

**FICHA PROYECTOS COMUNITARIOS RED ASISTENCIAL  
SERVICIO DE SALUD BIOBIO  
PROGRAMA DE EQUIDAD EN SALUD RURAL  
AÑO 2021**

**1.- IDENTIFICACION DEL PROYECTO**

<b>Nombre del Proyecto</b>	“Comunidades del Sector Rural se protege en forma integrativa contra el Covid 19”.
<b>Área Temática</b> (marcar con una x)	<p>➤ Adultos Mayores <input checked="" type="checkbox"/></p> <p>➤ Prácticas de salud Complementarias <input checked="" type="checkbox"/></p> <p>➤ Alimentación saludable y autocuidado en salud (Huertos comunitarios) <input type="checkbox"/></p> <p>Practica Comunitaria <input checked="" type="checkbox"/></p>
<b>Nombre, Dirección, Número teléfono de contacto y email del responsable</b> (coordinador de la formulación del proyecto)	<p>CESFAM Dos de Septiembre.</p> <p>Dirección: Carlos Condell 1150, los Ángeles, Región de Biobío.</p> <p>Teléfono :432 332332</p> <p>Coordinadora del Proyecto: Lorena Castillo Correa, Asistente Social. lorena.castillo.laboral@gmail.com</p>
<b>Institución (es) que participan en la ejecución del Proyecto. (intersector)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Junta de vecinos N° 52 Mesamávida.</li> <li>• Club Adultos Mayores de Posta Mesamávida.</li> <li>• Monitoras de salud Rural.</li> <li>• Comunidad CHI (centro holístico integral promoción en salud CESFAM Dos de Septiembre.</li> </ul>

**2.-JUSTIFICACIÓN**

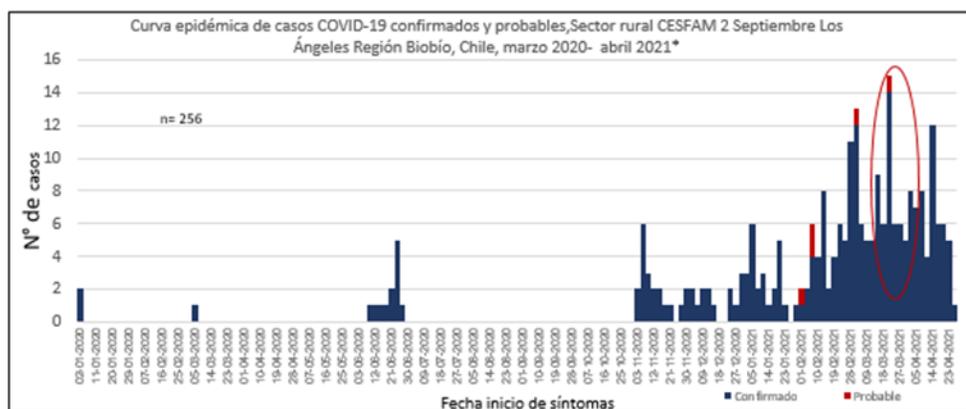
<b>Identificación del problema</b>	<p>La actual pandemia de COVID-19 que estamos viviendo a nivel nacional e internacional ha tenido múltiples efectos en nuestra sociedad. El primer caso de COVID-19 en Chile fue informado el día 03 de Marzo de 2020 (semana 10 del año), la suspensión de clases en instituciones de educación se inició el 15 de Marzo (semana 11 del año), el decreto de Estado de Excepción Constitucional de Catástrofe se inició el día 18 de Marzo (semana 12), la primera muerte por COVID-19 fue reportada el 21 de marzo y las primeras cuarentenas se iniciaron el 25 de marzo (semana 13).</p> <p>En Chile la mayoría del contagio se ha podido registrar en la Región Metropolitana y en</p>
------------------------------------	--

