

USUARIOS DEL PROGRAMA DE SALUD MUNICIPAL PARTICIPARON EN ACTIVIDAD DEPORTIVA REALIZADA EN LOS ANDES

Abril 4, 2025



El evento estuvo enmarcado en la celebración del Día Mundial de la Salud Física.

RINCONADA.- Una activa participación tuvieron los usuarios del programa de salud municipal de Rinconada “Elige Vida Sana” en el evento realizado este jueves en Los Andes con motivo de la celebración del Día Mundial de la Salud Física.

La actividad desarrollada en el Parque Urbano, reunió a decenas de personas en torno al movimiento, el deporte y los hábitos de vida saludables.

La jornada fue organizada por la Promoción de Salud Comunal y el CESFAM Cordillera Andina, e incluyó una gran Masterclass de Actividad Física con disciplinas como zumba, GAP y aerobox.

En la ocasión los asistentes no solo disfrutaron del evento, sino que además promovieron activamente el mensaje de bienestar y vida saludable en comunidad, reforzando el compromiso con la prevención y el autocuidado.

Desde la organización se valoró el espíritu participativo de todos los asistentes, y se agradeció especialmente al alcalde de Los Andes, Juan Galdames Carmona, por facilitar los espacios públicos para el desarrollo de este tipo de iniciativas que fortalecen los lazos comunitarios y promueven una mejor calidad de vida.

La jornada concluyó con una alta valoración por parte de los participantes, quienes reconocieron el valor de estas instancias para fomentar la actividad física como parte esencial del bienestar integral.





