

# El Ovallino

**TRAS HECHO OCURRIDO EN LA POBLACIÓN FRAY JORGE**

## PRISIÓN PREVENTIVA A IMPUTADA POR PARRICIDIO

Este domingo se formalizó la investigación en contra de la mujer de 82 años de edad, quien habría asesinado a su hijo de 58 años, al envolver su nariz y boca con cinta de embalaje. En esta audiencia el juez determinó que la libertad de la imputada constituye un peligro para la seguridad de la sociedad, por lo que ordenó prisión preventiva en el CDP de Ovalle. **03**

**PARA VISIBILIZAR LAS DIVERSIDADES SEXUALES**

**MÚLTIPLES ACTIVIDADES EN PRIMERA EXPO DIVERSA** **04**

**PARA EVITAR ENFERMEDADES**

**DESTACAN IMPORTANCIA DE LAS HORAS DE SUEÑO** **06**



**PROVINCIAL OVALLE VENCIO A BRUJAS DE SALAMANCA Y CLASIFICO EN COPA CHILE** **08**

**JUNTAS VECINALES "UNIÓN PROGRESO" Y "MICAELA CAMPOS GAVIÑO"**

**POBLACIÓN LIMARÍ SE BENEFICIA CON ALARMAS COMUNITARIAS** **02**

**TRAS REDUCCIÓN DE JORNADA LABORAL EN SUS TRABAJADORES**

**RECONOCEN A EMPRESA OVALLINA CON EL "SELLO 40 HORAS"** **05**

EN POS DE LA SEGURIDAD

# Vecinos de la población Limarí son beneficiados con sistema de alarmas comunitarias

LORETO FLORES ARDILES  
Ovalle

Durante la semana pasada, los vecinos de la Población Limarí, específicamente de la junta de vecinos "Unión Progreso" y la junta de vecinos "Micaela Campos Gaviño", realizaron actividades concernientes a proyectos sobre la adjudicación de alarmas comunitarias, ambas instancias que contaron con la asesoría de la Ilustre Municipalidad de Ovalle, a través de la Dirección de Seguridad Pública y el financiamiento del Gobierno Regional (GORE).

Las juntas vecinales, contaron con la adjudicación de fondos del GORE equivalentes a tres millones de pesos cada una, con iniciativas llamadas "Nuestros adultos mayores se protegen con alarmas comunitarias", de Unión Progreso y "La población Micaela Campos ahuyenta a los delincuentes con alarmas comunitarias", de Micaela Campos Gaviño.

Respecto a la llegada de estas alarmas hasta este sector de la comuna, el alcalde suplente de Ovalle, Jonathan Acuña, manifestó sus impresiones tras dichas actividades.

"Los proyectos que han sido financiados por el Gobierno Regional y que han contado con el apoyo de la Dirección de Seguridad Pública de nuestro municipio, se enmarcan dentro de una estrategia de fortalecimiento a la seguridad (...) las alarmas comunitarias, las cámaras de tele-vigilancia y los cierres perimetrales, vienen a sumar herramientas a la ciudadanía para combatir los hechos de delincuencia que a diario, se ven expuestos los vecinos y vecinas de la comuna", enfatizó el alcalde Acuña.

## ALARMAS Y FUNCIONAMIENTO

En palabras de la presidenta de la junta de vecinos "Unión Progreso" de la población Limarí, Etelbina Castillo, gracias a estos fondos podrán instalar un total de 44 alarmas, dos centrales con 22 alarmas cada una.

"Cada central está configurada con una especie de 'botones de pánico', una central tiene 22 botones de pánico y eso va configurado mediante un mensaje de texto al celular, si yo aprieto el botón llegan los mensajes a todos los celulares, ahí sabremos quién puede estar en peligro o alguien que tiene una emergencia, sirve para muchas cosas, dependerá de la utilidad que le demos", enfatizó.

Es así que, por el momento, los vecinos de "Unión Progreso" se encuentran



Las alarmas comunitarias podrán otorgar a los vecinos de la población Limarí una mayor sensación de seguridad, esto ante el aumento de delitos en la comuna.

EL OVALLINO

**Se trata de las juntas de vecinos "Unión Progreso" y "Micaela Campos Gaviño", quienes en la semana contaron con actividades para celebrar esta herramienta que les permitirá contar con más seguridad para sus habitantes. El proyecto fue financiado por el Gobierno Regional y gestionado a través de la Dirección de Seguridad Pública del municipio.**

en las últimas tramitaciones de las alarmas comunitarias.

"Nos queda un contrato, lo haremos dentro de esta semana, ya que todos tienen que firmar que recibieron su pulsor, mientras eso no esté, no pasará nada. Pero yo tengo un compromiso y lo cumpliré (...) hay que comprometerse para tener seguridad y luego dar la instrucción a los demás vecinos", contó la líder vecinal.

## FORTALECIENDO LA SEGURIDAD

Del mismo modo, Etelbina Castillo, relató a El Ovallino, la importancia de estas alarmas para los vecinos y las vecinas de la población, quienes en su mayoría son adultos mayores.

"Nosotros como junta de vecinos las instalaremos en la segunda etapa de la población, ya que este lugar es un espacio público que está cercano a la población 8 de Julio, por lo que hay mucho movimiento de personas,

que bajan y suben".

