

# Padre Hurtado

Infórmate

MUNICIPALIDAD  
PADRE HURTADO



Mejor Comuna

DISTRIBUCIÓN GRATUITA

Mayo 2020



/mph.cl



muni\_mph



@mph\_chile



www.mph.cl



canalmunicipal



Pág. 3

Una ayuda para todos los vecinos:

## MUNICIPALIDAD DE PADRE HURTADO ENTREGA MEDICAMENTOS A DOMICILIO



Pág. 2

### COMPROMETIDOS CON LA SALUD:

Medicina general, kinesiología y psicología son las especialidades que puede solicitar por telemedicina

### NUEVO MAMÓGRAFO

Beneficiará a gran cantidad de usuarias de nuestra comuna

Pág. 6





## Salud mental en tiempos de coronavirus:

Salud



# Recomendaciones para afrontar el covid 19

La pandemia del Covid 19 ha impactado psicológicamente en cada uno de nosotros. El miedo y la incertidumbre sobre cuánto durará esta emergencia y cuáles serán sus efectos, son actualmente una importante fuente de estrés para la gran mayoría de nosotros.

Es por esta razón, que conversamos con la psicóloga Paula Llanos, encargada de Salud Mental de nuestra comuna, quién nos entregó importante información para sobrellevar el confinamiento ocasionado por la emergencia sanitaria.

Para Paula, uno de los aspectos que se pueden controlar en la pandemia recaen tanto en las políticas sanitarias como en el compromiso que cada uno de nosotros adopte frente a esta: "Reconocer la capacidad de control y decidir usarla nos empodera y también nos alivia, pues sentimos que hacemos algo para cuidarnos y cuidar a los demás", añade la psicóloga.

Pero ¿es posible afrontar saludablemente el aislamiento? Llanos comenta que sí, "Cuando es inevitable, conviene aceptarlo como una medida de cuidado y valorarlo, además, como un acto solidario. También comprender que las emociones negativas que nos genera son normales, nos permitirá reconocerlas, compartirlas y aceptarlas", afirma Paula.

Es importante precisar que la Municipalidad de Padre Hurtado ha afrontado esta emergencia sanitaria de la mejor manera brindando apoyo psicológico a todo aquel que lo requiera, y así paliar los efectos ocasionados por el confinamiento por el Covid 19.



Paula Llanos, encargada de Salud Mental de nuestra comuna.

## Comprometidos con la salud:

# Medicina general, kinesiología y psicología son las especialidades que puede solicitar por telemedicina

En medio de la pandemia que nos afecta como país, existen muchas dudas médicas de nuestros vecinos. Es por esta razón, que la Municipalidad de Padre Hurtado a dispuesto el sistema de telemedicina, que consiste en la atención médica a distancia mediante videollamada.

Las especialidades disponibles serán medicina general, kinesiología y psicología. En la que todos los usuarios de nuestro Cesfam Juan Pablo II podrán optar al servicio.



Para agendar una hora tienes que llamar al teléfono 800000099 y nuestros profesionales del área de la salud te devolverán el llamado para asesorarte en tu consulta y evitar exponerte a un posible contagio por Covid -19.



# Farmacia comunal entrega medicamentos a domicilio



Salud



La Municipalidad de Padre Hurtado con la Farmacia Comunal y el Cesfam entregarán medicamentos y productos a domicilio a los vecinos que lo soliciten.

En el caso de la Farmacia comunal, este servicio se puede solicitar enviando un whatsapp al número +5620739909 más la receta médica del medicamento. En cambio, para solicitar medicamentos del Cesfam Juan Pablo II, los vecinos pueden llamar al 228113100 o 228114014.

“Como Municipalidad de Padre Hurtado, estamos muy contentos de poder entregar este beneficio a todos nuestros vecinos, principalmente adultos mayores, que requieran medicamentos o insumos.

Sabemos de la importancia de que la ciudadanía se mantenga en sus hogares por el Covid-19, por lo que haremos nuestro mayor esfuerzo para atender toda la demanda de nuestros vecinos”, aseguró la Directora de Salud Ana María Miranda.





Combatiendo el coronavirus:

# Municipio de Padre Hurtado instala túnel sanitizador en el Sapu para evitar propagación del Covid - 19

Una serie de medidas ha implementado la Municipalidad de Padre Hurtado para evitar la propagación del coronavirus, una de ellas es la instalación de un túnel sanitizador.

Gracias a la donación realizada por la empresa In Machine, el túnel fue instalado en un punto estratégico de la comuna, se trata del Sapu Santa Rosa de Chena. Esto quiere decir, que las personas que asistan al centro de salud podrán estar completamente protegidos evitando así posibles contagios.

