

C Columna

Cuidar también es prevenir



Patricio Rosas Barrientos
Diputado por Los Ríos

Esta semana, Mariquina y La Unión, fueron el punto de partida para un cambio profundo en nuestra forma de entender el cuidado. Con la inauguración de los dos primeros Centros Comunitarios de Cuidados de Los Ríos –de los cuatro que se espera sean inaugurados este año– damos un paso firme hacia una sociedad que pone en el centro a las personas que cuidan. Estos espacios, impulsados por el programa “Chile Cuida”, son mucho más que una infraestructura: son un acto de justicia.

Desde el punto de vista clínico, sabemos que la sobrecarga de cuidado produce efectos reales en la salud. Quienes cuidan sin apoyo presentan más riesgo de enfermedades cardiovasculares, problemas

osteomusculares, ansiedad, trastornos del ánimo, entre otros. Invertir en espacios de relevo, acompañamiento psicosocial y formación, es una estrategia sanitaria efectiva para reducir enfermedades prevenibles y mejorar la calidad de vida.

En términos de salud pública, fortalecer el cuidado comunitario disminuye hospitalizaciones innecesarias, permite una mejor gestión de pacientes crónicos y promueve el envejecimiento digno en el hogar. Cuando el Estado se hace presente con este tipo de iniciativas, se alivia la presión sobre los servicios de urgencia, se mejora la adherencia a tratamientos y se construye un sistema de salud más humano y sostenible.

La visita de la ministra de Desarrollo Social y Familia, Javiera Toro, no fue solo protocolar. Representa el compromiso de avanzar hacia una red nacional de cuidados con perspectiva de género y enfoque territorial.

Que estos primeros centros estén ubicados en comunas rurales es una clara señal de que el Estado puede –y debe– llegar a donde históricamente ha estado ausente.

Cuidar no es una tarea individual, es una responsabilidad colectiva. Desde mi rol como parlamentario y médico, seguiré empujando esta agenda, para que ojalá nunca más una persona cuidadora tenga que elegir entre cuidar y vivir.