

Diario Concepción

Lunes 10 de julio de 2023, Región del Biobío, N°5501, año XVI

BUSCAN MEJORAR NIVELES DE SEGURIDAD DEL RECINTO

Justicia instalará este año escáner corporal para CIP-CRC de Coronel

Para evitar ingreso de elementos prohibidos a menores.

Intensa fue la visita que realizó en subsecretario de Justicia a la zona, Jaime Gajardo. Informó que el ministerio realizará una serie de mejoras al Centro de Internación

Provisoria y Centro de Régimen cerrado de Coronel (CIP-CRC), ubicado en Coronel, buscando mejorar las condiciones generales del recinto y con particular acento en la seguridad.

Por ello, Gajardo agregó que durante lo que queda de año se invertirá en la compra de un escáner corporal para implementarlo en el establecimiento. **CIUDAD PÁGS. 6-7**



FOTO: CAROLINA ECHAGÜE M.

Un triunfo para soñar: agónica victoria de Deportes Concepción

Con sufrimiento, los lilas ganaron 2-1 a General Velásquez ante cerca de 3 mil espectadores.

DEPORTES PÁGS. 15

Deportistas revelan el mejor horario para la actividad física

Coinciden en que es más beneficioso programar el ejercicio al iniciar jornada.

DEPORTES PÁGS. 17-18

Lo que dejó la primera parte del año en el deporte escolar

Al alero de los Juegos Deportivos del IND se realizó intenso calendario.

DEPORTES PÁGS. 19-20

FOTO: ISIDORO VALENZUELA M.



Inundaciones dejan sin actividad pesquera a la Caleta Alto Del Rey

Tras complejo sistema frontal, los pescadores aún no pueden volver a zarpar para extraer recursos marinos por el cauce del río Biobío. A esto también se suma los graves daños en sus botes y la pérdida de herramientas para la pesca.

ECONOMÍA&NEGOCIOS PÁGS. 13-14

EDITORIAL: EL RIESGO DE VIVIR EN ZONAS INUNDABLES



#FUE TENDENCIA

El Presidente de la República, Gabriel Boric, participó de la tradicional ceremonia de juramento a la bandera en la Escuela Militar, instancia en la que oficiales, suboficiales y conscriptos se comprometieron a rendir la vida por el país en caso de ser necesario. En Concepción, por ejemplo, la actividad se realizó en la Plaza de la Independencia, donde 195 soldados juraron ante diversas autoridades y sus familias.

DPR Biobío
@DPRBiobio

La Delegada Presidencial del Biobío, Daniela Dresdner, saludó a los soldados que hoy están jurando a la Bandera, en la Plaza de la Independencia de Concepción. En total son 195 soldados que juraron, frente a diversas autoridades de la Región y acompañados por sus familias.

Mario Desbordes Jiménez
@desbordes

9 de julio, día de nuestra Bandera Nacional. Hoy se realiza el acto solemne y sublime del juramento ante nuestro emblema, recordando la gesta heroica de los héroes y mártires de La Concepción. Honor y recuerdo para quienes dieron su vida por Chile y felicitaciones a quienes juran.

Gabriel Alemparte
@jgalemparte

Hoy 9 de julio de julio conmemoramos la fecha que rinde homenaje a la Bandera de Chile, y que además recuerda la gesta de la Batalla de La Concepción, junto con el juramento que hacen los hombres y mujeres del @Ejercito_Chile de rendir la vida si fuese necesario.

Gastón Saavedra
@gastonsaavedra

A esta hora participo en la ceremonia del juramento a la bandera de 195 conscriptos y conscriptos, oficiales y personal del @Ejercito_Chile ejército de todos los chilenos y chilenas.

Maria José Brunet Arris
@ArrisMaria

Ningún canal transmitiendo el Juramento a la Bandera. Vergüenza!!!

ENFOQUE

Enfermedades respiratorias en invierno



VÍCTOR LIZAMA
Docente Prevención de Riesgos USM Concepción

De acuerdo con el último informe de circulación de virus respiratorios del Instituto de Salud Pública de Chile, existe un aumento notorio de casos positivos de virus respiratorios en relación a junio de 2022 en Chile.

En el caso de virus sincicial (VRS), se observa un aumento de 4.894 casos positivos en relación con el año anterior, y en el caso de coronavirus SARS-CoV-2, curiosamente existe una baja en relación con el mismo periodo anterior 2022: 97 casos menos.

¿Cómo aseguramos esta calidad de aire interior? Esto tiene que ver básicamente con el hecho de poder ventilar,

Una vez más, el Gobierno ha decretado e informado a la población la prórroga de la alerta sanitaria, desde el 14 de junio al 31 de agosto del presente año, producto del aumento de las consultas por enfermedades respiratorias adultas y pediátricas ocasionadas por la alta circulación viral existente, lo que ha repercutido en el colapso en los servicios de salud del país públicos y privados.

Esta situación sanitaria permite a las autoridades correspondientes tomar y mantener medidas extraordinarias relacionadas a la contratación de personal (que puede realizar trabajos extraordinarios), en especial profesionales en especialización pediátrica y en formación, a fin de disponer del mayor número de médicos y especialistas para la atención de los pacientes pediátricos. La tarea también comprende coordinar la red de atención del país de prestadores públicos y privados, así como la posibilidad de adquirir bienes, servicios y equipamiento, lo cual incluye medicamentos.

A propósito de esta situación, el Ministerio de Salud ha declarado

medidas que favorecen el autocuidado, difundiendo campañas de vacunación para concientizar sobre la inmunización contra la influenza y COVID 19 con esquema completo, con el objetivo de disminuir el riesgo de desarrollar enfermedades respiratorias graves e, incluso, la muerte, estrategia gratuita y con cobertura asegurada para las poblaciones de riesgo.

En coordinación con el Ministerio de Educación se retoma de manera obligatoria el uso de mascarilla para niños mayores de 5 años en los establecimientos educacionales y se insta a mantener éstas en lugares con gran afluencia de personas, así como en el transporte público, medida que permite disminuir la circulación viral al evitar la diseminación de partículas en el aire. Otras medidas declaradas por el Ministerio de Salud son ventilar espacios cerrados de forma rutinaria, abriendo puertas y ventanas de lados opuestos para generar ventilación cruzada; lavado de manos frecuente con agua y jabón, generando abundante espuma por 40 segundos, abarcando dedos, manos, muñeca y antebrazo; lim-

Sin duda, uno de los principales factores de este aumento de enfermedades respiratorias se debe al confinamiento natural que se produce esta época de invierno, obligando a que las personas, en general, deban compartir espacios comunes ya sea de trabajo, académico u otro, por jornadas horarias extensas. Estos lugares deberían asegurar una buena calidad de aire interior para mantener a las personas en las mejores condiciones para desarrollar sus respectivas actividades.

¿Cómo aseguramos esta calidad de aire interior? Esto tiene que ver básicamente con el hecho de poder ventilar, es decir, reemplazar el total o parte del aire del espacio interior (salas, oficinas u otros) por aire fresco exterior, con el fin de que todo el "aire viciado o contaminado" pueda salir, lo que se conoce como renovación de aire por hora. Adicionalmente, se debe considerar como variable el control de la humedad y temperatura en este espacio interior, lo que se logra sólo y exclusivamente por medio de sistemas de climatización mecánicos; no sirve en estos casos la

"ventilación natural".

El decreto 548 del Ministerio de Educación del año 2012, establece que la temperatura mínima de la sala de clases es 15°C para la educación de párvulos, y de 12°C mínimos para la enseñanza básica y media. El efecto térmico en los más pequeños, sin duda, produce un detrimento del sistema inmunológico, siendo susceptibles de enfermarse, considerando además que las temperaturas de las últimas semanas han estado en gran parte por debajo de estos valores.

Por lo tanto, se puede establecer que una de las medidas más efectivas para que las personas puedan desarrollar sus actividades en un entorno más saludable, es la implementación de sistemas de climatización controlando la humedad y temperatura. Este tipo de proyectos puede impactar en primera instancia por los montos de inversión y operación, pero, sin duda, generaría una población más saludable en épocas frías, con menor ausentismo laboral y académico, y con un mayor rendimiento, lo que aún es un desafío que debe ser abordado.

Autocuidado en alerta sanitaria



ROMINA BIANCHI Y JUDITH MORIS
Académicas Enfermería U. Autónoma de Chile

piar y desinfectar superficies; al toser y estornudar cubrir nariz con antebrazo; y evitar contaminación intradomiciliaria con el tabaco, de igual forma prender y apagar estufas a parafina fuera del hogar y evitar el uso de brasero, entre otras indicaciones. En el ámbito laboral se implementa el teletrabajo o trabajo a distancia en el sector público y privado, declarado en el Decreto N°10 de marzo de 2023, emitido por el Ministerio de Salud, que señala el teletrabajo como derecho. Sólo procede en el caso de que la naturaleza de las funciones de los

trabajadores lo permita y no se pueden disminuir las remuneraciones respectivas.

En consecuencia, es urgente que la población tome conciencia y realice estas acciones de autocuidado para cambiar el escenario actual y así poder avanzar en esta alerta sanitaria. Sin embargo, se requiere de un esfuerzo adicional en comparación con lo que nos enseñó la pandemia durante estos años. El escenario antes descrito exige el compromiso de todos, con el objetivo que aprendamos a convivir con este nuevo escenario sanitario.

Las palabras vuelan, lo escrito permanece

EDITORIAL

El desarrollo y consecuencias del último y complejo evento meteorológico que vivió la zona sur del país han sido seguidos de cerca por investigadores del Laboratorio de Reducción de Riesgos Socio Naturales (Larrs) del Centro Eula, quienes han estado visitando las áreas afectadas en estos días.

Y, entre sus primeros análisis, han detectado que las personas en sectores rurales no obedecen a las denominadas Alertas Saes, que se reciben por los aparatos celulares, así como que también se insiste en construir sobre zonas inundables.

El integrante del laboratorio y académico de la Facultad de Ciencias Ambientales, Octavio Rojas Vilches, comentó a Diario Concepción que los problemas que sufrieron las personas en zonas rurales y periurbanas cercanas a ríos se vinculan a la percepción de riesgo y la vulnerabilidad educativa, que tiene que ver con su conocimiento sobre los fenómenos naturales.

“Cuando se desarrollan asentamientos nuevos en torno a un río, en general las personas no poseen una percepción del riesgo acorde al espacio en el que habitan. Además, cuando no se realizan jornadas educativas o trabajo con la comunidad, la vulnerabilidad educativa respecto a un evento es muy alta”, asevera el también miembro del Proyecto Anillo Cambio Climático y Sociohidrología de Inundaciones, que lidera el investigador de la Facultad de Ingeniería, Oscar Link Oelker.

El riesgo de vivir en zonas inundables



El fortalecimiento de la educación para reducir las brechas de conocimiento de las personas en torno a la dinámica de los eventos de inundación y de cualquier otro riesgo es clave.

“Con los recientes eventos, la percepción de los habitantes que fueron afectados durante la inundación va a estar más acorde con los espacios que habitan, por cuanto futuros llamados a evacuación dentro de esa zona debieran ser mucho más fáciles para las autoridades”, agregó el Dr. Rojas.

Sobre las lecciones que se deben aprender, según el especialista son varias y parten en el ámbito de la planificación y el ordenamiento territorial.

“Es necesaria una incorporación efectiva de todas las áreas de peligro dentro de los instrumentos que norman los sectores urbanos y rurales, y evitar crear nuevas zonas de riesgo, entendiendo que el riesgo se configura cuando ocupamos espacios que habitualmente o en el pasado fueron ocupados por el río como terrenos inundables”, dijo.

