



Estimadas vecinas y vecinos:

Iniciamos el 2022 con grandes desafíos, pero provisionados de importantes aprendizajes que nos dejó el convulsionado 2021. En materia de salud, en Valparaíso mantendremos nuestros esfuerzos y dedicación en la gestión de la pandemia en distintas dimensiones.

A la campaña de vacunación, el testeo, la prevención, la socioeducación focalizada en el autocuidado, sumaremos una campaña participativa por mejorar la infraestructura sanitaria comunal, no sólo de los CESFAM, mirando en forma armónica y completa a la red de salud pública, que tiene como principal objetivo la construcción de un nuevo hospital para Valparaíso. La pandemia dejó de manifiesto que el Hospital Carlos Van Buren ya no tiene la capacidad para responder a los requerimientos que estos tiempos demanda.

En enero nos comprometimos con una modificación presupuestaria por \$150 millones para mejorar la actual infraestructura de nuestros CESFAM, y trabajaremos por la presentación de una propuesta general que haremos llegar al nuevo Gobierno para que Valparaíso tenga una infraestructura sanitaria digna, con un nuevo hospital y más y mejores CESFAM.

A estos esfuerzos y prioridades destacamos la herramienta que -confiamos- ayudará a alcanzar nuestros objetivos, el Plan de Salud Comunal de Valparaíso, aprobado el año pasado y que regirá por un período de tres años (2022-2024). Una hoja de ruta que fue construida con un importante

componente participativo, que tiene un énfasis en la promoción y que pretende que el concepto de buen vivir sea entendido y compartido por todos los actores del escenario de la salud pública comunal.

El Plan de Salud Comunal no sólo reconoce la necesidad de seguir avanzando sanitariamente con la respuesta a la pandemia, sobre todo ante los efectos que ha provocado en la población, sino que también vuelve a mirar los servicios populares de la Red de Salud Popular de Valparaíso como parte de la red de atención primaria, como aquello que modifica la situación del mercado de la salud, proponiendo y apostando por una mayor ampliación.

Así comenzamos este 2022, con la convicción de que podremos seguir avanzando por una mejor salud para Valparaíso, reconociendo la importancia de la cogestión y la participación, herramientas que nos permitirán trabajar en pos del buen vivir y consolidar una red comunal de salud por el buen vivir.



Alejandro Escobar Lobos

Director Área de Salud
Corporación Municipal
de Valparaíso

Entrevista a la

presidenta del Consejo Local de Placilla Ana Silva



¿Qué es lo que le interesa al Consejo Local y las organizaciones comunitarias informarle a sus vecinos respecto de lo que ocurre en salud en el territorio?

Lo más importante es que se conozca que existe un Consejo Local de Salud, que está conformado por usuarios de la salud pública del CESFAM y se necesita apoyo. Además de que en 5 años aún el Servicio de Salud de Valparaíso San Antonio no ha cumplido con la construcción del SAR, a pesar que el proyecto estaba financiado desde el principio. Que la reposición del nuevo CESFAM para Placilla se ha retrasado en dos años por la burocracia de este mis-

mo servicio, además de MINSAL. No se ha tomado en cuenta las grandes necesidades de esta población que crece cada año a razón de mil habitantes. Lo importante es que la población esté enterada y asuma un compromiso de ayudar a exigir que se cumplan los compromisos asumidos con la comunidad.

¿Qué está realizando actualmente el Consejo Local -como gestión de salud- en el territorio?

Estamos trabajando hoy prioritariamente en la gestión de reuniones y entrevistas con diferentes referentes públicos para exigir los compromisos. Además hemos cooperado

con los test de PCR en los territorios de Placilla. Y trabajamos con la Escuela de Teatro de la Universidad de Valparaíso y Malabircro en una acción cultural en la plaza Peñuelas.

¿Qué pueden hacer las vecinas y vecinos para apoyar la labor que cumple el Consejo Local?

Difundir todos estos temas, exigirles a las autoridades, a las organizaciones sociales, que se cumplan los programas, porque en tiempos de pandemia los mismos proyectos de hace 5 años atrás, quedaron bastantes obsoletos. Apoyen y que entreguen las demandas que ellos tengan a cada organización, que se incluya el tema de

salud en Placilla, porque hay una sobrecarga de población y el consultorio no da abasto.

Entrevista Programa de Salud Mental, CESFAM Placilla

Marcia Torreblanca

¿Cómo funciona actualmente el programa de salud mental?

El programa está actualmente funcionando con atención virtual mediante plataformas como Zoom o llamada telefónica. Además, desde agosto contamos con un psicólogo que realiza atención presencial para casos específicos. Existe una alta demanda, por lo que hemos tratado mantener los tratamientos que nuestros usuarios tienen, por lo menos, en la parte farmacológica, en especial aquellos medicamentos que requieren de un control. Estamos intentando disponer de la mayor cantidad de horas, pero ha sido difícil y hay lista de espera.

¿Qué consejos tiene para la comunidad respecto a la salud mental?

