

Riberas despejadas

● Me parece muy bien que al fin despejen las orillas de los ríos Rahue y Damas de los matorrales exóticos que se adueñaron de esos espacios, que antes eran usados por los osorninos. Ojalá que lo mismo que han hecho en el Parque Bellavista se replique en los parques Hott y Francke, donde la maleza impide disfrutar de las orillas y es más bien guarida para gente de malas costumbres.

Miguel Bernaldes

Vacunarse a tiempo

● Hace unos días se inició la campaña de vacunación contra la influenza, una estrategia que el Ministerio de Salud adelanta para anticiparse al aumento de virus respiratorios que suele comenzar en mayo.

Aunque Chile cuenta con uno de los programas de inmunización más robustos de la región, las cifras recientes muestran brechas importantes. Según datos del Minsal, durante la campaña 2025 se alcanzó una cobertura cercana al 77,8%, aún por debajo de la meta ministerial del 85% en los grupos de riesgo.

Mientras los trabajadores de la salud y del ámbito educativo superaron el 90% de cobertura, los adultos mayores, embarazadas y niños pequeños, quienes presentan mayor riesgo

de complicaciones, registraron las tasas más bajas de vacunación. Esta brecha no es sólo una cifra estadística: representa personas que podrían enfrentar hospitalizaciones, complicaciones graves o incluso la muerte.

La pregunta es inevitable: ¿por qué aún hay personas que deciden no vacunarse? Parte de la respuesta se relaciona con desinformación y una percepción errónea del riesgo. La evidencia demuestra que las vacunas reducen hospitalizaciones y mortalidad. Un ejemplo reciente en Chile fue la estrategia preventiva contra el virus respiratorio sincicial (VRS), que logró disminuir significativamente las hospitalizaciones en lactantes durante la campaña de invierno, sin registrar muertes asociadas en el grupo protegido. Vacunarse sigue siendo una decisión individual, pero sus consecuencias positivas o negativas siempre serán colectivas.

Adrián Núñez González y Marcela Sirguiado Davis, docentes de Enfermería Universidad Autónoma

Pastillas y buen dormir

● En los últimos años, la melatonina se ha instalado en muchos hogares como una solución rápida para los problemas de sueño en niños y adolescentes. Las gomitas saborizadas y otras presentaciones amigables han