En ese sentido, y como en varios otros problemas que hemos vivido en el Biobío y en país, el fortalecimiento de la educación para reducir las brechas de conocimiento de las personas en torno a la dinámica de los eventos de inundación y de cualquier otro riesgo es clave.

CARTAS

Beneficios de los probióticos

Señora Directora:

Los probióticos tienen varios beneficios para sus consumidores habituales: mejoran la salud digestiva, pues ayudan a reestablecer y mantener un balance adecuado de las bacterias del sistema digestivo limitando la proliferación de bacterias nocivas, y mejoran la función inmunitaria, dado que refuerzan la barrera intestinal y compiten con las bacterias patógenas por los nutrientes y puntos de unión en el intestino. Asimismo, nuevas evidencias sugieren que también puede haber un beneficio para la salud mental, ya que, a través del vínculo entre el intestino y el cerebro (eje intestino-cerebro), pueden disminuir la depresión, ansiedad y el estrés modulando la microbiota, la cual interviene en la producción de neurotransmisores.

El comercio ofrece una amplia gama de productos probióticos y su eficacia depende de diferentes factores, entre ellos, la selección de la cepa, se recomiendan productos que indiquen las cepas que contienen y sus beneficios; viabilidad y estabilidad, los probióticos son organismos vivos, por tanto, necesitan ser estables en el tiempo y tener un almacenamiento adecuado; el número de

unidades formadoras de colonias (UFC), para que un producto sea probiótico debe tener un mínimo de estas unidades al momento de consumo, y la fabricación y control de calidad, de debe optar por productos manufacturados por empresas que cuenten con certificaciones.

Finalmente, es importante considerar que los organismos son diferentes y la respuesta a los probióticos no será igual para todos. Los beneficios pueden distar según la salud intestinal individual, cepas usadas y dosis, por ende, se recomienda buscar a un profesional de la salud para una orientación individualizada en su uso.

María Guerra Valle

Caso “Convenios”

Señora Directora:

Las corporaciones y fundaciones desempeñan un rol importante en la economía y en la sociedad. A pesar de ello, en general están sujetas a una regulación mucho más laxa que las empresas. Su supervisión recae en el Ministerio de Justicia y, de manera complementaria, en la Contraloría General de la República cuando se trata de entidades receptoras de fondos públicos, y el Servicio de Impues-

tos Internos en relación con donaciones y exenciones tributarias.

Este ecosistema regulatorio presenta dos deficiencias fundamentales. En primer lugar, el Ministerio se limita a recabar información contable y sobre las actividades desarrolladas, sin llevar a cabo una fiscalización efectiva según lo dispuesto en el Código Civil. En segundo lugar, el control es fragmentario, debido a que se ejerce a través de distintos órganos públicos que obtienen un cuadro incompleto, sin existir una instancia central que sistematice la información y detecte irregularidades.

Dicha falta de control constituye un factor criminógeno grave en caso de aquellas personas jurídicas sin fines de lucro, que reciben aportes fiscales o desempeñan funciones de carácter público. Como han demostrado las recientes investigaciones penales, es necesario que estas entidades implementen modelos de organización, gestión y control interno para prevenir delitos dentro de sus estructuras. Es imprescindible que el Estado otorgue eficacia al marco regulatorio aplicable a corporaciones y fundaciones, acorde a las funciones públicas que están desempeñando.

Francisco Bedecarratz Scholz



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, extractar, resumir y titular las cartas recibidas, sin explicación alguna y evitando cualquier discusión con el remitente.

Política

“El proceso de Participación Ciudadana lo valoro inmensamente positivo”. **Paloma Zúñiga**. *Consejera Constitucional (RD)*.

Se recibieron 1.841 solicitudes de audiencias públicas.

“En la comisión a la que pertenezco recibimos a muchos expositores”. **Patricia Spoerer**. *Consejera Constitucional (P. Republicano)*.

31 INICIATIVAS POPULARES DE NORMA SERÁN ANALIZADAS POR EL CONSEJO CONSTITUCIONAL

Proceso Constitucional: Consejeras del Biobío valoran Participación Ciudadana

Representantes de la Región en el Consejo Constitucional, valoraron el ejercicio democrático realizado en todo el territorio nacional, que tuvo como fin recoger iniciativas y propuestas con la esencia descentralizadora.

Sebastián Rojas Guerstein
contacto@diarioconcepcion.cl

Tras la culminación del Proceso de Participación Ciudadana para el actual Proceso Constitucional, diversas reacciones surgieron desde las casas de estudios superiores vinculantes del proceso, como también de quienes deberán analizar y estudiar las propuestas de la ciudadanía. Consultadas a las consejeras constitucionales del Biobío, Paloma Zúñiga (RD) y Patricia Spoerer (Republicano), se encuentra un factor común en las evaluaciones: la participación que demostró la ciudadanía en un proceso constituyente es clave para construir un acuerdo transversal.

Consejeras constitucionales

Sobre la materia, la consejera constitucional, Paloma Zúñiga, indicó que “el proceso de Participación Ciudadana lo valoro inmensamente positivo. Tuvimos 14 días de participación en temas, como, por ejemplo, de Iniciativas Populares de Norma, a diferencia de los 78 días que tuvo el proceso constitucional anterior”.

“En tiempo récord, en muy poco tiempo, en comparación al proceso pasado, se lograron ingresar 31 INP, lo cual me parece muy positivo y felicito a la participación ciudadana en esa materia”, dijo Zúñiga.

Respecto a las Audiencias Públicas, señaló que “me parecen fundamentales para la participación, es importante que se escuche a la ciudadanía. Si bien en la Región del Biobío fueron pocas audiencias -hubiese preferido más-, creo que hago un balance positivo, porque no solo recibimos audiencias desde regiones a través de las universidades, sino que también en el Consejo Constitucional”.

En esa misma línea, la consejera constitucional, Patricia Spoerer (Republicano), sinceró que para ella, la etapa de participación ciudadana fue “muy positiva”, debido a que era “de vital importancia que los ciudadanos se hicieran parte de un proceso

FOTO: CAROLINA ECHAGÜE M.



FOTO: CEDIDA



de tanta relevancia para hoy y el futuro. En la comisión a la que pertenezco recibimos a muchos expositores, varios de regiones, que plantearon temas muy interesantes que enriquecen el proceso”.

Destacó, además, que la ciudadanía ha participado activamente del actual Proceso Constitucional. “Se recibieron 1.841 solicitudes de audiencias públicas y el interés de la gente se plasmó también en los 637 mil apoyos entregados a distintas y diversas iniciativas populares de norma, de las cuales 31 lograron más de 10 mil firmas”.

A lo anterior, agregó que, a partir del 17 de julio, las “IPN se revisaran con la misma seriedad que las enmiendas presentadas por las bancadas”.

En relación a la acción vinculante del proceso participativo que realiza-

ron las universidades del país, como en este caso la Región del Biobío, Spoerer expresó que “las universidades de la región tuvieron un rol fundamental tanto en la entrega de información y difusión como en la coordinación del proceso de manera descentralizada”.

Balance nacional de Participación Ciudadana

En definitiva, y según datos recopilados y actualizados de la Secretaría de Participación Ciudadana, los resultados finales del ejercicio democrático señalan que, de las 1.309 Iniciativas de Norma Popular admitidas, 31 lograron los 10 mil apoyos requeridos.

Del universo completo de las INP, se recabaron 637 mil 612 apoyos, y solo en las INP participaron 236 mil

475 ciudadanos y ciudadanas: 47% hombres, 48% mujeres, 2,4% no binario, 2,4% no declararon su identidad de género.

En lo que refiere a las Consultas Ciudadanas, 37 mil 837 personas ingresaron a la plataforma digital, 30 mil 052 personas contestaron las preguntas, 1 millón 139 mil 274 escalas de consultas respondidas y hubo un 7,8% de participantes indígenas.

Sobre los Diálogos Ciudadanos Autoconvocados, 2 mil 267 se llevaron a cabo con la participación de 10 mil 908 personas. El promedio de participantes por diálogo autoconvocado fue de 4,84. En el mismo mecanismo, se realizaron 67 diálogos de Pueblos Indígenas y el 8,9% de los y las participantes corresponde a aquellos.

Los Diálogos Convocados, por su parte, fueron 231 en donde se conectaron, vía telemática, 1.032 personas, siendo en sí 991 los participantes efectivos. Los y las participantes, provenientes de 236 comunas distintas de las 16 regiones del país, corresponden, en porcentaje de participación, al 50% mujeres, 12% población rural, 20% población indígena (9 pueblos), 56% sin estudios superiores y el intervalo de edades varió entre los 18 y 83 años de edad.

Y, en relación a las Audiencias Públicas a nivel nacional, de las 1.842 agendas, se realizaron 1.136 finalmente. En el proceso vinculante del territorio, fueron 40 las universidades que recibieron Audiencias Públicas en 75 sedes.

Sobre las Audiencias Públicas realizadas ante el Consejo Constitucional, que fueron 177. 41 se realizaron frente a la Comisión de Sistema Político; 41 ante la Comisión de Función Jurisdiccional y Órganos Autónomos; 43 junto a la Comisión de Principios, Derechos Civiles y Políticos; y 52 ante la Comisión de Derechos Económicos, Sociales, Culturales y Ambientales.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl

Política



FOTO: SMA

Aprueban reforma a Ley Orgánica de la SMA

A 13 años desde la creación de la Superintendencia del Medio Ambiente (SMA), el Consejo de Ministros para la Sustentabilidad y el Cambio Climático, aprobó de forma unánime el proyecto de reforma a la Ley Orgánica de la institución (LOSMA), que establece su marco normativo. Con este pronunciamiento, el proyecto de ley cumple con los requisitos establecidos en la Ley 19.300 y, por tanto, está en condiciones de ser remitido al Presidente de la Re-

pública para su consideración y tramitación posterior ante el Congreso Nacional.

La reforma -que se basa en seis pilares- tiene como objetivo fortalecer las funciones de fiscalización y sanción de la SMA, corregir aspectos clave y adaptar al Servicio a nuevas áreas de intervención, como la Ley REP e impuestos verdes, entre otros.

Tras aprobado el proyecto, la Superintendente Marie Claude Plumer, ex-

presó que "se trata de una muy buena noticia. Esta reforma busca fortalecer la institucionalidad fiscalizadora existente, a través de herramientas que permitirán un actuar más eficiente y eficaz".

Entre otras modificaciones, se reconoce la competencia de las municipalidades para fiscalizar la Norma de Emisión de Ruidos, cuando los proyectos o actividades no cuenten con una Resolución de Calificación Ambiental (RCA).

INICIATIVA FUE PRESENTADA POR EL SENADOR ENRIQUE VAN RYSELBERGHE

Ingresan proyecto para aumentar límite de velocidad: de 50 a 60 kms.

En trámite desde el miércoles pasado, se encuentra alojado en la Comisión de Transportes y Telecomunicaciones de la Cámara Alta.

Diario Concepción
contacto@diarioconcepcion.cl

Una moción ingresada por un grupo de senadores busca aumentar el límite de velocidad urbano de 50 a 60 kilómetros por hora.

El proyecto de ley, iniciado en moción por los congresistas Moreira, Coloma, Kusanovic, Ossandón y Van Rysselberghe, tiene por objetivo modificar el decreto con fuerza de ley N° 1, de 2009, de los Ministerios de Transportes y Telecomunicaciones y de Justicia, que fija el texto refundido, coordinado y sistematizado de la Ley de Tránsito, con el objeto de aumentar el límite máximo de velocidad en zonas urbanas.

En su argumento, que apunta a modificar una normativa establecida en 2018, que buscaba bajar el número de personas fallecidas, los senadores argumentan que en los cinco años que le han precedido, no habría cumplido con las expectativas señaladas.

