



FEBRERO 2025
FESPROSAP

EFECTOS DEL CALOR EN LA SALUD

COMO ENFRENTAR EL CALOR
EXTREMO Y PROTEGER NUESTRA
SALUD.

REFORMA PREVISIONAL EN CHILE

“EXISTE UN CONSENSO
GENERALIZADO RESPECTO A LA
URGENTE NECESIDAD DE AUMENTAR
LAS PENSIONES EN CHILE.”

FEDERACIÓN EN TERRENO

NEGOCIACIÓN COLECTIVA DE CLÍNICA
REDSALUD VITACURA.



DR. ROLANDO MARÍN CASTANIER
URGENCIÓLOGO - INTENSIVISTA - MG (E)
INVESTIGACIÓN EN SALUD

EFECTOS DEL CALOR EN LA SALUD

Como enfrentar el calor extremo y proteger nuestra salud.



Cuando vivimos en condiciones climáticas estables con ciertas variaciones, nuestro cuerpo es capaz de compensar estas modificaciones de temperatura y de hidratación con cambios sutiles en el funcionamiento y otros más evidentes, como por ejemplo el sudor, el aumento de la frecuencia respiratoria o la vasodilatación a nivel de la piel.

Visita nuestra Web para leer entrevista completa

www.fesprosap.cl



1. ¿Cuáles son los principales riesgos de la salud durante una ola de calor?

Los seres humanos estamos diseñados para funcionar bajo ciertas condiciones, es decir, nuestras células cumplen su función cuando están en un ambiente controlado y estable, por ejemplo, entre los 36 y 37°C, y la cantidad de agua tanto en el intravascular (dentro de nuestros vasos sanguíneos) como en el extravascular, toda el agua distribuida en los tejidos y células, (entre 60%-70% de nuestro cuerpo) es la adecuada.

2. ¿Qué grupos de la población son los más vulnerables a las altas temperaturas?

En esencia, todos somos vulnerables en ciertas condiciones. Supongamos que una persona adulta y sana trabaja al aire libre con temperaturas extremas, a pesar de tener intactos sus mecanismos de compensación, va a llegar un momento en que van a resultar insuficientes, por esto, hay factores externos que pueden determinar la vulnerabilidad y que ameritan tomar medidas de prevención y cuidado.

3. ¿Cómo afecta el calor extremo a personas con enfermedades crónicas, como la hipertensión, diabetes o enfermedades respiratorias?

Es importante considerar que no todos los pacientes crónicos son iguales, aunque las enfermedades sean similares, por lo tanto, aquellos pacientes que tengan un tratamiento adecuado, un autocuidado mayor y tomen medidas de prevención, enfrentarán mejor el calor extremo.

4. ¿Cuáles son las medidas de autocuidado para enfrentar el calor?

La principal medida es evitar la exposición. Si bien el acceso a una temperatura regulada artificialmente no está disponible en todos los ambientes, hay lugares que siempre tienen menos temperatura que en el exterior. Por lo tanto, evitar salir a las horas de mayor calor es la principal medida de autocuidado.

5. ¿Qué recomendaciones daría para mantener la correcta hidratación en adultos y niños?

Para los adultos, la ingesta de agua dependiendo de la exposición al calor es suficiente, el exceso de agua y la tendencia a la sobre hidratación típica de nuestros tiempos puede llegar a ser deletérea por los cambios hidroelectrolíticos que esto produce, por ejemplo, la hiponatremia.

6. ¿Qué signos de alertación pueden indicar un golpe de calor o deshidratación?

En primer lugar, hay que entender que el golpe de calor es una patología que puede ser mortal entre un 10 y un 50 por ciento de las personas que la padecen y los que sobreviven pueden quedar con secuelas

Periodista
Verónica Valdebenito

Reforma Previsional en Chile

Avances, Desafíos y Controversias

Existe un consenso generalizado respecto a la urgente necesidad de aumentar las pensiones en Chile. En las últimas décadas, se han dado importantes pasos en esta dirección, como la implementación del pilar solidario y la Pensión Garantizada Universal (PGU).

Sin embargo, estos esfuerzos han sido insuficientes, y la realidad ha demostrado que el sistema de AFP no ha cumplido la promesa de proporcionar jubilaciones equivalentes al 80% de las últimas remuneraciones, una expectativa que data de su creación en 1980.

Como resultado, muchos adultos mayores enfrentan dificultades económicas en lo que deberían ser sus años de descanso, mientras que las AFP continúan generando cuantiosas utilidades.

La Propuesta Aprobada y sus Implicaciones

La falta de acuerdo llevó a que la propuesta inicial fuera rechazada en su primer trámite constitucional en la Cámara de Diputados, trasladándose casi sin contenido al Senado. Fue allí donde, tras negociaciones entre el oficialismo y parte de la oposición, se logró consensuar un proyecto con cambios sustanciales. Entre los principales aspectos de esta reforma se encuentran:



Este proyecto, que difiere significativamente de la versión original analizada en la Cámara de Diputados, fue aprobado con solo 38 votos en contra, tras un debate en el que los parlamentarios tuvieron apenas 7 horas para revisar más de 700 páginas de contenido.

- 1.- Aumento gradual de la cotización previsional del 10% al 18,5% en un período de 9 años.
- 2.- Creación de un "préstamo" forzoso del 1,5% de las remuneraciones de los trabajadores al Estado.
- 3.- Destinación de un 1% de la cotización adicional para compensar brechas de género en pensiones.
- 4.- Un 4,5% dirigido a cuentas individuales y un 1,5% con fines solidarios.



FABIÁN OLAVE POBLETE
Abogado/Ingeniero Comercial
Mg. Gerencia y Políticas Públicas

NEGOCIACIÓN COLECTIVA CLÍNICA REDSALUD VITACURA



La Federación extiende sus más sinceras felicitaciones al sindicato de profesionales Red Salud Vitacura por el exitoso cierre de su negociación colectiva. Este logro representa un avance significativo en la consolidación de condiciones laborales dignas y equitativas, sino que también refuerza el compromiso de los gremios con la excelencia en la atención y el bienestar de nuestros profesionales.



Desde la Federación, reconocemos el esfuerzo, la unidad y la determinación demostrados en cada instancia del proceso. Este resultado es un claro ejemplo de cómo el diálogo y la negociación efectiva pueden generar beneficios tangibles para la comunidad de salud privada, fortaleciendo el desarrollo profesional y la calidad del servicio.



Seguiremos trabajando conjuntamente para impulsar iniciativas que consoliden derechos y mejoren las condiciones laborales en todo el sector.