convertido en el primer país del mundo en consagrar la perspectiva de género como un principio de la jurisdicción”, destacó la coordinadora de la comisión, Vanessa Hoppe.



FOTO: CHILE CONVENCION

Consulta en nueve comunas

La consulta indígena se realizaría en nueve comunas de la Región, partiendo esta semana.

Proceso de armonización

Antes de la borrador definitivo, todas las iniciativas pasarán por un proceso de armonización.

Respecto de Forma de Estado, el pleno definió que Chile será “un estado regional, plurinacional e intercultural conformado por entidades territoriales autónomas, en un marco de equidad y solidaridad entre todas ellas, preservando la unidad e integridad del Estado”.

Este ha sido uno de los puntos más cuestionados, en particular por quienes sostienen que el país perdería su cualidad de unitario. Sin embargo, en el inciso primero del artículo 3 sobre el territorio establece que Chile forma un territorio único e indivisible.

También se aprobó el artículo 4 sobre el maritorio para proteger los espacios marinos y costeros; el inciso uno y dos del artículo 5 sobre autonomía de las entidades territoriales (sostienen que los territorios autónomos están dotados de autonomía en sus funciones, pero no podrán “atentar en contra del carácter único e indivisible del Estado de Chile”; el inciso primero del artículo 6 sobre la solidaridad, cooperación y asociatividad territorial en el Estado regional; y el artículo 7 sobre participación en las entidades territoriales en el Estado regional.

Esta semana, además, continuando con el trabajo que comenzó la semana pasada, particularmente en Rapa Nui, debería iniciarse los talleres en torno a la consulta indígena impulsada por la Convención en la Región del Biobío.

Aunque no existe claridad en las fechas, estos se realizarían al menos en nueve comunas de la Región: Concepción, Tirúa, Los Ángeles, Mulchén, Cañete, Arauco, Contulmo, Lebu y Alto Biobío.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl



Conecta tu negocio
desde cualquier lugar

Plan Móvil 250 GB

2x **\$6.990/** mes
por línea
PARA SIEMPRE

Incluye:



Transformemos los cambios en **oportunidades. Okey!**

movistar.cl/empresas

Promoción válida hasta el 28 de febrero de 2022, desde contratación de 2 líneas. Condiciones contractuales y comerciales en movistar.cl/empresas

Ciudad



#NosCuidamos

Pablo Castro, publicista

“Hay que seguir cuidándose ya que esto aún no pasa. Y la vacuna ha demostrado ser efectiva, por lo que hay que vacunarse y no ser porfiados”.

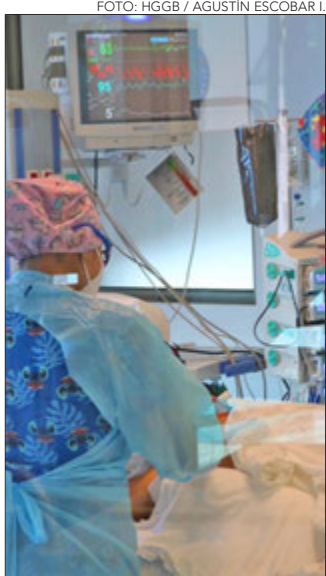


FOTO: HGGB / AGUSTÍN ESCOBAR I.

Covid-19: Biobío suma 11 nuevos fallecidos

En su último reporte, el Ministerio de Salud informó que la Región del Biobío sumó 4.261 nuevos casos de Covid-19, esto al cierre del 19 de febrero. Y si bien se trata casi mil contagios menos que los registrados en el informe del sábado, el informe también dio cuenta de 11 nuevas víctimas fatales por causas asociadas al virus.

De esta forma, desde el inicio de la pandemia la Región ha tenido que lamentar la muerte de 3.055 personas.

Respecto a la situación por comuna, la capital regional es la que registra la mayor cantidad de casos activos, con 2.039; seguida de Los Ángeles, con 1.432; y Talcahuano, con 1.394.

A nivel nacional, el ministerio de Salud reportó 30.398 casos nuevos de Covid-19, con una positividad de 26,29%. En tanto, se superaron los 1.000 pacientes con coronavirus en UCI, cifra que se había dejado atrás a mediados de agosto pasado.

Por medio de un comunicado, el ministro Enrique Paris, comentó que “con las cifras de este domingo (ayer) el total de casos nuevos confirmados de los últimos siete días se sitúa en 215.965. Esto implica 19.390 diagnósticos positivos menos que el acumulado de la semana anterior. Esta baja, del total de casos semanales en comparación a los siete días anteriores, no se registraba desde fines de diciembre del año pasado”.

FELIPE VOGEL, SEREMI DE EDUCACIÓN Y RETORNO A LA PRESENCIALIDAD:

“No estamos improvisando, se trabaja hace más de un año”

Ángel Rogel Álvarez
angel.rogel@diarioconcepcion.cl

“Hemos basado nuestras actuaciones en la información que manejan expertos, tanto a nivel nacional como internacional. Existe un consenso absoluto en la importancia que tiene la presencialidad en el proceso educativo”, dijo el seremi de Educación, Felipe Vogel, en conversación con Diario Concepción.

Yes que a poco más de una semana del inicio oficial de clases, aún existen críticas sobre el protocolo elaborado por el ministerio para que se retome la presencialidad en los establecimientos educacionales. Lo anterior, además, en medio de una panorama de alzas diarias de casos positivos de Covid-19.

“El protocolo tiene distintas medidas tanto de prevención como de actuación antes casos de Covid. Seguimos trabajando con las medidas sanitarias, como fue el año pasado: el uso de mascarilla, la ventilación de espacios, el lavado constante de manos. En los establecimientos educacionales, donde tengamos más del 80% de la vacunación, los aforos ya no van a ser necesarios”, agregó Vogel.

Justamente, la ausencia de aforos, es uno de los puntos que más se critica. Sin embargo, desde la cartera de Educación enfatizan que manejan el mismo catastro que el ministerio de Salud, y en la mayoría de los establecimientos el porcentaje de vacunación se cumple.

Vogel llamó a la tranquilidad, pues desde el inicio de la pandemia todo se ha ido dando de forma gradual, desde el proceso de vacunación a profesores y funcionarios de la educación, hasta el retorno presencial voluntario durante el año 2021. “Esto no es un capricho del gobierno o del ministro, sino que (lo hacemos) por la importancia que tiene para nuestros niños”, sostuvo.

La autoridad agregó que “no es que vayamos a aprender cómo volvemos a clases en tiempos de pandemia. Terminamos el año pasado, con el 94% de nuestros establecimientos educacionales de la Región abiertos (...). El ministerio no está improvisando, es un trabajo que lle-

En medio de las críticas por nuevo protocolo ideado por el ministerio, el jefe de la cartera de Educación en Biobío, aseguró que muchas medidas ya han sido implementadas.

EL SEREMI

comentó que la presencialidad es necesaria para el desarrollo integral de los estudiantes.



FOTO: CAROLINA ECHAGÜE M.

Presencialidad durante 2021

El seremi de Educación aseguró que 2021 terminó con el 94% de los establecimientos educacionales de la Región abiertos.

va más de un año”.

Pero, ¿qué pasa si la situación, en cuanto cifras, sigue empeorando?

Vogel es claro: “las autoridades sanitarias y gubernamentales siempre tienen que ir evaluando de acuerdo al contexto, de cómo se vaya desarrollando la pandemia, como el contexto país. Lo que no puede pasar, es que lleguemos a marzo, y no hayamos hecho todo lo posible para que nuestros niños vuelvan a clases”.