En esta línea, la presidenta de la junta vecinal agregó que la elección de este sector es para protegerse, ya que la seguridad es primordial en la actualidad. "Esta población es de adultos mayores, por ello existe riesgo, por eso queremos la prevención", detalló.

"Yo quiero seguir, tenemos un proyecto de luminarias, incluso donde tenemos las alarmas también necesitamos luminarias, ya que es un sector oscuro, para que esté claro, que se vea, ya que las personas que cometen delitos siempre buscan lo oscuro", señaló Etelbina Castillo.

"Me gustaría seguir dándole cobertura a esto de la seguridad, a toda mi junta de vecinos, me gustaría eso porque nosotros tenemos muchos casos sociales, tenemos adultos mayores y hay que protegerlos, cuidarlos, porque ellos ya aportaron al país, entonces ellos tienen que vivir

"NOSOTROS COMO JUNTA DE VECINOS LAS INSTALAREMOS EN LA SEGUNDA ETAPA DE LA POBLACIÓN, YA QUE ESTE LUGAR ES UN ESPACIO PÚBLICO QUE ESTÁ CERCANO A LA POBLACIÓN 8 DE JULIO, POR LO QUE HAY HARTO MOVIMIENTO DE PERSONAS, QUE BAJAN Y SUBEN".

### ETELBINA CASTILLO

PRESIDENTA JUNTA DE VECINOS "UNIÓN PROGRESO" DE LA POBLACIÓN LIMARÍ.

tranquilos. Hay algunos que no pueden dormir, les han entrado a la casa, les han robado a personas hasta tres veces, justo donde pusimos las alarmas, ahora será en este lugar pero de a poco le daremos cobertura a todos los vecinos", concluyó la presidenta de la J.J.VV de la población Limarí, Etelbina Castillo.

LUCIANO ALDAY VILLALOBOS  
Ovalle

HECHO OCURRIDO EL PASADO JUEVES EN LA POBLACIÓN FRAY JORGE

# Imputada por parricidio quedó en prisión preventiva tras formalización de la investigación

El pasado jueves 16 de marzo se vivió un trágico hecho en el pasaje Luis Orrego de la población Fray Jorge, con la muerte de un hombre de 58 años de edad, quien habría sido asesinado por su propia madre de 82 años.

El control de detención se realizó al día siguiente, viernes 17 de marzo, pero el representante del Ministerio Público, Fiscal Herberto Rohde, solicitó la ampliación de la detención por dos días, para contar con mayores antecedentes en el inicio de la investigación, como por ejemplo, la autopsia del Servicio Médico Legal.

De esta manera, se fijó la audiencia de formalización para este domingo 19 de marzo a las 11:00 hrs, la que finalmente se realizó, aunque con algunos minutos de retraso.

## HECHOS NARRADOS

En la audiencia de este domingo el Fiscal Rohde narró lo que habría acontecido el pasado jueves, en donde la mujer de 82 años (A. D. C. V. O.) habría envuelto la nariz y boca de su hijo (G. A. F. V.) con cinta adhesiva, tras haberle dado medicamentos mezclados en un alimento para influir en sus reflejos, provocando así la muerte por asfixia.

Según las informaciones recabadas en base a la declaración de testigos, la nieta de la imputada habría recibido un llamado de su abuela, la cual no contestó por estar ocupada en el colegio de su hijo.

Una vez de regreso a casa, la nieta habría devuelto el llamado a su abuela, en donde esta habría reconocido lo acontecido hace algunos minutos atrás, "parece que maté al G."

Tras esto, la mujer habría concurrido al domicilio de su abuela en el pasaje Luis Orrego, encontrando a su tío fallecido, y llamando a Carabineros.

De esta manera, la Fiscalía evaluó que la existencia del delito estaría debidamente justificada, al igual que la participación de la única imputada del caso. Por otro lado, se informó que se cuenta con el rollo de cinta de embalaje como evidencia, lo que justificaría "el ánimo homicida" de la mujer de 82 años.

Sin embargo, hasta esta fecha no se cuenta con el informe pericial de las huellas dactilares, ya que este procedimiento demoraría al menos 7 días.

Tras todo esto, el Fiscal Herberto Rohde solicitó prisión preventiva, medida cautelar a la que la defensa se opuso.

En este sentido, el abogado defensor hizo hincapié en presuntos hechos anteriores de maltrato del hijo contra su madre, además de la irreprochable conducta anterior de la imputada y la eventual colaboración de la investigación, argumentada en la llamada que la imputada hizo a su nieta. "El tribunal debe razonar en base a esta historia de vida", concluyó la defensa.



ARCHIVO

El presunto caso de parricidio habría ocurrido el pasado jueves 16 de marzo en la población Fray Jorge.

**Durante la jornada de este domingo 19 de marzo se formalizó la investigación en contra de la mujer de 82 años de edad, quien habría asesinado a su hijo de 58 años, al envolver su nariz y boca con cinta de embalaje. En esta audiencia el juez determinó que la que la libertad de la imputada constituye un peligro para la seguridad de la sociedad, por lo que ordenó prisión preventiva y un plazo investigativo de 120 días.**

## PLAZO INVESTIGATIVO Y MEDIDA CAUTELAR

Tras escuchar los argumentos de ambas partes, el magistrado Luis Muñoz Caamaño ordenó el ingreso de A.D.C.V.O. al Centro de Detención Preventiva de Ovalle, por considerar que la libertad de la imputada constituye un peligro para la seguridad de la sociedad, fijando además un plazo de 120 días para la investigación.

