

CUPEMCHI V REGIÓN CELEBRA SU ANIVERSARIO N° 23, EN EL CLUB ALEMÁN DE VALPARAÍSO



ELECCIONES Y CONSTITUCION DEL NUEVO DIRECTORIO DE CUPEMCHI V REGION, PERIODO 2026 – 2028.

LOS DIRIGENTES DEL CONSEJO ASESOR DE MAYORES DE SENAMA, REGION DE VALPARAISO, SE REUNEN CON EL PRESIDENTE DE LA COMISION DE PERSONAS MAYORES Y DISCAPACIDAD.

EL PARO FERROVIARIO DE 1988 Y SU CONTEXTO POLITICO Y SOCIAL, A TRAVES DE LOS AÑOS.

EL DESGASTE FISICO Y MENTAL DE LAS CUIDADORAS DE PERSONAS MAYORES EN ESTADO DEPENDIENTES. ENTRA EN VIGENCIA LA NUEVA LEY DE NOTARIAS Y SUS IMPLICANCIAS EN LA CIUDADANIA.

LAS DUDAS QUE PERSISTEN SOBRE EL FONDO DE RECONSTRUCCION.

“EL DEJAR DE LUCHAR ES EMPEZAR A MORIR”

EDITORIAL

Chile envejece a una velocidad inédita, pero el problema no es demográfico, es POLÍTICO. Mientras la sociedad cambia aceleradamente, el Estado sigue funcionando como si nada hubiera pasado, tratando el envejecimiento como un asunto marginal, encapsulado en una institucionalidad específica, como si bastara con asignarle un servicio y algunos programas para dar por resuelto un fenómeno que, en realidad, redefine toda la vida social.

Envejecer no ocurre en un ministerio: ocurre en la ciudad que expulsa o integra, en el sistema de salud que acompaña o fragmenta, en transporte que acerca o aísla, en el mercado laboral que incluye o descarta, en las políticas culturales que reconocen o invisibilizan, ocurre, en definitiva, en la forma en que una sociedad decide quien sigue importando, y hoy, el Estado chileno no está a la altura de esa decisión, lo que tenemos es fragmentación: Salud ve enfermedades; Pensiones ve gasto; Vivienda ve déficit; Desarrollo social ve vulnerabilidad, cada sector administra su problema y cumple su indicador, pero nadie asume el conjunto, nadie está mirando el envejecimiento como lo que es: **la nueva estructura de la sociedad.**

El resultado es evidente: políticas que llegan tarde, servicios descoordinados y una experiencia cotidiana de vejes marcada por la soledad, la irrelevancia y la pérdida de sentido, porque se puede vivir más años, pero no necesariamente mejor, se ha construido un Estado que protege, pero no integra; que asiste, pero no reconoce; que cuida, pero no habilita proyectos de vida.

Chile ya enfrentó antes un desafío de esta magnitud, cuando entendió que la desigualdad de género no era un problema sectorial, sino estructural, dio un giro y obligó a todos los servicios públicos a hacerse cargo, incorporándolo en la planificación, en los presupuestos, en los indicadores y en la evaluación, eso cambió la forma de gobernar. Con el envejecimiento, seguimos en la etapa anterior, por eso, la pregunta ya no es que programas necesitamos, sino que tipo de Estado queremos construir, la respuesta es clara: un Estado que deje de tratar el envejecimiento como un tema y lo asuma como un criterio obligatorio de gestión.

Un programa de Mejoramiento de la Gestión en Envejecimiento y Vejez no es una innovación técnica, es una herramienta de transformación, porque obliga a cada ministerio, cada servicio y cada política pública se hagan una pregunta básica: ¿Cómo impacta lo que hacen en la vida de las personas mayores?, y no basta con declararlo, hay que traducirlo en decisiones concretas, en planificación, presupuesto, indicadores y evaluación. **Hay que**

formar a los equipos públicos para erradicar el edadismo que aun opera silenciosamente en el corazón del Estado y articular sectores que hoy funcionan de manera fragmentada, porque sin obligación, todo queda en voluntad y la voluntad, por sí sola, no transforma estructuras.