Sobre la importancia de la presencialidad, Vogel enfatizó el proceso educativo, en particular en quienes cursan los primeros años de enseñanza, y también desde el punto de social. “La evidencia demuestra que los

colegios tienen que estar abiertos. Es fundamental para que los estudiantes tengan la oportunidad de recuperar la experiencia escolar, primero, respecto de la recuperación de aprendizajes. Nuestros estudiantes aprenden más y mejor en el aula, a pesar de los grandes esfuerzos realizados por nuestros profesores durante la pandemia. Y segundo, ahí adquieren elementos sustanciales para poder enfrentar la sociedad. Ahí aprenden en control de la frustración, a vivir en comunidad o a trabajar por objetivos comunes”, sostuvo.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl

Economía & Negocios

#NosCuidamos



Jorge Jiménez Vega, relator deportivo y funcionario UBB
 “A pesar de avanzar en las distintas fases, hay que seguir cuidándose y vacunándose, para que puedan volver las actividades en la universidad y el público a los estadios y recintos deportivos”.

Edgardo Mora Cerda
 edgardo.mora@diarioconcepcion.cl

EMPRENDIMIENTO RECIBIÓ PREMIO DE INCUBAUDEC Y AYUDAN A MEJORAR LA SALUD

Easycancha logra reunir capital privado y avanzar internacionalmente

Tras obtener el premio al emprendimiento que ha logrado el mayor levantamiento de capital privado en el reciente aniversario número 20 de IncubaUdeC, Easycancha logra crecer internacionalmente.

Los detalles del avance de esta plataforma para reservar espacios para prácticas deportivas que levantó US\$ 700 mil el año pasado, los cuenta su cofundadora y CEO, Daniela Baytelman.

-¿Cuáles son los hitos más relevantes hasta la fecha?

-Somos la principal plataforma de gestión de clubes y espacios deportivos en Chile. Nuestro propósito es crear la comunidad de deportistas amateur más grande del país y Latinoamérica, uniendo a todas las piezas del ecosistema deportivo. En la región, tenemos presencia en Brasil, Argentina, Colombia, EE. UU., Ecuador y México. Contamos con más de 500 mil usuarios y más de 350 clubes en siete países, llegando a más de 5 millones de reservas.

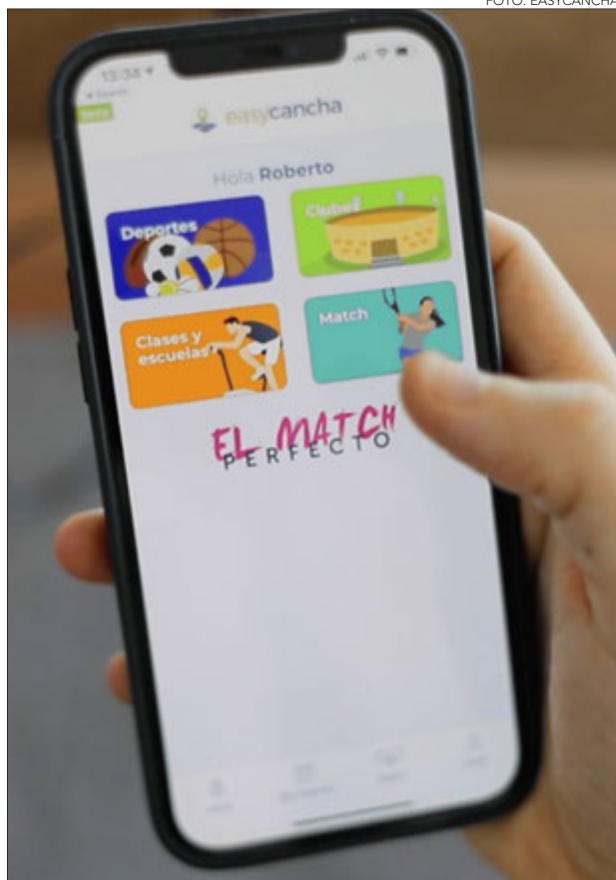
Una de nuestras propuestas vanguardistas es el “Match Perfecto” o “Tinder del Deporte”, una apuesta que, de forma gratuita, hace coincidir a dos personas o duplas con la misma pasión, recomendando el mejor lugar y horario para llevar a cabo el duelo entre ambos. Según la ubicación, disponibilidad y nivel del competidor, el sistema procesa esta información, presenta a cada usuario las opciones disponibles y activa la posibilidad de desafiar al rival. Una vez realizado el “Match”, entran a una sala virtual privada para coordinar los detalles.

-¿Qué reconocimiento recibieron en el aniversario 20 de IncubaUdeC?

-Recibimos el premio al levantamiento de capital privado. Levantar capital, como todos los emprendedores saben, es una tarea titánica que toma mucho tiempo y esfuerzo. Lograr hacerlo de una manera eficiente, con las condiciones y resultados que buscábamos, es un gran hito.

Plataforma que reserva espacios para prácticas deportivas levantó USD\$ 700 mil. Ya están en Brasil, Argentina, Colombia, EE.UU., Ecuador y México. Tienen más de 500 mil usuarios y de 350 clubes.

FOTO: EASYCANCHA



Significa que hay más personas que creen en tu negocio, en tu idea y eso es reflejo de que estamos haciendo las cosas bien. Por eso este premio es importante, ya que aborda todos estos temas que van más allá del hecho mismo del levantamiento de capital.

-¿De qué manera aporta y podría ayudar a futuro Easy Cancha a combatir la obesidad?

-Desde la Organización Mundial de Salud (OMS) aseguran que, a nivel global, se podrían evitar hasta 5 millo-

nes de muertes al año con más actividad física, ya que la falta de deporte lleva a que las personas sean más propensas a padecer enfermedades cardiovasculares, respiratorias, diabetes, cáncer, entre otras. Nuestras cifras son alentadoras para este objetivo, con un crecimiento en la región que da cuenta de un aumento en la actividad deportiva de las personas en todas las edades.

-¿Cuáles son las proyecciones más importantes?

- Nuestro objetivo es con-

solidarnos como la red de deportistas amateur más grande de Latinoamérica y fomentar el deporte en nuestro país, permitiendo que en to-

dos los rincones se pueda acceder fácilmente a estas actividades. La práctica deportiva es un derecho y debiera estar garantizada en todos

FRASE



“Se podrían evitar hasta 5 millones de muertes al año con más actividad física”.

Daniela Baytelman, CEO y cofundadora de Easycancha.

los niveles educativos, así como también en el ámbito de la salud, integración social y esparcimiento de la comunidad.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce contacto@diarioconcepcion.cl



ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE LOS ÁLAMOS



LLAMADO A CONCURSO PÚBLICO DE ANTECEDENTES

La Municipalidad de Los Álamos llama a concurso público de antecedentes para proveer en calidad de titular los siguientes cargos:

N° de cargos	Planta	Grado	Cargo o Destinación
01	Jefaturas	8°	Jefe de Operaciones y logística. Administración Municipal.
01	Jefaturas	10°	Jefe de aseo, ornato y medioambiente.
01	Técnicos	13°	Secretaría de planificación
01	Administrativos	17°	Secretaría Municipal
01	Administrativos	18°	Dirección de Desarrollo Comunitario.
01	Auxiliares	17°	Administración Municipal

Requisitos generales establecidos en la Ley N° 18.883, Estatuto Administrativo para funcionarios Municipales, Ley N° 19.280, en las normas específicas para cada cargo, DFL. 192-19321, Ley N° 18.575 y Ley N° 18.695, Orgánica Constitucional de Municipalidades.

Bases: Disponibles físicamente en oficina de Recursos Humanos del Municipio y descarga en pagina web: www.munilosalamos.cl a contar del día 21 de febrero al 07 de marzo de 2022.