 **Rinconada**
MEDA CONFIANZA



  **CESFAM**
Rinconada de Los Andes





Rinconada
ME DA CONFIANZA

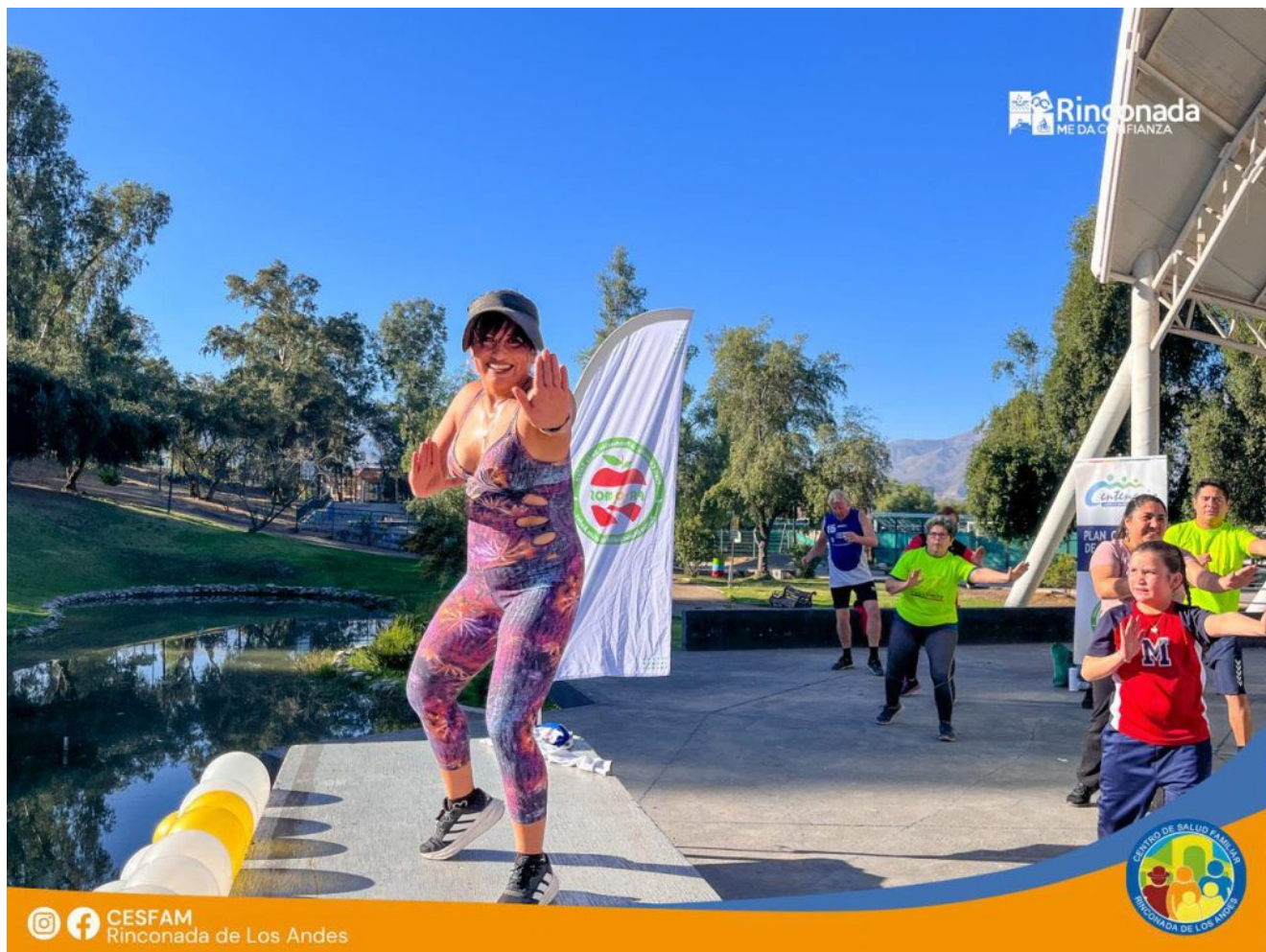


M
ada de Los Andes



Rinconada
MEDA





Área de Salud Municipal entregó recomendaciones para enfrentar ola de calor.

Abril 4, 2025



Temperaturas en el valle del Aconcagua, irán en aumento pudiendo llegar hasta los 39 grados.

VIDEO/RINCONADA.- Serios inconvenientes en la salud de las personas, animales, plantas, vegetación y seres vivos en general, podrían causar las altas temperaturas que se están registrando en algunas ciudades del país y que han originado que el Servicio Nacional de Prevención ante Desastres SENPRED, decretara Alerta Roja.

Esta ola de calor ha motivado además, que el delegado presidencial provincial de Los Andes, Cristian Aravena, convocara a una reunión del COGRID, con el fin de coordinar medidas preventivas, ante la citada situación.

Bajo este contexto es que el subdirector médico del Centro de Salud Familiar de Rinconada, doctor Nino Marín Navarro, entregó una serie de recomendaciones para evitar problemas de salud asociados a las altas temperaturas.

“Ante la “ola de calor” que afectará a nuestra zona es que queremos hacer un llamado a toda la comunidad de Rinconada y ciudades vecinas a tomar las precauciones del caso, y donde lo más importante es evitar directamente la exposición al sol, especialmente entre las 11:00 y las 16:00 horas”, señaló el facultativo médico.

El doctor Nino Marín Navarro, agregó que “entre las recomendaciones para enfrentar esta situación se encuentran “beber constantemente líquidos, usar protección solar siempre por sobre el factor 30, vestir ropa ligera, holgada de colores claros, evitando telas sintéticas que no permitan la transpiración de la piel”.

En caso de la exposición constante a las temperaturas extremas, el funcionario de salud indicó que es necesario estar pendiente a las señales de alarma que genera nuestro cuerpo, como por ejemplo el agotamiento, deshidratación,

fatiga, mareos, náuseas e incluso desmayos.

RECOMENDACIONES

Entre las recomendaciones entregadas por SENAPRED en su decreto de Alerta Roja, se cuentan:

- Mantenerse informados respecto a los pronósticos del tiempo
- Mantener vigilancia en sectores forestales
- Evitar la exposición al calor extremo de las personas
- Limpiar la vegetación seca alrededor de las casas
- No tirar colillas, prender fogatas ni quemar basura o vegetación
- Evaluar la suspensión de actividades masivas programadas al aire libre
- Evaluar la suspensión de las actividades agrícolas, debido al riesgo de incendios

Sábado 25 de noviembre a

partir de las 10:00 horas Primera Máster Class de Yoga en Aconcagua con sede en Rinconada.