Si se quiere instalar este debate con seriedad en la agenda legislativa, es necesario avanzar al menos en cinco medidas concretas. Primero, establecer por ley un Programa de Mejoramiento de la Gestión en Envejecimiento y Vejez de carácter obligatorio para todos los servicios públicos, con metas verificables y evaluación anual. Segundo, incorporar el enfoque de envejecimiento, como criterio transversal en la formulación presupuestaria, de modo que cada sector deba justificar como su gasto contribuye al bienestar y la autonomía en la vejez. Tercero, crear un Sistema Nacional de Indicadores de Envejecimiento y Vejez, que mida no solo cobertura de servicios, sino también calidad de vida, participación, autonomía y sentido. Cuarto, implementar un Plan Nacional de Formación Funcionaria en Envejecimiento y no discriminación por edad, que permita erradicar el edadismo institucional y Quinto, territorializar el envejecimiento como eje estructural de la acción pública, reconociendo que la vejez no se vive en el nivel central del Estado, sino en el barrio. Esto implica planificar ciudades y comunas en clave de envejecimiento, con servicios accesibles, transporte adecuado, espacios públicos seguros, viviendas adaptadas y redes comunitarias activas, fortalecer a los municipios como primera línea de un sistema de cuidados con capacidades y financiamiento adecuados y, sobre todo, integrar a las personas mayores como actores del territorio, en la vida comunitaria, la seguridad barrial, la cultura y la construcción de lo común, sin enfoque territorial, no hay política de envejecimiento posible, solo programas dispersos. Pero esto no es solo gestión pública, es una decisión política y ética, porque en el fondo lo que está en juego es como entendemos el valor de la vida en sus últimas etapas, si vamos a seguir administrando la vejez como un problema que hay que contener o si vamos a reconocerla como parte constitutiva de un proyecto de sociedad. Chile no puede seguir pensándose a sí mismo sin sus personas mayores, no como beneficiarios ni como carga, sino como capital social, experiencia acumulada y posibilidad de futuro, tal vez el verdadero atraso no es demográfico, sino institucional, y mientras no lo enfrentemos, no será la vejez la que fracase, será el **ESTADO.**

**EL DEJAR DE LUCHAR
ES EMPEZAR A MORIR.**

EL CUPEMCHI

ÓRGANO DE DIFUSIÓN DE LA
CENTRAL UNITARIA DE
JUBILADOS, PENSIONADOS Y
MONTEPIADAS DE CHILE

Av. Brasil 349
Email: cupemchi@gmail.com

www.cupemchi.cl
Santiago - Chile

Director y Representante Legal:
Ramón López M.

Colaboradores: G. Pereira A., S. Ehijos
M., L. Pino I.

Edición: Miguel Órdenes Varas

Dirección de Producción:

Juan Gabriel Pérez Reveco
Pedro León Ugalde 1708
Fono: 25551289
percoprint@yahoo.es

Diseño y Diagramación:

Rodrigo Marambio
santoroproduccion@yahoo.es

EL PARO NACIONAL FERROVIARIO DEL AÑO 1988 (y su contexto político, institucional y social)

Antes que nada, hay que decir que la Dictadura Cívico-Militar apenas producido el Golpe de Estado el 11 de septiembre de 1973 empezó una política de destrucción hacia la Empresa de Ferrocarriles del Estado y sus Trabajadores.

El año 1973 éramos 28.000 trabajadores que hacíamos funcionar una empresa que con su Línea Central abarcaba el territorio nacional desde Diego de Almagro hasta Puerto Montt, (también desde Arica hasta Visviri) y considerando sus numerosos Ramales -en la primera extensión- EFE cubría todo el ancho del País.

l). - Política Militar Contra la Empresa (EFE):

Aquí, para contextualizar, debemos recordar que -antes del Golpe militar- los trabajadores ferroviarios, resistiendo presiones de gremios del transporte carretero, resolvieron NO plegarse al Paro Camionero realizado en octubre de 1972 contra el Gobierno.

En Asambleas los ferroviarios acordamos NO paralizar nuestras actividades para no dejar al país sin el vital transporte ferroviario.

En ese momento, Santiago y otras ciudades eran abastecidas de carne, granos, leche, cereales, pescados, maderas, fierros, etc., etc., solo a través de Ferrocarriles del Estado. Ese acuerdo de los trabajadores ferroviarios, fue un acto de compromiso y responsabilidad hacia los chilenos cuyo abastecimiento estaba amenazado por el paro político de los camioneros.

Sin embargo, las represalias por esta decisión, no se harían esperar y serían muy duras, contra la Empresa de Ferrocarriles del Estado y contra sus trabajadores.

En efecto, tras el golpe militar, los camioneros pasaron a tener una preponderancia inusitada en las esferas de la Dictadura cívico-militar. De hecho, en el Ministerio de Transportes y Telecomunicaciones, se eliminó todo vestigio sobre Ferrocarriles del Estado. Allí, antes, existía una sección llamada Departamento de Transporte Ferroviario, esa sección tras el golpe militar fue eliminada y, en su reemplazo, crearon el Departamento del Transporte Terrestre Camionero, ahí, se instalaron los camioneros con su dirigente León Vilarín a la cabeza y, desde allí empezaron influir y a diseñar solo políticas favorables a los camiones y los buses, es decir, exclusivas para el transporte carretero.