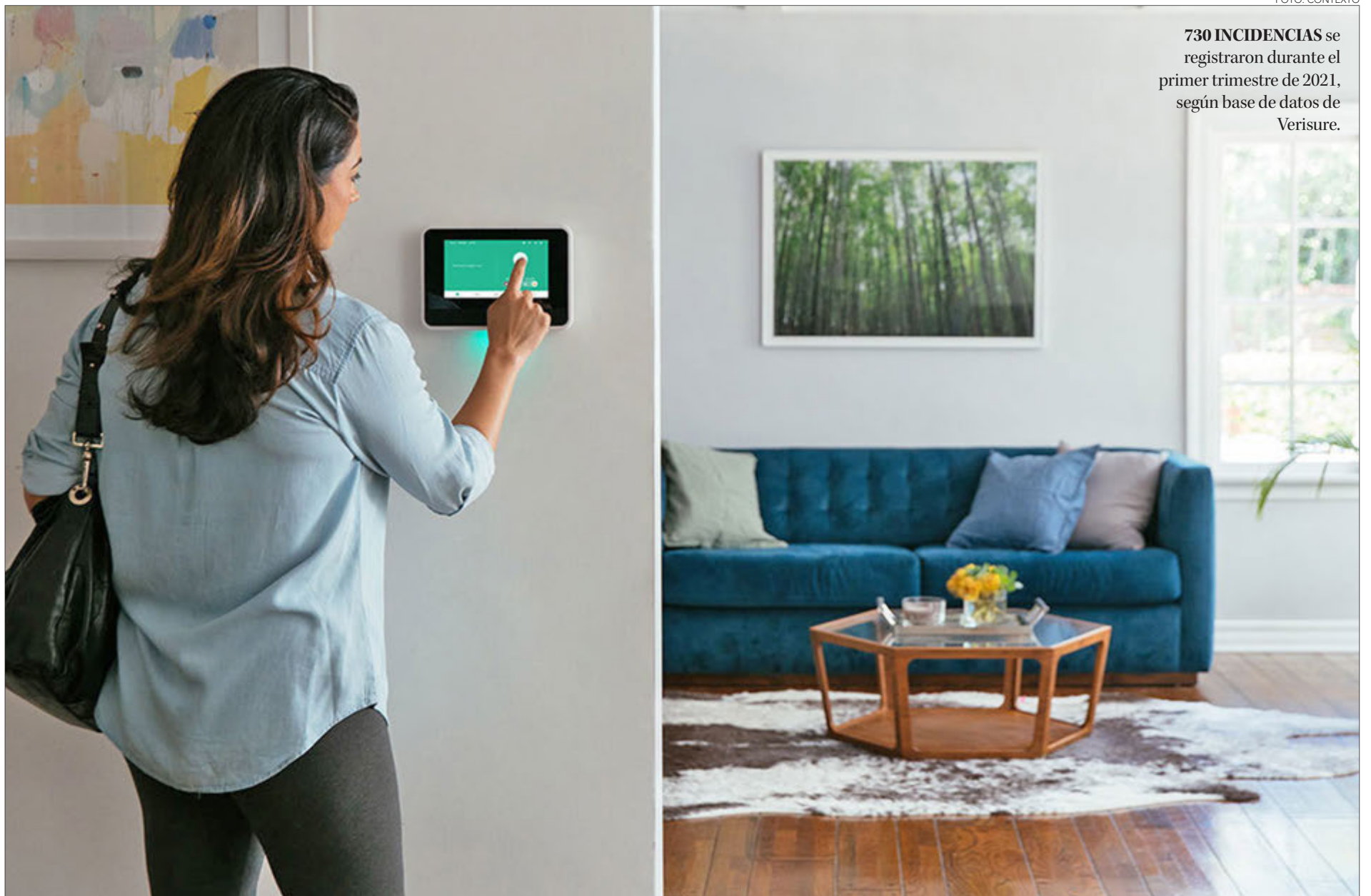
Recepción de antecedentes: El plazo de recepción de antecedentes será hasta las 13:30 horas, del día 07 de marzo de 2022, de manera física y en sobre cerrado en oficina de partes del municipio, ubicado en calle Libertad 300, Los Álamos y también a los correos electrónicos partesyarchivos@munilosalamos.cl con copia a of.personal@munilosalamos.cl

Consultas: En Oficina de Recursos Humanos del Municipio, Libertad N° 300, Los Álamos o vía telefónica al siguiente número: 41-2261000 o al correo electrónico of.personal@munilosalamos.cl

Resolución del Concurso: El concurso será resuelto a más tardar el día 22 de marzo de 2022.

PABLO VEGAS VERDUGO
 ALCALDE

Economía & Negocios



730 INCIDENCIAS se registraron durante el primer trimestre de 2021, según base de datos de Verisure.

Aníbal Torres Durán
contacto@diarioconcepcion.cl

DURANTE LA ÉPOCA ESTIVAL

Expertos entregan consejos para evitar robos en vacaciones

El 19% de los intentos de intrusión a nivel nacional se concentra los lunes entre las 22 y las 24 horas. En base a esos datos, especialistas entregan algunas recomendaciones.

Más de tres millones de casas deshabitadas

son las que quedan durante el verano por viajes turísticos en el territorio nacional, según estadísticas oficiales de Verisure.

Disminución de un 0,43%

fue la que se registró con respecto a intentos de intrusión durante el primer trimestre de 2021, en comparación al mismo periodo de 2020.

Históricamente febrero ha sido el mes preferido por los chilenos para vacacionar, trasladándose por diversos medios de transporte a playas, campos, lagos y la Patagonia. Al momento emprender el viaje, la seguridad de hogares y negocios pasa a ser una preocupación, por lo que se deben tomar todas las medidas para evitar un robo.

Un barómetro de vacaciones dado a conocer recientemente por Verisure, compañía de seguridad y tecnología que, de acuerdo a las activaciones de alarmas comprobadas durante primer trimestre de 2021, reveló que a nivel nacional un 71% de los robos se concentró en negocios y un 29% en hogares. Asimismo, el estudio indicó que, en enero, febrero y marzo pasados, el día que concentró mayores intentos de intrusión fue el lunes, con 19% del total, y el horario más frecuente fue entre las 22:00 y las 24:00 horas.

Al respecto Mariano Palermo, Director de Marketing Verisure, agregó que "según estadísticas oficiales, en temporada alta, del 16 de diciembre al 31 de marzo, más de 3.529.073 hogares quedan deshabitados por viajes turísticos dentro de Chile, siendo Coquimbo, Valpa-

raíso, La Araucanía, Los Lagos y Metropolitana, las regiones de mayor interés turístico. De acuerdo

con datos de nuestra Central Receptora de Alarmas, durante el primer trimestre de 2021 las intrusiones e intentos de intrusión disminuyeron un 0,43% en comparación al mismo periodo de 2020, registrándose sólo 730 incidencias sobre una base de 70 mil usuarios, evidenciando la ventaja de contar con seguridad monitoreada".

El análisis de Verisure fue realizado en base a información recopilada

por su Central Receptora de Alarmas (CRA), contemplando las zonas del país que probablemente registren una mayor presencia de turistas. De esta forma, el estudio reveló tendencias respecto de los meses, días y horarios más expuestos en algunas regiones de Chile.

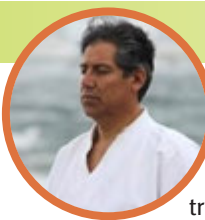
"Independiente de si nos encontramos fuera de nuestro hogar o negocio por unas horas o un par de semanas, debemos tomar todas las medidas que estén a nuestro alcance para evitar la vulneración de nuestro patrimonio.", agregó Palermo.