las comunas pertenecientes a la capital. Aun siendo el principal polo de desarrollo en el país el coronavirus ha causado una tragedia de grandes proporciones; siendo los más afectados los sectores vulnerables y pobres de la sociedad. El foco ha estado puesto constantemente en la ciudad, quedando el mundo rural rezagado a un silencio tal vez peligroso; sobre todo porque según las estadísticas los habitantes de estas localidades tienen varias vulnerabilidades al momento de hacer frente al COVID-19: población más envejecida (grupo crítico ante el virus), deficiente acceso al agua, conectividad débil, entre otros. Los estudios documentan que las poblaciones rurales se enfrentan a disparidades sanitarias debido a múltiples barreras; falta de atención médica permanente, la distancia geográfica y un nivel socioeconómico más bajo. En el caso de medidas preventivas de Covid 19, en estudio comparativo de zonas urbanas y rurales (Xuewei Chen 1 and Hongliang Chen 2, 2020) , se obtuvo como resultado que los sectores rurales eran menos propensos a llevar a cabo **conductas preventivas**, más propensos a tener una actitud negativa hacia la eficacia de llevar a cabo conductas preventivas y se sugería; La adaptación de los mensajes sanitarios a las necesidades específicas de las poblaciones rurales que pudieran ser una estrategia eficaz para promover comportamientos sanitarios preventivos contra el COVID-19.

Es por esta razón que buscamos antecedentes sobre la población rural de nuestro sector y encontramos cifras alarmantes de aumento de casos Covid 19 en lo que va del año, a continuación se muestran gráficos de casos y de curva epidémica.

**Cesfam 2 de septiembre Los Ángeles – Casos rurales**

Curva epidémica COVID-19 casos confirmados y probables sector rural CESFAM 2 de Septiembre.



MES	TOTAL DE CASOS
mar-20	0
abr-20	0
may-20	0
jun-20	12
jul-20	4
ago-20	3
sept-20	0
nov-20	17
oct-20	0
dic-20	13
ene-21	27
feb-21	30
mar-21	92
abr-21	55

La curva epidémica COVID-19, es de tipo fuente propagada, ya que muestra transmisión de la enfermedad de persona a persona, y se usa en epidemias que

	<p>pueden durar tiempos más largos y pueden llevar a múltiples oleadas de infección si es que ocurren casos secundarios y terciarios, es por eso que en este caso debemos educar a la población para evitar propagación del virus.</p> <p>Por las características de esta pandemia, su agente etiológico, la alta capacidad de transmisión y propagación que produce, la cual se aprecia en la curva, <b>es importante mantener medidas de autocuidado y prevención para evitar nuevos brotes.</b></p> <p>Sin duda el problema identificado por pandemia Covid 19 en el sector rural del Cesfam dos de Septiembre, no es uno, sino que variados ya que esta pandemia tiene un impacto es en todas las dimensiones humanas (física, cognitiva, emocional, espiritual, social).</p> <p>Desde el punto de vista de salud mental , ya una dirigente comunitaria nos manifestaba; textual “la pandemia ha significado para los vecinos y vecinas en este tiempo de mucho temor a lo desconocido, de angustia por las ausencias, de miedo por tanta información recibida, de negarse a los cambios vida, puedo mostrar, evidenciar esos estados de ánimo deteriorados, esas lágrimas por nada, esas quejas de dolencias de un cuerpo cansado, esas faltas de aire, así suma y cunde el desánimo, la tristeza, revelarse, renegar, oponerse a comprender y aceptar los cambios a los que sí o sí vamos a tener que habituarnos y hacer nuestros desde aquí en adelante...”, relato que plasma el efecto de la pandemia en la salud mental y espiritual de las comunidades y que claramente se muestra la necesidad de una adecuada gestión de emociones, como adoptar otras medidas saludables que propendan a una salud integral.</p> <p><b>El presente proyecto se fundamenta</b> en la necesidad de fortalecer el trabajo comunitario en personas que viven en el sector Rural. Pretendiendo, generar instancias de participación social, con enfoque de promoción de la salud, considerando la pertinencia cultural del sector rural.</p> <p>Es necesario entregar herramientas y habilidades a la comunidad para frenar y hacer frente a esta situación con medidas básicas de cuidados y probadamente efectivas para disminuir contagios. Las Comunidades necesitan empoderarse de medidas preventivas que le den la seguridad de “<b>esta nueva forma de vivir</b>”, para prevenir, cuidarnos y adaptarnos en comunidad.</p>
--	--

