



EQUIPO DEL PROGRAMA "MÁS SALUD EN COMUNIDAD".

## Dalcahue lanza plan para fortalecer la prevención sanitaria y la autoprotección

Destacan el impacto que tendrá la iniciativa en las familias de la comuna.

**“M**ás Salud en Comunidad” se llama el programa que comenzó a implementarse en Dalcahue, el que busca fortalecer la prevención, promoción de hábitos saludables y el acompañamiento integral de los vecinos.

La instancia nace como una nueva estrategia de salud comunitaria que unifica líneas de trabajo preventivo, permitiendo ampliar la cobertura y entregar una atención más coordinada, cercana y enfocada en las necesidades reales de las familias.

Se incluye la atención para personas entre los 6 y 59 años, priorizando usuarios inscritos en Fonasa y en el Cefsam de Dalcahue, incorporando prestaciones gratuitas relacionadas con nutrición, actividad física, salud mental y talleres.

El equipo local está compuesto por profesionales como nutricionistas, profesores de educación física y psicólogos, quienes desarrollarán actividades grupales, consejerías, entrenamiento funcional, pilates, acondicionamiento físico y acciones preventivas en distintos sectores de la comuna.

Vanessa Antecao, encargada del programa, explicó que el foco está puesto en la prevención y en acompa-

ñar a las personas antes de que desarrollen enfermedades crónicas.

“Queremos que la comunidad entienda que prevenir a tiempo puede marcar una gran diferencia en la calidad de vida. A través del examen preventivo y de las distintas actividades gratuitas del programa, buscamos entregar herramientas concretas para mejorar hábitos, fortalecer el autocuidado y generar una comunidad más saludable”, expresó la nutricionista.

### OPORTUNIDADES

En tanto, la alcaldesa Alejandra Villegas (indep. pro UDI) sostuvo que se apunta a una “comunidad más sana, más informada y con mayores oportunidades para prevenir enfermedades antes que aparezcan”.

Sumó la jefa consistorial que “este programa representa una mirada moderna de la salud, donde el trabajo comunitario, la actividad física, la salud mental y el autocuidado son fundamentales para mejorar la calidad de vida de nuestros vecinos”.

Uno de los principales objetivos de la instancia será incentivar a la comunidad a realizarse el Examen Médico Preventivo del Adulto (EMPA). ☺