"Se trata de un hecho que conlleva una alta pena. La pena que fija la ley en estos casos es presidio mayor en su grado máximo a presidio perpetuo calificado y, desde ese solo punto de vista, la libertad de la imputada parece peligrosa para la seguridad

de la sociedad, sin obviar el hecho de que se trata de una persona de la tercera edad y las circunstancias especiales que tenía su hijo. Pero el acabar con la vida de una persona es de suyo un hecho atentatorio contra la seguridad de la sociedad", señaló el juez.

"Como concurren todos los requisitos del artículo 140, el tribunal se siente en la obligación de decretar la prisión preventiva, sin perjuicio de las particularidades que tiene este caso, como digo que son dramáticas y trágicas, pero de decretar una solución distinta podría dar pábulo a pensar que existen ciertas circunstancias en que podría estar justificado quitar la vida a otra per-

"SE TRATA DE UN HECHO QUE CONLLEVA UNA ALTA PENA. LA PENA QUE FIJA LA LEY EN ESTOS CASOS ES PRESIDIO MAYOR EN SU GRADO MÁXIMO A PRESIDIO PERPETUO CALIFICADO Y, DESDE ESE SOLO PUNTO DE VISTA, LA LIBERTAD DE LA IMPUTADA PARECE PELIGROSA PARA LA SEGURIDAD DE LA SOCIEDAD"

**LUIS MUÑOZ CAAMAÑO**  
MAGISTRADO

sona, y eso no se puede tolerar; por lo tanto, se va a decretar la prisión preventiva dándole orden de ingreso al Centro de Detención Preventiva de Ovalle", agregó.

## EN BÚSQUEDA DE VISIBILIZAR LAS DIVERSIDADES SEXUALES

LORETO FLORES ARDILES  
Ovalle

Durante la tarde del sábado 18 de marzo, en la Piscina Municipal de Ovalle, se realizó la primera versión de la Expo Diversa 2023, bajo el eslogan "Ser tú mismx", actividad gratuita que permitió reunir en este sector a las diversidades sexuales de la comuna.

La actividad comenzó cerca de las 14:00 horas para finalizar aproximadamente a las 21:00 horas de la noche, instancia en la que se generó un espacio con la comunidad LGBT+ y sus integrantes de las diferentes edades, quienes pudieron acceder a una feria de emprendedores, stand de toma de exámenes, charlas, show de diversas agrupaciones, entre otras muestras.

Respecto al origen de "Expo Diversa", Diario El Ovallino se comunicó con su coordinador general, Wilson Hechersdorf, quien explicó que esta actividad nació con la necesidad de brindar un espacio seguro para la comunidad LGBT+ en Ovalle.

"Antes el movimiento no estaba organizado, no contaba con una agenda de trabajo y dentro de esto nosotros queríamos generar este espacio con un grupo de amigos y amigas (...) espacios de conversación, de creación, de muestra de arte diverso", relató.

## DESAFÍO EN OVALLE

En esta línea, Hechersdorf señaló que hace alrededor de un mes atrás comenzaron con los preparativos y solo hace unos días constituyeron oficialmente la organización socio-cultural de diversidades de sexo y género Diversa Ovalle.

"Ahora tenemos un desafío no menor por delante, tenemos autoridades comprometidas con el trabajo que vamos a hacer, se vieron comprometidas propuestas, interacción con otras fundaciones de la zona, se vio la necesidad de hacerlo ya que antes nadie lo había organizado", apuntó el coordinador general Wilson Hechersdorf.

## PARTICIPACIÓN

En la oportunidad, tanto su coordinador como la secretaria de la organización, Valentina Henríquez, valoraron la convocatoria del evento, así como también el ambiente que se formó en los espacios creados al interior de la piscina municipal.

"Al siguiente día nos dimos cuenta que habíamos logrado mucho más de la meta, nosotros nos conformábamos con que un corazón se fuese feliz después de la actividad, se fuese conforme, habiendo aprendido más, libre en una sociedad que de repente limita las libertades de las diversidades, quedamos contentos, fueron cerca de 110 artistas, comunicadores y el equipo de trabajo que estuvo en la expo".

Además, en la actividad se pudo



EL OVALLINO

Diversas actividades tuvo la primera "Expo Diversa" de Ovalle.

## "Expo Diversa" celebró su primer encuentro de la comunidad LGBT+ en Ovalle

**El encuentro autogestionado permitió generar diferentes actividades a lo largo de la tarde, con el objetivo de promover los derechos de los y las integrantes de la comunidad LGBT+, así como también informarse y a la vez divertirse con presentaciones artísticas de los distintos invitados que aportaron en el disfrute de un espacio libre y seguro.**

contar con la presencia de la concejala Fanny Vega, la diputada Carolina Tello, el alcalde suplente Jonathan Acuña y la consejera regional Tatiana Cortés.