<b>Objetivo General</b>	Fortalecer el autocuidado en personas del sector Rural de la comuna de Los Ángeles, mediante el buen manejo de prevención contra el Covid 19.
-------------------------	---

<b>Objetivos Específicos</b>	<p>-Contribuir la calidad de vida de personas del sector Rural de la comuna de Los Ángeles, a través de Terapias Complementarias y un adecuado afrontamiento de la pandemia, entrega de Insumos básicos (mascarilla, alcohol gel , jabón líquido ) y educación en prevención Covid 19”</p> <p>-Reforzar en la comunidad rural las medidas preventivas y elementos de prevención de contagio covid 19.</p> <p>-generar espacios de autocuidado a través del reconocimiento y gestión de las emociones en comunidad considerando terapias complementarias rural comuna Los Ángeles en contexto pandemia.</p> <p>-fomentar la actividad física como hábitos saludables.</p> <p>-Desarrollar habilidades y herramientas de autocuidado mediante el autoconocimiento de estados emocionales en época de pandemia.</p> <p>-Entregar herramientas en medidas básicas de autocuidado con enfoque en la prevención del contagio de Covid 19.</p>
<b>Metas</b>	Los participantes adquieren conocimientos y herramientas de Autocuidado a nivel físico y emocional para adaptarse y protegerse de los efectos de la pandemia Covid 19
<b>Beneficiarios Directos (quiénes y cuántos)</b>	15 personas del sector Rural del Cesfam dos de septiembre + 30 personas de otros sectores rurales de la comuna de los Ángeles Total : 45 personas
<b>Beneficiarios Indirectos</b>	225 Familia , comunidad , grupos organizados
<b>Actividades:</b>	<p>-Debido a la pandemia y aforos, se programaron talleres online. Como Docente de los talleres participaran junto al equipo de profesionales 2 representantes de la comunidad, que son profesoras jubiladas, una es monitora de salud rural , ambas terapeuta de Reiki comunitarias y que participaron el año 2020 y lo que va del año 2021 como entrevistadoras en un programa online y que se trasmite en vivo por grupo de Facebook y canal de YouTube dependientes del Cesfam Dos de Septiembre, para educar a la comunidad sobre diferentes temáticas que hemos vivido en pandemia, por lo que ambas representantes de la comunidad cuentan con los conocimientos y habilidades para desarrollar este proyecto que se adapte a las necesidades de la comunidad Rural</p> <p>-además de los talleres se ofrecerá terapia floral (terapias complementarias) a toda persona que asista al taller y requiera y/o solicite manejo con terapia de flores de Bach y de california para apoyar en manejo de estados emocionales.</p> <p>En el sector rural las comunidades han invertido en contratar servicios de internet debido a que los hijos deben asistir a clases en forma online o remota. También los más adultos utilizan internet por reuniones con</p>

otras organizaciones o transmisiones en vivo que se realizan desde el centro de salud y se pudo comprobar que la plataforma más estable es la plataforma zoom, es por eso que se solicita esta plataforma.

La metodología a utilizar serán talleres participativos, escucha activa, formación de grupos pequeños para compartir emociones y reconocerlas, que las facilitadoras sean monitoras de la comunidad y profesionales que trabajan en el área de la promoción ( CHI , centro holístico integral dependiente del Cefam dos de Septiembre), manejo con terapias complementarias , como son terapia floral ( Bach y California ), cuenco terapia, meditación, la actividad física como un factor importante para disminuir ansiedad y estrés ( consecuencia de pandemia ). Además se contempla entregar insumos de protección para Covid 19 , como son mascarilla , alcohol gel , jabón líquido.

