

La Importancia De Cuidar Nuestra Salud Mental En Tiempos De Covid

18/10/2021



Marcela Cárdenas Bohle

Seremi de Salud (s) región de Los Lagos

En octubre conmemoramos el mes de la salud mental, una instancia propicia para sensibilizar sobre la importancia que tiene en nuestra calidad de vida y recordar que prevenir los problemas de salud mental y conversar sobre ellos es importante para no descuidar nuestra salud física.

Por eso, en esta fecha y siempre, es importante hablar sobre salud mental, como una forma de dejar de lado los prejuicios y estigmas a los que muchas veces se asocia, en especial en este tiempo en que nuestras vidas cotidianas se han visto alteradas como consecuencia de la pandemia de COVID-19, que ha tenido un gran impacto en la salud mental de las personas, aumentando los nuevos casos de afecciones de salud mental y empeorando las preexistentes.

Son muchos quienes han experimentado sentimientos de angustia o temor por los efectos inmediatos del virus en la salud, por el aislamiento físico, por temor a contagiarse o por perder a

miembros de su familia.

Por más de un año las personas se han distanciado físicamente de sus seres queridos, han perdido familiares o amigos, se han enfrentado a diversos problemas económicos por haber perdido sus ingresos o tuvieron un aumento de la carga laboral o familiar, repercutiendo todo esto en la salud mental.

Frente a esto, es importante tener en cuenta que es un tema que se debe evidenciar, conversar y, sobre todo, pedir ayuda. Pasarlos mal no es sinónimo de debilidad, contarles a otros cómo nos sentimos es un acto de confianza.

Con esta pandemia también han surgido nuevos conceptos como la "fatiga pandémica", instaurado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) para referirse a la reacción ante las medidas necesarias para cuidar la salud de las personas, las cuales terminan generando un agotamiento generalizado, lo cual puede llevar a que las personas se cuiden menos, usen menos mascarillas, se laven menos las manos y, por lo tanto, se expongan más a la posibilidad de contagio, por eso es importante reforzar siempre el llamado al autocuidado, no bajar los brazos y seguir tomando todas las medidas, pues esta pandemia aún no ha terminado y de todos depende disminuir las probabilidades de contagio.

La invitación es a cuidar de nuestra propia salud mental y prestar apoyo a los demás, sobre todo a aquellas personas que viven con una de las enfermedades mentales más comunes, como la depresión.

Zonas De Interés Turístico En Los Lagos

18/10/2021



La región de Los Lagos tiene cinco Zonas de Interés Turístico (ZOIT) declaradas, demostrando el trabajo participativo que lograron los distintos destinos turísticos. Los municipios solicitan la herramienta de planificación, en conjunto con los empresarios, para generar identidad y levantar la carpeta de proyectos en torno a las brechas detectadas. Es una hoja de ruta para el desarrollo turístico sustentable de esa zona en particular.

Hay que recordar que la región es conocida por desarrollar el turismo sustentable articula a los servicios públicos, municipios y sector privado, dando inicio al plan de acción de la ZOIT Lago Llanquihue y ZOIT Río Puelo, Cochamó y Hualaihué.

“Las Zonas de Interés Turístico tienen una visión integral. Lo central es el turismo, pero hay dimensiones de sustentabilidad, capital humano, capacitación, generación competencias, infraestructura y equipamiento, desarrollo de

productos y promoción. Esa mirada impulsa el desarrollo del turismo sustentable que es el sello por el cual trabajamos en nuestra región”, explicó Paulina Ros, directora regional de Sernatur.

La ZOIT es la única herramienta reconocida por la Ley de Turismo N° 20.423 para priorizar la ejecución de programas y proyectos públicos de fomento al desarrollo de la actividad turística, como la asignación de recursos destinados a obras de infraestructura y equipamiento necesarios. Este año el Comité de Ministros para el Turismo declaró las ZOIT Río Puelo, Cochamó y Hualaihué, ZOIT Chaitén y ZOIT Lago Llanquihue, junto a la ZOIT Futaleufú – Palena y ZOIT Chiloé, la región de Los Lagos, cuenta con cinco territorios declarados. Prontamente se actualizará la ZOIT Isla Tenglo, Angelmó a la ley vigente, mientras que la ZOIT Puyehue y Río Bueno, la primera declaratoria birregional del país, se encuentra en etapa de participación ciudadana.

INDESPA Abre Programa En Apoyo A Pescadores Artesanales

18/10/2021



Este llamado entrega recursos totales por 800 millones de pesos a nivel nacional, con un máximo de 200 millones de pesos por proyecto seleccionado en alguna de las dos líneas de inversión disponibles.