"Tuvimos un buen marco de público, también tuvimos harta difusión, artistas que quisieron participar, dj de

Santiago, emprendedores, una actividad bonita que llamó a harta gente (...) quedamos bastantes conformes con su realización y con el alcance que tuvimos y los comentarios de algunos asistentes", expuso Valentina Henríquez.

## AMBIENTE RESPETUOSO

Conjuntamente, en el desarrollo de la expo estuvo presente la concejala de Ovalle, Fanny Vega, quien destacó la importancia de este encuentro en la comuna, debido a su aporte en visibilizar a la comunidad que, en sus palabras, ha sido marginada por años en la sociedad.

"El ambiente de comienzo a fin fue de respeto, alegría, empatía y principalmente de unidad, esto debido a que sabemos los grandes desafíos que tenemos por delante, como por ejemplo crear la oficina de las diversidades sexuales (...) desde un comienzo se ha mencionado y querido que todos, todos y todes podamos participar de estas instancias y lo que me pone feliz es que ha tenido una muy buena recepción de todas las personas".

"Para mí es sumamente gratificante que en Ovalle existan estas instancias, mi total respeto por quienes somos parte de la primera organización LGBT+ de Ovalle y quienes estuvieron en la organización", mencionó la concejala.

## PRÓXIMO TRABAJO PARA LA COMUNIDAD

Por otro lado, en virtud de los próximos trabajos que se vienen para esta organización, la secretaria, Valentina Henríquez, dio a entender que este es el primer paso de muchos más, quedando una ardua labor por delante.

"La idea es seguir aportando en el desarrollo de los emprendedores, aportando en el desarrollo de artistas, informando en la educación secundaria y municipal e idealmente llegar a toda la comuna para poder informar que nosotros queremos visibilizar a la comunidad y que se entienda como una comunidad de respeto y no una comunidad que se nos perciba como una burla", detalló Valentina.

En tanto, Wilson Hechersdorf manifestó la necesidad que existe en la comuna sobre esta mirada de respeto.

"La visión debe ser hacia todos, todas, todes con respeto, con tolerancia, que sepamos limitar hasta dónde puede llegar el juicio que cada uno puede hacer sobre otras personas (...) pedir que se respete a las diversidades porque los caminos que muchas veces hemos tenido que recorrer no han sido fáciles. Pido tolerancia para sentirnos libres, para que no nos sigan matando en las calles ni agrediendo", dijo.

Finalmente, la concejala Fanny Vega también entregó un mensaje a la comunidad, específicamente a la niñez.

"Siento que es importante que las niñas crezcan sabiendo que puedan llegar a ser lo que sueñan y que algo tan hermoso como lo es amar a otro u otra no debiese ser impedimento para no cumplir sus sueños", concluyó la autoridad ovallina.

TRABAJADORES VALORARON LA MEDIDA

# Empresa de Ovalle es distinguida con el "Sello 40 Horas"

**La empresa de Asesorías Contable Suma Gestión LTDA se convirtió en la primera empresa de la Provincia del Limarí en recibir este reconocimiento. De esta manera, ya son 9 las empresas regionales certificadas por el Ministerio del Trabajo y que reciben esta distinción por acceder a jornadas laborales reducidas.**



CEDIDA

Autoridades reconocieron a la empresa ovallina de Asesorías Contable Suma Gestión LTDA.

Ovalle

La empresa ovallina de Asesorías Contable Suma Gestión LTDA se convirtió en la primera empresa de la provincia de Limarí en recibir el "Sello 40 Horas", reconocimiento que entrega el Ministerio del Trabajo a las empresas que se han adaptado de forma anticipada a la reducción de la jornada laboral a 40 horas por semana o menos.

La firma ubicada en el centro de la capital provincial redujo su jornada de mutuo acuerdo con sus trabajadores y trabajadoras, pasando de 45 horas semanales de trabajo a 40 horas.

Sebastián Farías, trabajador de Suma Gestión, comentó que "el cambio de jornada ha sido muy satisfactorio ya que nos da tiempo para jornadas recreativas, cosas personales también. Creo que más empresas pueden hacer estos cambios, porque no es las horas que se trabajan sino que la calidad del trabajo que se hace".

Mientras que Mónica Lagunas, representante legal de Suma Gestión, explicó que "llegamos a un acuerdo y que ellos mismos eligieron sus horarios. Todos optaron por tener la tarde libre el día viernes y hemos visto que aumenta la productividad con trabajadores más felices y contentos".

La distinción fue entregada por la Seremi del Trabajo, Claudia Santander, y el Delegado Presidencial de Limarí, Galo Luna, quienes destacaron la iniciativa tanto del empleador como de los trabajadores por el acuerdo logrado.

En este sentido, Galo Luna, dijo que "esperamos que nuevas empresas se vayan sumando a este desafío que es muy relevante, más hoy en día que ya ha avanzado la discusión del proyecto de ley de 40 horas, que lleva más 5

años de discusión y esperamos que pronto se haga realidad. Creemos que el reducir la jornada laboral permite tener mejores relaciones laborales, que los trabajadores y trabajadoras aumenten su productividad y que puedan compartir con sus familias, algo tan necesario en estos tiempos".