Se elaborarán videos educativos , elaborados por las/os participantes, los cuales se subirán al canal YouTube del CHI (Centro Holístico Integral de Promoción en Salud del Cefam Dos de Septiembre), como también se grabaran los talleres , a los cuales pueden acceder las personas que no puedan conectarse a los talleres .

TALLER “ APRENDIENDO A PROTEGERNOS Y ADAPTARNOS AL NUEVO MODO DE VIVIR SANAMENTE, EN LA PANDEMIA COVID 19”

Convocatoria

-ETAPA 1

Talleres

UNIDAD I

- Reconocer las medidas preventivas básicas que ayudan a prevenir el contagio de COVID-19.
- Identificar cómo opera la cadena de infección, especialmente los modos de transmisión.

Medidas básicas de autocuidado covid 19

- lavado frecuente de manos
- uso correcto de mascarilla
- distancia física adecuada

**Unidad II**

Reconocer medidas de autocuidado desde La autorregulación emocional

- Identificación emocional.
- Gestión emocional

Enumerar lo positivo de la Pandemia

**Unidad III**

- Taller de cuencoterapia
- Mindfulness
- Preparado floral para cada participante que lo solicite

**Unidad IV**

	<p>La Actividad física y sus benéficos para la salud mental</p> <p>MEDIOS AUXILIARES: Difusor, velas, cuencos tibetanos y de cuarzo, Flores de Bach. Otros insumos de apoyo: Internet, material informativos digitalizado e impreso, certificados. -</p> <p>REQUISITOS DE APROBACIÓN:</p> <p>Asistencia. METODOLOGÍA DE EVALUACIÓN: Participación y Demostración básica de las técnicas aprendidas</p> <p><b>ETAPA II DEL PROYECTO</b></p> <p><u>Réplica del proyecto a personas pertenecientes a otros sectores rurales de la Comuna de Los Ángeles</u></p> <p><b>ETAPA III</b></p> <p>Certificación Cierre</p>
<b>Costo Total (\$)</b>	\$ 2.695.806
<b>Aporte MINSAL (\$)</b>	<b>\$1.992.500</b>
<b>Aporte otras instituciones (\$)</b> (Cesfam Dos Septiembre y Chi)	\$703.306
<b>Detalle Presupuesto (Mencionar los recursos que se adquieren con el recurso financiero)</b>	<p>-Insumos Terapia Floral.</p> <p>-Esencias Florales: Recursos destinados a cubrir atenciones individuales de terapia salud holística con Flores de Bach para entregar terapias de autocuidado en las personas, grupos y comunidad correspondiente al sector rural.</p>

	UNIDADES	VALOR UNITARIO	TOTAL
frascos	200	\$ 750	\$ 150.000
Set de Esencias Florales de Bach Healing Herbs	1	\$ 280.000	\$ 280.000
Set de Esencias Florales de California – FES	1	\$ 550.000	\$ 550.000
MASCARILLAS ( cajas )	90	\$ 5.000	\$ 450.000
pipeta rosdada	200	\$ 350	\$ 70.000
jabon liquido	45	\$ 3.500	\$ 157.500
licencia zoom	1	\$ 160.000	\$ 160.000
alcohol gel	50	\$ 3.500	\$ 175.000
		<b>TOTAL</b>	<b>\$ 1.992.500</b>

