

ración.

Cuando no existe acceso presencial, es posible sostener función con estrategias simples y efectivas. Planes breves, personalizados y centrados en tareas básicas como levantarse, cambiarse de lugar, caminar con seguridad, micro-sesiones integradas a la rutina diaria y seguimiento por teléfono, video o pautas impresas pueden marcar una diferencia sustantiva. No se trata de “hacer ejercicios”, sino de instalar el movimiento seguro como estándar de cuidado.

En emergencias, la meta no es cumplir sesiones, sino sostener la vida funcional. Y eso, muchas veces, se logra con menos recursos de los que creemos, pero con una planificación clara y una convicción firme, ya que la rehabilitación no puede esperar.

Lidia Castillo, U. Andrés Bello

Sobre la educación técnico profesional

● Durante años, la educación técnico-profesional fue vista como una opción secundaria. Hoy concentra cerca del 45% de la matrícula de pregrado en Chile, impulsada por estudiantes que buscan programas más

cortos, flexibles y conectados con sectores que sí están generando empleo.

Las cifras son claras: muchas carreras técnicas muestran altas tasas de inserción laboral y permiten alcanzar ingresos competitivos al primer año de titulación, en áreas clave para el funcionamiento del país como salud, energía, logística, tecnología e industria.

No se trata de una moda, sino de una señal estructural del mercado laboral. La formación técnica no es un plan alternativo: es una respuesta directa a las necesidades productivas de nuestro país.

La economía ya tomó una posición, ha llegado el minuto que el debate público también lo haga.

María José Gutiérrez

¿Quién cuida a los niños en vacaciones?

● Durante las vacaciones de verano, miles de niños en Chile quedan sin espacios de cuidado mientras sus padres trabajan. Para muchos, el verano se reduce a la calle, la pantalla o la soledad.

La experiencia muestra que cuando