Por su parte, la Seremi Claudia Santander comentó los avances del proyecto de ley de reducción de jornada, "estamos muy contentos porque la Ministra del Trabajo nos confirmó que el proyecto de ley, que se tramita en el Senado, ha sido aprobado en la Comisión de Hacienda. Por lo tanto pasa al último tramo más relevante que es la discusión en Sala, donde se espera que también sea aprobado para que podamos llegar con la mejor noticia para los trabajadores y trabajadoras el próximo 1 de mayo con esta aprobación de la rebaja de la jornada laboral a 40 horas".

"Este es un proyecto muy esperado por los trabajadores y trabajadoras de nuestro país por lo tanto sabemos que en la medida que esto se resuelva positivamente vamos a ir apuntando a aquel gran compromiso que ha asumido nuestro Gobierno, que es avanzar en trabajo decente generando esta compatibilidad entre la vida laboral y la vida personal para el bienestar de todos los trabajadores y trabajadoras de nuestro país", agregó la Seremi del Trabajo.

En la región de Coquimbo ya son 9 las empresas certificadas con el "Sello 40 Horas", donde Suma Gestión LTDA se suma a Importadora y Comercializadora Vargus, de La Serena, Parroquia Inmaculada Concepción de Vicuña, Centro de Estudios Avanzados en Zonas Áridas (CEAZA), MAZ SPA,

Prime Dent SPA, Asesorías Tributarias del Norte Ltda, Gastronomía Eva

Winkler E.I.R.L. y Astudillo & Urrutia LTDA.

**vuelta a clases**  
con **CableColor®**

**Pack Familiar FIBRAHOGAR 500 MEGAS**  
incluye **\$24.000** TOTAL MENSUAL  
TV HD  
\*100 CANALES EN HD & 60 EN SD  
CONECTA HASTA 3 TELEVISORES GRATIS

**Televisión HD 3 TELEVISORES**  
\* DE 100 CANALES HD 60 CANALES SD  
**\$17.900** TOTAL MENSUAL

**Plan Gamer FIBRAHOGAR 900 MEGAS**  
CONECTA TODOS TUS DISPOSITIVOS A INTERNET  
**\$19.900** TOTAL MENSUAL

**Incorpórate gratis en [www.cablecolor.cl](http://www.cablecolor.cl)**

Desde la especialidad de neurofisiología clínica y estudio de sueño del recinto de salud, invitaron a la comunidad a valorar el buen descanso, con el que se busca evitar diversas patologías a largo plazo. Enumeraron los factores que influyen positiva y negativamente en el sueño

ROBERTO RIVAS SUÁREZ  
Ovalle

El uso excesivo del celular y la exposición a las pantallas es cada vez más habitual. Mirar la teleserie nocturna o revisar las redes sociales antes de dormir pareciera ser parte de la rutina básica, sin embargo, estas prácticas interrumpen la higiene del sueño, necesario para el cuidado básico de nuestro cuerpo.

Cuando se habla de buena salud, inmediatamente se asocia a los hábitos de alimentarse de manera responsable y realizar algún deporte de forma regular al bienestar personal. Pero esta receta no se encuentra completa si no se agrega el buen dormir, es por ello que desde distintas instituciones de salud internacionales y nacionales sugieren adoptar una conducta de higiene del sueño para descansar correctamente.

Llamamos higiene del sueño o buen dormir, a la práctica que nos permite asegurar un descanso diario pleno. Esto nos ayuda a rendir óptimamente en el trabajo, los estudios o cualquier actividad del día a día. Los especialistas afirman que el ser humano debe

ESPECIALISTA LOCAL ENUMERA LOS FACTORES QUE AFECTAN EL DESCANSO

## Hospital de Ovalle destaca la importancia del sueño para evitar enfermedades



EL OVALINO

El especialista en estudios del sueño del Hospital Provincial de Ovalle, Marco Acevedo, enumera los factores que influyen positiva y negativamente en el descanso personal

vivir las distintas fases del sueño en condiciones óptimas, ya que con ello se restaura la función de los órganos, mejora la calidad de vida de las personas y evita patologías como pérdida de memoria, hipertensión, ataques cardíacos, entre otras.

El subdirector de Gestión de Cuidados de Enfermería y especialista en neuro-

fisiología clínica y estudios del sueño del Hospital Provincial de Ovalle, Marco Acevedo, explica que "es importante generar algunos hábitos de sueño que nos ayuden a tener un buen descansar y un buen dormir y esto está ligado a que uno debe tener ciertas conductas para cuidarse, así como decimos que debemos comer saludablemente o hacer ejercicio, el dormir bien debiese estar normalizado en esta sociedad de la misma forma, debemos pensar que es algo muy importante".

El profesional explica que "la necesidad de dormir en personas adultas es entre siete u ocho horas para que nuestro cuerpo pueda tener un descanso y parar de todas las actividades que se tienen en el día a día y efectivamente evitemos el desarrollo de otras enfermedades. Hay enfermedades que se ha comprobado científicamente, se asocian a no tener un buen descanso reparador,

como la diabetes y la hipertensión".

Dormir poco y sin los cuidados indicados por los especialistas puede tener efectos negativos en la salud. La falta de sueño provoca alteraciones o trastornos como apneas, narcolepsia o bruxismo. Está comprobado también científicamente que el no dormir bien puede desarrollar complicaciones cerebrovasculares, obesidad, depresión, ansiedad o trastornos psiquiátricos.