"Después de 5 años de su entrada en vigencia, las propias cifras emanadas desde CONASET, dan cuenta que las expectativas formadas al momento de plantear el proyecto por el Gobierno del ex Presidente Sebastián Pinera, no se han visto confirmadas por las cifras", detalla el texto.

A renglón seguido, agrega que "según las propias cifras oficiales, salvo el año 2020, en que producto de la Pandemia por el COVID-19 hubo restricciones casi permanentes al desplazamiento, las cifras de fallecidos en accidentes de tránsito solo



FOTO: RAPHAEL SIERRA P.

han aumentado, aún cuando la rebaja en el límite de velocidad en áreas urbanas ya se encontraba vigente".

El texto de la iniciativa señala lo que sigue: "Reemplázase, en el ordinal 1.1 del número 1 del artículo 145 del decreto con fuerza de ley N° 1, de los Ministerios de Transportes y Telecomunicaciones y de Justicia, promulgado el año 2007 y publica-

do el año 2009, que fija el texto refundido, coordinado y sistematizado de la ley N° 18.290, de Tránsito, modificado por el artículo único de la Ley 21.103 la frase '50 kilómetros por hora', por la siguiente: '60 kilómetros por hora'"

OPINIONES

Twitter @DiarioConcepcion
contacto@diarioconcepcion.cl



FOTO: CEDIDA

Jefe de bancada de RN asegura votos de su partido contra ministro

El jefe de bancada de Renovación Nacional en la Cámara Baja, diputado Frank Sauerbaum, aseguró que los integrantes de su partido votarán a favor de la acusación constitucional en contra del ministro de Educación, Marco Antonio Ávila.

"Renovación Nacional fue uno de los partidos que más elementos entregó para hacer esta acusación constitucional en contra del Ministro de Educación. Recopilamos antecedentes y redactamos una acusación contundente y creemos que hay argumentos suficientes para poder acusarlo constitucionalmente por haber violado la ley y la Constitución. Además, hay unanimidad en la bancada de que debiera ser removido de su cargo", dijo Sauerbaum.

"Lamentamos que el Gobierno no haya tomado nota de aquello y es muy probable que se acuse constitucionalmente al ministro finalmente en la Cámara de Diputados. Por lo menos nosotros creemos por lo que hemos conversado con el resto de los colegas que hay sectores moderados de centro que también estiman que su salida es inminente y por lo tanto van a apoyar esa acusación", indicó.

“La subsecretaría va a hacer una reasignación de recursos para mejorar las instalaciones del CIP-CRC de Coronel dentro de este año”.

Chalecos antibalas y cascos antibalas, ese tipo de elementos de seguridad que son muy importantes para las tres sedes que tenemos en la Región”.

BUSCAN MEJORAR NIVELES DE SEGURIDAD DEL RECINTO Y EVITAR INGRESO DE ELEMENTOS PROHIBIDOS A MENORES INTERNOS

Justicia instalará este año **escáner corporal** para CIP-CRC de Coronel

Así lo indicó el subsecretario de la cartera, Jaime Gajardo, tras su última visita a la zona. Además, agregó que se realizarán mejoras en el recinto y que esperan zanjar este año problemas con la remodelación de cárcel El Manzano.

Pablo Carrasco Pérez
pablo.carrasco@diarioconcepcion.cl

Intensa fue la visita que realizó el subsecretario de Justicia a la zona, Jaime Gajardo, porque en medio de las actividades propias de la cartera, la autoridad informó que el ministerio realizará una serie de mejoras al Centro de Internación Provisoria y Centro de Régimen cerrado de Coronel (CIP-CRC), ubicado en Coronel, buscando mejorar las condiciones generales del recinto y con particular acento en la seguridad.

Por ello, Gajardo agregó que durante lo que queda de año se invertirá en la compra de un escáner corporal para implementarlo en el establecimiento.

“La Subsecretaría de Justicia va a hacer una reasignación de recursos para mejorar las instalaciones del CIP-CRC de Coronel dentro de este año, y además, hacernos cargo de uno de los principales problemas

de recursos para mejorar las instalaciones del CIP-CRC de Coronel dentro de este año, y además, hacernos cargo de uno de los principales problemas

que ha tenido: la seguridad”, sostuvo el subsecretario. “Por lo mismo, estamos reasignando recursos para la compra de un *boby scan* (escáner corporal) que permita realizar un control al ingreso del CIP-CRC y con eso tratar de disminuir o eliminar, mejor dicho, los elementos

prohibidos que se ingresan”, añadió. En el caso de los arreglos al Centro, el representante ministerial dio a conocer desde donde saldrán los recursos necesarios para materializarlos y enfatizó la compra de la nueva tecnología será a la brevedad.

“Se va a hacer una mejora generalizada (en el CIP-CRC) con los recursos que hay para el nuevo Servicio (que reemplazará a Sename), pero ahora vamos a reasignar recursos para que dentro del segundo semestre se pueda adquirir este *boby scan*”, subrayó Gajardo.

SML

Pero no solo anuncios tuvo la visita del subsecretario a la zona. Una de las actividades en las que participó fue en la entrega de elementos de protección personal a las y los funcionarios del Servicio Médico Legal (SML). Pero no se trató de cualquier implemento, como lo describió la propia autoridad.

“Chalecos antibalas y cascos antibalas, ese tipo de elementos de seguridad que son muy importantes para las tres sedes que tenemos en la Región. También en La Araucanía, en la Región Metropolitana, Arica, Antofagasta e Iquique”, detalló.

Pero, ¿por qué entregar este tipo de implementos y en especial a los funcionarios del SML? Por la situación en el ámbito de la seguridad que se vive en distintas zonas del país, aseveró Gajardo.

“Porque la situación de seguridad también los impacta a ellos cuando tienen que realizar sus labores y, por lo mismo,

nosotros el año pasado reasignamos recursos desde la subsecretaría para comprar elementos de seguridad, y en esta ocasión los pudimos entregar acá en la sede de Concepción de manera simbólica, los de toda la Región, donde está la sede central, entendiendo que tenemos otras dos sedes en Cañete y Los Ángeles”.

Según el representante ministerial, en el gobierno existe el convencimiento que es necesario mejorar la situación en la que se encuentra el SML y que esas mejoras pasan en gran medida por inversión, tanto en infraestructura y tecnología, como en poder aumentar el número de profesionales que prestan servicios en la institución.

“Nosotros tenemos la plena decisión y convicción de avanzar de manera robusta en modernizar el Servicio Médico Legal (...) tenemos un desafío muy grande en tratar de mejorar las condiciones del SML”, dijo.

Y en este sentido Gajardo remarcó que el año pasado se dispusieron 6 mil millones de pesos del presupuesto del propio ministerio para invertir no solo en la compra de elementos de seguridad, sino también para la compra de equipamiento. Prueba de ello es que en el SML de Concepción ya están funcionando 2 cromatógrafos para el análisis de muestras forenses que mejoran la precisión en los resultados y permiten identificar sustancias que antes no se detectaban, precisó.

Por otro lado, sigue adelante el plan para disminuir las brechas que existen en la institución. Uno parte de dicho plan apunta a lograr superar el déficit de profesionales para la realización de peritajes, por ejemplo, psiquiátricos que ha sido un problema insoluble en la zona.

“Hoy día cuando conversábamos con el director regional del Servicio nos decía que ya está ad portas de firmar un convenio con el objeto de tener becas para psiquiatría y con eso lograr generar los peritajes en esta área que ha sido uno de los principales problemas que hemos tenido acá en la Región, pero que además tene-



FOTO: RAPHAEL SIERRA P.

UNA INVERSIÓN para mejorar las condiciones del Centro de Internación Provisoria y Centro de Régimen cerrado de Coronel hará Justicia

mos a lo largo de todo el país”, explicó el subsecretario.

El Manzano

Otro de los temas que forman parte de las preocupaciones del ministerio de Justicia en la zona es lo que ocurre en torno a los recintos penitenciarios.

Y es que en medio de un aumento sostenido en los últimos años de las personas encarceladas, tal como lo reconoció el propio ministro Luis Cordero, a Diario Concepción, en su última visita, existe un plan para invertir en nuevos cárceles -ninguna en Biobío- y facilitar vía legislativa la construcción futura de nuevos centros por que la estimación es que habrá otros 20 mil presos al finalizar la década.

“Cuando nosotros asumimos como gobierno existían aproximadamente 41 mil personas privadas de libertad (marzo 2022) lo que era un 97% de ocupación de los establecimientos a nivel nacional, entendiendo que la capacidad que tenemos es de 42 mil, capacidad que no cambia desde el año 2012. Sin embargo, en el último año esa población penal creció en un 15%. Actualmente tenemos casi 50 mil personas privadas de libertad y los números nos dicen que esto va a crecer y que recién, quizás, al 2030 se va a estabilizar en un porcentaje más horizontal”, afirmó el subsecretario.

“Pero para 2030 vamos a tener 64 mil y fracción personas privadas de libertad. Entonces, tenemos que preparar a nuestro sistema penitenciario para que tenga la capacidad de albergar a este número de personas”, amplió.

Y en medio de ese panorama, con-

tar hoy con las 1.600 plazas que ofrece la cárcel El Manzano de Concepción es una prioridad, es una urgencia, por eso el propio Gajardo indicó que esperan poder contar este año con ella y poder destrabar los problemas suscitados con la remodelación que se realizó y los nuevos trabajos que hubo que realizar para que respondiera las necesidades actuales, tanto en materia de seguridad como para el personal que labora en ellas y que forman parte del plan de infraestructura que impulsa en esta área la actual administración.

“Tiene varios componentes y en uno de ellos es terminar obras y habilitar obras que se encontraban en camino. Uno de esos es precisamente la ampliación que se le hizo a El Manzano que nos va permitir aumentar de las novecientas y tantas plazas que tiene actualmente a mil seiscientas, es decir, casi ochocientas plazas más, lo que obviamente es muy relevante para este crecimiento que hemos tenido y que se da prácticamente en todas las regiones. Es decir, para albergar el propio crecimiento regional o de las regiones aledañas”, explicó.

“En ese sentido, nosotros hemos trabajado fuertemente para destrabar el conflicto que se había dado tanto con los funcionarios, como con las asociaciones de funcionarias del complejo, por compromisos que se habían adoptado y que no se habían cumplido por distintas razones. Hoy, el estado de las cosas es que las obras están ad portas de terminar. Además se han solicitado ampliaciones de obras para hacernos cargos de ciertos requerimientos, como por ejem-

plo las cuadras del personal, la pavimentación del camino y además también el casino (...) Estas obras hoy se encuentran en licitación y el resto de las obras generales se encuentran en proceso, así que esperamos que durante el segundo semestre de este año podamos en funcionamiento la ampliación y poder tener más capacidad en este establecimiento penitenciario que es clave para la región y es clave para el país”, aseguró la autoridad.

Otras Actividades

Finalmente, el subsecretario participó en la entrega oficial de las obras de remodelación de las oficinas de Corporación de Asistencia Judicial en Concepción, donde funciona la dirección general, que tiene como jurisdicción desde Ñuble hasta Aysén, las que tuvieron un costo de 169 millones de pesos y la entrega de 3 vehículos en los que se invirtieron otros 91 millones de pesos. Dos de esas camionetas quedarán en Biobío y la tercera fue destinada a la región de Los Ríos.

