

Incendios forestales: consejos clave para resguardar la salud

El inicio del verano trae consigo la presencia de altas temperaturas que, combinadas con la sequedad y otros factores ambientales, aumentan el riesgo de incendios forestales. Estas catástrofes no solo afectan los ecosistemas, sino que también ponen en peligro la salud de familias y comunidades. Frente a este escenario, la prevención, colaboración y unión, son fundamentales.

"Los incendios forestales generan humos tóxicos que afectan especialmente a los más vulnerables: lactantes, personas mayores, embarazadas y quienes padecen enfermedades respiratorias o cardiovasculares. Las partículas en suspensión y gases como el monóxido de carbono pueden desencadenar problemas respiratorios graves e incluso intoxicaciones letales. Por eso, la prevención debe comenzar en casa y extenderse al ámbito comunitario", explica Beatriz Arteaga, Directora de la Escuela de Enfermería y de Técnico de Nivel Superior en Enfermería de Universidad de Las Américas.

Ante la presencia de humo o incendios, la experta comparte las siguientes recomendaciones a considerar:

1. Alejarse de los sitios más afectados por el humo.
 2. Jamás volver al lugar donde ocurrió el incendio, ya que esto puede provocar asfixia y llevar a la muerte.
 3. Si se sale de casa, utilizar mascarillas o paños húmedos para cubrir nariz y boca, y proteger los ojos con gafas
 4. Si solo hay presencia de humo en el ambiente, mantener puertas y ventanas cerradas, colocando paños húmedos en rendijas.
 5. Evitar fumar o encender velas.
 6. Hidratarse con al menos 2 litros de agua al día, mantener una alimentación equilibrada y evitar esfuerzos físicos.
 7. En momentos de estrés, es importante apoyarse en la familia y la comunidad. Los lazos afectivos son fundamentales para enfrentar la incertidumbre y el impacto emocional de estas adversidades.
- "La preparación y respuesta frente a incendios no es solo responsabilidad de las autoridades, ya que cuidar nuestra salud es una tarea que empieza en casa y se debe multiplicar hacia la comunidad, compartiendo información clara sobre los riesgos y acciones preventivas, ayudar al vecino más necesitado, participar en actividades de limpieza de áreas verdes para prevenir incendios y generar planes comunitarios de evacuación y emergencia, son acciones que marcan la diferencia", finaliza la profesional de UDLA.



PGU 2025 en Chile: este será el nuevo monto del beneficio tras el reajuste

También se anunciaron cambios en la Pensión Inferior y Superior. Conoce aquí los principales detalles. La Pensión Garantizada Universal (PGU) es uno de los principales beneficios que entrega el Estado a las personas mayores de Chile, siempre y cuando se cumplan algunos requisitos. En detalle, uno de los principales requerimientos para acceder al dinero es tener 65 años de edad cumplidos, aunque también se puede solicitar desde los 64 años y nueve meses de edad. Si bien el monto corresponde a \$214.296, para alguien que tiene una pensión base menor o igual a \$729.764, en febrero de este 2025 se concretará un nuevo reajuste automático considerando el Índice de Precios al Consumidor (IPC) en el año calendario anterior. De hecho, esta semana la Superintendencia de Pensiones confirmó el nuevo monto y añadió que el universo de beneficiarios superará los 2 millón 400 mil personas. Reajuste PGU en Chile: ¿Cuál es el nuevo monto desde el 1 de febrero? A partir del próximo sábado 1 de febrero la Pensión Garantizada Universal (PGU) subirá a \$224.004 mensuales. "El reajuste de este beneficio de cargo fiscal fue instruido por la Superintendencia de Pensiones mediante un oficio enviado hoy al Instituto de Previsión Social (IPS)", explicaron el miércoles de esta semana. De tal manera la suma de \$10 mil se concreta considerando el incremento de 4,53% del IPC, informado por el Instituto Nacional de Estadísticas (INE). La Superintendencia también precisó el reajuste de la Pensión Inferior de \$729.764 a \$762.822, y de la Pensión Superior, de \$1.158.355 a \$1.210.828. Datos del mismo organismo también complementaron que a noviembre del año pasado 1.510.705 personas recibían PGU contributiva, vale decir, el beneficio fiscal más su pensión autofinanciada. De todo ese universo, 52,9% fueron mujeres. Complementando las cifras anterior, 593.627 personas eran beneficiarias solo del beneficio fiscal, sin otra pensión. Aparte del requisito de la edad, otros incluyen no estar dentro del 10% más rico de la población y acreditar residencia en territorio chileno por un determinado tiempo.

Nuevos valores PGU, Pensión Inferior y Pensión Superior

Parámetro	Reajuste febrero 2024	Reajuste febrero 2025
PGU	214.296	224.004
Pensión Inferior	729.764	762.822
Pensión Superior	1.158.355	1.210.828