Consejos de los expertos

Prestar atención al entorno de la vivienda los días previos; comprobar que todos los accesos del hogar están completamente cerrados; revisar el estado de cerraduras; no publicar información sobre las vacaciones en redes sociales; iluminar los espacios exteriores de la residencia; dejar aspecto de vivienda habitada; mantener redes de contacto con vecinos y amigos, son algunas de las claves que entregan los expertos para evitar robos durante estas vacaciones.

OPINIONES

Twitter @DiarioConcepcion
contacto@diarioconcepcion.cl



Shihan Marco Inostroza, maestro de karate

“Esta pandemia que a causado tantas víctimas es una prueba a nuestra disciplina y fuerza de voluntad. Somos responsables de librarnos y salir de ella siendo disciplinados en seguir las instrucciones de las autoridades sanitarias a la población. Cumplir es nuestro deber como ciudadanos”.

FINAL NACIONAL DE AJEDREZ EN SANTIAGO

Cinco tableros locales buscarán el jaque mate ante los más fuertes

Pablo Salinas, Lesly Fuentes, Eliseo Palma, Martín Díaz y Cristián Vásquez son los representantes de Biobío en el evento que definirá al mejor ajedrecista de Chile. La instancia se extenderá por 11 días.

FOTOS: DANIEL GONZÁLEZ



CRISTIÁN VÁSQUEZ, destacado jugador de Talcahuano, aún se mantiene invicto en el torneo.



EL ANGELINO MARTÍN DÍAZ es otra de las grandes cartas de la Región en la final nacional.



LESLY FUENTES, gran figura del ajedrez de Talcahuano, intentará hacer historia en Santiago.



ELISEO PALMA, representante de la comuna de Penco, está llamado a ser protagonista del evento.



PABLO SALINAS, gran maestro sampedrino y favorito para repetir como campeón chileno.

Samuel Esparza Muñoz
samuel.esparza@diarioconcepcion.cl

Comenzó la final nacional de ajedrez en Santiago con varios representantes de Biobío que buscarán la opción de quedarse con el máximo galardón de la disciplina nacional.

Los 24 mejores jugadores del país provenientes de las etapas de semifinales y clasificatorias (12 mujeres y 12 hombres) están reunido en el Estadio Español de Las Condes, dando vida al evento patrocinado por la federación nacional Ajefech y que determinará a los campeones nacionales de la temporada. Y no solo eso, porque de esta lista saldrán también quiénes jugarán las olimpiadas y representarán al país en instancias internacionales.

Opciones regionales

Nuestra región tendrá cinco re-

presentantes, con cuatro varones y una mujer.

La lista la encabeza desde San Pedro de la Paz el Gran Maestro, Pablo Salinas, gran favorito que ya ganó este campeonato y viene jugando muy bien. Está acompañado por el experimentado jugador de Los Ángeles, Martín Díaz, quien pretende dar la sorpresa.

Cómo debutantes en estas lides, estarán desde Talcahuano, Cristián Vásquez, que con una excelente performance campeón en la semifinal de Los Ángeles.

Por su parte, desde Penco, está Eliseo Palma, quién hizo lo propio en la semifinal de Viña del Mar, esto último con duras dificultades para ganarla y para compatibili-

zar su trabajo con el deporte.

“En 2017, clasificando a un mundial en Italia tras salir subcampeón del panamericano sub 20 de Ecuador, no pude jugarlo por mis estudios. Ahora me ha sido difícil compatibilizar el deporte con mi trabajo, pero espero representar de buena forma a mi comu-

na, Penco, y mi empresa como institución representante que es Cruz Verde”.

La lista regional la completa la ingeniera civil de Talcahuano, Lesly Fuentes,

vicecampeona de la semifinal de Santiago y quién espera repetir podio y extender su participación en las siguientes olimpiadas del equipo femenino.

El resto de participantes en esta final chilena son Claudio Olivares, Sebastián Donoso, Robert Díaz y Benjamín Bahamondes, todos de Santiago, además de Hugo López (Osorno), José Vergara (Valparaíso), y Cristián Aguirre y Felipe Barriga, de Chillán.

Mientras que en Damas, juegan Javiera Gómez (Valdivia), Monserrat Morales, Paula Reyes, Gianella Luna y Francisca Sánchez (Santiago); Valeska Rozas (Quillota); Macarena Lemus (Casablanka); Constanza Araos (Viña del Mar); María José Toro (Talca) y Melany Vildósola (Chillán).

Buen comienzo

Pese a que el torneo está empezando y todos tienen posibilidad de mejorar, es interesante la participa-

ción del angelino Martín Díaz, quien jugadas tres jornadas no ha sabido de derrotas y por lo mismo también tiene chances de ganarle a cualquiera de los punteros.

En el liderato se está dando la lógica con Pablo Salinas quien, dando muestras de su experiencia y solidez hizo tablas justas con López, superándolo por medio punto en la cima de las posiciones.

En las damas, Lesly se aleja de las punteras aunque aún debe enfrentarse a nombres como María José Toro o Monserrat Morales, quienes momentáneamente disfrutaban de los primeros lugares en el comienzo del certamen.

La competencia ajedrecística en el Estadio Español de Las Condes se extenderá hasta el 27 de febrero, jugando 11 rondas entre singles y dobles en formato round robin.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl



DIFICULTADES FÍSICAS O PSICOLÓGICAS PUEDEN INFLUIR EN EL BUEN RENDIMIENTO DE UN DEPORTISTA

Seguir o parar: qué hacer cuando el cuerpo o la cabeza no están al 100%

R. Cárcamo y C. Campos
contacto@diarioconcepcion.cl



“No estoy bien”, dijo Cristian Garín tras perder categóricamente ante Federico Coria y ser eliminado en la primera ronda del ATP 500 de Río de Janeiro, donde defendía el título. Además, indicó que debía evaluar si seguir jugando o no, pues junto a los malos resultados una molestia en el hombro no le permitía rendir como quería.

Más allá de lo comentado, Garín será parte del ATP de Santiago, donde buscará levantar cabeza y mejorar un rendimiento que hace rato viene en picada. Y es que la suma de molestias físicas y derrotas sin dudas genera desconfianza, tensión y eso plantea una interrogante que, seguramente, a la mayoría de los atletas les surge en algún momento: cuando no se está al 100%, ¿es mejor parar o se debe seguir sin importar nada?

La visión del técnico

Raúl Umaña lleva muchos años en el balonmano, y con diferentes grupos de jugadores. Es entrenador del programa Promesas de Chile, de Deportes Concepción y del Colegio Pinares, y en su caso entregó una visión muy detallada sobre esta inquietud.

“Lo que uno haga dependerá de varios factores. Primero, la edad. Antes de los 16, si bien hay que prepararlos para el alto rendimiento, también hay que pensar que son niños o adolescentes y que su felicidad está primero, con el tiempo uno entiende que los chicos quieren vivir todas sus etapas, mientras sus amigos, hablan de la junta del fin de semana o de qué le gusta tal o cuál, el deportista está descansando, entrenando o compitiendo, a veces queda el tiempo, pero no hay ganas por qué se está can-

Hace unos días, el tenista Cristian Garín dijo no estar bien, que estaba jugando con dolores y evaluaba tomar un receso. Una situación que es frecuente en el deporte de alto rendimiento, donde las exigencias y la presión están siempre presentes, y se pueden acentuar cuando no están llegando los resultados. ¿Qué conviene en esos casos, mantenerse en actividad más allá de las dificultades? ¿Cambia el panorama si ello ocurre si se está en un periodo de entrenamiento o con una competencia encima? Protagonistas de varias disciplinas hacen su análisis, y coinciden en la relevancia que tiene la figura del entrenador y de los equipos multidisciplinarios que, por lo general, se configuran en la actualidad.