### APORTE OTRAS INSTITUCIONES

RRHH APOORTE CESFAM -CHI	UNIDADES	VALOR UNITARIO	TOTAL	INSTITUCION
TERAPEUTA FLORAL + DOCENCIA	22	\$ 5.276	\$ 116.072	CESFAM
TERAPEUTA SONOTERAPIA+ DOCENCIA	22	\$ 5.274	\$ 5.274	CESFAM
DOCENCIA PROFESOR ED FISICA	16	\$ 5.274	\$ 84.384	CESFAM
DOCENCIA COMUNIDAD CHI	22	\$ 5.274	\$ 116.028	COMUNIDAD CHI
DOCENCIA COMUNIDAD CHI	22	\$ 5.274	\$ 116.028	COMUNIDAD CHI
OTROS (INTERNET- TELEFONIA	8	\$ 20.000	\$ 160.000	COMUNIDAD CHI
ELABORACION DE MATERIAL	20	\$ 5.276	\$ 105.520	COMUNIDAD CHI
		<b>TOTAL</b>	<b>\$ 703.306</b>	

### 3.- DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO

<b>Periodo de ejecución</b> - Fecha Inicio - Fecha término	20 Mayo 2021 20 Octubre 2021
<b>Verificadores</b>	-1 video de autocuidado editado. -Lista de Asistencia de cada taller. -Fotografía digitalizadas de los talleres realizados. -Los videos subidos a la plataforma digital YouTube del CHIP comunitario Cesfam Dos de Septiembre.

### 4. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

ADJUNTE CRONOGRAMA ACTIVIDADES

Actividades	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre
convocatoria		x							
Unidad I		x	x						
Unidad II			x	x					
Unidad III			x	x					
Unidad IV				x					
Cierre- Certificación							x		
Etapas II replica en otros sectores rurales de la Comuna de Los Ángeles			x		x	x			
Evaluación del Proyecto (cierre)							x		

## Anexos

JUNTA DE VECINOS  
N°52 MESAMÁVIDA

Los Angeles, 29 Abril del 2021.

### CERTIFICADO

**DON JUAN IGNACIO PARRA ANABALÓN**, RUN 9.330.671-5, **Presidente de la Junta de Vecinos N° 52 Mesamávida**, con su personalidad jurídica N° 51.

Certifica que existen muchas familias que cuentan con una señal internet, han contratado este servicio porque gran parte de los trámites se realizan vía internet, ejemplo de ello son los estudiantes que reciben educación no presencial, transformándose un insumo imprescindible para la familia. No así la señal de telefonía e internet de nuestra Posta es muy mala.

Por ello nos resulta muy motivador tener la posibilidad de comunicarnos a través de este sistema zoom, que nos ayudaría a mejorar la conexión, ya que por contingencia preventiva de esta pandemia, los talleres se realizarían vía remota y desde nuestros hogares.

Cabe señalar que en su mayoría de los vecinos que presentan edad avanzada no saben cómo ingresar a la plataforma zoom, pero no olvidar que también tenemos a nuestros hijos, nietos, bisnetos que también se encuentran en nuestras casas y que si pueden apoyar en la conexión a zoom.

Mencionar también que hay una enorme preocupación, incertidumbre por la cantidad de casos de covid positivos que se han dado en nuestro sector Mesamávida y también los estados de ánimos de todos nosotros se han visto afectados, más encima muchos jefes de hogar se encuentran en la ya que están cesantes por culpa de esta pandemia.

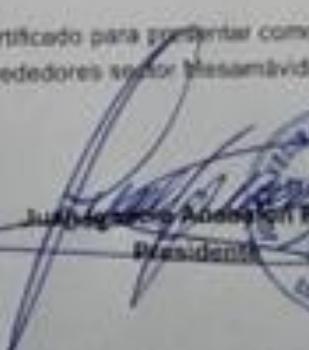
El Proyecto que se pretende realizar con la comunidad y el centro de salud, talleres de autocuidado, manejo de emociones y terapias complementarias (sistema con cuencos, con flores de bach que se utiliza en el centro de salud Dos de Septiembre. Ya que antes de la pandemia ya se habían traído estas terapias en nuestra sede comunitaria Mesamávida, recibidas por nuestra Asistente Social Lorena Castro.

