



VIDA SALUDABLE

AUSPICIA



EuroAmerica
mundo financiero



FACULTAD DE MEDICINA U. CHILE ADMISIÓN 2008

INGRESA

ESCUELA DE KINESIOLOGÍA: REFERENTE NACIONAL.

¿Por qué estudiar en la Escuela de Kinesiología de Facultad de Medicina de la Universidad de Chile? Porque la trayectoria no se improvisa, y ésta fue la primera del país en entregar títulos de Kinesiólogo, constituyéndose desde 1956 hasta la fecha en referente nacional en innovación y excelencia académica.

Porque esta escuela promueve dos aspectos de la Kinesiología: el disciplinar, que capacita al egresado para desarrollarse en un cuerpo de conocimientos que le es propio, como es el movimiento de los seres vivos —en particular, el humano—, y el profesional, que lo prepara para intervenir en los distintos niveles de atención de salud de la población. Quienes estudian en sus aulas tienen acceso a la mejor formación de pregrado en el área, con una incorporación temprana a las actividades prácticas respaldadas por una sólida y variada red asistencial, así como el Hospital Clínico Universidad de Chile. Asimismo, podrán desarrollar su vocación de servicio e interés por el bienestar de la comunidad nacional, cultivando los valores declarados como principios orientadores del quehacer de esta corporación.

Y porque estudiar en la Escuela de Kinesiología significa aprender de un cuerpo académico formado por más de 30 docentes quienes, además de la enseñanza de pre y postgrado, realizan investigación, labores asistenciales y actividades de extensión.

Sello de tradición y calidad

Formarse en la Universidad de Chile ofrece un sello único de tradición. Esta calidad sin competencia acompaña y favorece la incorporación de los egresados de Kinesiología a un campo laboral en permanente expansión, constituido por instituciones de salud pública y privada, establecimientos de educación escolar, diferencial y superior; entidades deportivas o vinculadas con la actividad física; empresas que incluyan conceptos de ergonomía dentro de sus procesos y entidades ministeriales.

Por eso cada año ingresan a la Escuela de Kinesiología 37 estudiantes de excelencia, que alcanzan registros superiores a los 700 puntos en la PSU. Ellos son personas inquietas, solidarias y dispuestas a servir al prójimo; tienen una gran motivación por la actividad física, ya que el ejercicio es la herramienta que emplearán para tratar terapéuticamente a sus pacientes; y aprenden a trabajar como parte del equipo de profesionales de la salud, desarrollando sus habilidades educacionales. Al egresar, cuentan con el grado académico de Licenciado en Kinesiología y el título profesional de Kinesiólogos, y pueden continuar con su formación de postítulo a través de las diversas instancias que ofrece su escuela.

Medichi
Red de aprendizaje digital

EL PROGRAMA

El programa Vida Saludable nace de una iniciativa conjunta de la Facultad de Medicina de la Universidad de Chile y El Mercurio.

Este permitirá realizar cursos de extensión, a través del programa de educación a distancia, Medichi, sobre temas de interés en el área médica, abordados por académicos de la Facultad de Medicina de la Universidad de Chile.

Son 8 clases por curso, que se publicarán en El Mercurio una vez por semana, y la iniciativa se complementará con un curso online en que los alumnos inscritos profundizarán sobre las áreas temáticas.

Además, los participantes podrán asistir a dos clases presenciales dictadas por los docentes responsables de los cursos.

CURSOS 2007:

Estilos de vida saludables y Alergias en los niños se publicaron todos los domingos entre el 26 de agosto y el 14 de octubre.

Depresión: La enfermedad del nuevo siglo y Conversando de sexualidad y reproducción humana se publicarán todos los domingos, del 21 de octubre al 9 de diciembre.

VALORES Y MATRÍCULAS:

Los cursos tienen un valor de \$ 50.000, con descuentos al tomar más de un curso. Matrículas abiertas.

Más informaciones en www.educacion.emol.com, info@medichi.cl o en los teléfonos 9786688 y 9786991.



Dr. Hernán Silva Ibarra.

La depresión es una enfermedad en cuya génesis se puede apreciar la confluencia tanto de factores ambientales como de la disposición biológica del individuo.

Hasta hace poco se hablaba de "depresiones endógenas" para referirse a aquellas en las que predominaba la predisposición biológica y de "depresiones reactivas" para designar a las que aparecían luego de un suceso vital negativo. Pero en la mayoría de los casos intervienen, en mayor o menor medida, ambos factores, como veremos en los siguientes puntos.

Genética y depresión: En gran medida, la depresión es heredable. Los estudios genéticos demuestran que el tener familiares que hayan sufrido depresión, aumenta el riesgo de deprimirse. No es un solo gene el que predispone a la depresión; los estudios más recientes indican que varios genes pueden participar en distinto grado. Se trata de genes asociados a los sistemas de neurotransmisión cerebral y, especialmente, al sistema

CURSO 3: Depresión: La enfermedad del nuevo siglo/Tema 2

Bases biológicas de la depresión

En la depresión intervienen factores biológicos y ambientales. La mayoría de las veces, actúan conjuntamente.



SERGIO SALAZAR

serotoninérgico. Se prevé que a futuro se dispondrá de exámenes que detecten a los individuos más vulnerables y se puedan tomar medidas para prevenir la enfermedad. Actualmente se estudian algunos de esos genes para predecir la respuesta a los medicamentos antidepressivos.