El apoyo desde la psicología

Tener ayuda en este ámbito es fundamental para saber cómo afrontar una etapa donde se pasa por desmotivación o no se está convencido de seguir compitiendo.

sado. En estas etapas que se encantan, para fidelizarlos”.

Al respecto, agregó que “otro aspecto importante es el periodo del calendario, esto es muy relevante, porque si el tipo está cerca de una competencia fundamental, es posible poder hacer ajustes a las cargas y dependiendo del deporte, hacer algún trabajo diferenciado, de manera de que llegue a un torneo 100% y no con el cuerpo en la cancha, pero con la cabeza en cualquier parte. También hay que tener en cuenta el grado de proyección deportiva que pueda tener. Esto principalmente por qué si vemos que un chico no tiene mucha

protección y viene fundido, necesita una pausa, no hay para que forzarlo, hay que buscar que sea feliz en lo que hace, que disfrute”.

Jaime Urrutia, entrenador de básquetbol del Deportivo Alemán y el Colegio San Ignacio, aseguró que “la fatiga muscular es una cosa y el cansancio mental es otra. En el primer caso, el trabajo que se puede hacer para detectarla es mucho más fácil, pero en el segundo necesitas el apoyo de un especialista. Cuando hay una desmotivación puede ser por una serie de variables que afectan.

Sus capacidades pueden estar al máximo, pero si la voluntad no está comprometida al 100% no se puede exigir tanto, y ahí debe sí o sí realizarse una evaluación”.

Consultado sobre si lo que se hará cambia en relación a si se está en un proceso de entrenamiento o cerca de un desafío competitivo importante, Urrutia comentó que “es un factor claramente. Además, dependerá del nivel de priorización del jugador. Si es alguien fundamental, se tratará de lograr un tratamiento corto para que pueda rendir al máximo, pero independiente del caso no creo que sea bueno forzar que esté presente si realmente no quiere hacerlo”.

Sobre esto, Raúl Umaña comentó que “me tocó con mi hija que haciendo proceso para un mundial, un día decidió no viajar más a Santiago a la selección y se perdió toda posibilidad de quedar en la nómina. Mi hijo después de que ganamos el Nacional Escolar el 2015 me dijo hasta aquí llego, porque le coincidía el sudamericano de balonmano con el nacional de remo, estaba entrenando ambas cosas. Y muchos casos de niñas y niños que abandonan el deporte de alto rendimiento porque se agobian. Pero el clic para mí fue pensar en que mis hijos no serían felices, me hizo entender los procesos que viven los chicos”.

Además, contó una experiencia que supo de la selección nacional. “Un día hablaba con Felipe Barrientos y le preguntaba por la diferencia que había entre las exigencias de Capurro y Garralda. Y me de-



ILUSTRACIÓN: ANDRÉS OREÑA P.

cia que Mateo era muy pero muy intenso y entrenar, entrenar y entrenar. Y Felipe andaba con una lesión en la mano izquierda por ejemplo, ya no me acuerdo bien y fue al médico y le dio reposo. Entendiendo que Felipe siendo arquero está a cada rato recibiendo impactos. Y le dice a Mateo, 'fui al médico y me dio 7 días de licencia'. Él le tomó la licencia, la guardo y le dijo: 'vas y paras solo con la otra mano. Ese médico no tiene idea de lo que es ser campeón'".

Qué dicen los deportistas

El remero Felipe Cárdenas señaló que "he aprendido con los años que no todos los días es el mismo 100%. Uno como deportista siempre quiere dar su 100 cada día, pero ese 100 es distinto al de ayer y al de mañana. Si en los entrenamientos las cosas no están saliendo como uno quiere hay que parar, respirar y volver a pensar las cosas, porque quizás hoy las cosas necesiten más atención que ayer. En las competencias lo mismo, si tú estás para un tercer lugar que sea un tercer lugar y que no por medio de la frustración ese tercero se convierta en un cuarto o peor. Ya llegará el momento de que vas a ganar si se hacen las cosas bien y pensadas".

Además, comentó que "el apoyo del entrenador es muy importante. Tiene que tener el ojo para poder detectar eso, y en el caso de que no sea así ayudará a que el deportista caiga mas en la frustración, y eso hay que revertirlo".

Arnaldo Castillo, actual jugador de la UdeC, contó que "me ha pasado muchas veces el colapsar, antes me

refugiaba en mi madre para lograr salir de las situaciones en que estaba, pero después conocí a mi actual novia y ella ha sido vital para sobrellevar mi estrés o lo que me afecta. En ella me refugio para no salirme del carril. Es duro, porque la persona que no está en el deporte o en el fútbol, piensa que esto es fácil. He tenido ganas de mandar todo lejos y devolverme a mi país, sobre todo cuando era más joven. No tener a tu familia cerca es difícil. Llegué a los 17 años a Chile y me costó sobrellevar tantas adversidades. Tuve que madurar solo".

El delantero añadió que "las redes sociales me permitieron estar en contacto con mi familia y eso me animó a seguir, debía hacerme cargo de mis responsabilidades sabiendo la oportunidad en el fútbol que estaba teniendo. Logré darme cuenta, porque a veces el futbolista no asimila ese tipo de cosas. Conocí gente experimentada en el fútbol, gente como Francisco Por-



FOTO: FÚTBOL UDEC
ARNALDO CASTILLO, jugador de la UdeC, aseguró que hubo periodos en que se le hizo difícil estar lejos de su familia.

tillo o Gabriel Vargas fueron parte de un proceso importante para sobrellevar mis cosas, al igual que el profesor Osvaldo Cataldo en la juvenil, el profe Ronald Fuentes y el profe (Javier) Araujo, que es como el papá que tengo en Chile. Todos me ayudaron a crecer. El tiempo me demostró que era difícil, pero no imposible".

La atleta Margarita Masías señaló que "yo creo que cuando uno se siente así, no al 100% para entrenar o competir. En primer lugar no hay que desesperarse ni preocuparse, es completamente normal por lo desgastante de la actividad tanto física como sociológicamente. Lo que me ha servido a mí es volcarme hacia mi interior y volver a reencontrarme con el ¿Por qué y para qué lo hago? ¿Cómo me hace sentir esto? ¿Realmente me hace feliz? Y a partir de ahí hablarlo con mi entrenador para ver cómo ponernos nuevos objetivos y manejar las cargas, pero en primero lugar hay que asegurarse de que la actividad está siendo sana para tu salud mental y si verdaderamente te hace feliz".



FOTO: CEDIDA
LA ATLETA Margarita Masías aseguró que si el deporte no se está disfrutando hay que analizar por qué pasa eso.

Una exigencia sin pausas

Existen entrenadores para los cuales no se puede bajar el ritmo nunca, más allá de tener algún problema físico o emocional que no permita estar concentrado totalmente.

Buscar los motivos

Rolando Sepúlveda, psicólogo del deporte que trabaja con el plantel de Huachipato, aseguró que "primero, sería importante intentar identificar los motivos o contexto que pudiese estar afectando al deportista. Una vez conocida y confirmada la situación, se pueden tomar decisiones respecto de los niveles de exigencia a utilizar en determinado momento, pero siempre hay que considerar cuánto puede impactarle al deportista en su proceso, sobre todo si está durante una fase competitiva".