Además, presidió una reunión con las y los directores regionales de los servicios públicos dependientes y relacionados con el ministerio de Justicia como lo son el Servicio de Registro Civil e Identificación (Srcei), Servicio Médico Legal (SML), Servicio Nacional de Menores (Sename), Gendarmería (Genchi), Corporación de Asistencia Judicial (CAJ) y Defensoría Penal Pública (DPP), la que se realizó en el Centro de Educación y Trabajo (CET) de Punta de Parra.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl

\$260
millones

se invirtieron para la remodelación de la sede central de la Corporación de Asistencia Judicial en Concepción y la compra de 3 vehículos para la institución.

Cecilia Bastías Jerez
contacto@diarioconcepcion.cl

Ante la denuncia que realizaron los trabajadores del Centro Comunitario de Salud Familiar (Cecosf) Chaimávida acerca de que sus conversaciones estaban siendo grabadas por una cámara en su lugar de colación, el alcalde de Concepción, Álvaro Ortiz, señaló que se instruyó un sumario (el martes). “Cuando me entregan la información oficial de parte de la directora de Salud Municipal, Rosario Bustos, di la instrucción de iniciar una administración sumaria para buscar las responsabilidades y administrativas”, destacó el edil.

“Pero además (el miércoles en la mañana) hemos ingresado una presentación ante la Fiscalía ante una eventual situación de delito que se estaría dando por grabar conversaciones sin autorización, más allá del contenido de la grabación, el sólo el hecho de grabar sin autorización nos estaría entregando una posibilidad de un eventual delito por lo que instruí al director Jurídico que haga ingreso de esta presentación”, estableció el alcalde penquista.

El director de Centro de Salud Familiar O’Higgins del cual depende el Cecosf Chaimávida, Marcelo Yévenes detalló que recibieron esta denuncia hace dos semanas y notificaron de la situación a la coordinadora del Centro Comunitario de Salud Familiar de Chaimávida. “Señalamos que íbamos a solicitar que se adoptara la medida administrativa para investigar lo sucedido”, dijo.

“Lo segundo, y eso lo hemos estado conversando y revisando durante esta semana arbitrar las medidas internas también que permitan modificar la conducción del centro comunitario para dar tranquilidad a los trabajadores y que puedan seguir realizando sus labores”, indicó Yévenes.

En tanto, el director del Cesfam O’Higgins hizo hincapié en la preocupación que tiene el municipio de mantener un buen clima laboral, por un lado. “Y mantener las acciones que se merecen nuestros usuarios, los que atiende el Cecosf que dependen del Cesfam O’Higgins”, expuso el director.

Convivencia laboral

En tanto la directora (s) de Salud Municipal de Concepción, Jessica Pereira, explicó las acciones tendientes a abordar la convivencia y mejorar la salud mental de los funcionarios, dentro de las cuales destaca la elaboración de protocolos para casos de acoso laboral, la realización de talleres destinados a dar a conocer los documentos de redactados en torno al buen trato laboral.



EL CASO DENOTA PROBLEMAS DE RELACIONES INTERPERSONALES

Municipio denunció en Fiscalía grabación de conversaciones privadas en Cecosf

Hace dos semanas que las autoridades de salud conocían los trabajadores del centro de salud en Chaimávida, acusaron que la coordinadora del lugar había puesto una cámara escondida en el comedor de los trabajadores.

3.500

socios tiene la Confederación de Funcionarios de la Salud Municipal en la Región del Biobío.

“Por un lado, el psicólogo laboral elaboró protocolos de prevención y denuncia de maltrato laboral, acoso laboral y acoso sexual. En segundo lugar, se están implementando talleres de difusión de estos documentos entre todos nuestros funcionarios. Y además, se redactó un documento con políticas de buen trato laboral”, expuso Jessica Pereira.

En otro tipo de instancias más

externas y solicitando el apoyo a la Mutual de Seguridad, se están aplicando encuestas que miden el ambiente laboral, de acuerdo a lo que indiquen los resultados se planificarán acciones que serán priorizadas de acuerdo a los propios resultados de estos estudios internos.

Y en tercer lugar, desde la Unidad de Calidad de Vida se retomó la implementación de pausas activas en cada establecimiento. “Sumado a

lo anterior, a través del Comité de Calidad de Vida Funcionaria, este año se ha programado 6 capacitaciones orientadas al autocuidado, las cuales ya cuentan con fechas establecidas”, indicó la director subrogante de la Salud Municipal de Concepción.

Finalmente, Jessica Pereira afirmó que “con todo esto pretendemos dar inicio a un largo trabajo orientado a mejorar la convivencia y hacernos cargo de la salud mental de nuestros equipos de trabajo”.

Los conceptos convivencia laboral y salud mental del personal claramente están ligados, y la disminución en la calidad en uno claramente puede ser el gatillante de la disminución en el otro. Por esta razón y tomando en cuenta la exigen-



FOTO: MINSAL

500 mil licencias

o más se registra en lo que va desde 2019 en la población general de la Región por patologías de salud mental.

Los problemas entre compañeros

de trabajo, sobre todo en el área de la salud tienen una repercusión en los usuarios por lo que autoridades están trabajando en mejorarla.

ca y agregó que también han relevado la importancia que tiene que los trabajadores no normalicen las situaciones de violencia y promover espacios de educación y autocuidado para mejorar el bienestar de los trabajadores de salud.

Servicio de Salud Talcahuano

Las referentes de Saludable Mente Constanza Bello de la red Servicio de Salud Talcahuano y Maritza Martínez de Saludable Mente en Atención Primaria en Salud indicaron que una vez terminada la alerta sanitaria fue posible observar las conductas de postergación y sentido de alerta por la pandemia, lo que genera un desgaste progresivo llegando al Burnout.

Destacaron que la evidencia indica que el trabajo en salud en pandemia provocó nocivos efectos en la salud mental los que deben ser identificados ya que los funcionarios del sector salud pertenecen a los grupos de mayor riesgo debido al significativo aumento de la carga de trabajo, la carga mental y emocional que conlleva.

“El desgaste que el trabajador vive con el usuario externo, afecta actualmente sus relaciones interpersonales, por lo que en los establecimientos es necesario fomentar la cultura del autocuidado que permita una desconexión del trabajo necesaria”, expresaron ambas referentes.

“Si el trabajador reconoce en el autocuidado como una forma de resguardar y hacerse responsable de su trabajo, le da una oportunidad real de generar espacios saludables para el trabajo en equipo y de enfrentamiento de crisis de forma asertiva”, señalaron las dos profesionales del programa del Ministerio de Salud que se preocupa justamente de la salud mental en los recintos de atención en salud.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl

cia que ejerció la pandemia en el personal de salud, el Ministerio de Salud implementó el Programa Saludable Mente que entre sus objetivos tienen una parte destinada especialmente para el personal de salud, que además de estar saliendo en varios casos de una sintomatología depresiva de moderada a grave tal como lo detalla el estudio que realizó el Colegio Médico al respecto. También se ven enfrentados al aumento en la violencia por parte de sus usuarios, lo que a su vez genera una carga de estrés adicional perjudicial para salud mental.

DAS de San Pedro la Paz

Xiomara Fonseca, experta en prevención de riesgo de la Dirección de Administración de Salud Municipal de San Pedro de la Paz, detalló el panorama actual postpandemia de salud mental y acciones que se están llevando a cabo en forma local para trabajar por la salud mental de los funcionarios de la Atención Primaria en Salud.

“Estamos en un periodo post pandemia, lo que ha significado un problema creciente en los últimos años por lo que hemos identificado que la relación de los trabajadores que se establecen con otras personas en el ámbito laboral pueden derivar a un mal ambiente laboral”, indicó la experta en prevención de riesgos.

“Eventualmente esto genera problemas de salud mental en nuestros trabajadores como estrés laboral, ausencia en el trabajo, un aumento en patologías en salud mental que ha sido exponencial en los últimos

años”, detalló Fonseca reconociendo este problema como una prioridad para la salud primaria.

Además de las situaciones al interior del ambiente laboral, en San Pedro de la Paz han debido enfrentar una taza bastante alta de notificaciones de agresiones de usuarios hacia funcionarios donde desde la DAS comentan que se han dado varias situaciones de comportamiento violento.

“Con el diagnóstico de riesgo la-

boral, como DAS nos vimos en el deber de garantizar la integridad física y mental de los funcionarios proponiendo condiciones de seguridad y salud en el trabajo. Con al confección de los protocolos que agresión hacia los funcionarios que tiene como objetivo entregar las directrices a seguir en caso de sufrir una situación de violencia laboral y acoger, importante este punto, a nuestros funcionarios con apoyo psicológico a través de la interven-

ción de crisis”, puntualizó Xiomara Fonseca.

Desde la dirección se la DAS sampedrino se están realizando capacitaciones a los Comités Paritarios en protocolos en caso de violencia, además se creó la Mesa de Seguridad de Agresiones. “Estamos trabajando actualmente en conjunto con el Servicio de Salud de Concepción en el Programa Saludable Mente que viene desde el Ministerio de Salud”, señaló Fonse-



FOTO: RAPHAEL SIERRA P.

Ciudad

“PLAZA ESPAÑA ISABEL LA CATÓLICA” ES SU NOMBRE OFICIAL

Plaza España: el núcleo del Barrio Cívico de Concepción

Marca el punto de partida de la calle Barros Arana y fue construida en 1942.

Su nombre representa las relaciones entre Chile y España en conmemoración de la reina Isabel I de Castilla.

FOTO: CAROLINA ECHAGÜE M.



EL GOBIERNO REGIONAL y otros edificios rodean la plaza.

ES LA CONEXIÓN del centro de la ciudad con el Barrio Estación.



FOTO: CAROLINA ECHAGÜE M.

FOTO: RAPHAEL SIERRA P.



FOTO: CAROLINA ECHAGÜE M.



LA VELETA CON FORMA DE CÓNDOR fue construida en madera por estudiantes de la Universidad del Bío-Bío.

MÚLTIPLES INICIATIVAS se han intentado concretar para recuperar el histórico espacio que se ha visto deteriorado con del tiempo y la bohemia.

Ciudad

Noticias UdeC
contacto@diarioconcepcion.cl

En el tercer seminario 1973: A 50 años del golpe de Estado. Lecciones desde el pasado, para hoy y el futuro – mirada de rectores, organizado por el Centro para el Diálogo y la Paz de la Pontificia Universidad Católica de Chile, la máxima autoridad de la Universidad de Concepción, Dr. Carlos Saavedra Rubilar, expuso junto a sus pares de las universidades Tecnológica Metropolitana, de Santiago, de Aysén y la propia UC, en la sede central de esta última casa de estudios; encuentro que moderó la Premio Nacional de Historia 2018, Sol Serrano Pérez.

Al iniciar su alocución, el Rector Saavedra recordó a Edgardo Enríquez Frödden, quien estuviera a la cabeza de la UdeC en los años previos al golpe de Estado hasta asumir como ministro de Educación. Posterior al 11 de septiembre de 1973, Enríquez Frödden fue detenido, relegado y exiliado, sufriendo la pérdida de hijos, por lo que enfatizó en el rol que ejerció dicha autoridad, quien siempre destacó por su compromiso con el quehacer público, característica que la UdeC mantiene intacta hasta estos días.

Junto con hacer un análisis del contexto internacional y de cómo se vivieron procesos previos al 11 de septiembre de 1973, el Rector de la UdeC señaló que algunos de los elementos que desencadenó al golpe de Estado en Chile, fue la pérdida de confianza y respeto a las instituciones, y la deshumanización de los adversarios, construyendo juicios negativos para transformar a esos adversarios en enemigos irreconciliables. “En períodos donde no existían redes sociales, no existían estas redes de odio, se fue capaz de construir a partir de lo que existía en ese tiempo, estos estereotipos, deshumanización, pérdida de respeto por el otro y no encontrar los espacios de conversación y análisis de manera de garantizar que no hubiesen ocurrido este tipo de situaciones en el país”, sostuvo la autoridad UdeC.