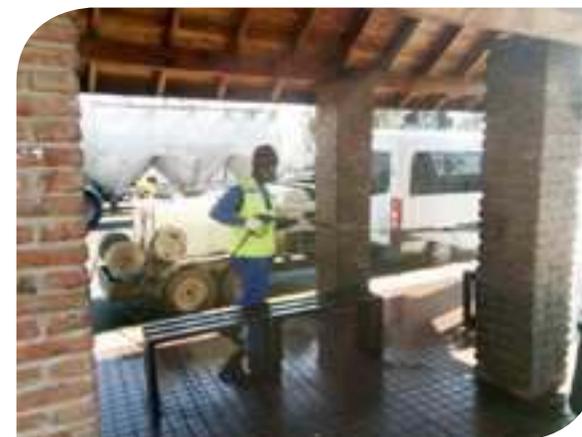


Medidas para combatir el coronavirus:

## Municipalidad continúa sanitizando distintos puntos de la comuna

La municipalidad de Padre Hurtado junto al Departamento de Medio Ambiente Aseo y operaciones, continúan el trabajo de sanitización en diferentes puntos de la comuna. La iniciativa se desarrollará hasta que finalice la emergencia sanitaria, para prevenir posibles contagios de Covid 19.

Cabe destacar, que la medida busca proteger a todos nuestros vecinos padrehurtadinos.





Nuevas medidas:

# La Municipalidad de Padre Hurtado inicia plan para descontaminar taxis y colectivos

El alcalde José Miguel Arellano encabezó el primer operativo de sanitización para descontaminar masivamente vehículos de transporte de pasajeros (taxis y colectivos) de nuestra comuna.

Durante el operativo, se utilizó equipamiento especial para desinfectar el exterior e interior de los automóviles para purificar y eliminar microorganismos tales como virus, hongos y bacterias para evitar la propagación del Covid-19.

El jefe comunal José Miguel Arellano indicó que "el operativo busca descontaminar profundamente vehículos que están transportando a personas durante la crisis sanitaria especialmente colectivos".

Junto a ello el edil reiteró el llamado al autocuidado y a que las personas tomen conciencia que el aislamiento social y el lavado de manos son las principales medidas para ganarle a esta pandemia.

Asimismo, la sanitización de vehículos se realizará todos los viernes a las 15:30 hrs en el frontis de la municipalidad.





Megaproyectos



# Nuevo mamógrafo beneficiará a gran cantidad de usuarias de nuestra comuna

En dependencias del CESFAM Juan Pablo II, prontamente se habilitará e instalará un moderno mamógrafo, esta medida busca garantizar el acceso a la mamografía para detectar precozmente el cáncer de mama.

Cabe recordar que el cáncer de mama es la primera causa de muerte de mujeres en edad reproductiva. Por esto, la implementación de este mamógrafo mejorará al ac-

ceso a este examen de prevención.

"Este equipo va a fomentar el programa de salud preventiva, en especial a las mujeres que deseen realizarse exámenes de mamografías bilaterales, mamografías unilaterales y proyección complementaria de mamas" indicó, Wendy Marchena, directora del CESFAM Juan Pablo II.



## Los trabajos no se detienen:

# Progresando en obras viales 2020

La Municipalidad de Padre Hurtado sigue desarrollando importantes trabajos en calles, pasajes y avenidas de la comuna. En esta oportunidad, se realizaron obras para cambiar y mejorar las veredas en Primera Avenida, Luis Pasteur y Nueva Estrella.

A su vez, se realizó un recambio de soleras en tramo de Primera Avenida y construcción de un descanso peatonal en calle Ignacio Carrera Pinto. Además, de la pavimentación de camino El Curato.

Cabe destacar, que en tiempos de pandemia estas obras permiten a los padrehurtadinos tener empleo y potenciar la economía local de nuestra comuna.



Mejorando la educación:

# Nuevo equipamiento para mecánica llegó al Liceo Paul Harris

La crisis sanitaria que vive el país por el Covid-19 causó la suspensión de clases. Sin embargo, nuestros colegios y jardines municipales no paran de trabajar, para entregar nuevas herramientas de trabajo para los alumnos cuando vuelvan a las aulas.

*randa comenta: "Hay casa de estudios de educación superior que no tienen este equipo y hay una ventaja para nuestros alumnos. Estamos muy orgullosos que nuestros estudiantes se sientan capaces de enfrentarse al mundo laboral competitivo e independiente de la casa de estudio que venga", afirma el profesor.*

Cabe destacar, que este equipo facilitará el trabajo al estudiante y lo mantendrá actualizado con los equipos de diagnóstico, que se utilizan hoy.



