

Estas muertes ocurrieron en recorridos habituales -ida o regreso al hogar- y comparten una realidad tan dura como clara: la mayoría era prevenible. Hoy, solo el 35% de los niños usa SRI en Chile, cifra que en la Región Metropolitana baja al 33%.

Resulta inquietante que una mortalidad evitable de esta magnitud no genere la urgencia que sí han logrado otras políticas exitosas de salud pública. La protección de los niños pasajeros no puede depender de la buena voluntad individual: requiere políticas consistentes, educación sostenida, fiscalización efectiva y resultados medibles. El derecho a la vida también se juega en la ruta.

*Dr. Sergio Rendich, pediatra del Comité Seguridad Niños Pasajeros de Sochipe*

## Menos pantalla, más comunidad

● Buena parte de los problemas de salud mental que enfrentamos hoy no se explican sólo por factores individuales, sino también por la forma en que estamos viviendo. Más pantallas, menos encuentros reales; agendas llenas, pero vínculos cada vez más débiles.

En ese contexto, el deporte cumple un

rol que suele subestimarse. No solo por sus beneficios físicos, sino porque es una de las pocas actividades que obligan a desconectarse de verdad. No se puede jugar, entrenar o competir mientras se revisa el celular. El deporte exige presencia, interacción y atención plena. Es, en la práctica, lo opuesto al aislamiento digital.

Además, genera algo que hoy escasea. Me refiero a comunidad, espacios compartidos, rutinas colectivas, pertenencia. Especialmente en niños y jóvenes, recuperar estos entornos no es accesorio, es fundamental.

Fortalecer el acceso al deporte y a espacios de encuentro no debería entenderse sólo como una política recreativa. Es una forma concreta de cuidar la salud mental y de reconstruir vínculos en una sociedad cada vez más fragmentada.

*Daniela Baytelman*

El Austral de Temuco invita a sus lectores a escribir sus cartas a esta sección. Los textos deben tener una extensión máxima de 1.000 caracteres e ir acompañados del nombre completo, cédula de identidad y número telefónico del remitente. La dirección se reserva el derecho de seleccionar, extraer, resumir y titular las misivas. Las cartas deben ser dirigidas a [cartasdirector@australtemuco.cl](mailto:cartasdirector@australtemuco.cl) o a la dirección Antonio Varas 945, Temuco.