En esa línea, añadió que "a mi juicio, se puede reconocer, en paralelo, la dificultad y trabajarla en paralelo, especialmente, si la situación requiere de gestión a nivel psicológico. Siempre habrá que privilegiar entrenar, aunque se debe evaluar siempre, en todo momento de la temporada, los factores que podrían estar asociados al cansancio, problemas de atención y/o dificultades a nivel

motivacional".

En algunos casos, un deportista debe enfrentar sí o sí una competencia más allá que no esté al 100%. ¿Cómo se le puede apoyar? Sepúlveda indicó que "siempre se puede ayudar y asistir a los deportistas. El tema pasa por los tiempos de preparación, dado que alistarse psicológicamente implica también un proceso de entrenamiento, por lo que, si no hemos preparado previamente, no tenemos garantías de que se podrá ayudar y obtener resultados. Por ejemplo: si me presento a una competencia sin haber entrenado lo físico, mis posibilidades de obtener un buen resultado disminuyen, a nivel psicológico, técnico o táctico es equivalente. Sin preparación específica en cada área del rendimiento, es muy difícil obtener logros".

Respecto a si, tras hacer una evaluación psicológica, se le podría recomendar a un deportista que tome un receso, el psicólogo afirmó que "siempre en relación con lo que se establezca con el staff del deportista, sería irresponsable recomendar parar si no se ha evaluado con todas las partes los pasos a seguir. En pocas ocasiones, en deporte de rendimiento parar es una buena opción, por lo general, se recomienda, cuando se produce sobreentrenamiento o en condiciones extremas. Pero en general se trata de funcionar manteniendo la actividad e ir abordando las dificultades como complemento al proceso de entrenamiento".

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl



FOTO: TIEMPO REAL
DESDE LA VISIÓN DEL técnico, Raúl Umaña comentó que siempre se debe estar alerta en cómo están los jugadores.



Actividad física y salud ósea

Pablo Luna Villouta
Académico de Pedagogía en Educación Física
Universidad San Sebastián

En los últimos años, la preocupación por el desarrollo de la osteoporosis en la población adulta ha sido motivo de múltiples investigaciones en diversos lugares del mundo. Así, la niñez y la adolescencia han sido considerados momentos muy importantes para potenciar el desarrollo de la masa ósea, ya que en este momento de la vida se alcanza la máxima acumulación de este tejido, en específico se incrementa y eleva el depósito de contenido y densidad mineral ósea, siendo determinantes para la salud en la etapa adulta.

El desarrollo óseo presenta características individuales en función de la raza y la herencia, y está condicionado por una serie de factores como aspectos nutricionales, mecánicos y hormonales. La incidencia sobre estos factores condicionantes puede predisponer a la pérdida o a la mejora tanto de la calidad como de la cantidad de hueso. Tal es así que varios estudios han reportado que los niños físicamente activos tienen niveles más altos de minerales óseos que los niños y jóvenes sedentarios.

En este sentido, se ha visto que la práctica deportiva frecuente tiene un gran impacto en el desarrollo de nuestros huesos y músculos. Esto se produce porque los músculos ejercen altas fuerzas de tracción sobre los huesos a los que están unidos. Entonces, ocurre un aumento del contenido y densidad mineral ósea directamente por las cargas de alto impacto de los movimientos ejecu-

tados. Además, de forma indirecta, por el aumento de la masa muscular en el área específica a la que está unida con los huesos.

Por lo anterior, las altas cargas de distribución inusual, en relación con la versatilidad de movimientos, especialmente de alta proporción y de gran magnitud, parecen ser particularmente estimulantes de la osteogénesis, más aún si se comparan con cargas o movimientos más ligeros y aplicados de forma repetida. Este mayor beneficio es visible especialmente en las zonas corporales donde se produce la sobrecarga.

Así, se pueden lograr efectos beneficiosos para la masa ósea promoviendo la participación en deportes de alto impacto, que someten al esqueleto a tensiones frecuentes en diferentes direcciones, por ejemplo, fútbol, tenis, básquetbol, gimnasia artística, pádel, handbol, voleibol, hockey, entre otros. Esto debido principalmente a que las fuerzas generadas al cambiar rápidamente de dirección, detenerse, golpear y saltar, confieren excelentes propiedades osteogénicas en los segmentos corporales más utilizados en este tipo de deportes, como brazos y piernas, por ejemplo.

Por lo tanto, la práctica deportiva frecuente debe ser desarrollada durante la niñez y la adolescencia, ya que es la "ventana de oportunidad" para las adaptaciones esqueléticas y desarrollo óseo, a diferencia de cualquier otro período de la vida. En esta etapa, los beneficios pueden ser muy grandes, prologándose hasta la adultez.