Para esto el especialista del Hospital de Ovalle destacó una serie de indicaciones que pueden ayudar a "limpiar" el sueño antes de dormir: "levantarse todos los días a la misma hora y no permanecer más de ocho horas en la cama; no consumir café, bebidas azucaradas, tabaco y cacao antes de dormir; si practicas deporte es recomendable hacerlo al menos un par de horas antes de ir al descanso; tomar siestas de menos de 30 minutos; preparar un ambiente adecuado libre de luz fuerte y ruidos; escribir o anotar temas pendientes para planificarse; apagar aparatos y pantallas digitales mínimo dos horas antes de dormir; evitar tener televisión en la habitación; y no consumir cenas abundantes y excesivamente condimentadas".

### LA AUTOMEDICACIÓN

Con la vorágine de la vida moderna, es muy frecuente que la gente decide tomar la irresponsable decisión de automedicarse para poder dormir, frente a lo cual el enfermero Marco Acevedo comenta que "no es lo adecuado, porque estamos tapando una situación que pudiese ser mucho más grave y que tiene que ser evaluado por un médico, quién podría indicarle un tratamiento efectivo para tener un buen sueño".

El profesional del Hospital de Ovalle señala que "muchas veces se hace abuso de la automedicación, y tienen que saber que dormir no significa necesariamente tener un sueño reparador, se diferencian porque no necesariamente la calidad de sueño va a ser eficiente para poder lograr que yo pueda descansar y no esté sintiéndome agotado al otro día y que mi cuerpo haya podido hacer todos los procesos que requieren para poder tener día a día las energías suficientes".

Según consigna el enfermero, "si se está automedicando hay un problema y con eso sólo lo estamos ocultando, la invitación es siempre a consultar con un médico de atención primaria o especialistas ante cualquier indicio de tener problemas para descansar".

### AVISO DE REMATE

El 3° Juzgado de Ovalle, ubicado en Gabriela Mistral N° 95, rematará por videoconferencia mediante plataforma zoom el 3 de Abril de 2023 a las 12:00hrs., la propiedad ubicada en Calle Notario Enrique Gaete Caldera N°1466, Villa "Los Parrones", 1 etapa, ex Loteo Don Julio II, que corresponde al sitio 4 de la manzana 1 del Plano de Loteo. Título inscrito a fojas 2955 N° 2494 del Registro de Propiedad del CBR de Ovalle, año 2005. Rol de avalúo 310-684, Ovalle. Mínimo de remate \$33.905.434.- Los interesados deberán constituir garantía suficiente del 10% del mínimo, a través de cupón de pago en Banco Estado o depósito judicial a la cuenta corriente del Tribunal (no transferencia), siendo requisito contar con clave única del estado y coordinar su participación al correo [jlovalle3\\_remates@pjud.cl](mailto:jlovalle3_remates@pjud.cl). Demás condiciones autos caratulados "BCI con LAGUNAS", Rol C-316-2021, del tribunal citado. SECRETARIO.

### AVISOS NECROLÓGICOS

Desde cualquier lugar, ingrese a:  
[www.elovallino.cl](http://www.elovallino.cl)  
y podrá publicar:

Defunciones • In memoriam  
Agradecimientos • Oraciones  
Condolencias • Misas

El Ovallino



### SE VENDE DEPTO NUEVO

EL ROMERAL 285 CONDOMINIO  
EL MIRADOR, OVALLE  
3 HABITACIONES, 2 BAÑOS,  
LIVING COMEDOR, BALCON  
PISO 2, BUENA VISTA

+56-9-67275175 UF 1.800

PANDEMIA DEL CORONAVIRUS

# Implementan nuevos planes por posibles brotes de Covid-19 en colegios de la región

FELIPE GARRIDO  
La Serena

Aunque desde principios del año pasado la pandemia del covid 19 ha estado pasando paulatinamente a segundo plano, debido principalmente a las altas tasas de vacunación con las primeras dosis y el retorno a la "normalidad" de forma progresiva, este 2023 todavía el país continúa en estado de emergencia sanitaria.

Bajo este contexto, el retorno a clases de forma normal hace algunas semanas mantiene alerta a las autoridades y diversos gremios relacionados con la educación, principalmente por posibles brotes de la enfermedad que puedan surgir durante los meses de invierno, similar a lo ocurrido durante el año pasado.

Recordemos que, durante el 2022, se produjeron diversos brotes en diferentes establecimientos educacionales de la región. Al comienzo, cuándo aparecían algunos casos, se enviaba al curso completo a cuarentena, aunque esto fue mutando con el paso del tiempo.

Ya más cercano a los meses de primavera, en el caso de que apareciera un alumno contagiado con la enfermedad, se enviaba a los compañeros "más cercanos" a cuarentena preventiva, y si no mostraban síntomas de la enfermedad, en pocos días volvían a sus actividades educacionales.

## MEDIDAS PARA ESTE 2023

En conversación con la Seremi de Salud, Paola Salas, la autoridad regional señaló que "es bueno recordar que, de acuerdo a la evidencia que tenemos disponible en contagios en niños durante la emergencia y en el último tiempo, la sintomatología suele ser leve".