Así, las primeras medidas fueron dirigidas a debilitar el transporte ferroviario en Chile. Visto a la distancia fue una vendetta política hacia EFE y sus trabajadores, con lo cual también achicaban el Estado y su influencia en la economía y la producción, concordando con la economía de libre mercado que empezaba a aplicarse.

Estas medidas contra el sistema

ferroviario, culminó con el término de los aportes económicos del Estado a EFE aplicándoles la nefasta Política de Autofinanciamiento.

Aquella estrategia de debilitamiento de EFE, se expresó en lo siguiente:

a) El cierre de muchas Maestranzas -Arica, Iquique, Ovalle, Coquimbo, Calera, Los Andes, Valparaíso (Barón), Concepción, San Rosendo, Temuco, Puerto Montt-, etc., etc., junto con numerosos Talleres y Casas de Máquinas.

b) En el cierre de Ramales, entre ellos: Alameda-Cartagena, Alameda-Valparaíso, Alameda-La Calera, Calera-Diego de Almagro, Los Andes-Mendoza, Pelequén-Las Cabras, San Fernando-Pichilemu, Curicó-Licantén, Victoria-Lonquimay, Concepción-Curanilahue, entre los principales.

c) Chatarreos de muchos equipos, coches, carros, locomotoras, motocriles, autocarriles, etc., etc. En los patios de las Maestranzas se instalaban empresas chatarreras a trozar equipos (locomotoras vapor y diésel, carros y coches) con oxicorte y luego



los cargaban en camiones para llevarlos a San Antonio, donde una empresa japonesa, tras seleccionar los materiales, los embarcaban rumbo a su país.

En este contexto se enmarca una valiente carta-denuncia enviada a Augusto Pinochet -a principio del año 1976- por la Directiva de la Maestranza de San Bernardo encabezada por José Criado Reyes. Por esa "osadía", esos dirigentes fueron citados a la Escuela de Infantería de San Bernardo y amenazados por su Comandante.

Durante la dictadura, los trabajadores ferroviarios perdimos beneficios y conquistas laborales muy sentidas.

Perdimos: la Carrera Funcionaria, los Incentivos de Producción, Jubilaciones por años de Servicio, (podíamos jubilar desde los 15 años de servicio), la Perseguidora, se eliminó la Cooperativa de Consumo Ferroviaria, el Servicio Médico Ferroviario, etc., etc.

d) Levantamiento de vías y puentes, cuyas estructuras: rieles, puentes, durmientes, postes, etc., a través de toda la vía, fueron vendidos como chatarra.

e) Eliminación de Servicios ferroviarios, es decir, tanto de trenes que transportaban carga, como de trenes de pasajeros. Así, desaparecieron trenes que conectaban los lugares más recónditos del territorio nacional. Toda esta estrategia de hacer desaparecer ferrocarriles era para traspasar la carga y los pasajeros al transporte carretero, a los dueños de camiones y buses los mismos que dirigían el Departamento de Transporte Terrestre del MTT.

Por ejemplo, cuando eliminaron un tren de pasajeros de las 22:00 hs desde Alameda a Rancagua e intermedios, afuera de la Estación Central -el mismo día- instalaron muchos buses ofreciendo transporte a Rancagua. Es decir, era una estrategia estudiada: eliminaban trenes y simultáneamente creaban recorridos de

buses, para reemplazarlos.

II) Contra los trabajadores

Al momento del Golpe de Estado, EFE tenía 28.000 trabajadores y, la Maestranza Central de San Bernardo 2.000.

Los despidos y las persecuciones políticas fueron la estrategia preferida por la Dictadura para dañar a EFE, las oleadas de despidos eran unas tras otras. Se supo que, al departamento de administración de personal de EFE en Santiago, -los primeros meses de la Dictadura-, lo obligaba a trabajar de noche confeccionando decretos de exoneración y despidos, pero, un día alguien superior, también preparó la exoneración de ese personal y ellos también fueron despedidos.

En concreto, al regreso de la Democracia, EFE solo tenía unos 8.000 trabajadores y, la Maestranza de San Bernardo unos 400 aproximadamente.

La persecución política y fueron muy virulentas. En el caso de la Maestranza de San Bernardo alcanzaron la tortura y fusilamiento de 11 compañeros nuestros.