Así, el Liceo Paul Harris, el miércoles 22 de abril, adquirió un equipo de diagnóstico y scanner, para vehículos diesel. Además, de un Citroën c3 y balanceadora de neumáticos, que será un plus para los alumnos de la especialidad.

El profesor de la especialidad de mecánica, Freddy Mi-



Aprendiendo en casa:

## Nuevo Programa de aprendizaje se ha implementado en los colegios municipales por el Covid 19

La Municipalidad de Padre Hurtado junto con la fundación Sara Raier de Rassmuss, han implementado el programa Alfadeca en sus cuatro colegios municipales, que va en ayuda del aprendizaje de los niños en cuarentena.

Alfadeca tiene como desafío que los niños de primero básico finalicen sus cursos escribiendo y leyendo. Por eso, para el director ejecutivo de la fundación Sara Raier de Rassmuus, Ricardo Evangelistas, el rol de formación de los padres en tiempo de pandemia es fundamental.

*"No están las escuelas y sabemos lo difícil que es este proceso, lo que que-*



*remos es que puedas enfrentar este desafío y te puedas quedar en casa. Enviamos material via WhatsApp a las docentes, para que puedan apoyar a sus alumnos. Todo por medio de los apoderados en casa", comenta Evangelista.*

Además, en el sitio web de la fundación se creó la pestaña "Aprendiendo en Casa", en la que se encuentran todos los contenidos del Programa Alfadeca para ser descargados. Así, los padres y escuelas podrán encontrar los libros, guías docentes, videos de referencia y material como listas de palabras. Todos ellos claves para llevar a cabo el proceso de aprendizaje de la lectoescritura con los niños y niñas en casa.

## Junaeb entrega segunda canasta de alimento para los niños más vulnerables

Junaeb, hizo entrega de segunda canasta de alimento para los colegios y jardines de la comuna, para los próximos 15 días de cuarentena por el Covid 19.

De esta manera, los alumnos más vulnerables e inscritos en el programa de alimentación escolar (Pae), recibieron alimentos para sus desayunos y almuerzos.





Salud



# Ayuda al alcance de todos: DIDESO no para de trabajar frente al avance del covid-19

El apoyo en época de pandemias es esencial para los padrehurtadinos. Por eso, nuestra Dirección de Desarrollo Social (Dideso), se encuentra trabajando desde el inicio de la crisis sanitaria por coronavirus.

De lunes a viernes 8:30 a 14:00 hrs, Dideso, atiende a las familias más vulnerables para la elaboración y corrección del registro social de hogares. Además, de brindar intervención integral con el fin de gestionar acciones de apoyo para nuestra comunidad.



# Nueva guía práctica para el autocuidado de los adultos mayores

Los adultos mayores es el segmento de la población, que corre más riesgo de contraer Covid- 19, por lo que el Ministerio de Salud, ha recomendado cuarentena obligatoria desde el 24 de marzo, para los mayores de 80 años.

Por esta razón, para apalear los efectos que causa el confinamiento producto de la pandemia, el MINSAL, presentó "Guía Práctica para el Autocuidado en Personas Mayores".

La guía presentada por el Ministerio de Salud la puedes encontrar en su página web y propone diversas actividades para que las personas mayores realicen durante el día, como ejercicios de respiración, ejercicios físicos, desafíos mentales, entre otras cosas.

Además, el documento advierte la importancia del contacto social para las personas de la tercera edad en aislamiento y sugiere que mantengan contacto frecuente, cada ocho horas, con sus familiares mediante llamadas telefónicas, video llamada o mensajería, entre otros consejos.



### ¿Cómo hacer tu propia mascarilla con una bandana?

Sigue los siguientes pasos:

- 1 Corta una bandana o bandana.
- 2 Dobla la bandana desde abajo y desde arriba hasta la mitad.
- 3 Cuando tengas una franja.
- 4 Pon dos elásticos en los extremos.
- 5 Luego dobla estos extremos hacia el centro.
- 6 y así tienes tu propia mascarilla hecha por ti.

#quédateencasa

MUNICIPALIDAD PADRE HURTADO  
PLAN DE ACCIÓN CORONAVIRUS COVID-19

### CÓMO NO USAR LA MASCARILLA

SIGUE ESTOS CONSEJOS Y EVITA ERRORES FRECUENTES

- NO use la mascarilla debajo de la nariz.
- NO deje su mentón expuesto.
- NO empuje la mascarilla debajo del mentón.
- NO use la mascarilla solo para cubrir la punta de la nariz.
- NO use la mascarilla suelta o con huecos en las mejillas.
- USE una mascarilla amplia que cubra desde el puente de la nariz hasta debajo del mentón.

MUNICIPALIDAD PADRE HURTADO  
PLAN DE ACCIÓN CORONAVIRUS COVID-19