En el caso de que una persona quiera ingresar al Programa de Salud Mental se debe llamar a los números del CESFAM, la línea telefónica OIRS 32-2136108 o 32-2136109, y mediante esta vía se solicitan las horas a través de un formulario, y se asignan las horas bajo un criterio

de priorización de casos. De todas formas, vale recalcar que para los casos de urgencia es recomendable que se dirija al SAPU del CESFAM o Unidad de Emergencias del Hospital Carlos Van Buren.

¿Qué aspectos son importantes de relevar cuando hablamos de salud mental?

Cuando hablamos de salud mental, es necesario mencionar que, en primer lugar, uno insta a las personas a utilizar las herramientas personales que poseen para resolver los conflictos. Todas las personas, así como tenemos una salud física, tenemos una salud mental, esto es un tema integral, ambas impactan de igual manera la una sobre la otra. La salud mental es parte de nuestras vidas, nuestros cuerpos, nuestras relaciones sociales, por lo que principalmente se hace una llamado a la prevención de enfermedades de salud mental, de la misma manera en la cual se insta a prevenir enfermedades de salud física, lo cual es posible mediante el autocuidado.



TU SALUD MENTAL ES IMPORTANTE



¿Cuáles serían algunas medidas de autocuidado respecto de la salud mental que la población/ciudadanía puede implementar en su vida cotidiana?

Respecto al autocuidado se invita a la comunidad a mantener dentro de sus rutinas, en la medida de lo posible, actividades recreativas, de relajación y ocio. Además, se invita a que, si es posible, vía remota, mantenga el contacto con su familia y amigos, con la idea de reforzar las redes de apoyo que cada persona ha construido, ya sea su núcleo familiar, vecinal o comunal. La idea no es tener que llegar a tratar una enfermedad en el CESFAM, la idea es poder prevenirla; para ello,

es necesario darse estos tiempos, ya que, obviamente, no todo es trabajo. Por último, es importante tener paciencia, estamos haciendo todo lo posible para tratar de responder a la alta demanda a la cual nos enfrentamos. Sabemos que no estamos en un contexto fácil, pero se deben buscar maneras alternativas, por ejemplo, salir a caminar, mejorar hábitos de sueño, la alimentación, como bien dije esto es algo integral, que incluye muchos factores.

CESFAM SAPU **PLACILLA**

Teléfonos de Contacto:

- Atención dental y salud mental: a través de OIRS
- OIRS: 32-2136108 y 32-2136109
- SAPU 32-2136128
- Farmacia satélite: 32-2136116
- Salud responde 600 360 77 77



ATENCIÓN

Si Ud realizó cambio de domicilio o número telefónico



No olvide **ACTUALIZAR SUS DATOS** en **OIRS**

Oficina de Informaciones Reclamos y Sugerencias

EL TABAQUISMO ES UNA ENFERMEDAD ADICTIVA CRÓNICA

EL TABACO ES LA PRINCIPAL CAUSA EVITABLE DE MORTALIDAD

EFFECTOS DE DEJAR DE FUMAR

- AHORRAS DINERO** SI FUMAS 10 CIGARETILLAS MENSURALES PUEDES AHORRAR ENTRE \$35.000-\$40.000
- DISMINUYEN LAS ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES** RELACIONADAS CON EL CORAZÓN Y LOS VASOS SANGUÍNEOS
- REDUCE EL RIESGO DE CÁNCER** COMO EL CÁNCER GÁSTRICO PULMONAR DE VEJIGA ENTRE OTROS
- REDUCCIÓN DE ENFERMEDAD PULMONAR** DISMINUYE EL DETERIORO ACCELERADO DE LA FUNCIÓN PULMONAR
- DISMINUYE OSTEOPOROSIS Y RIESGO DE FRACTURA DE CADERA** PUEDE REVERTIRSE LA PÉRDIDA DE DENSIDAD MINERAL ÓSEA
- REDUCCIÓN DE ENFERMEDAD PERIODONTAL** COMO LA GINGIVITIS Y PERIODONTITIS

RECUERDA: AL FUMAR NO SOLO TE PERJUDICAS A TI, SI NO QUE TAMBIÉN A LOS QUE TE ROBAN!

Logos: Universidad de Valparaíso, CESFAM SAPU, OIRS

Cesfam Sapu Placilla

Cesfam SAPU Placilla Oficial

Cesfamsapuplacilla

Periódicamente estamos realizando reuniones ampliadas con CLS y/o las organizaciones comunitarias y personas de la comunidad. Si te interesa participar, contáctate con nuestro Encargado de Participación y Promoción:
TS. Daniel Parraguez
dparraguez@cmvalparaiso.cl

Las entrevistas e información contenida en este boletín, fueron realizadas por Javiera Celis y Benjamín Rojas, estudiantes de Trabajo Social de la Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, en conjunto con Equipo CESFAM.

Equipo Editor:

Equipo Subdirección de Participación Comunitaria e Intersectorialidad Corporación Municipal de Valparaíso 2021.

Paulina Salvatierra, estudiante de Periodismo de la Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, supervisada por periodista de la Corporación Municipal de Valparaíso 2021.