Este proyecto se transmitirá hasta nuestras casas, no solo lo recibirán quienes están en el curso sino que podrán escucharlos todos los que están en la casa.

Es debido a que estamos en pandemia resulta imposible hacer diagnósticos participativos ya que tenemos que cumplir con los aforos propuestos por el gobierno.

Sería muy bueno el poder recibir educación para tener más herramientas para cuidarnos y cuidar a los demás.

Se extiende el presente certificado para presentar como apoyo para postular a Proyectos que beneficien vecinos y alrededores sector Mesamávida.

  
Juan Ignacio Parra Anabalón  
Presidente 18-03-04  
10010000

**CERTIFICADO**

Como Monitora en el sector Rural. Puedo certificar que la pandemia ha significado para los vecinos y vecinas en este tiempo de mucho temor a lo desconocido, de angustia por las ausencias, de miedo por tanta información recibida, de negarse a los cambios vida, puedo mostrar, evidenciar esos estados de ánimo deteriorados, esas lágrimas por nada, esas quejas de dolencias de un cuerpo cansado, esas faltas de aire, así suma y cunde el desánimo, la tristeza, revelarse, renegar, oponerse a comprender y aceptar los cambios a los que sí o sí vamos a tener que habituarnos y hacer nuestros desde aquí en adelante, quién así no lo entienda, sucumbe.

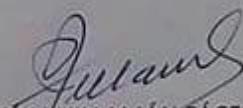
Es tiempo de pandemia, hay temor al contagio, somos todos vulnerables. Pero hay plataformas digitales, así lo hace la Enfermera que trasmite a través de Facebook y yo puedo desde mi casa a 10km. de distancia integrarme por una plataforma que ella usa para que yo esté en vivo, sí, gracias a Dios, Internet llega a muchos sectores rurales...claro que con algunas intermitencias, pero la tenemos. Hay plataformas que tienen mejor receptividad que otras, las tenemos identificadas (por ejemplo zoom resulta ser más estable.)

La pandemia ha significado que las comunidades permanezcamos más en nuestros hogares, por los aislamientos prolongados como la falta de movilización propia y si queremos ir a Los Ángeles debemos utilizar locomoción colectiva, siendo esta una fuente de contaminación Covid 19.

Soy testigo como sané mi pena con el sonido de los cuencos, con los aromas sanadores, con la reflexión, con el calor de las manos amigas, con...Era tiempo bueno, podía subir a un bus intercomunal sin temor, hoy no.

Por eso hoy puedo pensar que cuesta tan poco dar un poquito de bienestar a nuestros hermanos... Podríamos unir fuerzas, amor y replicar lo que hemos aprendido a través de las conferencias culturales entregadas en tiempo de pandemia, por profesionales de distintas especialidades a la Comunidad de Usuarios del Cesfam Dos de Septiembre, con el patrocinio del CENTRO HOLISTICO INTEGRAL. El mundo campesino lo merece y estamos en desventaja frente a los ciudadanos ciudadanos.

Con estas palabras quiero expresar mi apoyo a las actividades integrativas que consideran al ser humano en todas sus dimensiones, tanto físicas, como emocionales y espirituales, que quieran realizarse en mi sector y me pongo a disposición para transmitir nuestras experiencias, nuestras historias de vida, a los vecinos y vecinas, para motivarlos y levantar la moral, ganar vibras "millonarias de sanidad"



NORMA VILLAMÁN CÁCERES

Dirigente social y monitora de salud rural.

Nombre/Apellidos: Nombre/Apellidos: Lorena Castillo Correa, Asistente Social

Coordinador de la formulación – ejecución del proyecto

Representante de la comunidad



MUNICIPALIDAD DE LOS ANGELES  
CESFAM  
DOS DE SEPTIEMBRE  
DIRECCION COMUNAL DE SALUD

Fecha de entrega: 03/05/2021/