Aprendizajes para el presente y el futuro

El Rector Saavedra reflexionó que aún en estos días es difícil encontrar espacios de diálogo y voces reparatoras, por lo que una de las primeras lecciones que debe sacarse de este período de la historia, es que no existen justificaciones para repetir lo sucedido con acciones que atentan contra la dignidad humana, por lo que hizo una invitación a que “nunca más en Chile generemos las oportunidades para que se repita una situación como esta”.

Junto con lo anterior, llamó a enfrentar las heridas que siguen abier-



FOTO: UNIDAD SANTIAGO

AUTORIDAD ACADÉMICA PARTICIPÓ DE ENCUENTRO EN SANTIAGO

Rector Saavedra: “Nunca más en Chile generemos las oportunidades para que se repita una situación como esta”

En seminario organizado por la Pontificia Universidad Católica de Chile sobre lecciones para el presente y el futuro - a raíz de los 50 años del golpe de Estado- el Rector de la UdeC reflexionó sobre la importancia del respeto irrestricto a la dignidad humana, potenciar la participación ciudadana y la preocupación permanente por la memoria histórica.

tas y que las universidades sean actores clave en la generación de memoria histórica. “No podemos renunciar a la posibilidad de justicia y reparar, y como país debemos mantener una preocupación permanente por la participación ciudadana y la divulgación de la memoria histórica, en la apertura y en la escucha del camino del diálogo

como la solución democrática y pacífica de los conflictos”, señaló.

La máxima autoridad UdeC destacó además la participación que la casa de estudios ha tenido en el actual proceso de reforma constitucional, acompañando las audiencias públicas y haciéndose parte de una discusión crucial y necesaria para el país.

La mirada de los pares

El Rector de la Pontificia Universidad Católica y anfitrión del encuentro, Ignacio Sánchez Díaz, concordó con el Rector Saavedra sobre la necesidad de no olvidar lo que ocurrió en esos años. “Memoria y reparación son absolutamente necesarias para seguir avanzando en justicia y verdad”, teniendo así una mirada de futuro sin olvidar el pasado.

Por su parte, los rectores de las entidades estatales presentes, coincidieron en la necesidad de diálogo entre las instituciones de educación superior y que las universidades no deben olvidar los derechos humanos como un tema transversal en el proceso formativo que desarrollan.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl

Inundaciones
en cultivos

También se registraron en Alto Del Rey. Horticultores de la zona perdieron toda su cosecha.

UBICADA EN LA COMUNA DE SAN PEDRO DE LA PAZ

Inundaciones dejan sin actividad pesquera a la Caleta Alto Del Rey

FOTO: ISIDORO VAENZUELA M.



Aníbal Torres Durán
contacto@diarioconcepcion.cl

Difícil es el panorama en la Caleta Alto del Rey, ubicada en la comuna de San Pedro de la Paz, precisamente en el sector de Boca Sur. Los pescadores están sin zarpe debido al cauce que ha mantenido el río Biobío tras el complejo sistema frontal de hace algunas semanas y que hace peligrosa la navegación. A esto también se suma el embancamiento en la desembocadura que no ha permitido el flujo correcto de la corriente.

Son varios días en que los pescadores de la zona no han podido desarrollar su actividad, lo cuál ha recrudecido el escenario de la caleta que se vio inundada con las precipitaciones y el aumento del cauce del

Tras complejo sistema frontal, los pescadores aún no pueden volver a zarpar para extraer recursos marinos por el cauce del río Biobío. A esto también se suma los graves daños en sus botes y la pérdida de herramientas para la pesca.

Biobío. Asimismo, en el lugar se registraron daños en los botes, junto con la pérdida de herramientas y materiales para desarrollar la pesca artesanal.

El escenario económico en la caleta es totalmente desfavorable, puesto que una gran cantidad de habitantes del sector sólo vive de la extracción de recursos marinos que, posteriormente, se comercializan

en distintos puntos de la comuna y la Región.

Jonathan Vega, presidente del Sindicato de Pescadores Boca Sur, narró lo que actualmente están pasando las personas que viven de la pesca en Alto Del Rey y señaló que “la actividad está lenta por el mal tiempo y lo otro ha sido por la afectación del embancamiento en el río Biobío. Acá con la crecida del río

que hubo, que nadie esperaba, la barra para acceder al mar se nos embancó más, de hecho, los motores tocaron fondo y se nos tapaba el sistema de enfriamiento y se nos pone más riesgoso”.

Embancamiento

De la misma forma, el dirigente entregó detalles sobre el embancamiento en la desembocadura del

río, el que, según cuentan los pescadores, facilitó la subida del cauce en el río. “Acá la problemática es que tenemos embancamiento, es como una península que se hizo en el río Biobío, y nos está jugando en contra. Por ejemplo, si hay grandes lluvias como las que hubo hace algunos días, juega en contra para la pesca y los vecinos por las inundaciones, porque no deja fluir el río como corresponde”, dijo.

“Ninguna autoridad, ni Capitanía de Puerto, ni Gobernación Marítima, o comunal, se ha hecho cargo. Todo queda en buenas intenciones solamente. Intentamos seguir adelante para que la caleta tenga un desarrollo”, agregó Vega sobre la búsqueda de soluciones para el embancamiento.

FOTOS: ISIDORO VALENZUELA M.



GRAVES DAÑOS se registraron en la caleta con el desborde del río Biobío.

Daños

Fidel Olate, pescador de la caleta, se refirió a la emergencia por el sistema frontal y contó que “el agua subió dos metros y la caleta quedó completamente inundada. Sabemos que largaron las aguas de las represas y esas son las que hacen más daño, porque suben y barren con todo. Estamos sin actividad porque está correntoso el Biobío y el mar está muy malo también. Estamos varados hasta nuevo aviso”.

El pescador de Alto Del Rey, en la misma línea, señaló que sufrieron daños en sus embarcaciones y perdieron materiales para su actividad pesquera. También hizo hincapié en la necesidad que tienen de salir a pescar.

“Tuvimos también daños en los

botes, con tablas rotas que debemos reparar. De aquí hubo unas redes y jaulas que se llevó el río. Ahora tenemos que esperar que baje el Biobío, porque tenemos que salir a buscar pescados porque ya no nos están quedando ahorros. Nosotros vivimos todo el año de la pesca y si no hay pesca, no hay alimento”, agregó Olate.

Por su parte, Patricio Vega, también pescador artesanal de la caleta, comentó que “están todos los botes parados porque no sabemos qué hacer, en estas semanas aquí los pescadores no han ganado nada. Mi bote sufrió daños con el cauce del río y ahora tengo que repararlo. Además, no llega ayuda de nadie y sólo tenemos que esperar que el tiempo mejore y que el Biobío baje”.

Agricultura

Otra actividad que también se vio afectada con las inundaciones es el cultivo de frutas y verduras que se desarrollan en huertos colindantes con la caleta. Eleicer Grandón, horticultor de la zona, entregó detalles de los daños que sufrió en la siembra de sus productos con las precipitaciones.

En esa línea, Grandón detalló que perdió todo su cultivo, esto debido a que todo su terreno terminó bajo el agua.

“Estuvimos más de una semana inundados en este sector, durante varios días tuvimos que realizar esfuerzos para tratar de sacar el agua. Aquí no quedó nada y perdí toda la plantación. Yo tenía cultivo de apio; cilantro; lechuga, y perdí todo, sólo nos queda el barro que hay que sacar”, detalló el horticultor de la caleta.

Al igual que los pescadores, los pequeños agricultores del sector también perdieron herramientas e insumos para realizar actividad productiva. En esa línea, Grandón agregó que “Ahora tenemos que empezar a preparar la tierra para agosto para los cultivos de la temporada de verano. Esto significa que hay que agarrar el tractor y mover la tierra. El problema es que perdimos herramientas y el tractor sigue inundado, así que no podemos hacer nada todavía para recuperarnos. Tampoco podemos arrendar uno, porque no tenemos los recursos”.

Cabe destacar que los trabajadores agrícolas de la Caleta Alto Del Rey venden sus productos en la Vega Monumental; ferias libres de la comuna de San Pedro de la Paz; y a sus vecinos de la zona.



Fondo Nacional de la Reconstrucción se activa en nuevas regiones por lluvias y ya se aprobaron 8 proyectos

El comité asesor del Fondo Nacional de Reconstrucción se reunió por primera vez desde ocurrido el frente de mal tiempo en la zona centro sur, que provocó inundaciones y aluviones, para abordar los alcances en esa materia, la activación de las nuevas regiones afectadas y analizar nuevos proyectos.

El Fondo ya se activó para las cuatro nuevas regiones afectadas por la emergencia más reciente, que son Valparaíso, O'Higgins, Maule y la Metropolitana; y se suman a Biobío, Ñuble y La Araucanía, que fueron azotadas por incendios forestales durante el verano. Así, son 7 regiones en total las que podrán recibir donaciones a través de esta vía.

El Comité Asesor está compuesto por el ministro de Hacienda, Mario Marcel; su par de Agricultura, Esteban Valenzuela; el titular de Vivienda, Carlos Montes; el ministro de Economía, Fomento y Turismo, Nicolás Grau; y es presidido por el subsecretario de Desarrollo Regional y Administrativo, Nicolás Cataldo. Además, desde esta nueva reunión participará de forma permanente la ministra de Bienes Nacionales, Ja-

viera Toro, quién, a su vez, asumió como delegada presidencial para la reconstrucción.

En esta instancia, los ministros y subsecretario abordaron los desafíos que hay en materia de reconstrucción, teniendo presente que hay un total de 124 comunas afectadas, ya sea por incendios o inundaciones, de las cuales 27 tuvieron doble afectación. Asimismo, se dio cuenta de ocho proyectos nuevos que fueron aprobados por el comité y que quedan susceptibles de recibir donación.

Algunos de los proyectos aprobados en esta reunión para avanzar en la búsqueda de donaciones en el Biobío y en las demás regiones son: la reparación de 149 jardines infantiles, en todas las zonas afectadas, de los cuales 5 corresponden a jardines Integra; vehículos de salud para diferentes comunas; Reparación y reposición de viviendas, beneficiando a 7.050 familias; conservación del espacio público para reparar red vial y sistemas de aguas lluvias; construcción de bodegas, corrales, gallineros y sistemas de regadíos para distintos agricultores afectados por la catástrofe; entre otras iniciativas.

FOTO: FACEBOOK MUNICIPALIDAD DE TUCAPEL



OPINIONES

Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl

EL "LEÓN" SE ILUSIONA CON LA PERMANENCIA

Un triunfo para soñar: agónico festejo lila

Deportes Concepción inició la segunda rueda con una necesaria y ajustada victoria. Fue 2-1 sobre General Velásquez con el debut de los refuerzos y la sensación de que arranca un nuevo torneo.



Estadio: Ester Roa
Público: 3001 espectadores controlados
Árbitro: Oscar Avila



D. CONCEPCIÓN



G. VELÁSQUEZ

2

1

GOLES

24' Torres
88' Pinilla

6' Lopes

FORMACIONES

Manosalva
Fernández
Rigazzi
Zambrano
Flores
Hormazábal
Torres
Vilches
Valenzuela
Guerreño
Vargas

Araya
Segovia
Rodríguez
González
Fuentes
Cisternas
Pavez
Villablanca
Carvajal
Gaete
Lopes

DT
Lovrincevich

DT
González

CAMBIOS

63' Pinilla por Vilches
67' Fredes por Valenzuela
86' Lara por Flores
86' Caro por Hormazábal

63' Aravena por Villablanca
63' Pino por Carvajal
74' Cataldo por Segovia
84' Lagos por Gaete

TARJETAS AMARILLAS

Guerreño

Lopes, Aravena, Pino

TARJETAS ROJAS

Pavez

Carlos Campos A.
carlos.campos@diarioconcepcion.cl

3001 espectadores controlados presenciaron el 2-1 de Deportes Concepción a General Velásquez en el Ester Roa.