ATLETISMO A NIVEL UNIVERSITARIO

Pudo volver a la pista y se ilusiona con más torneos para 2022

Ricardo Carcamo Ulloa
ricardo.carcamo@diarioconcepcion.cl

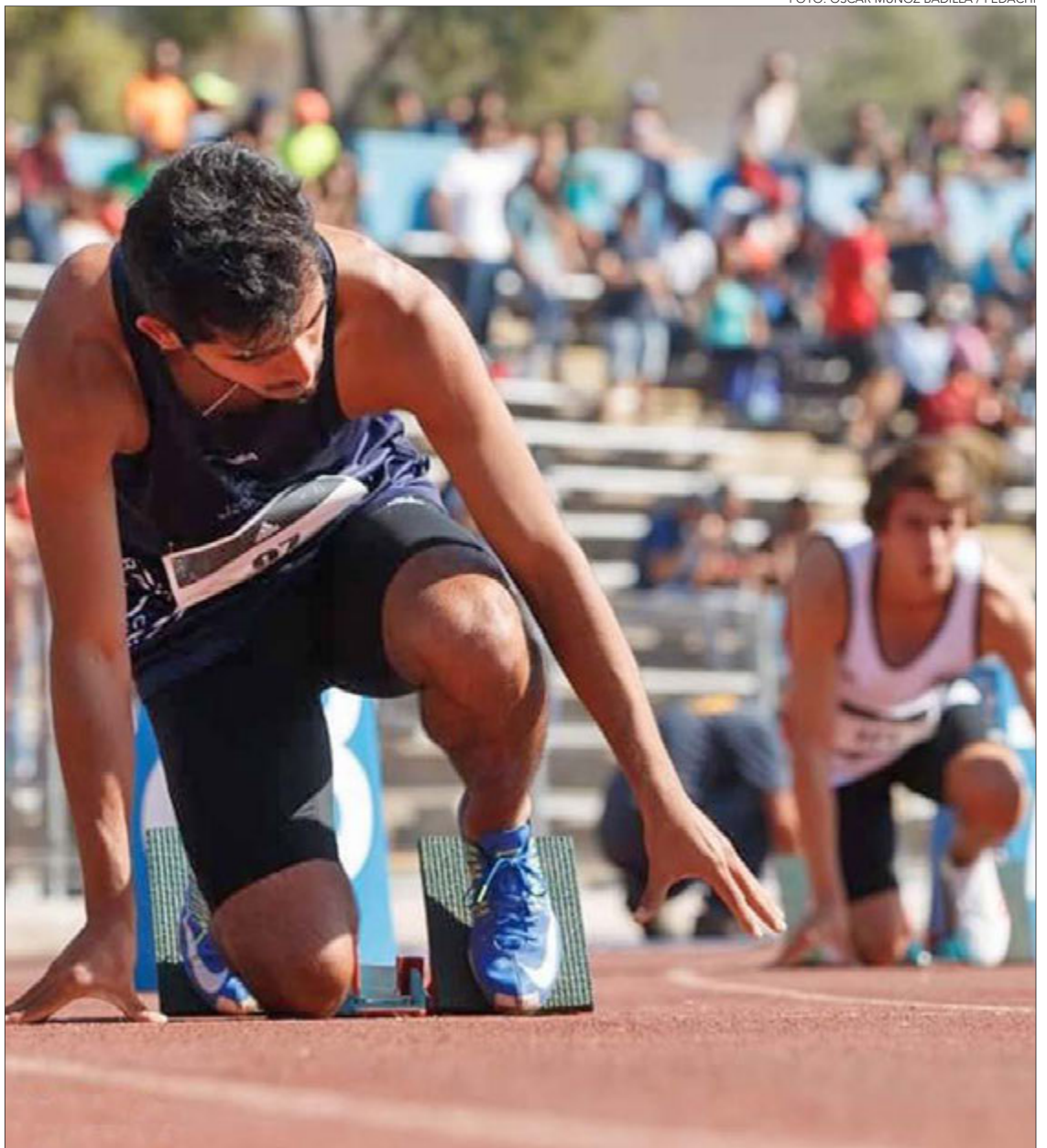


En la reactivación que tuvo el deporte universitario el segundo semestre de 2021, una disciplina que alcanzó a hacer un evento presencial fue el atletismo. Bien es sabido que, a diferencia de otras, la parte logística siempre es más complicada, y por ello toda la comunidad atlética celebró el torneo, de carácter amistoso, que se llevó a cabo en la pista del estadio Federico Schwager de Coronel.

Tras realizar la mayor parte de la temporada online, durante el segundo semestre se llevó a cabo un evento presencial, de carácter amistoso, en el estadio Federico Schwager. Ahora, los atletas confían en que se mantenga la normalidad y se puedan disputar las finales nacionales universitarias.

Para el atletismo, el 2021 fue complicado, pues buena parte de la temporada se llevó a cabo en formato online. Monserrat Sabag, atleta que compete a nivel federado y que

FOTO: OSCAR MUÑOZ BADILLA / FEDACHI



en este ámbito representa a la UdeC, casa de estudios donde está a punto de terminar Bioingeniería, se refirió a lo que fue la temporada pasada.

“Normalmente, los torneos siempre se hacen el segundo semestre, y hasta agosto o septiembre todavía existía mucha incertidumbre sobre si se iban a hacer campeonatos o no, si iba a haber nacional universitario. Además, también habían dudas respecto al mundial universitario, que en un momento se pensaba que iba a efectuarse pero después se canceló. Finalmente se logró hacer un torneo, que fue más bien simbólico, pero igual se agradece el esfuerzo, sobre todo para los nuevos atletas que están llegando a las universidades y tengan esa motivación, entrenar para algo”, dijo.

De su participación en dicho evento, señaló que “competí en los 1.500 metros planos, y salí primera. La marca tampoco fue la mejor, pero era algo más simbólico”.

Mauricio Barrios también fue parte de dicho evento. Estudiante de último año de Tecnología Médica en la USS, compartió sus impresiones de la reciente temporada.

“La mayoría de los entrenamientos fue vía online, sobre todo el primer semestre. Ya el segundo la pista fue habilitada para algunos atletas. Siempre hay uno o dos entrenamientos a la semana con el técnico de la universidad, para afiatar el equipo, qué cosas mejorar, proyectar competencias. Pero el primer semestre fue full online, entrenamiento en casa con los elementos que se tenían a mano. Luego se pudo volver a la pista y tener más rodaje”.

Del evento que se realizó en Coronel, aseguró que “fue un momento muy agradable para todos. A lo mejor fue corto, y nos hubiese gustado que se realizaran más torneos, pero se disfrutó al máximo. Con todos quienes hablé y compartí estaban felices, sobre todo los alumnos nuevos, los mechones. Nunca habían estado en un evento así, con todas las universidades, compitiendo contra sus amigos o siendo equipo. Fue bueno para todos, para atletas, entrenadores y dirigentes. Salió todo bien”.

Que vuelva el nacional

Ambos atletas coinciden en que el retorno presencial a



FOTO: CEDIDA

clases puede generar mayor normalidad en el deporte. “Sí, ya se están retomando los entrenamientos más presenciales para quienes son de Concepción, pues hay atletas de otras regiones que si no tienen clases normales no vendrían sólo a practicar. Este año habrá más regularidad, con más quórum quizás, y el segundo semestre se pone más firme con los torneos. Esperamos que para ese entonces se retomen las cosas”, dijo Sabag.

Al respecto, Barrios indicó que “sí, ayudará mucho. Y no sólo el universitario, también el escolar y el federado. Pero como los casos están aumentando se ve difícil. Esperamos que el tema esté más controlado pronto”.

Además, destacaron lo positivo que sería poder realizar el nacional. “Siempre se hace a fin de año. Por lo menos a nivel federado se han hecho nacionales y otros torneos, entonces uno dice por qué no también en el ámbito universitario. Hay que esperar, pero creo que se podrán volver a hacer los selectivos y después el nacional”, aseguró Sabag, quien está en quinto año de su carrera y, dependiendo de su fecha de titulación, podría seguir compitiendo hasta el 2023.

Por su parte, Barrios, quien

lleva 18 años en el atletismo y 13 de ellos entrenando full, señaló sobre el nacional que “es un encuentro súper lindo. Previo a la pandemia estaba fijado que se hiciera en Punta Arenas, luego se vio la opción de que vinieran a Concepción, tampoco se pudo. Se han realizado antes en Chillán, Valparaíso. Lo bueno es que recorre todo Chile, y esa es la idea, descentralizar el atletismo”.

En esa misma línea, destacó la posibilidad que representa participar en un evento de esta envergadura y que, además, al no haberse realizado en los últimos tres años representa una posibilidad para muchos estudiantes de cerrar su ciclo universitario.

“Te puedes comparar con tus pares nacionales, ver cómo está tu rendimiento. Antes, se hace una especie de selectivo para definir a los clasificados por un tema de cupos, pues en algunas pruebas van 12, en otras 24, entonces eso va variando. Igual, para quienes estamos en nuestros últimos años sería bonito poder tener esa instancia cerrar la etapa deportiva en la universidad”.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl

Esta semana destacamos en nuestra programación

Clásicos Buenos Días
Lunes a domingo, desde las 07.00 horas.

Comenzamos cada mañana con una cuidada selección musical clásica interpretada por la Orquesta y Coro UdeC, junto a importantes solistas nacionales.

El Sonido de la Danza
Martes, desde las 12.00 horas.

Presentamos destacadas piezas creadas especialmente para la danza clásica.

Concierto Nocturno
Lunes a domingo, desde las 22.00 horas.

Para terminar la jornada – o para quienes la comienzan – ofrecemos una cuidada selección de piezas clásicas.

f t i
Encuentra mucho más en
www.radioudec.cl

Radio UdeC
95.1


Escolar y Universitario

Paulo Inostroza P.
paulo.inostroza@diarioconcepcion.cl



Dicen que correr es una actividad solitaria y que muchos corren para estar solos. Matías Sotomayor es todo lo contrario. El estudiante de Quinto año de Kinesiología en la UDD comenzó acelerando sin nadie al lado, de porfiado, y terminó ayudando a que su casa de estudios hoy tenga un equipo de atletismo que compite a la par con los históricos vecinos y va por más. Es un agradecido de sus profesores, ha hecho amigos corriendo y disfruta llegar a la meta con ellos.

