

## Escuela de Autocuidado UCN ha capacitado a más de 3 mil personas en materias de salud

Diego Reyes / UCN

En sus cuatro años de existencia, la Escuela de Autocuidado de la Universidad Católica del Norte, ha capacitado a más de 3 mil personas en diversas áreas de la salud. Este proyecto impulsado por la Facultad de Medicina UCN, busca democratizar el acceso al conocimiento sanitario para individuos, familias y comunidades, fortaleciendo el vínculo entre la universidad y la región.

El proyecto del Departamento de Vinculación del Medio de la Facultad de Medicina UCN, comenzó impartiendo cursos online sobre el COVID-19 y primeros auxilios, a comunidades escolares de la región de Coquimbo. Con el tiempo esta oferta se ha ampliado, para incluir talleres sobre primeros auxilios, salud mental, sexualidad efectiva, ergonomía, apoyo al adulto mayor, prevención del consumo de alcohol y drogas, trastornos alimenticios y más.

Este trabajo interdisciplinario, cuenta con la colaboración de las

**Unidad dependiente de la Facultad de Medicina UCN trabaja junto a la comunidad desde hace cuatro años, fomentando el autocuidado y la prevención en la Región de Coquimbo**

carreras de Enfermería, Nutrición y Dietética, Kinesiología, Ciencias Biomédicas, de la Facultad de Medicina UCN Coquimbo, y de las carreras de Química y Farmacia, y Psicología, de la UCN Sede Antofagasta. Actualmente el programa está en un proceso de "evaluación del impacto", encontrándose en vías de volverse permanente.

### APRENDIZAJES QUE PUEDEN SALVAR VIDAS

Respecto a los resultados obtenidos, Cynthia Abarca Vianco, Directora de la Escuela de Autocuidado y enfermera docente de la Facultad de Medicina UCN, explicó que, "ha sido bastante satisfactorio. Hace un tiempo realizamos capacitaciones para personas en el Camús

Guayacán, y hemos sabido de situaciones donde han aplicado lo aprendido, como reanimaciones en la cancha de fútbol. Estas experiencias han incrementado el interés y la participación en nuestros cursos".

### CAPACITACIÓN A CESFAM JUAN PABLO II

Como parte de sus actividades más recientes, la Escuela de Autocuidado, realizó una capacitación a funcionarios y funcionarias del Centro de Salud Familiar CESFAM Juan Pablo II de La Serena. En esta instancia, se abordaron técnica de RCP básico, manejo de Obstrucciones de la Vía Aérea (OVACE), y atención de heridas y quemaduras.

Respecto a la experiencia Fabiola Barrera, Técnico en Enfermería y participante del pro-

grama, destacó, "lo encuentro genial, necesitamos siempre actualizar nuestros conocimientos. El RCP no se queda ajeno, es algo que nos puede ocurrir en cualquier momento, es parte de la vida".

A través de iniciativas como la Escuela de Autocuidado, la

Facultad de Medicina UCN, reafirma su compromiso con la comunidad, contribuyendo a la formación y a la preparación en salud de diversas poblaciones en la región, con el objetivo de continuar generando un impacto positivo y duradero en la calidad de vida de la comunidad.