"Los síntomas suelen ser de baja duración y muchos cuadros suelen ser asintomáticos, dada estas características clínicas del cuadro que presentan los niños, la dificultad para pesquisar la enfermedad en los niños no es tan importante porque en general consultan", comentó.



LAUTARO CARMONA

Puede ser la de un niño con mascarilla, o algún frontis de colegio.

**Tras el regreso a clases hace algunas semanas, El Día conversó con la Seremi de Salud, Paola Salas, acerca de las nuevas medidas que se implementarán en los colegios en caso de brotes de coronavirus durante los meses de otoño e invierno. La autoridad enfatizó en la importancia de no bajar la guardia frente al virus.**

"Entonces la vigilancia que se va a activar en el seguimiento de los casos será activa, de brotes dentro de los colegios, por lo que es fundamental que los papas nos ayuden a resguardar las medidas preventivas y que las coberturas de vacunación que han alcanzado los estudiantes se mantengan, especialmente la tercera y cuarta dosis", señaló.

"También es bueno recordar que la quinta dosis ya está disponible para los que son crónicos (mayores de 12 años), por lo que la idea es que el proceso fundamental va a estar dado en el manejo de brotes por nosotros como autoridad

sanitaria", enfatizó.

"Mantendremos un monitoreo constante en los colegios, principalmente durante los meses del invierno y llamamos a los padres que notifiquen los casos activamente, aunque nosotros tenemos programas con los cuales manejamos registros y mantenemos coordinación directa con los colegios y establecimientos en los que se da aviso en el caso de presencia de brotes", sentenció.

## PROTOCOLOS

Nuestro medio se intentó comunicar

con ambos sostenedores principales de los colegios en la conurbación, teniendo respuesta sólo de la Corporación Gabriel González Videla.

El Secretario General de la Corporación, Ernesto Velasco, señaló que "con la vuelta a clases, nosotros hemos mantenido todas las medidas sanitarias que establece el ministerio de educación, como también el Minsal y que dice relación con lo que es toma de temperatura, lavado de manos, alcohol gel, proveer de mascarillas a todos los alumnos que lo requieran".

"Por otra parte, nuestros preventivistas de riesgo están preocupados de la desinfección y también de lo que son el tema de los comedores, que tiene relación con la ventilación idónea (...) que estén higienizados los basureros y todo lo que establecen los protocolos de rigor que mantendremos durante el tiempo que sea necesario" comentó.

## COLEGIO DE PROFESORES

Por su parte, el gremio de docentes no quiso quedar fuera de esta temática. Tomás Alvarado, presidente regional y territorial del colegio de profesores, comentó que "nosotros estamos constantemente alerta de que se cumplan los protocolos en los establecidos por las autoridades, preocupados siempre por la salud de nuestros niños".

"Es por esto que constantemente estamos alertas de que las infraestructuras estén en condiciones (...) y en el caso de que no los estuvieran, nosotros haremos la denuncia de forma inmediata. Además, tenemos todo un catastro en cuanto a los que significa la alimentación en los establecimientos y que estén adecuados a los protocolos que estén establecidos por el Ministerio de Salud", aseguró.

Para finalizar, Alvarado enfatizó que "nosotros mantenemos todavía la política de cautelar lo máximo posible la salud de nuestros niños (...) que es mucho más importante que cualquier propósito educacional", sentenció.

# El Ovallino



GERENTE GENERAL Y REPRESENTANTE LEGAL:  
SUB DIRECTOR COMERCIAL:  
EDITOR:

**Francisco Puga Medina**  
**Jorge Contador Araya**  
**Roberto Rivas Suárez**

OFICINA OVALLE:

**Miguel Aguirre 109 Fono: (53)2448271**

OFICINA LA SERENA:  
PUBLICIDAD:  
SUSCRIPCIONES:

**Brasil 431 Fono (51) 2200400**  
**Fono (51) 2200420**  
**Teléfonos: (53) 244 82 71 / (51) 2200400**

SÍGUENOS Y COMPARTE CON NOSOTROS EN REDES SOCIALES



www.elovallino.cl



@elovallino



facebook.com/DiarioElOvallino/

Publica en [www.elovallino.cl](http://www.elovallino.cl)



O en nuestras oficinas Lunes a Viernes de 9:00 a 14:00, 14:45 a 17:30 Hrs. Viernes de 09:00 a 18:00 Hrs. Sábado de 09:30 a 13:00 Hrs.

EN LA SIGUIENTE ETAPA ENTRARÁN LOS EQUIPOS DE SEGUNDA DIVISIÓN

# Provincial Ovalle no se despeinó para ganar y clasificar en la Copa Chile

LUCIANO ALDAY VILLALOBOS  
Ovalle

En la primera fase de la Copa Chile se enfrentaron entre sí los equipos de la Tercera División A, y es así como Provincial Ovalle fue emparejado junto a uno de sus más tradicionales rivales de la categoría, el Brujas de Salamanca.

El inicio de esta rivalidad entre ambos equipos de la Región de Coquimbo fue favorable salamanquinos, pero la verdad es que en los últimos años el "Ciclón del Limarí" ha tomado mayor protagonismo en estos duelos, y así también quedó demostrado en esta llave por Copa Chile.