Abril 4, 2025



VIDEO/RINCONADA.- Monumental actividad deportiva se realizará este próximo sábado 25 de noviembre a partir de las 10:00 horas en la piscina municipal de Rinconada.

El evento es abierto a todo público desde los 10 años y es totalmente gratis, es organizado por el Municipio de Rinconada a través del Programa Comunal de Deportes y con apoyo del Comité de Promoción de Salud del Cesfam rinconadino.

“No solo será Yoga Vinyasa Flow, habrá Cristal Sound Bath Inmersión y mucho más”. Así lo indicó la profesora de Yoga Loreto Quintana, junto a Kattia Martínez, quien estará a cargo del “viaje de sonido” y el encargado de Deportes de la comuna Juan Francisco Valle, quien invitó a toda la comunidad a participar.

“Lo importante es participar no requiere tener experiencia anterior en la disciplina muy por el contrario la idea es la comunidad se vaya sumando, va haber grupos diferenciados, será una clase multinivel y es mixta, nos pueden acompañar damas y varones”. Indicaron.

“PROGRAMA SALUD AL DÍA”, DEL CESFAM RINCONADA. LUNES 05 DE JUNIO 2023

Abril 4, 2025



Conduce: Cristian Ramírez, encargado del Programa de Promoción de Salud del CESFAM Rinconada.

Cesfam Rinconada informa de nuevas líneas telefónicas para los usuarios, esto a raíz de cambio en la empresa proveedora.

(Primer bloque): Cristian Ramírez, encargado del Programa de Promoción de Salud del CESFAM Rinconada.

(Segundo bloque): Cristian Ramírez, encargado del Programa de Promoción de Salud del CESFAM Rinconada.

Programa Elige Vida Sana desarrolla estrategia que busca la prevención de enfermedades

Abril 4, 2025



VIDEO/RINCONADA: El Programa Elige Vida Sana Rinconada busca fomentar estilos de vida saludable a través de distintos profesionales que forman parte del equipo multidisciplinario.

Con el apoyo de un amplio equipo de profesionales de la salud se ejecuta en distintos lugares de la comuna dependiendo la necesidad como la estación del año. Sedes sociales, gimnasio municipal, piscina, entre otros. Cuenta con cupo para interesados e interesadas quienes deseen o necesiten hacer un cambio de vida más sana.

“El equipo del CESFAM que no tan solo se preocupa del control nutricional, sino que también de que los usuarios (as) se sientan cómodos, orientarlos en otras prestaciones que tiene el CESFAM, generar redes para resolver y ayudar a los usuarios que participan en el programa”. Indica Nathaly Rojas Ballen, kinesióloga del Programa elige Vida Sana, del CESFAM Rinconada.

Exitoso funcionamiento de la Farmacia Comunal en sus primeras semanas de atención a la comunidad.

Abril 4, 2025



VIDEO/RINCONADA: En Radio Rinconada Patricia Orellana, profesional química farmacéutica, de la farmacia comunal de Rinconada. Nos entrega un balance de las primeras semanas de su funcionamiento y nos comparte importante información.

Rinconada: Concejo municipal aprueba el presupuesto de 10.435 millones de pesos.

Abril 4, 2025



Con los votos a favor de los concejales Wilson López, Miguel Escobar, Juan Urbina, sumado al del alcalde y con los votos en contra de los ediles Miguel Tamaya, Carlos Montenegro y Juan Castillo, se aprobó el presupuesto municipal para el periodo 2023.

VIDEO/RINCONADA: El presupuesto histórico permitirá ejecutar una gran cantidad de programas sociales en beneficio de la comuna.

“me hubiese gustado que se hubiese aprobado por la mayoría del concejo, los concejales tuvieron la propuesta del presupuesto por mucho tiempo, más de un mes y en muchos casos no pusieron objeción como tampoco realizaron consultas y hoy lo rechazan porque según ellos tienen dudas, tuvieron todo el tiempo del mundo para resolver sus dudas y no lo hicieron. Lo importante es que este presupuesto no se aleja de lo que prometimos a la comunidad en campaña no nos hemos alejado de eso y dentro de nuestros principales pilares son; vivienda, social, becas, deporte, casas, entre otros temas”. Indicó el alcalde Juan Galdames Carmona.