Sus nombres son los siguientes:

Raúl Castro Caldera, 23 años;
Hernán Chamorro Monardes, 29 años;
Manuel González Vargas, 46 años;
Adiel Monsalves Martínez, 41 años;
José Morales Álvarez, 31 años;
Pedro Oyarzún Zamorano, 36 años;
Joel Silva Oliva, 37 años;
Ramón Vivanco Díaz, 44 años;
Alfredo Acevedo Pereira, 27 años;
Arturo Koyck Fredes, 48 años, y
Roberto Ávila Márquez (sus osamentas fueron encontradas en 1990, en el cementerio La Rana de Huelquén).

Todos ellos fueron detenidos entre el 28 y 29 de septiembre de 1973, por militares de la Escuela de Infantería de San Bernardo, y sin tener derecho a la legítima defensa, ni a un juicio justo, fueron fusilados en el Cerro

Chena. Estos crímenes los cometieron militares del Ejército de la Escuela de Infantería de San Bernardo.

III) El Paro de 1988

A pesar que la dictadura dañó casi irremediablemente a EFE, no pudo terminar con ella por la defensa inculdicable que los Dirigentes Sindicales Ferroviarios y los Trabajadores Ferroviarios hicimos de la Madre Empresa, de EFE.

Para aunar fuerzas con otros trabajadores, los Ferroviarios integramos con decisión y coraje el Comando de Defensa de Empresas del Estado.

Pero la destrucción de EFE por parte de la Dictadura era continua y en toda la empresa. En la Maestranza de San Bernardo, iniciaron la privatización de reparaciones de locomotoras y equipos junto con vender los repuestos de alto costo destinados a reparar las locomotoras diésel eléctricas y rodamientos, ejes, llantas, etc., etc., de carros.

Ingresaron empresas contratistas a la Maestranza a suplantar el trabajo de los ferroviarios. Sin embargo, el Sindicato lideró el rechazo hacia los contratistas con movilizaciones, protestas y planteamientos.

A la fecha, ya existían fuertes organizaciones sindicales, coordinadas para la acción en Congresos Sindicales y fortalecidas con mucha capacitación sindical, éstas abarcaban a todos los trabajadores ferroviarios, maquinistas, técnicos, operarios, de maestranzas, administrativos, aglutinados en las Federaciones de Sindicatos Ferroviarios N°1 y N° 3 y, los Sindicatos de Maquinistas y Aspirantes.

Las movilizaciones eran continuas tratando de contener las privatizaciones y aplazando la destrucción total de EFE.

Se preparó un macizo documento reivindicativo sobre los urgentes problemas que afectaban a los trabajadores y a EFE, el que fue entregado al Ministro de Transporte y Telecomu-



nicaciones General de Brigada Aérea Jorge Massa Armijo exigiendo prontas soluciones.

En ese cuadro, el Director de EFE Roberto Darrigrandi, respondió con más represión y, decretó privatizar el tren nocturno de pasajeros Alameda-Concepción y viceversa.

Frente a esta demencial medida, los Sindicatos: convocaron el 7 de abril a una Jornada de Medio Día de Paralización, con protestas, marchas, asambleas y declaraciones a la prensa. Exigíamos la revocación de la privatización del tren nocturno y la salida del Director General Roberto Darrigrandi.

Los trabajadores respondieron masivamente. La movilización fue un éxito rotundo. Pero, fue Darrigrandi y EFE que en represalia exoneraron a 101 Trabajadores, de ellos, 17 eran Dirigentes Sindicales convocantes. Teníamos acordado que: si tomaban medidas contra los trabajadores, iniciaríamos un Paro Nacional Indefinido.

Y así se hizo. Durante 19 días, sostuvimos el llamado Paro del 88, el que tuvo la importancia de movilizar a Chile entero, en esos vibrantes días, cientos y miles de organizaciones sindicales y sociales solidarizaron con los ferroviarios.

La prensa —diarios, revistas tv— en cientos de crónicas hablaron sobre la realidad denunciada por los trabajadores ferroviarios que con organización, disciplina y coraje defendía una empresa de todos los chilenos. A su vez, los incipientes Partidos Políticos se hicieron presentes en todas las Sedes Ferroviarias para apoyar el movimiento.

Las bases sindicales organizadas en las Sedes regionales, recepcionaban el apoyo moral y material que llegaba, empezaron a funcionar las ollas comunes y se sumaron las familias de los ferroviarios.

El Paro Ferroviario del año 1988, fue el más largo que tuvo, en su contra, la Dictadura cívico-militar.

