



Salud al día



Asesoría Comunicacional COSALE

Comando de Salud del Ejército - Diario Informativo SISAE N° 22 - Enero 2021

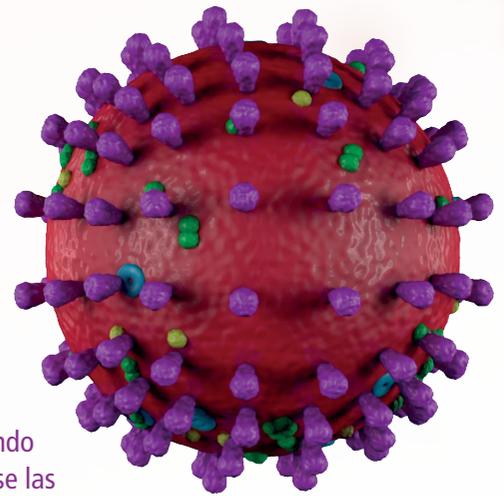
Recomendaciones básicas

Cuidémonos del rebrote de COVID-19

En medio del importante aumento de casos de coronavirus que se han registrado en las últimas semanas, se hace imprescindible que la ciudadanía no se descuide y aplique las recomendaciones indicadas por la autoridad sanitaria.

La Mayor (OSS) Paula Fortes Guzmán, Asesora del Departamento de Gestión y Planificación en Salud del COSALE, explica en relación al rebrote que "al volver un poco más a la normalidad después de haber disminuido los casos, se han relajado las medidas y la gente ha dejado de prevenir la enfermedad y de protegerse. Esto ha provocado que en Estados Unidos y Europa estén volviendo hacia atrás a nuevas cuarentenas e implantando nuevas restricciones, algo que de a poco se está

viendo acá en Chile también". La doctora manifiesta que "se ha visto que hay mucha gente que se está movilizandando entre regiones lo que es propio de la época de verano, por lo que se hace necesario reiterar que la gente se siga cuidando, manteniendo el distanciamiento social, lavándose las manos y evitando los lugares concurridos"



Recomendaciones básicas para evitar el rebrote:



Mantener el uso de la mascarilla.



Mantener el lavado frecuente de manos con agua y jabón por 20 segundos, sino puede use alcohol gel.



Después de 3 usos de alcohol gel se debe lavar las manos con agua y jabón para evitar que quede pegada la glicerina.



Evite asistir a espacios concurridos.



Cuando acuda a comprar mantenga la distancia.



Evitar compartir artículos personales, o alimentos.



Mantenga las distancias. En los restaurantes las mesas deben estar a 2 metros de distancia.



¿Por qué es importante mantener estas medidas preventivas?

La doctora Fortes hace un llamado, pese a la reciente llegada de la vacuna, a mantenerse vigilantes y perseverar en las medidas de autoprotección ya que es lo único "que nos previene de este virus que lamentablemente hasta ahora no tiene un tratamiento específico de acceso universal generalizado, por lo tanto la única forma de evitar el contagio al corto y mediano plazo es la prevención".

HMS retoma las cirugías de implantes cocleares a través de la Ley Ricarte Soto

El Hospital Militar de Santiago ha sido pionero en los Implantes Cocleares desde el año 1983, fecha en la cual, en este centro hospitalario, tuvo lugar el primer implante coclear en Chile.

El implante coclear es un dispositivo electrónico que tiene en su parte externa, un micrófono que capta los sonidos y un procesador del habla que los organiza, enviándolos al hueso temporal (parte interna). En este lugar, se implanta quirúrgicamente un receptor-estimulador, que convierte los sonidos en señal eléctrica y una guía de electrodos que, insertadas en la cóclea, envía estas señales al nervio auditivo para su llegada al cerebro, permitiendo así el acceso a los sonidos.

Este año, y luego que el Hospital Militar de Santiago fuera acreditado y pasara a ser parte de la Red de Prestadores aprobados por el Ministerio de Salud, el 19 de noviembre del 2020 se realizó el primer Implante coclear a través de la Ley Ricarte



Soto.