Un regalo le permitió a la visita Velásquez pasar adelante. No pasaba nada aún en Collao, iban 6' de partido cuando un grosero error de Rigazzi dejó mano a mano a Junio Lopes con Manosalva. El atacante no falló y puso el 1-0 para Velásquez, que no había hecho méritos para ir ganando. En todo caso, Concepción tampoco.

Lovrincevich arengaba con aplausos desde la banca y lo propio Vargas en el centro de la cancha, para un cuadro lila que tuvo el empate al 13' con un cabezazo desviado de Torres. Clarísima ocasión tras un córner.

Quedaba mucho partido aún y gol no caló tan hondo como otras veces en Concepción, que buscó y encontró el empate rápidamente. El goleador inesperado de la campaña, Sebastián Torres, marcó el 1-1 mediante lanzamiento penal para los lilas. Pálido primer tiempo en general y así se fueron al descanso.

Nadie pudo creer en el estadio lo que desperdició Guerreño. El paraguayo aprovechó un grueso fallo defensivo en General Velásquez para quedar perfilado rumbo al área. El refuerzo corrió y ganó metros ante una persistente marca, pero se apuró y definió muy mal, con un tiro largamente desviado. La visita llegó un minuto después con un centro de Pavez que Carvajal impactó elevado con golpe de cabeza. Clara chance.

El partido tuvo un punto de quiebre al 58', cuando Jorge Pavez se fue expulsado en General Velásquez. Concepción quedó con un

jugador más y si en la previa ganar era una obligación, ahora la presión era aún más gigante. Y los lilas la sintieron, porque la visita tomó el balón y con poco que perder, se acercó al arco de un Manosalva que tuvo poco trabajo.

Los últimos 15' fueron todos para Deportes Concepción, aunque el gol se le negaba en una, dos, tres y hasta cuatro ocasiones. La primera fue al 75' con un gol anulado a Torres. La segunda, al 81'

con una maniobra personal de Vargas, quien pivoteó, picó al espacio y remató, pero tapó Araya. Luego, a los lilas les anularon otro gol por posición de adelanto tras un desborde de Fredes. Y finalmente, al 84', dos cabezazos en plena área tras un tiro de esquina permitieron la volada de Araya, quien evitó un gol.

Parecía que sería otra amarga jornada en Collao para Concepción, que encontró el gol con un

LA FIGURA

Pidió la pelota con la misma personalidad que en los partidos anteriores. Siempre. No se esconde. Va al frente, se barre, asoma como un defensa más por momentos y aporta la garra que el equipo necesita. Sebastián Torres marcó su cuarto gol de la temporada para el "León", una estadística que no refleja en absoluto el aporte que le da a Deportes Concepción.

Arrancó la temporada y fue fichado como alternativa en caso que los titulares no estuviesen al 100%, pero hoy el equipo parte con Torres en la cancha.



LA POLÉMICA

Concepción estaba volcado en busca del 2-1. En eso, mientras entre la impericia y las tapadas del arquero Araya le impedían al "León" pasar adelante en el marcador, Gabriel Vargas marcaba el gol para los lilas al 83', después de un muy buen desborde por el sector derecho del ataque de Matías Fredes.

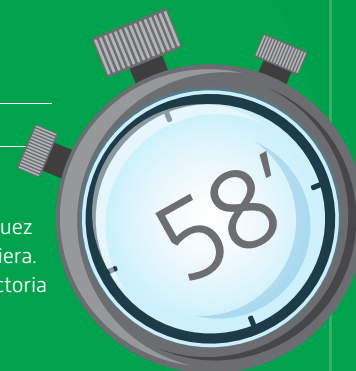
Sin embargo, el juez asistente que corría por derecha, Rodrigo Concha, levantó la bandera sancionando posición de adelanto del "Arcángel".

Una jugada dudosa incluso viendo la repetición de la transmisión. Junto a Vargas aparece Guerreño, quien indudablemente está offside. Si los lilas no ganaban, aquella jugada sería la más comentada -por lejos- tras el partido. Por suerte para Concepción, Pinilla marcó 5 minutos después.

MOMENTO CLAVE

Cambió el partido. La expulsión de Jorge Pavez al 58' significó un nuevo aire para Concepción.

Por una fuerte entrada a Gustavo Guerreño, el volante de Velásquez dejó a su equipo con uno menos y permitió que la ilusión lila creciera. Así, con más empuje que fútbol, el "León" se quedó con la victoria sobre el final.



expediente cada vez menos utilizado: el remate desde media distancia. Ignacio Pinilla fue el héroe, marcando el 2-1 al 88' y generando la misma locura que en la victoria ante Iberia.

Un desahogo enorme para el "León", que sigue hundido en el fondo, aunque mira con ilusión y expectativa el futuro.

OPINIONES

Twitter @DiarioConcepcion
contacto@diarioconcepcion.cl

TD Fútbol

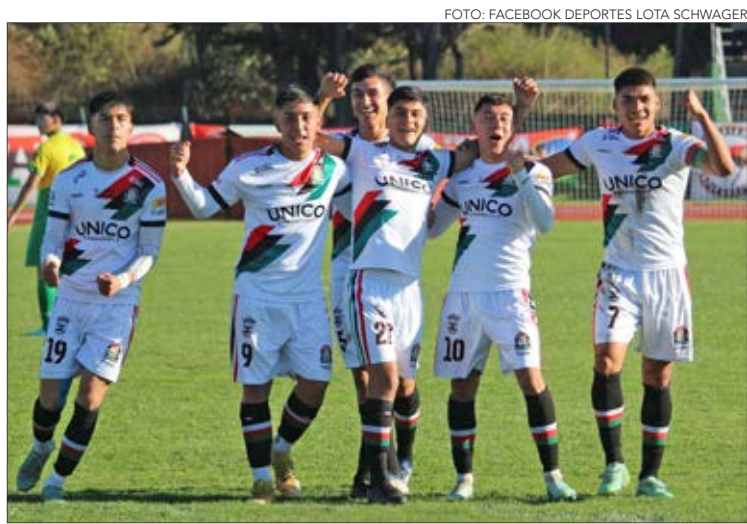


FOTO: FACEBOOK DEPORTES LOTA SCHWAGER

La "Tiburoneta" rompe récords: Lota Schwager goleó 8-0 a Nacimiento

Si la campaña ya venía siendo muy positiva y sorprendente, ganar por 8-0 deja chico cualquier elogio anterior.

Porque Lota Schwager festejó por ese marcador vs Nacimiento en el Federico Schwager, cifras que sorprenden a cualquiera. El primer gol fue obra de Pablo Chandía al 7, anotando posteriormente Carlos González (11') desde

la mitad de la cancha. Los siguientes tantos para los del carbón los hicieron Nicolás Contreras, (23'), Matías Farías (29'), Johan Munives (39' y 45'), Pablo Chandía (52') y Martín Fuentes (59').

Una goleada sorprendente que ilusiona a Lota Schwager con subir de categoría, incluso, sin importar la resolución judicial en curso.



Estadio: Federico Schwager

	8		0
LOTA SCHWAGER		NACIMIENTO	
GOLES			
7' Chandía 11' González 23' Contreras 29' Farías 39' Munives 45' Munives 52' Chandía 59' Fuentes			

JAZMÍN GALLARDO MARCÓ PARA EL CAMPANIL

La misión permanencia arrancó con un triunfo

Carlos Campos A.
carlos.campos@diarioconcepcion.cl

Otro triunfo en el sur. UdeC está jugando con amargura la liguilla para mantener la categoría, y en su objetivo por demostrar que merece continuar en la Primera División, es que las dirigidas por Valenzuela le ganaron 1-0 a Puerto Montt como visitantes.

El único gol del encuentro fue obra de Jazmín Gallardo cuando iban 7' de partido. Y fue un golazo, capturando una pelota suelta afuera del área y rematando con tanta potencia como precisión. La portera Ulloa no pudo hacer nada más que presenciar como el balón ingresaba.

Pudieron ser más goles para sacar una diferencia de goles amplia, pero faltó algo de fineza en las definiciones en la segunda etapa. Porque



U. de Concepción sumó otra victoria ante Puerto Montt. El equipo femenino cosechó valiosos tres puntos en la lucha por seguir en Primera División.



FOTO: FACEBOOK UDEC FÚTBOL FEMENINO

en defensa, el Campanil fue un equipo muy sólido ante las arremetidas de un Puerto Montt que buscó y se acercó al empate, pero lejos de ser

un equipo ordenado o que le pasara por encima a la visita.

Así, U. de Concepción sumó 3 puntos de oro en su lucha por seguir en Primera.

Estadio: Francisco Sánchez Rumoroso

	0		1
PUERTO MONTT		UDEC	
GOLES			
7' Gallardo			

Por fútbol y goles, estando en este duelo sin su goleadora Camila Gómez, nominada a la selección argentina, en UdeC deberían luchar por objetivos aún mayores.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl



FOTO: CAROLINA ECHAGÜE M.

“Destaco el atrevimiento para jugar como visita”

Un análisis feliz que no se escuchaba ni leía hace un buen rato. Tras el 1-0 ante Iberia, el DT de Fernández Vial, Jonathan Orellana, dijo que “me remonto al último partido y la planificación ahí también fue buena. Al haber entrenado 2 o 3 días, Iberia jugó de contra, nos convirtió y se replegó. En esta oportunidad, además de jugar con UdeC en Copa Chile, pensábamos que nos podía cambiar el sistema Iberia. No cambiamos la forma de jugar y a pesar que el rival sí lo hizo, quedamos

mano a mano. En una jugada increíble marcamos, destacando el atrevimiento de jugar de visita ante un rival necesitado con buenos jugadores”.

El técnico indicó además que “llevábamos 5 partidos sin ganar y transcurriendo el torneo eso se hace sentir. Era muy necesario ganar para nosotros, más que por el juego, sino que por las sensaciones. Destacamos la forma de jugar, porque con un expulsado después todo se desvirtúa. Es vital este resultado para nosotros”.

Huachipato se despidió de Copa Libertadores

Estadio: Francisco Sánchez Rumoroso

	0		3
HUACHIPATO		DEFENSOR	
GOLES			
28' Lima 44' Cabrera 71' Copelotti			



Cerró su participación con una triste derrota. Huachipato perdió 0-3 ante Defensor Sporting, aunque antes del duelo ya había sellado su eliminación del torneo.

Las conquistas para el cuadro uruguayo fueron marcados por Washington Lima al 28', Rodrigo Cabrera al 44' y Matteo

Copelotti al 71'.

Así, la usina se ubicó en el último lugar de un grupo que compartió con Boca Juniors, Palmeiras y el cuadro uruguayo.

Sólo un punto sumó el acero, tras empatar 2-2 con los brasileños en su estreno, caer ante el “Xeneize” y la derrota de ayer.



FOTO: FACEBOOK HUACHIPATO FC

¿Existe una hora del día que sea mejor para hacer ejercicio?

Ricardo Carcamo U.
ricardo.carcamo@diarioconcepcion.cl



Quienes gustan del deporte y ya tienen un hábito deportivo, a nivel amateur, por lo general programan los días y horas de sus rutinas. En ese sentido, para quienes no tienen un horario laboral flexible hay dos alternativas: o hacer ejercicio al comienzo de la mañana, antes de todas las actividades que se vendrán en la respectiva jornada, o dejarlo para el final del día, una vez cumplidas las demás obligaciones. Más allá de las necesidades o preferencias personales, ¿existe un horario en que sea mejor para destinarlo al deporte?

