

ircela Zubieta
 nta Fundación Nuestros Hijos

i viviendo una transformación demográfica. Según datos oficiales, más del 14% de la población chilena tiene 65 años o más, una cifra que ha crecido de manera constante en las últimas décadas, lo que posiciona a nuestro país como uno de los con mayor envejecimiento en la región. Este envejecimiento trae consigo un incremento en la prevalencia de las enfermedades crónicas: patologías como la hipertensión, la diabetes, las enfermedades cardiovasculares y el cáncer se han vuelto cada vez más frecuentes. De hecho, casi 3 de cada 4 mayores de 60 años en Chile reporta al menos una enfermedad crónica, incluyendo que una gran cantidad vive con hipertensión y alrededor del 10% con diabetes. Además, el cáncer sigue siendo uno de los principales desafíos de salud pública en nuestro país. Los datos recientes, Chile registra casi 60 mil casos de cáncer al año y más de 31 mil muertes asociadas; el riesgo acumulado de desarrollar cáncer antes de los 75 años supera el 19%. Esto no solo afecta la calidad de vida, sino también el impacto económico creciente para el sistema de salud. Como pediatra, he visto de primera mano cómo la evidencia científica respalda la necesidad de actuar hasta seis de cada diez enfermedades prevenibles, incluyendo uno de cada dos cánceres, si se adoptan estilos de vida saludables desde edades tempranas. El primer pilar de esta prevención es la actividad física regular. Se recomienda realizar al menos 150 minutos de actividad física moderada o 75 minutos de actividad vigorosa por semana, lo que puede incluir caminar, practicar deportes, bailar o subir cerros. El segundo pilar es una alimentación saludable y equilibrada: una dieta rica en frutas, verduras, proteínas magras y con un consumo moderado de alimentos ultraprocesados y altos en azúcares. También es vital reducir la exposición a factores de riesgo como el tabaquismo, la luz solar excesiva y el consumo abusivo de alcohol. La vacunación, especialmente contra el virus del papiloma humano (VPH) y el hepatitis B, ha demostrado prevenir ciertos tipos de cáncer. El tercer pilar es la atención médica oportuna y preventiva, reforzando la importancia de mantener al día el calendario de chequeos. Sin embargo, la prevención debe ser integral y personalizada. Así como el modelo de salud considera a la persona en sus dimensiones físicas, psicológicas y sociales, los factores de riesgo son complejos: sedentarismo, alimentación no saludable, consumo excesivo de alcohol, estrés, ansiedad, tabaquismo y contaminación ambiental, entre otros.

responsabilidad institucional en

Totoralillo es, sin duda, una de las playas más lindas y emblemáticas de la Región de Coquimbo. Su valor paisajístico y su arraigo en la memoria colectiva la han convertido en una postal turística permanente. Sin embargo, esa imagen comienza a verse afectada por episodios que ponen en evidencia una preocupante falta de control en un espacio altamente concurrido. En los últimos días se viralizó la instalación de una piscina en plena playa, una intervención insólita que atenta contra el uso responsable del borde costero y deja al descubierto vacíos en la fiscalización. A ello se sumó una riña en el estacionamiento del balneario, donde uno de los involucrados habría amedrentado a otra persona con una escopeta, un hecho de extrema gravedad que impacta directamente en la sensación de seguridad de visitantes y residentes.

Este hecho, en tu opinión, ¿cómo afecta la percepción de seguridad? ¿Crees que el turismo se verá afectado? ¿Qué medidas crees que se deberían tomar?

OPINIÓN

Cuando el "clivaje" empieza a dominar

Maciel Campos
 Director Escuela de Publicidad y Relaciones Públicas
 Universidad de Las Américas

Durante siglos dimos por sentado que el lenguaje era apenas un espejo: una herramienta dócil destinada a describir un mundo que existía con independencia de nuestras palabras. Nombrar era señalar, etiquetar, registrar. Nada más. Sin embargo, a comienzos del siglo XX un grupo de pensadores comenzó a dinamitar esa certeza. Descubrieron algo inquietante: el lenguaje no solo describe la realidad, sino que la modela, recorta, jerarquiza y la vuelve ocupable. Ludwig Wittgenstein lo formuló con crudeza filosófica: los

límites de mi lenguaje son los límites de mi mundo. No hablaba de límites, ni de metáforas, sino de estructura. Aquello que no puede nombrarse, aunque no desaparece, simplemente se difunde para la experiencia cotidiana. El lenguaje produce, ordena y da forma a la realidad.

Surge entonces una incógnita circular: ¿estos fenómenos lingüísticos pre-existieron ahí y recién los distinguimos porque tenemos una palabra para capturarlos? ¿o las palabras comienzan a existir —al menos nominalmente— en el momento en que son nombrados? ¿Cómo nombramos un fenómeno sin la palabra? ¿O un concepto sin la palabra?

La literatura entendió eso que la epistemología. Julio Cortázar inventó cronopios y famas para decir lo que el lenguaje no alcanzaba a expresar: el comportamiento humano. Huidobro fue todavía más allá: en Altazor (1931) desarmó el lenguaje hasta reducirlo a una fonética salvaje, una música sin sentido, un juego de palabras que se fijo en un anclaje semántico.

Algo similar ocurre cuando enfrentamos por primera vez



FUNDADO EL 1 DE ABRIL DE 1944
PROPIETARIO:
 ANTONIO PUGA S.A.
GERENTE GENERAL Y REPRESENTANTE LEGAL:
 FRANCISCO PUGA MEDINA
EDITORIA GENERAL:
 LUCÍA DÍAZ GALVEZ

LA SERENA
 Brasil 431, Casilla 556.
MESA CENTRAL: Fono (51) 2 200400
GERENCIA: Fono (51) 2 200410
CIRCULACION: Brasil 431.
 Fono: (51) 2 200400. La Serena
PUBLICIDAD: Fono (51) 2 200410
SUSCRIPCIONES: Fono (51) 2 200400

COQUIMBO CENTRO
 El Día Barrio Irarrázabal
 Calle Nueva D
 Fono (51) 2 2