Mariela Guzmán, encargada regional de Indespa, detalló que esta convocatoria está dirigida a organizaciones que ya cuentan con formalización comercial y con iniciación de actividades, las cuales serán apoyadas a través de dos líneas de financiamiento. “La primera de Mejoramiento Comercial las organizaciones pueden optar a inversión en capital de trabajo, mano de obra, servicios profesionales, arriendos y otros ítems adecuados al proceso de comercialización y/o de logística. Los postulantes a esta línea deben presentar un plan estratégico comercial, un plan de marketing y un plan financiero que permita evaluar la pertinencia de la inversión”, destacó la profesional.

Un segundo eje de este llamado es Apoyo a la Actividad Productiva, “aquí los recursos son para financiar equipos asociados a actividades productivas de la organización. Los postulantes deben acompañar esta postulación junto a un plan de administración que considere la gestión del equipamiento y

mantención, entre otros aspectos”, explica Guzmán.

Las postulaciones para este concurso público están abiertas hasta el 11 de noviembre a través de la página web de Indespa www.indespa.cl y todas las consultas se pueden realizar al correo gestioncomercial@indespa.cl .

Ley Que Moderniza A La Dirección Del Trabajo

18/10/2021



Con el objetivo de modernizar sus sistemas de gestión, fiscalización y mediación, además de dar atención especializada a las micro, pequeñas y medianas empresas, entró a partir del 1° de octubre a regir en plenitud la Ley N°21.327.

Publicada en el Diario Oficial el 30 de abril de este año, la

nueva norma legal permite a la DT incorporar mayor tecnología a sus procesos y actuaciones, reduciendo con ello los tiempos de espera y digitalizando trámites y gestiones. Asimismo, impulsa nuevas formas de fiscalización, esencialmente electrónica, fomenta y fortalece la mediación en la negociación colectiva y crea una unidad de atención a las mipymes.

En lo interno, el texto fortalece las normas de ingreso a la institución y reconociendo su relevante función, intensifica la profesionalización de sus funcionarios actuales y futuros, además fija una nueva planta del Servicio.

En su ámbito operativo, la nueva norma legal define ocho ejes principales:

Modernización de la gestión, Registro Electrónico Laboral, Mejoras en el proceso de fiscalización, Fortalecimiento de la mediación, – Creación de la Unidad de Apoyo al Emprendedor (Mipymes) en la DT y diferenciación de multas entre micro y pequeñas empresas, Solicitud de término de la calificación de único empleador (Multirut), Consulta pública sobre instrucciones, pronunciamientos y otras normas de la DT y Compendio anual de dictámenes, ordinarios, circulares y órdenes de servicio. Todas las normativas las puedes encontrar en www.direcciondeltrabajo.cl

Desafíos De Ciencia, Tecnología E Innovación

18/10/2021



Paola Ballerino, Directora de Innovación y Transferencia Tecnológica de la Universidad de Los Lagos junto a Franklin Valdebenito G., Director de Innovación y Transferencia Tecnológica de la Universidad de La Frontera y Director del Proyecto ANID “Nodos para la Aceleración de Impacto Territorial de la Ciencia, Tecnología, Conocimiento e Innovación año 2020 (CTCi)”, en representación del NODO CONEXIÓN SUR, invita a participar del Seminario-Taller: Desafíos de Ciencia, Tecnología e Innovación, que se realizará en las regiones de La Araucanía, Los Ríos y Los Lagos.

El NODO CONEXIÓN SUR está integrado por las universidades regionales de La Frontera, Católica de Temuco, Austral de Chile y Los Lagos, quienes junto a representantes de las regiones de La Araucanía, Los Ríos y Los Lagos, provenientes de los sectores público, privado, académico y la sociedad civil, tienen por objetivo articular el ecosistema local de Ciencia, Tecnología, Conocimiento e Innovación, identificando y validando brechas para el correcto desarrollo científico-tecnológico de la macro región, estableciendo prioridades en torno a necesidades o áreas específicas y generando una hoja de ruta y estrategias de participación para abordarlas.

En este marco, el Seminario-Taller, será una instancia de discusión y debate participativo, que tendrá como principal propósito identificar y recoger opiniones, percepciones y propuestas respecto de los Desafíos Transversales de la macro región, los requerimientos y demandas en torno a las capacidades científicas, tecnológicas e innovativas de las regiones que la componen, así como los desafíos de Sostenibilidad, Revolución Tecnológica e Industria 4.0 y los desafíos Sociales, Culturales e Interculturales de nuestros territorios.

En La Región de Los Lagos el Taller se realizará vía zoom el día 20 de octubre 2021, en horario de 15:00 a 17:00 hrs.

Inscripciones en este link:
<https://forms.gle/y4N8rbyT2uLYq62D7> .