Estrés y depresión: Los sucesos vitales adversos aumentan el riesgo de depresión. El abuso sexual, el maltrato y el abandono por los padres durante la infancia, hacen que la persona tenga más probabilidades de tener una depresión en la vida adulta. El estrés provoca una serie de alteraciones endocrinológicas, inmunológicas y cerebrales que

predisponen a la depresión. Una de las alteraciones mejor estudiadas es la atrofia de algunas estructuras cerebrales, en especial del hipocampo. Esta atrofia produce alteraciones cognitivas, fallas de memoria y predispone a tener más recaídas depresivas. Los estudios con imágenes cerebrales, como la resonancia magnética funcional, han permitido poner en evidencia estas alteraciones. Un hecho interesante es que los tratamientos eficaces, con medicamentos antidepressivos o con psicoterapia, pueden revertir estas alteraciones.

Hasta hace pocos años se creía que el cerebro de las personas adultas no podía producir nuevas neuronas y que

la pérdida de células cerebrales era irreparable. Hoy sabemos que no es así y que si bien la depresión produce pérdidas neuronales, los tratamientos eficaces pueden inducir la producción de nuevas neuronas.

La depresión afecta a todo el organismo: Hasta hace poco predominaba la idea de que la depresión era una enfermedad exclusiva o predominantemente cerebral. Hoy es más claro que afecta a todo el organismo.

Los efectos a nivel cardiovascular, por ejemplo, permiten entender que las personas depresivas tienen mayor riesgo de hacer infarto del miocardio o de morir luego de un infarto, en comparación con las personas no depresivas. Las alteraciones inmunológicas de la depresión también pueden aumentar el riesgo de cáncer o de enfermedades inmunitarias.

Existe un círculo vicioso en el que la depresión favorece la aparición de enfermedades físicas y, a su vez las enfermedades físicas, son un factor de estrés que favorece la depresión. Esta relación deben tenerla muy presente los médicos generales y de especialidades, ya que tratar la depresión es una condición necesaria para la mejoría de las otras enfermedades físicas.

CURSO 4: Conversando de sexualidad y reproducción humana/Tema 2

Consejería en salud sexual en la adolescencia

La adolescencia debe ser tomada como una oportunidad para desarrollar y promover conductas seguras y responsables seguras y responsables.

La sexualidad es parte del desarrollo normal y atraviesa desde la infancia hasta la vida adulta. Por lo tanto los seres humanos son intrínsecamente sexuales. En la adolescencia, la sexualidad cobra especial importancia, porque es en esta etapa donde ocurren marcados cambios físicos, cognitivos y psicosociales, que llevarán a completar finalmente el desarrollo físico y psicosexual de los individuos.

El deseo de experimentación y sensación de invulnerabilidad que presentan los adolescentes, los convierte en un grupo de especial interés y preocupación en lo que a sexualidad se refiere. Estudios en Chile muestran que, el 33% de los adolescentes ha iniciado actividad sexual entre los 15 y 18 años, y un 31% la ha iniciado a los 15 años o menos.

El período de adolescencia debe ser tomado como una oportunidad para desarrollar y promover conductas seguras y responsables, que perduren a través de las otras etapas de la vida. Una estrategia para promocionar dichas conductas es la consejería, que llevada al ámbito de la salud sexual y reproductiva tiene aplicación en la postergación del inicio de las relaciones sexuales, la prevención de infecciones



EL MERCURIO

de transmisión sexual y SIDA y la utilización de métodos anticonceptivos, entre otras conductas.

El adolescente que consulta por temas relacionados con su sexualidad, como por ejemplo, el uso de algún método anticonceptivo, debe enfrentarse a múltiples barreras, que van desde el temor a ser enjuiciado, hasta las trabas burocráticas de un sistema de salud poco amigable. La consecuencia de esta situación es que los adolescentes no consultan, arriesgándose a un posible embarazo no deseado o alguna infección de transmisión sexual. Por estos motivos que la consulta a un profesional capacitado es una gran

oportunidad para orientar a los adolescentes, a través de la consejería, que no es otra cosa que una relación de ayuda entre un miembro del equipo de salud y el adolescente, con el fin de promover la salud de este, a través del fomento de la capacidad de tomar decisiones seguras y responsables con respecto a su sexualidad.

El principio fundamental de la consejería en este caso es que se centra en el adolescente, enfocada en las características personales, como el género, la orientación sexual, el nivel socioeconómico, el nivel educacional, la edad y las necesidades particulares de cada adolescente. Se realiza de forma personalizada y comprensiva, en un



Ingrid Leal F., matrona, Cembra



Dr. Jorge Sandoval Z., Cembra

ambiente acogedor, donde el o la adolescentes no se sientan enjuiciados, sino respetados y valorados como personas, donde además se les manifieste y garantice, privacidad y confidencialidad.

El consejero debe actuar como un facilitador, ayudando al adolescente a cambiar o mejorar su conducta, a través de técnicas de motivación, identificando las fortalezas personales, entregando información con base científica, junto con ayudar a entender los derechos y responsabilidades, con respecto a su salud y sexualidad.

El cumplimiento de lo anterior y el fácil acceso a servicios donde puedan ser atendidos, son fundamentales en el éxito de la consejería como intervención de promoción de salud sexual y reproductiva.