Hace unos días, salieron los resultados de un estudio realizado por la Universidad de Loughborough, de Reino Unido, que estableció que los ejercicios matutinos, realizados en ayunas, ayudan a la rápida oxidación de grasas.

Alice E. Thackray, una de las autoras del estudio, afirmó que "el grupo de ejercicio matutino relevado en nuestra investigación demostró mayores reducciones en la ingesta de grasas y carbohidratos que el vespertino, y hubo una tendencia hacia una menor ingesta total de calorías en el primer grupo (...) Los ejercicios matutinos son beneficiosos porque la hormona de la felicidad llamada serotonina está en su nivel más alto durante las horas de luz solar. Por eso se siente que la energía se libera después de una buena noche de sueño", agregó la especialista.

Además, en la investigación se indicaba que hacer ejercicio a una hora constante en la mañana puede ayudar a crear una rutina que haga que la planificación sea más fácil y que, además, conduzca a la formación de hábitos y autorregulación que puede ser beneficiosa para el apetito y el comportamiento alimentario.

Otra investigación realizada en la Universidad de California en Estados Unidos asegura que la mejor hora para hacer ejercicio es por la mañana, idealmen-

Hace unos días se dio a conocer un estudio realizado por una serie de investigadores de la Universidad de Loughborough, Reino Unido, donde se sugiere que es la mañana, tras el análisis de algunas variables. Sin embargo, y más allá de lo que diga la ciencia, personas ligadas a la actividad física indicaron que dependerá mucho del tipo de ejercicio y características de cada individuo en ámbitos como el físico, laboral y alimenticio, aunque la mayoría coincide en que es más beneficioso programar el ejercicio al iniciar la jornada.



DESDE EL ÁMBITO CIENTÍFICO se han encontrado aspectos positivos tanto para hacer deporte en la mañana como durante la tarde o la noche.

te que sea la primera actividad del día. Según este estudio, es lo más indicado para acelerar el metabolismo y, también, para levantar el ánimo y reducir el estrés ya que empezar el día con

algo de deporte hará que se genere dopamina, serotonina y endorfinas, las hormonas de la felicidad que ayudan a una persona a sentirse bien durante el resto de la jornada.

Por otra parte, científicos del Instituto de Ciencia Weizmann de Israel indicaron que el mejor momento para hacer deporte es en la tarde o en las primeras horas de la noche. En su opinión, es

ILUSTRACIÓN: ANDRÉS OREÑA P.

La relevancia de la alimentación

Tras un entrenamiento intenso, por lo general da hambre y en ese caso es mejor comer en la mañana.

tación post entrenamiento es que debe ser liviano, y generalmente uno llega con apetito después de entrenar. Una comida simple es alguna proteína con ensaladas mixtas. Igual reitero que eso dependerá de cada persona, todos tenemos requerimientos distintos, pero siempre debe incluirse una proteína sobre todo si fue un entrenamiento intenso, y carbohidratos también puede ser, pero livianos. Y obviamente el líquido durante y post entrenamiento”.

Rodrigo Canales, entrenador de tenis del Estadio Español, señaló que “creo que es algo muy individual, personal, de cada deportista. Si lo vemos en los deportistas amateur, que tienen actividad física más o menos

recurrente en la semana, dependerá de cómo acostumbres al cuerpo. Hay gente que le encanta en la mañana temprano, dicen que están

más activos y después andan mejor en el trabajo y en todo, mientras hay otros que prefieren al final del día pues dicen que así se sacan la carga de la jornada laboral, se desestresa sabiendo que después no hará nada más pesado”.

En esa línea, agregó que “en el caso de los deportistas de elite, por lo general entrenan en la mañana y en la tarde, entonces no tienen preferencias horarias muchas veces. Es muy personal y dependerá de la adaptación del cuerpo el tema del entrenamiento AM o PM”.

Por eso prefiero hacer deporte en la mañana”, dijo Masías.

Consultada sobre qué tipo de alimento es bueno comer tras el entrenamiento, la atleta indicó que “Eso depende de la evaluación de un nutricionista, el profesional debe decir qué cantidad requiere cada persona, pues para cada uno es distinto. Pero por el tema de recuperación muscular es aconsejable añadir proteínas después del entrenamiento. Y lo que complica la alimen-

cuando la actividad física resulta más eficiente, porque el consumo de oxígeno es menor, tenemos más fuerza y resistencia y la temperatura corporal es algo más elevada, lo que hace que el cuerpo quemé más calorías.

Margarita Masías, atleta y magíster en Educación Física de la UdeC, también cree que es mejor dejar las rutinas físicas para el comienzo de la jornada.

“Yo prefiero la mañana, pues es muy bueno como primera actividad del día, siempre que uno haya dormido bien la noche anterior, que se tengan las horas suficientes de sueño, el descanso adecuado. Uno despierta con energía y el metabolismo te queda activado para varias horas más post actividad, y también es una buena oportunidad para ordenarse en cuanto a los horarios, la alimentación. Te ordenas al desayunar bien, en almorzar a la hora, y en cambio si metes el ejercicio dentro de otros horarios puedes perjudicar estas mismas cosas”.

Además, señaló que “igual hay gente que quizás no puede y tiene que hacerlo de noche. Ahí habría que tener una alimentación adecuada, lo mismo con el descanso. Lo encuentro un poco más complejo, pues por el hecho de quedar el metabolismo activado cuesta mucho conciliar el sueño, por eso prefiero la mañana”.

¿Se desordena la alimentación si se entrena de noche? “Si es el trabajo fue intenso se reco-

mienda comer algo proteico y de calidad. Muy poca gente hace eso, pues hay que tener tiempo y recursos para hacerse esa comida saludable después de la actividad y antes de dormir. La mayoría pasa a comprar lo primero que encuentra, entonces se pueden generar desórdenes alimenticios. También está el tema de la gente que no se hidrata bien después de entrenar de noche, y le vienen los calambres nocturnos, afecta la calidad del sueño.

Horario puede variar por la estación

Alex Garrido, docente de la Facultad de Educación Ucsch, dijo que “las condiciones del ambiente del invierno y verano, por ejemplo, son bastante diferentes y se deben considerar las condiciones de frío o calor”.

Hacer ejercicio, lo importante

Alex Garrido, profesor en Educación Física y académico del Departamento de Ciencias del Deporte y Acondicionamiento Físico de la Facultad de Educación de la Ucsch, afirmó que “la mejor hora para realizar actividad física podría ser en la mañana, debido que esto optimiza el metabolismo diario, y ayuda a tener un mejor provecho de la energía durante la jornada, a diferencia del horario nocturno, entendido como el momento previo al sueño. Sin embargo, cada persona tiene sus preferencias, según su gusto y disponibilidad horaria”.

Además, indicó que “lo más importante finalmente es que realice actividad física durante el día. Lo mismo ocurre con el tipo de ejercicio que realice; si bien la actividad a realizar debería estar basado en ejercicios

aeróbicos y de fuerza, lo más relevante es que finalmente realice actividad física, según su preferencia”.

Sobre si es buena mantener siempre la misma rutina horario o es mejor ir cambiando, el también Doctor en Actividad Física, Educación Física y Deporte aseguró que “si bien cualquier hora del día podría ser buena para realizar actividad física para combatir la inactividad y el sedentarismo, lo más recomendable es tener una rutina a cuál nos acostumbremos y que sea propicia de mantener en el tiempo”.

Garrido igualmente se refirió a si se deben tener en cuenta las condiciones climáticas de cada estación para escoger el horario en que se practique actividad física.

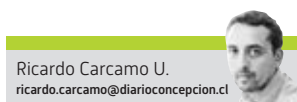
“Sí, deben considerarse. Las

condiciones del ambiente del invierno y verano, por ejemplo, son bastante diferentes. Por ello se deben considerar las condiciones de frío o calor (las cuales pueden ser extremas) según la hora del día y de la estación”.

Al respecto, agregó que “cuando el ambiente es frío, se debe usar la indumentaria adecuada que proteja de los cambios bruscos de temperatura, la cual se puede ir regulando a medida que el ejercicio vaya calentando el cuerpo; si el ambiente es muy caluroso, hay que vestirse para ventilarse y protegerse del sol, por ejemplo, con sombrero, bloqueado y gafas. Cabe señalar que es muy importante usar un calzado adecuado para la práctica específica”.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl



Ricardo Carcamo U.
ricardo.carcamo@diarioconcepcion.cl

Como la mayor parte de los colegios de la Región tiene un calendario semestral, hace unos días partieron las vacaciones de invierno y con ello también el receso de las actividades deportivas. En esta primera parte del año, la mayor parte de la acción se dio en el marco de los Juegos Deportivos Escolares del IND, aunque también se destacó lo que se organizó bajo el alero de Adicpa. A ese escenario, hay que sumarle que este 2023 fue para muchos establecimientos el primer año normal de sus áreas extraprogramáticas desde 2019, un hecho que igualmente condicionó el desarrollo de esta etapa de la temporada.

En el caso de los Juegos Deportivos Escolares, los últimos nombres se definieron hace poco en La Tortuga, donde se disputó la final regional del judo. Allí, una de las deportistas que sacó pasaje al nacional fue Madeleine Madrid, que llega a esta instancia por segundo año consecutivo.

“Hubo competidoras muy buenas, fue un lindo campeonato. En la final nacional espero ser primera, ganar medalla de oro. Me he preparado mucho, he mejorado bastante y el año pasado ya estuve cerca de llegar a la disputa del oro (sacó bronce). Ahora espero poder quedar en lo más alto”, dijo Madrid.

Andrea Saldaña, seremi del Deporte, comentó que “estamos contentos de realizar este proceso de finales regionales de los Juegos Deportivos, que este año tienen un cariz distinto en categoría Sub 14, pues vamos a recibir todas las definiciones en septiembre. Es una oportunidad para promover el deporte en general, más allá del tema de los JDE y también de los Juegos de la Araucanía, pues se definirán clasificados para esa cita igual”.

De las finales que llegarán a la zona, agregó que “estamos muy orgullosos de tener este gran desafío, donde igual vamos a descentralizar pues habrá deportes en las provincias de Concep-



FOTO: IND BIOBÍO

LO QUE DEJÓ LA PRIMERA PARTE DEL AÑO EN EL DEPORTE ESCOLAR

Un semestre que permitió volver con todo a la acción y sumar más actores

Al alero de los Juegos Deportivos del IND se realizó un intenso calendario en varias disciplinas, buscando los clasificados para las finales regionales. En Adicpa también hubo actividad en varios deportes, en un periodo de transición tomando en cuenta que muchos establecimientos retomaron, después de varios años, con normalidad sus áreas extraprogramáticas. Por ello, también se integraron más alumnos a la práctica deportiva.

ción, Arauco y Biobío. Ojalá tengamos la mayor cantidad de asistentes en los distintos recintos que utilizaremos en la Región”.

Más balances

Esther Stevens, jefa del Departamento de Educación Física y Deporte del Colegio Almondale Lomas, se

refirió a lo que ha sido este primer semestre. “Adicpa se activó, pero todo comenzó con los Juegos Deportivos para ir sacando los clasifica-

dos en representación de Adicpa, con los colegios que estábamos interesados en participar de esa competencia. A diferencia de otros años, hubo dos torneos diferentes, pues antes del mismo certamen de Adicpa se seleccionaba a los representantes, y ahora Adicpa y los Juegos Deportivos son dos cosas aparte. Se sumaron más partidos en ese sentido. Lo del IND estuvo bastante ordenado, lo que sí es poco flexible en algunas cosas, pero hay que aprovechar esa instancia. En nuestro caso, tenemos tres selecciones (fútbol femenino Sub 14, balonmano varones Sub 14 y vóleybol varones Sub 14) que competirán en la final regional”.