Respecto de lo anterior, el Dr. Enrique Valenzuela Torres, Jefe del Servicio de Otorrinolaringología del HMS, destaca la importancia que este hito tiene para nuestros beneficiarios, para el HMS y para la JEAFOSE, señalando: "esta Ley es un sistema de protección financiera para diagnósticos y tratamientos de alto costo y permite a los pacientes realizarse estas cirugías de manera absolutamente gratuita, de ahí su especial relevancia. A ella, pueden acceder los usuarios de los Sistemas Previsionales de Salud,

incluyendo las Instituciones de las FFAA, y de Orden, que tengan 4 años o más, con diagnóstico confirmado de Hipoacusia Sensorineural Bilateral severa o profunda post locutiva (después de adquirido el lenguaje)".

Por último, el Jefe del Servicio agrega que "para que los pacientes puedan ser intervenidos, deben ser evaluados por médicos otorrinolaringólogos, quienes le efectuarán el estudio de su capacidad auditiva, recomendando esta cirugía cuando exista una hipoacusia o disminución de la audición severa o profunda".

Nuevo convenio en imagenología en Rancagua



El nuevo prestador, LABOCENTER, se adjudicó el servicio de imágenes (Grupo 4 de Imagenología, el cual contempla exámenes radiológicos simples y complejos, TAC, Ultrasonografía y Resonancia Magnética) y que beneficiará a los integrantes del SISAE que residen en esa ciudad.

Este contrato se encuentra vigente desde el 29 de octubre de 2020 y será por un período de tres años con posibilidad de renovar por el mismo período.

Horarios: Lunes a Viernes de 08:00 a 19:00 hrs.

Sábados de 8:00 a 14:00 hrs. Dirección: Astorga N° 145, Rancagua.

Cabe destacar que el personal activo, en condición de retiro y carga familiar deberá asistir con su debida Orden de Atención y Cédula de identidad.

Implementación de moderno equipo de rayos dentales en la EMA "Huamachuco"

Un equipo de radiología dental Intra-oral, marca CARESTREAM CS2200 que toma radiografías bite-wing y periapicales, adquirió la Enfermería Militar Avanzada "Huamachuco", ubicada en la BRIMOT N° 24 en la localidad de Putre de la MZS "Arica".

Dentro de sus ventajas, permite que los exámenes de rayos dentales, se puedan obtener de manera más rápida y efectiva, facilitando así su diagnóstico y tratamiento dental para el personal. Asimismo, logra una atención eficaz, segura y de calidad, considerando todas las medidas de higiene y seguridad descritas por el MINSAL, de acuerdo a la emergencia nacional del COVID-19.



Avanzan obras de nueva Enfermería Modular Militar “Azapa”



Continúan los trabajos de construcción de la nueva Enfermería Modular Militar “Azapa”, dependiente de la Macro Zona de Salud “Arica”, la que vendrá a reemplazar a la actual Enfermería Militar Básica emplazada en la 1ra BRIACO “Coraceros”.

Esta moderna instalación permitirá contar con un recinto que permitirá aplicar los modelos sanitarios exigidos y establecidos con el objetivo de brindar los mejores estándares de calidad de atención médica y dental a la población beneficiaria de la MZS.

Si desea realizar consultas del ámbito de salud previsual escribanos al correo:
informaciones@cosale.cl



CCM “Valdivia” implementa nuevo sensor de temperatura

Recientemente esta Instalación de Salud implementó en la entrada principal de ingreso de pacientes, un tótem sensor de temperatura con una moderna tecnología que permite confiabilidad en los datos y monitoreo en los diferentes procesos, determinando en consecuencia la temperatura real de la persona, llevando además adherido un dispensador automático de alcohol gel para la desinfección de manos.

El Comandante de la Macro Zona de Salud “Valdivia”, TCL. Mario Valdés Cuellar, señaló que esta importante tecnología permite además descongestionar el ingreso de pacientes, permitiendo una mayor fluidez y el adecuado distanciamiento físico dispuesto por las autoridades de salud.



COE realiza atención rehabilitadora integral de paciente con necesidades especiales en el HMS

Cumpliendo con los requerimientos Institucionales y Ministeriales, es que la Central Odontológica del Ejército a partir del año 2016 conformó un Equipo Multidisciplinario, quienes en coordinación con el Hospital Militar de Santiago, se encargan de realizar la Atención Rehabilitadora de Pacientes con Necesidades Especiales en edad adulta.