Pero antes intentó con el fútbol y tenía sus cosas, aunque él bromea: “no sé qué me veían los profes”. Lo cierto es que su metro con 91 de altura no pasaba inadvertido. “Estuve en la UdeC, en el Conce y los 17 y 18 años entrenaba en Huachipato. Me gustaba Claudio Bravo, era al que más veía, aunque nunca fui tan apasionado por el fútbol. Me gustaba más jugarlo que verlo en televisión. Creo que me encanté porque vivía en Coronel y me hice de Lota Schwager. Me gustaba ir a esos partidos”.

Pero fue creciendo y llegó la hora de tomar decisiones. “En la PSU me fue relativamente bien, no sé si era tan bueno para el fútbol y tenía claro que lo mío iba por el estudio. En mi casa nadie es muy deportista. Mi papá jugó algo de fútbol y sería. Como empecé medio grande con el fútbol y ni hablar con el atletismo siempre he sido de ir solo a mis partidos o competencias, pero mis papás nunca me han dicho que no. Me dejan hacer lo que me gusta”.

Profe, yo corro

Y llegó al atletismo hace poco, bien de casualidad. “Estoy en esto desde el 2019. Estuve poco tiempo en el equipo de fútbol de la UDD, pero a nivel universitario entrena dos veces por semana, yo estaba acostumbrado todos los días. Como que perdió el encanto para mí. Un amigo me dijo un día que lo acompañara al atletismo y ahí me vio el profe Jaime del Campo, que sabe mucho y dijo que tenía condiciones para los 400 metros. Empecé a entrenar tres veces por semana y luego todos los días entre el Ester Roa y en Coronel, por el Atlético Coronel”,



FOTO: CEDIDA MATÍAS SOTOMAYOR

DESTACADA FIGURA DEL DEPORTE UNIVERSITARIO

Matías Sotomayor: el corredor que peleó para no llegar solo

Lo inscribían en competencias cuando la UDD ni siquiera tenía equipo de atletismo. Ganó podios, fue porfiado y logró que abrieran un taller y luego un equipo que hoy compite con buen nivel. A sus 22 años estudia Kinesiología y mira la meta.

relata con entusiasmo.

Luego cambió de entrenador, pero no de prueba. Matías comentó que “por la pandemia y temas de transporte, me cambié con el profe Juan Carlos Villalón y ahí empecé a entrenar en Ester Roa y Chiguayante. He probado también con 400 metros vallas, que igual me gusta, pero lo que tengo claro es que 100 metros no es lo mío porque no soy tan rápido y las carreras largas tampoco porque me aburren. Mejor estoy en 400”.

Pero correr por la UDD no era fácil. ¡No había equipo! “Le dije al profe Roberto Valenzuela que me inscribiera igual en una competencia universitaria y fui no más. No teníamos ni polera oficial, fui con una blanca. Corrí 400 y 200, salí tercero y les gustó. Me han apoyado siempre, ahora con pasajes, estadía y siempre se han preocupado. En ese momento hablé con amigos de la carrera y los motivé a formar un taller de atletismo. Partió el 2019 y hoy hay mucha gente, el 2020 fuimos segundos con un equipo de posta, ganándole a la UBB, que llevan años en esto. Esas cosas te hacen sentir bien. Somos buen equipo”.

Arrancando del virus

Le tocó estallido, pandemia y todos esos imprevistos que impidieron competir a tanta gente. Matías confiesa que “fue bien desmotivante. Antes del estallido estaba bien para clasificar al Nacional en los 400, ya estaba viendo pasajes a Punta Arenas y no se pudo. Uno de mis sueños es ir a un Nacional. Después vino la pandemia, donde uno entrenaba, pero no competía y eso te hace perder tu ritmo, no vuelves al mejor nivel”.

Aunque no se quedó encerrado ni de brazos cruzados. El “Mati” apunta que “estaban todas las restricciones para salir, gimnasios cerrados, así que me arranqué de manera casi ilegal donde mi abuela, a Coronel y me iba a correr al cerro. Iba con Rafael Muñoz, Ángel Vega... Amigos del atletismo. En la UDD estaba de profesora Javiera Faletto, que también entrenaba con nosotros y me motivé otra vez. Me facilitaron pesas, barra olímpica. Siempre he tenido apoyo de la gente que me rodea, de la universidad, de los clubes donde he estado. Son cosas que te va dejando el atletismo”.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl

Entretención & Servicios

Santoral: Pedro Daminán, Severino

EL TIEMPO

HOY  **11/20**

MARTES  12/20 MIÉRCOLES  12/19 JUEVES  13/20

LOS ÁNGELES  14/31

RANCAGUA  11/29

TALCA  10/29

SANTIAGO  11/29

CHILLÁN  14/31

ANGOL  14/32

TEMUCO  13/31


P. MONTT  13/25

RADIACIÓN UV

RIESGO	TIME*	ÍNDICE
EXTREMO	10	11 o más
MUY ALTO	25	8 A 10
ALTO	30	6 A 7
MODERADO	45	3 A 5
BAJO	60 o más	0 A 2

*Tiempo Máximo recomendado de exposición (minutos).

PUZZLE



UVULA	CUERO REGLAMEN-TAR	CAMPO ALFANJE	AVION	TRAS CU
HABITARE				YODO SATELITE
CIUDAD DE SUDAFRICA				
TEMPRANO		VOCAL LAMBDA	CEROS DISTRITO LIMEÑO	LAVAS
ATACAR	FALTAS IRLANDA	ANCAS DONE		AREA TEMA CENTRAL
			ANTERIOR TERM. VERBAL	
OBRA DE RODO			TEJIDO A BOLILLOS APOCA	
NORTE		HOGAR CIENO		AVIZORA U
CRIBAN			IO - O NEUTRO GRINGO	AZUFRE
DONES	PALOTE SUNO	PERCIBIR PADRE DE MATUSALEN		R ^o EVAMENDE MELODIAS ELEVAD MA ELOTE OBRADO ET
ESQUELETO				ABALORIO DAÑO ESE A ARE GIL LENIN TOMARI A LAO ZRA U AA ER ^o CAI E ZAPA NAN A UNA II LELO ARC ATINADEL
RADIO	TELA FUERTE A EL		AZOE ORO GALO	
ANTECEDENTE		ODIO EN CAOS AZUFRE		

TELÉFONOS

Ambulancias:	131
Bomberos:	132
Carabineros:	133
Investigaciones:	134
Fono Drogas:	135
Inf. Carabineros:	139
Fono Familia:	149
Inf. Toxicológica:	2- 635 3800
V. Intrafamiliar:	800 220040
Delitos Sexuales:	565 74 25
Defensa Civil:	697 16 70
Fono VTR:	600 800 9000
Fono Essbío:	600 33 11000
Fono CGE:	600 -777 7777

FARMACIAS DE TURNO

CONCEPCIÓN	Ahumada
Redfarma	• Av. Juan Bosco 501 (Atención durante las 24 horas)
• Janequeo 197	
SAN PEDRO	
Ahumada	
• Michimalonco 1120 (Atención durante las 24 horas)	
CHIGUAYANTE	
Redfarma	
• Manuel Rodríguez 1500	
TALCAHUANO	
Estación	
• Bilbao 445, Local 2	

SUDOKUS

FÁCIL

4		8	1	3	2		7
		8		7	4		3
3	2			5	9	4	
		6	3	4	5		1
	4				7		
	1	2				5	4
	8						5
	7		5			9	4
			4		1		8

MEDIO

				5	3		
5				1	2	9	
	9		4		7	5	3
4	2	3		6			9
		6		4			
			1		8		6
					1		
	5	7	3	9			8
3	4	9					1

EXPERTO

	8		7	5		4	1
					3		7
		1	2				8
		3				9	
2	4				6		
3			4	6	2		5
9							
4		1		5			