Al respecto, agregó que “Adicpa será anual, por lo tanto se va viendo la disposición de colegios y gimnasios para programar. Ahora se está en un receso por el fin de semestre, pero nosotros seguimos funcionando, somos trimestrales. Por eso, las selecciones que van a la final regional están preparándose, con encuentros con clubes”.

Stevens también destacó que “campeonatos entre co-

Con 27 colegios actualmente

Ese número de establecimientos tiene Adicpa hoy. De ellos, 24 están participando activamente.

Tener al menos un encuentro mensual

Es la idea con deportes como el ajedrez, el tenis de mesa, el atletismo y la gimnasia para el segundo semestre.



legios no han llegado muchas invitaciones este semestre. En agosto, el Thomas Jefferson hará sus olimpiadas, y generalmente esos campeonatos se hacen según los aniversarios y también cuando hay mejor clima. Sí hemos tenido amistosos, encuentros. En forma particular, hacemos un intercambio con el San Agustín de Quirihue, fuimos para allá con los equipos de fútbol, básquetbol y vóleybol, en damas y varones, y después ellos vienen para acá”.

Además, recalco el interés por practicar deporte que ha

visto en su establecimiento. “Se ha notado un aumento de alumnos. Como colegio, y por parte de los apoderados, se han creado incluso directivas, lo que ha ido ordenando un poco y sumando al compromiso de los chicos. Tenemos harta participación, responsabilidad y compromiso en asistencia a entrenamientos y partidos, algunas selecciones se han mandado a hacer camisetas. Ha sido bastante positivo y movido, lo que igual motiva a los profesores y hemos tenido bastante buenos resultados”.

Edgardo Jara, coordinador general de Adicpa, señaló que “después de la pandemia es el primer año ‘normal’, lo que nos ha permitido tantear terreno de cómo se encuentran los chicos, cómo están los colegios y cuál ha sido la disposición en este nuevo inicio. En general, cumplimos con las expectativas que teníamos con respecto a la participación, sabiendo que iba a ser un poco más trabada

en su primera instancia, porque los colegios tenían que, de alguna forma, habituarse a ello, en dos formas”.

En esa línea, agregó que “los colegios han tenido cambios con profesores que tenían conocimiento o habían vivido

la experiencia de Adicpa antes de la pandemia, me refiero a modificaciones de entrenadores, gente que estaba en alguna disciplina, y hemos tenido que ir integrando a quienes están ahora a la cultura de lo que era participar en estas actividades. Eso generó algunos inconvenientes, en cuanto a protocolos, procedimientos, y eso hizo que a veces tuviéramos que cambiar encuentros, lugares que estaban destinados”.

Más allá de lo descrito, Jara destacó que “pero en general hubo una buena convocatoria, están participando 27 colegios, con 24 muy activos y que pretenden tener representación provincial o regional son cerca de 13. Como vienen los Panamericanos, el convenio que el IND con Adicpa, para sacar representantes provinciales hizo que el proceso se acelerara y se llevara a cabo en un corto plazo, pues a fines de junio debíamos tener a los clasificados. Entonces, participación propiamente tal de Adicpa, diferenciado de lo que son los clasificato-

rios del IND, fue muy poco, se pudo avanzar una fecha en algunos deportes, hacer festivales. Por eso, no se ha dado un comienzo masivo de Adicpa para lo que resta del año”.

En cuanto a la proyección para el segundo semestre, el coordinador general de Adicpa adelantó que “el fin de semana inmediato posterior a las vacaciones de invierno, que es el último de julio, retomaremos. Sabemos que el básquetbol, el vóleybol, el balonmano y el fútbol van a tener participación continuada todos los fines de semana, hasta fines de noviembre, pues es un solo campeonato hasta esa fecha. Después, en la gimnasia rítmica y la gimnasia artística, más el atletismo, el tenis de mesa y el ajedrez, juegan un rol de generar a lo menos una actividad o un evento mensual. Por ello, deberíamos tener uno en agosto, otro en septiembre, uno en octubre y el final en noviembre”.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl



Esta semana destacamos en nuestra programación

Nuestra Pauta
Lunes a viernes, a las 08.00, 13.00 y 18.00 horas.

Un resumen de las principales informaciones del día junto a nuestro equipo de prensa.

Alma Mater
Miércoles, desde las 13.30 horas.

Exalumnos de distintas carreras y generaciones de la Universidad de Concepción comparten sus anécdotas y recuerdos universitarios.

Haciendo Territorios
Jueves, desde las 21.00 horas.

Espacio de conversación entre voces diversas para imaginar y construir nuestros territorios. Programa de la Facultad de Arquitectura, Urbanismo y Geografía UdeC.

f t i

Encuentra mucho más en www.radioudec.cl

Radio UdeC
95.1

Escolar y Universitario

Ricardo Carcamo U.
ricardo.carcamo@diarioconcepcion.cl



Desde pequeña, alentada principalmente por su madre Marcela Aráñeda, Francisca Sanhueza comenzó su relación con el mundo deportivo. Un camino donde pasó por la gimnasia, el básquetbol y también por la danza. Un día, hace siete años, su mamá vio que se abrió una prueba de vóleybol en la UdeC, le comentó y fueron junto a su hermana Antonia. Si bien ella también sigue jugando, a Francisca este deporte le enganchó de tal manera que hoy su mundo gira en torno al voley, en una carrera ascendente y con un futuro prometedor.

“Un día estábamos con mi mamá descansando en la cama y ella me dijo que se abrieron cupos en la UdeC. Fuimos, me probé y me gustó, y ahí comenzó la historia con este deporte. Antes de eso había jugado sólo por el colegio, pero nada más. Estuve en la UdeC hasta 2022, y me cambié al club Murano, donde estoy actualmente, muy contenta. También sigo jugando por el colegio”, dijo Francisca, que cursa segundo medio en el Almondale Lomas.

Con una agenda plagada de partidos y entrenamientos, no le queda mucho tiempo libre. Para estudiar, aseguró que “me queda poco espacio, pues entreno todos los días. Igual, cuando tengo pruebas, voy con los cuadernos y usualmente los fines de semana tengo viajes, entonces llevo los cuadernos a todas partes. Igual me está yendo súper bien hasta ahora”.

En ese intenso diario vivir, poco tiempo le queda para hacer otras cosas. Cuando hay algún espacio, le gusta cocinar. Volviendo al deporte, sobre qué posición le gusta más en la cancha indicó que “varía dependiendo de la categoría, pero casi siempre de central o punta, aunque he pasado por todas las posiciones. En Sub 15 es así, porque no hay posiciones definidas, y en Sub 17 lo hago de punta y en todo competidor de central. Si tuviera que elegir una, me quedo con punta, que me gusta mucho”.

En cuanto a sus características como jugadora, dijo que “creo que soy muy buena recibiendo, habitualmente no me equivoco en eso, y pienso que debería mejorar en pegarle con más fuerza en ataque”. Al respecto, su mamá Marcela añadió que “tiene muy buena defensa, y al momento del ataque, porque por la posición en que juega debe hacerlo mucho, le falta un poco de fuerza. Yo la tenía en un gimnasio con personal trainer para reforzarle los brazos,



FOTOS: CAROLINA ECHAGÜE M.



FRANCISCA SANHUEZA

Una talentosa del vóleybol que sueña con la selección

Cursa segundo medio en el colegio Almondale Lomas, y además de representar a su establecimiento también defiende la camiseta de Murano. Una historia que comenzó hace seis años con un apoyo familiar que se mantiene hasta hoy y es clave para seguir creciendo en esta disciplina, donde apunta alto.

pero por falta de tiempo no pudo seguir”.

Siempre juntos

Francisca destaca que en este proceso lleno de compromisos el apoyo

familiar es vital. “Mis papás van para todos lados conmigo, me siguen siempre, me acompañan. Nunca estoy sola”. Su mamá agregó que “hace poco estuvimos en Aysén, antes estuvimos en San Felipe. Viajamos casi to-

das las semanas. Somos independientes, entonces podemos darnos la libertad de andar con las niñas para todos lados. Con el tema del colegio, el club envía certificados, aunque ellos también la saca a veces de clases para jugar. Somos cuatro, nosotros y las dos niñas, y andamos siempre juntos. No se puede pasear mucho, porque los campeonatos son muy fuertes e intensos, no hay espacios para salir a recorrer”.

Su madre también destaca el valor de hacer deporte en la actualidad. “Cuando niña era deportista, hice gimnasia, estuve en el Coca Cola barras, también voley y basket, entonces de muy chiquititas las ingresé a ellas en varias disciplinas. El voley se quedó finalmente, y entiendo muy bien el tema de las competencias, del amor por el deporte. Hoy en día, el deporte es realmente, como están las cosas, un gran apoyo para sacarlos de las pantallas, desconectarse de eso... Al inicio la puse en gimnasia, pasaron por la danza, básquetbol y se abrió esta oportunidad del voley en la UdeC y se encantaron, principalmente Francisca. Eso igual es un tema bien personal, de quedarse en una disciplina y ser constante, como le pasa a ella con el voley”.

Francisca tiene claro que quiere seguir por mucho tiempo dentro de la cancha. De hecho, le gustaría obtener una beca deportiva para estudiar una de las dos carreras que tiene como opciones: psicología o arquitectura. Además, aseguró que “me gustaría mucho llegar a la selección chilena cuando sea más grande. Me esfuerzo mucho en el deporte, y estoy trabajando para eso”.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl

Entretención & Servicios

Santoral: Verónica

EL TIEMPO

HOY **5/10**

MARTES 5/10 MIÉRCOLES 5/13 JUEVES 6/13

LOS ÁNGELES 7/10

RANCAGUA 6/10

TALCA 8/10

SANTIAGO 7/11

CHILLÁN 8/11

ANGOL 2/10

TEMUCO 1/11


P. MONTT -2/7

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



	VITORES		↓	VESANIA	ANSAR	USTED	DERMIS DESECAR		↓	CAPITAL NORUEGA	↓
	TALCA PARIS Y...										
	AQUI					PRONOMB. PERSONAL REGISTRARSE					
	ALTERAN							FLAUTA TURCA "FALSO"			
CHARLA	↓	PASMADO	ANTORCHA	RUEDOS TAURINOS 50 - 1						OXIGENO LIAR	
						AIREAN VOCAL					
▶						LIARSE CASI ISLA		↓	UNIDAD MEDICA AZOE		
PLANTA CRUCIFERA											
DIOSA CANALLA				PERCIBI APATICO		CIRCULA PREFIJO AIRE					LA PRIMERA
			OCA BEDEL AL REVES					INVOCA			
▶											
TALEGAS											
NOCIONES						D CARENTE					
MONEDA INGLESA					BAJO RENIO					FIN DE FOTO	
YODO		LETRA Y BAILE		RIO EUROPEO CINCO		↓	DEUTERIO CHA				
▶											▲

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:	800 800 767

FARMACIAS DE TURNO

CONCEPCIÓN	
Innovafarma	Ahumada
• San Martín 815, Dpto. 104	• Av. Juan Bosco 501 (Atención durante las 24 horas)
SAN PEDRO	
Ahumada	
• Michimalonco 1120 (Atención durante las 24 horas)	
CHIGUAYANTE	
S/I	
• S/I	
TALCAHUANO	
S/I	
• S/I	

SUDOKUS

FÁCIL

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

MEDIO

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

EXPERTO

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