Se realizó con convicción y valentía porque estábamos defendiendo a nuestros compañeros despedidos, a nuestra fuente laboral y el patrimonio de todos los chilenos.

Al final, logramos evitar la privatización del tren nocturno Alameda-Concepción y Viceversa, esos fue un pequeño gran triunfo.

Pero, no logramos reincorporar a los compañeros despedidos. Ellos estuvieron 2 años exonerados con duras restricciones, sin embargo, las soportamos con satisfacción, porque el Paro Ferroviario del 88 fue un grito de dignidad y altivez frente a tantos atropellos, abusos y muerte de la

dictadura.

Durante esos 2 años, a los exonerados nos impedían ingresar a EFE. En San Bernardo, la Maestranza quedó a cargo de un nuevo Jefe Militar: el coronel José Orellana. Hubo nuevas persecuciones a los trabajadores y las pertenencias de los exonerados, nuestros objetos y documentos fueron saqueados y destruidos.

Pero, para nuestras bases sindicales, para los trabajadores ferroviarios, seguimos siendo sus legítimos y legales dirigentes pues en las elecciones sindicales que se realizaron nos siguieron eligiendo Dirigentes Sindicales, por lo mismo, algunos pudimos participar en reuniones de Negociación Colectiva.

Los exonerados, demandamos a EFE por despidos injustificados y, ese juicio, culminó en mayo de 1990 con un acuerdo judicial para que todos los despedidos regresaran a EFE.

38 años después de aquel Paro Ferroviario, es necesario seguir reivindicando el Ferrocarril como el mejor medio de transporte. Hay que continuar diciendo con convicción: ¡Recuperar Ferrocarriles vale la pena! Pero, hay que hacer cambios. EFE no puede tener tantos directorios y tantos directores. Eso se presta para corrupción y para que no lleguen los mejores profesionales.

Las aspiraciones y las convicciones que guiaron la defensa de EFE en Dictadura y que condujeron el Paro del 88 siguen vigentes y, en ésta época de crisis mundial de combustibles, lo responsable es que Chile se proponga contar con un gran sistema ferroviario.

GERMÁN DÍAZ VALDÉS

Ex Presidente Sindicato Ferroviario
MCSB

Ex Secretario Federación Sindicatos
Ferroviarios N° 1
GDV/ gdv
28.04.2026

LA CENTRAL UNITARIA DE PENSIONADOS Y MONTEPIADAS DE CHILE, CUPEMCHI V REGIÓN CELEBRA SU ANIVERSARIO N° 23

Con la participación de la Directiva de la Central Unitaria de Pensionados y Montepiadas de Chile, CUPEMCHI V REGIÓN y Dirigentes de las Organizaciones afiliadas, se celebró el día 14 de Abril pasado, en el Club Alemán de Valparaíso. Con invitados al Aniversario destacamos a Ma. Elena Eastman de Caja Los Andes, Rebeca Labra, Cooperativa Financoop, Sergio Rosas, Ex Presidente CUPEMCHI V

REGION, Julio Altamirano Santiago Watt, Juan Amaya Deproj, Margarita Guerra Imprenta y Obras, Osmán Pérez Enamí, José Ramírez Asoc. M. Mercante Quilpué, Sergio Veloso Asoc. M. Mercante Valparaíso, Mónica Hernández CAM M. Mercante Valparaíso, Fernando Riquelme Asoc. Municipales Viña del Mar, Gladys Abarca Cormutrifuch, Gabriel Unzaga Asoc. Mutual Portuarios Valparaíso,

Mónica Navarro Asoc. M. Valenzuela, Francisco Herrera Soporjum, Mario Pinto y Julio Oyadenel Asoc. Profesionales Portuarios Valparaíso.

***EL DEJAR DE LUCHAR
ES EMPEZAR A MORIR.***



ELECCIONES CENTRAL UNITARIA DE PENSIONADOS Y MONTEPIADAS DE CHILE, CUPEMCHI V REGIÓN



El día lunes 04 de mayo pasado, la Central Unitaria de Pensionados y Montepiadas de Chile, CUPEMCHI V REGION, realizó las elecciones para renovar el Directorio Regional, período 2026-2028.

El Directorio saliente, efectuó la rendición de Cuentas y Tesorería correspondiente, se nombró el TRICEL para la Elección de Directorio, donde participaron 39 Delegados.

La Constitución quedó fijada para el día 11 de mayo, donde los 11 Directores elegidos tomarán sus cargos a desempeñar.