FERIA DE SALUD MENTAL,

RINCONADA 2022.

Abril 4, 2025



VIDEO/RINCONADA: Entregar información y fomentar la prevención tuvo por finalidad una nueva versión de la Feria de la Salud Mental, que se realizó en el frontis de la municipalidad por parte del CESFAM de Rinconada. Evento desarrollado este viernes 14 de octubre desde las 10:00 a 12:00 horas.

La actividad se enmarca en la #SemanaDeLaSaludMental por lo que el programa MAS invitó a personas mayores de 60 años a participar de la III caminata del adulto mayor 2022.

La Feria de Salud Mental, se realizó en el frontis del municipio donde se realizaron una serie de actividades educativas y talleres deportivos para todos los asistentes.

CESFAM de Rinconada entrega materiales de estimulación a

niños de la comuna.

Abril 4, 2025



VIDEO/RINCONADA: Una importante entrega de materiales de estimulación se encuentra realizando el CESFAM de la comuna de Rinconada a través del programa Chile Crece Contigo (Chcc).

El material partió siendo entregado de manera masiva el pasado miércoles 15 de Junio en el operativo de entrega comunal, donde los usuarios lo pudieron retirar directamente.

Requisitos de entrega:

☐Retirar en CESFAM Rinconada de 14 a 17:30 horas, en la oficina de la unidad social.

☐Retira con documento de identificación del niño (a) y carnet de control o inscripción en el centro de salud.

☐Puedes retirar desde los 0 hasta los 4 años 11 meses, salvo control DIADA.

☐Sólo se entregará el material correspondiente a la edad actual del niño (a).

☐Pueden acceder niños que reciben sus controles de salud en la red pública y que no han podido acceder a los materiales que les corresponden.

CESFAM Rinconada implementa amplio plan de mejoras para usuarios.

Abril 4, 2025



VIDEO/RINCONADA: Dado necesidades planteadas por Alcalde Juan Galdames, usuarios y funcionarios del CESFAM, se encuentran implementando mejoras para un buen funcionamiento y atención a usuarios del CESFAM Rinconada.

Entre las mejoras se encuentran:

- Se distribuyen funcionarias fijas en módulos SOME, 4 módulos.
- Se habilita 1 teléfono cada 2 módulos: 1 en Módulo 1 y 2 y otro en módulo 3 y 4.

Deben ser respondidas todas las llamadas de los usuarios, entrega de horas médicas y otros profesionales, consultas de los usuarios Teléfono:

1: fijo 2-401070

2: fijo 2-401641

- Funcionamiento desde las [08:00](#) a 20:00

- Se mantiene línea 800432543 para entrega de horas medicas morbilidad, desde las [06:30](#) hasta las 17:00
- Se mantiene número de celular +56931765979 para consultas y entrega de horas para adultos mayores y niño/as menores de 2 años, desde las [07:30](#) hasta las 17:00.

Existencia de anfitriona que cumple funciones de:

- Recibir a los pacientes, familiares y a otros acompañantes.
- Informar, orientar y apoyar a los usuario/as y a sus familiares en los procesos de inscripción, atención de salud del CESFAM y de derivación a los otros niveles de atención.
- Dar prioridad a los grupos etarios más vulnerables (niños y adultos mayores).
- Responder, registrar y devolver las llamadas de teléfono, proporcionando la información solicitada por el usuario.
- Facilitar información y cumplimiento de la Ley de Derechos y Deberes de los Pacientes.
- Mantener la confidencialidad de la información de los pacientes.
- Permitir el acceso de las personas migrantes y usuarios que lo soliciten, a una atención en salud con enfoque intercultural y complementario, para obtener resolución integral y oportuna de sus necesidades de salud.
- Entrega de bebida caliente a los usuarios post atención, post tomas de muestras, dadas las bajas temperaturas, siempre resguardando las medidas de control sanitarias.
- Colocación de estufas en sala de espera del CESFAM y vacunatorio.
- Colocación de sillas en salas de esperas del CESFAM.

- Proceso de compras de carpa para sala de espera de dental.