El partido de ida se disputó el pasado sábado 11 de marzo en el Estadio Diaguita, en donde los locales se hicieron fuertes y se impusieron por un contundente 5 a 0, gracias a los goles de Osvaldo Carrasco, Benjamín Cortés, Giovanni Bustos, Kevin Araya y Kevin Figueroa.

De esta manera, ya tenían prácticamente asegurada su clasificación a la siguiente fase, pero de todas maneras debían trasladarse hasta la Provincia del Choapa para enfrentar el partido de vuelta, el que se jugó a las 17:30 hrs de este domingo 18 de marzo.

## ALINEACIONES

Para este partido de vuelta, Provincial Ovalle alineó con Matías Carreño en el arco; Kevin Araya, Osvaldo Carrasco, Bastián Valenzuela y Brandon Estay; Tomás Montecinos, Christopher Araya y Ángel Valenzuela; Genaro Ponce, Chris Díaz y Giovanni Bustos. Ítalo Pinochet estuvo sentado en la dirección técnica.

Brujas de Salamanca por su parte formó con Maximiliano Jaño; Jerson Pujado, Ignacio Vega, John Villalobos y Christopher Tapia; Leonardo Vásquez, Axel Mas, Harrison Orrego, Benjamín Hidalgo y Javier Santander; dejando como referente de área a Simón García. Todos dirigidos por el ex goleador del equipo y actual DT, José Durán.

## PRIMER TIEMPO SIN GOLES

En el primer minuto de juego se generó el primer acercamiento por parte de Brujas de Salamanca, con un remate de zurda de Benjamín Hidalgo que el arquero Matías Carreño no tuvo problemas para tomar.

Al minuto 3 en tanto, fue ocasión para la primera oportunidad de Provincial Ovalle, con un cabezazo de Christopher



Provincial Ovalle ha ganado sus dos partidos jugados por Copa Chile esta temporada.

PROVINCIAL OVALLE

**El "Ciclón del Limarí" había cosechado un triunfo por 5 a 0 en el partido de ida jugado ante el Brujas de Salamanca la semana pasada. Este domingo se jugó el encuentro de vuelta en tierras salamanquinas, en donde los dirigidos de Ítalo Pinochet ganaron por 2 a 1 para asegurar su pase a la siguiente fase.**

Araya que el portero Maximiliano Jaño logró manotear, aunque esta jugada fue anulada por posición de adelantado.

El "Ciclón del Limarí" volvió a amenazar la portería salamanquina al minuto 16, con un tiro de esquina y posterior cabezazo, exigiendo que el arquero se esforzara para evitar que la pelotita entrara por el rincón inferior de su arco.

Tras esto, el partido careció de llegadas y emociones, gracias a una buena actuación de los defensas de ambos equipos, quienes estuvieron atentos para cortar las jugadas e intentos de los delanteros rivales.

## COMPLEMENTO CON GOLES

La primera ocasión del segundo tiempo fue a favor de Provincial Ovalle con un remate de Chris Díaz, que se fue por un costado, esto al minuto 55.

Pero solo 5 minutos más tarde el "Ciclón del Limarí" sentenció su

clasificación con dos goles marcados de forma inmediata. Primero anotó Christopher Araya con un remate desde el centro del área, tras conectar un centro desde el sector izquierdo.

Esta anotación fue un duro golpe anímico para el elenco salamanquino, ya que una vez reanudado el juego apareció Giovanni Bustos para anotar el 2 a 0 con un zurdazo cruzado.

Al minuto 73 llegó la mejor oportunidad a favor del Brujas de Salamanca, cuando el arquero Matías Carreño infraccionó al delantero Benjamín Hidalgo, lo que fue sancionado como falta penal. El encargado de rematar desde los 12 pasos fue el ex Provincial Ovalle, Leonardo Vásquez, quien con un potente remate cruzado anotó el descuento.

En los minutos restantes no se generaron nuevas emociones y el marcador se mantuvo como estaba, 2 a 1 a favor de Provincial Ovalle, que cerró con un 7 a 1 en el global,

clasificando sin mayores problemas a la segunda etapa de la Copa Chile.

## PRÓXIMA FASE

De esta manera, Provincial Ovalle será uno de los equipos de la Tercera División que dirá presente en la segunda fase de la Copa Chile, junto a Unión Compañías, Quintero Unido, Santiago City, Deportes Colina, Chimbarongo FC, Deportes Colchagua, Rancagua Sur y Comunal Cabrero.

También competirán en esta etapa algunos representantes de las asociaciones regionales de fútbol amateur, como Trasandino de Socoroma, Unión de Iquique, Eléctrico Refinería de Calama, Ojanco de Tierra Amarilla, Unión Bellavista de Coquimbo, Teniente Merino de Concepción, Gol y Gol de Río Bueno, Ferroviario Comercial de Las Cabras y Bories de Puerto Natales.

Pero lo más destacado de esta fase es la inclusión de los equipos de la Segunda División Profesional, que son Deportes Concepción, Deportes Limache, Deportes Linares, Deportes Melipilla, Deportes Rengo, Deportes Valdivia, Fenández Vial, General Velásquez, Iberia de Los Ángeles, Lautaro de Buin, Provincial Osorno, Real San Joaquín, San Antonio Unido y Trasandino de Los Andes.