El día lunes 11 de mayo se constituyó la Directiva de la Central Unitaria de Pensionados y Montepiadas de Chile, CUPEMCHI V REGIÓN:

Presidente: Guillermo Gajardo Ahumada, **1er. Vicepresidente:** Benedicto Monsalve Silva, **2do. Vicepresidente:** Juan Amaya Mauna, **Secretario General:** Gustavo Pereira Arriola, **Pro Secretario:** Pascual Lameles Muñoz, **Secretaria de Actas:** Ernestina Aguilar Miranda, **Tesorera:** Minerva Quintanilla, **Secretario de Relaciones y Comunicación:** Sergio Correa Arredondo, **Secretaria de Cultura:** Rosa Miriam Díaz, **Secretario de Organización:** Miguel Ordenes Varas.

LAS DUDAS QUE PERSISTEN SOBRE EL FONDO DE RECONSTRUCCION

El subsecretario de Hacienda, Juan Pablo Rodríguez, tuvo que salir a explicar el recorte de \$17,5 millones al Fondo de Emergencia Transitorio para la reconstrucción del megaincendio de 2024. Aunque aseguró que “no habrá restricción de recursos” para el proceso, persisten dudas entre los damnificados por el plazo autoimpuesto por el ministro Poduje, de entregar todas las viviendas en 15 meses.

El lunes pasado, se informó que, en el marco del proceso de ajustes al presupuesto de este año, el Ministerio de Hacienda ingresó un decreto a la Contraloría para recortar gastos por \$ 150.379 millones. La medida fue duramente criticada en la región, porque, de ellos, \$ 17.581 millones corresponden al Fondo de Emergencia Transitorio (FET), creado por ley para financiar la reconstrucción de viviendas siniestradas en el megaincendio de febrero de 2024, que afectó a las comunas de Viña del Mar, Quilpué y Villa Alemana.

El documento indica que la reducción corresponde al 3,5% del FET contemplado para 2026, que era de \$ 502.069 millones. Sin embargo, el subsecretario de Hacienda, Juan Pablo Rodríguez, tuvo que salir a dar explicaciones. A través de un hilo en la plataforma X aseguró que la disminución del Fondo “no significa retirar recursos de la reconstrucción, sino sincerar la programación presupuestaria conforme al avance efectivo del gasto”.

Según Rodríguez, la ejecución anual alcanza “apenas a \$ 11 mil millones; es decir, cerca de un 2%”. Asimismo, aseguró que “si durante el año la ejecución cobra fuerza, se dictará el decreto correspondiente para incorporar los mayores gastos, como ocurre normalmente en los procesos



presupuestarios. Lo importante es que no habrá restricción de recursos para la reconstrucción de Valparaíso”. Una fuente conocedora del proceso explicó que el ajuste que hizo la actual administración es “normal”, considerando que el plan de reconstrucción se encuentra en sus primeros años de ejecución (fue concebido a cinco años plazo). La administración anterior también hizo ajustes a la programación del gasto anual.

De acuerdo con lo explicado, los planes de reconstrucción suelen tener menores gastos en sus primeros años de ejecución, “porque son de planificación y de entrega de subsidios”, lo cual cambia a partir del tercer año -y aumentan-, cuando el subsidio o la inversión se concreta.

Sin embargo, y considerando la promesa del ministro de Vivienda Iván Poduje, de reconstruir todas las viviendas en un plazo de 15 meses (o renuncia al cargo, como dijo), queda la interrogante de si los recursos que se mantuvieron para este año se planificaron en torno a esos tiempos, considerando además la incorporación de nuevas familias que cumplen los requisitos para recibir un subsidio,

lo que –según reportó este medio– aumentaría el número de estos beneficios en un 32%.

Aunque hicimos la consulta el ministro no respondió ante esta duda. Y de parte de los damnificados también persiste la interrogante, en el sentido de que el Gobierno no ha informado específicamente qué parte del FET es la que sufrió el recorte.

René Flores, dirigente de El Olivar, señaló a Aquí Valparaíso que esperan una declaración oficial para saber “de dónde es ese recorte y verificar qué medidas del plan de reconstrucción se afectan. Recordar que hay muchas que no guardan ninguna relación directa con los incendios y fueron incorporadas al FET”.

**EL DEJAR DE LUCHAR
ES EMPEZAR A MORIR.**



¡Acércate a Nosotros!

Si haz presentado algún cambio en la cuota de tu crédito.
Estamos aquí con una oferta para regularizar tu Crédito IPS Cupemchi

¡CONTÁCTANOS!