Este tipo de tratamientos se vieron suspendidos por la pandemia causada por el SARS COV 2 a partir del mes de marzo del presente año. Es en este contexto que, basados en los protocolos definidos según grados de desconfiamiento y categorización de los pacientes, el 21 de octubre de 2020 se logró realizar la atención de una paciente quien requería con urgencia la atención dental de manera integral bajo anestesia general. Dicha atención implicó la realización de

tratamientos de operatoria, prevención, periodoncia, endodoncia y cirugía, la cual coordinó y ejecutó la Jefa de la Especialidad de Odontopediatría, MAY. (OSSD) Silvana Stanic Aguilera, con la participación de la Jefa de la Especialidad de Endodoncia, MAY. (OSSD) Paola Lombardi Azócar, el Jefe de la Especialidad de Periodoncia, MAY. (OSSD) Pedro Jaque Flores, y el Anestesiólogo MAY. (OSS) Luis Torres Rodríguez, quienes en conjunto con un equipo de trabajo y en coordinación con la Jefa de Pabellón, TCL. (OSS) Viviana Meléndez Campusano, pudieron dar solución a las patologías que afectaban a la beneficiaria.

El padre de la paciente, MAY. (R) Germán Iduya Veléz, destacó el profesionalismo y la preocupación personal por parte del equipo que intervino a su hija: “No me



cabe más que agradecerle al Equipo Médico que conforman, ya que nos han acompañado y apoyado mucho más allá de lo meramente profesional”, detalló. Si bien aún no se retoman las atenciones de este tipo de manera habitual debido a la contingencia que enfrenta nuestro país, este procedimiento da una luz de esperanza a nuestros beneficiarios con necesidades especiales que requieren atención odontológica para poder dar solución a sus problemáticas de salud oral.

Temas de Salud

¿Cómo sobrellevar el calor con el uso de mascarilla?

La mascarilla es una de las principales herramientas para evitar la propagación del Covid-19, por lo que durante esta temporada de altas temperaturas se debe perseverar en su uso pese a las incomodidades que esta provoca.



Al respecto, la CAP. (OSS) Maurien Arias Godoy del Centro Médico Militar Santiago Centro, da una orientación y recomendaciones para sobrellevar en verano la utilización de este elemento de protección.

¿Por qué aumenta el calor al usar mascarilla?

“La respiración es uno de los mecanismos que tiene el organismo para favorecer la regulación de temperatura, si aumenta la temperatura corporal, aumenta la frecuencia cardíaca para intentar disipar el calor. Sin embargo, el uso de mascarillas va impedir que este calor se pueda evaporar”.

¿Es obligatorio el uso de mascarillas en las playas?

“Sí, tal como mencionó la Subsecretaria de Salud, Paula Daza, el uso de mascarillas en playas es obligatorio debido a que es un lugar público, sin embargo hay dos circunstancias en las que éstas se pueden obviar, como cuando se vaya directamente al mar y además cuando

se permita asegurar la distancia de dos metros entre persona y persona”.

¿La mascarilla podría provocarnos alguna reacción alérgica cuando hace calor?

“Ha aumentado el número de consultas dermatológicas principalmente por afecciones en la piel, directamente en el tercio inferior de la cara, tales como dermatitis, rosácea y acné. Sabemos que la presión y la fricción, el calor y la humedad, genera el aumento de lesiones como éstas debido a que se obstruye el folículo pilosebáceo en la piel, además que la humedad generada debajo de las mascarilla altera la barrera cutánea, aumentando la posibilidad de sobreinfección”.

Consejos para mantenernos secos y frescos al usar mascarillas.

- Privilegiar lugares al aire libre o bien ventilados.
- Usar mascarillas con pliegues, ya que estas aumentan la superficie de intercambio de aire y favorece la eliminación del calor.
- Hidratación adecuada para mantenernos frescos (tomando las medidas necesarias para retirar la mascarilla).
- Preferir el uso de mascarillas desechables o de algodón.

Recomendaciones para el cuidado de su rostro:

- Limpie la cara al menos dos veces al día con lociones dermolimpiadoras.
- Evite el uso de exfoliadores como esponjas o cepillos que alteren la integridad de la piel, por lo que se debe hacer de manera gentil con las manos y agua tibia.
- Evite el maquillaje particularmente los que son de base oleosa.
- Hidratación facial con cremas y aguas termales.
- Prefiera mascarillas certificadas o de telas respirables que al menos tengan 3 capas y aquella que se encuentre en contacto con la piel sea de algodón evitando materiales sintéticos.
- Láve las mascarillas reutilizables a diario o cambie a mitad de jornada las desechables.
- Consulte en forma oportuna si se presenta alguna lesión.