800 835 220

pensionadosips@financoop.cl

20 años Financoop

LOS DIRIGENTES DEL CONSEJO ASESOR DE SENAMA DE LA REGION DE VALPARAISO, SE REUNEN CON EL DIPUTADO LUIS MALLA, PRESIDENTE DE LA COMISION DE PERSONAS MAYORES Y DISCAPACIDAD



De izquierda a derecha: Juan Pinilla, Consejero Senama; Victoria Valdes, Secretaria Diputado; Luis Malla, Diputado y Presidente de la Comisión Personas Mayores y Discapacidad; Sergio Correa A. y Osman Pérez, Consejeros Senama; quienes fueron recibidos en la presentación de un saludo protocolar y a la vez informar de algunas políticas públicas relacionadas con las personas mayores de la Región de Valparaíso.



¡ahorra tengo
cuando lo **necesito!**

ABRE TU CUENTA DE AHORRO
y despreocúpate del no saber
qué hacer cuando no te alcanza.

CONTÁCTANOS
800 835 220
+56 9 8850 9282
www.financoop.cl

    

Financoop
EL FUTURO ES COOPERATIVO

NUEVA LEY ENTRO EN VIGENCIA, QUE REFORMA EL SISTEMA NOTARIAL Y REGISTRAL EN CHILE

Tras años de debate, el pasado 02 de abril entro en vigencia la Ley N° 21.772, que reforma el sistema notarial y registral en Chile. La normativa busca reducir la burocracia, facilitar tramites a distancia y quitarles a las notarías la exclusividad en una serie de trámites que, hasta ahora, exigían pasar por sus oficinas presencialmente.

En concreto, la norma establece la eliminación de la obligatoriedad notarial para 13 tramites, con este cambio, el sistema apuesta por la digitalización y el uso de la firma electrónica avanzada, permitiendo que gestiones que antes requerían horas de espera, ahora se realicen de forma remota y, en muchos casos, gratuita.

Cuáles son los tramites que ya no requieren ir a la notaria:

- **Vivienda y Urbanismo:** Alteración de viviendas económicas
- **Empresas, Pymes y Cooperativas:** Sociedades Anónimas Deportivas;

Actas de asambleas en cooperativas; Delegación de facultades del deudor para absolver posiciones en procedimientos concursales. - Acuerdos de Asociaciones de Pescadores.

- Tramites de Concesiones y Servicios.
- Concesiones de Servicio Público de distribución de gas
- Trámites relacionados con el Código de Aguas.

Administrativos Generales:

- Acreditación de experiencia en concursos públicos, reemplazando la declaración jurada por una simple.
- Poderes Simples.
- Tramites ante organismos del Estado, a menos que una Ley establezca como requisito firma ante notario.

Otros Tramites:

- Poder suplente de Agente de Aduanas
- Reconocimiento de firmas en documentos que utilizan firma digital avanzada.

Como se validarán los documentos ahora:

- 1.- Firma Electrónica Avanzada: Tendrá la misma validez que la firma presencial para la mayoría de los documentos privados.
- 2.- Plataformas en Línea: Los organismos del Estado habilitaran portales para realizar gestiones de forma remota.
- 3.- Acceso Gratuito: La Ley garantiza que la obtención de copias de escrituras o certificados digitales sea gratuita en diversos casos, facilitando el acceso a la información. Un cambio fundamental es que, a partir de ahora, el Sernac tendrá la facultad de velar por los derechos de los consumidores en el servicio notarial, mientras que el Fiscal Judicial supervigilará el comportamiento de notarios, conservadores y archiveros.

**EL DEJAR DE LUCHAR
ES EMPEZAR A MORIR.**

EL DESGASTE FÍSICO, MENTAL Y EMOCIONAL DE LOS CUIDADORES. ¿Y A NOSOTROS QUIEN NOS CUIDA?

1ra. Parte.

En la conversación pública sobre la salud y el envejecimiento, solemos mirar al paciente o al consultante, al Adulto Mayor frágil o al enfermo crónico. Pero pocas veces miramos a la persona que está detrás, sosteniendo día a día y muchas veces en silencio: al Cuidador.

Los cuidadores informales son aquellas personas que realizan todas las tareas de cuidado de las personas dependientes, apoyando en actividades básicas de la vida diaria en funciones cotidianas como comer, vestirse, bañarse, subir escaleras, movilizarse, hacer deposiciones, orinar entre otros. Generalmente son familiares (hijos, pareja, nietos) o personas cercanas y asumen tareas como, ayudar en tareas básicas (alimentación, higiene, movilidad), acompañar emocionalmente, gestionar medicamentos, controles médicos, etc;

Lo "informal" no significa que sea menos importante, sino que ocurre fuera de un marco profesional o institucional siendo este no remunerado.

El rol de cuidar a alguien puede estar cargado de amor, de compromiso y de sentido, pero así mismo de cansancio, renuncias, incomprensión y muchas veces soledad. El cuidado de una persona dependiente puede afectar en la vida del adulto mayor que está a cargo del cuidado en muchos aspectos.

A nivel emocional, puede presentarse mayor stress, ansiedad y una mayor sensación constante de sobrecarga, sobre todo cuando el cuidado es permanente. En lo físico también se puede notar mucho cansancio, porque muchas veces no hay espacios o tiempos suficientes para poder descansar o recrearse. Además, en la vida cotidiana, la persona tiende a postergar sus propias actividades, como la vida social, el trabajo, incluso el autocuidado. Esto puede generar cierto aislamiento o desgaste a largo plazo. Sin embargo, también es importante considerar que no todo es negativo, ya que muchas veces se fortalece el vínculo



con familiar y aparece un sentido de propósito o de responsabilidad que también es significativo.

Cuidar de manera permanente a un familiar siendo adulto mayor, puede impactar significativamente la vida del cuidador en múltiples dimensiones, tanto en su salud mental, física, laboral y también su vida personal y social. ¿Por qué?

Si hablamos de salud física, vemos afecciones comunes como el cansancio acumulado, la falta de descanso y la tensión constante que pueden derivar en problemas como insomnio, dolores corporales o debilitamiento del sistema inmune, en este caso, por ejemplo, se genera un círculo vicioso, en donde me estreso, esto hace que mi sistema inmune se mantenga vulnerable y que este más propenso a enfermarse y al enfermarse se genera mayor estrés y así sucesivamente.

Por eso es tan importante que el cuidador también tenga los cuidados requeridos en su propia salud física como estar con los controles al día, visitar al médico, cuando se presenten malestares tales con su propia medicación, etc. Aparte en el área personal y social, suele verse aislamiento, reduciendo el tiempo libre en forma considerable y postergación de proyectos personales, Ya que se pone en primer lugar a la persona que está siendo cuidada. Aparte en el ámbito laboral, económico, quitar el desempeño laboral, genera inestabilidad si el cuidado interfiere con el trabajo, seguido que empiezan su jornada muy temprano dando los cuidados requeridos, Ya sea el desayuno, la rutina de

higiene etc. Apenas termina en su jornada laboral lejos de casa parten corriendo a continuar con su rutina de cuidador, entonces podemos ver que no hay descanso y por otra parte también hay mucha gente que gracias a la tecnología hoy puede optar por el teletrabajo y esto debería aliviar un poco la carga bien haciendo pero no se conectan nunca de las labores de la casa, por lo que finalmente es como llevar dos trabajos paralelos y esto obviamente puede afectar tanto el desempeño laboral como su vida

personal. Asimismo, en el área de salud mental puede haber un aumento de estrés crónico, ansiedad y sobrecarga emocional además algo de lo que no se había hablado mucho es que, al ser cuidador, muchas veces genera culpa. Al pensar que uno siempre puede estar haciendo las cosas mejor de los que la hace, o culpa al sentirse cansados de cuidar a alguien que, si bien aman, les genera mucho agotamiento. Culpa si se toman un pequeño recreo para ir a tomar un café con algún amigo, se genera también este estado de alerta e hipervigilancia constante en donde finalmente uno casi nunca está tranquilo. Además, se puede percibir esta constante sensación de aislamiento, de no ser comprendidos por el entorno y finalmente sentirse solos contra el mundo. En conclusión, todo esto en conjunto puede detonar en malestares significativos e incluso síntomas depresivos incluyendo otras afecciones. Por otra parte, es importante considerar que somos parte de un Estado el cual no puede desentenderse de las necesidades de cuidado de sus ciudadanos. Al contrario, debe asumir un rol activo mediante la creación de políticas públicas que apoyen a quienes realizan labores de cuidado. No obstante, mientras dichas políticas se desarrollan en nuestro país hay algunas medidas que podemos tomar a nivel individual y que también pueden contribuir al bienestar del cuidador.

CRISTINA DE LOS RIOS FERNANDEZ
PSICOLOGA CLINICA Y ESCRITORA
EMERGENTE

**Haz
realidad
lo que
tienes
en mente.**

**Sigue viviendo
grandes experiencias**



**En Los Héroes encuentras apoyo
para seguir disfrutando la vida.**

**Cuídate con
estos beneficios.**

- **Créditos a tu medida**
- **Bonos en dinero**
- **Y beneficios que te acompañan
en tu día a día.**

Afílate en

losheroes.cl/pensionados