



★ LE MISTRAL

El humor político que no te vas a querer perder esta semana.
pág. 8



INFOGRAFÍA

¿Dónde llovió más en la Región de Coquimbo?
pág. 6



EL TIEMPO

El pronóstico para las 15 comunas de la región.
pág. 2

La Serena requiere 50 millones de dólares para reconstrucción

LA SERENA | Municipalidad presenta catastro de daños tras temporal: 529 viviendas afectadas y 152 puntos críticos en infraestructura vial. Autoridades buscan recursos extraordinarios ante Gobierno. pág. 3



COQUIMBO | Temporal de seis días rompe récords históricos en región pág. 3



OVALLE | Embalse Recoleta inicia histórico rebalse tras década de sequía pág. 5

LOS VILOS

pág. 7

Robo de cables obstaculiza reconstrucción eléctrica

Robaron 1.100 metros de cable en Culimo y Río Mar.

VICUÑA

pág. 3

CAPEL detiene producción en cuatro plantas por sistema frontal

Cuatro plantas paralizadas: Vicuña, La Chimba, Punitaqui y Salamanca

ANDACOLLO

pág. 4

Santuario resiste temporal con daños menores

Agua potable sin servicio pese a intensas lluvias en la comuna



ENTREVISTA DE LA SEMANA

Rodrigo Zúñiga Cabrera:
"Es normal sentir miedo tras una tragedia"

EN ESTA EDICIÓN

CANELA · Temporal destruye infraestructura en caleta pesquera de Canela

PAIHUANO · Movistar refuerza conectividad en Coquimbo ante emergencia

MONTE PATRIA · Monte Patria despliega operativos tras evento climático severo

LA HIGUERA · Sistema frontal daña patrimonio en Coquimbo

RÍO HURTADO · Río Hurtado sigue sin servicios tras temporal

SALAMANCA · En Salamanca militares apoyaron entrega de ayuda

ILLAPEL · Illapel enfrenta crisis por daños del sistema frontal

PUNITAQUI · Minera HMC termina huelga con nuevo contrato

COMBARBALÁ · Temporal en la región expone vulnerabilidades rurales

EDITORIAL

Coquimbo bajo el agua

La Región de Coquimbo vivió esta semana algo que no veía en años: mucha lluvia, demasiada. El Embalse Recoleta rebalsó después de una década con niveles históricos bajos, mientras La Serena, Illapel, Río Hurtado y Canela contaban los daños de un temporal de seis días que rompió récords históricos. Casas anegadas, caletas destruidas, cortes de luz y caminos cortados. La misma agua que faltaba durante años llegó en exceso y sin que la región estuviera preparada para recibirla.

Porque eso es lo que quedó al descubierto esta semana: no solo el temporal, sino la fragilidad acumulada detrás de él. Los cables de la red eléctrica se roban mientras se intenta reparar lo que cayó. En Canela, caletas pesqueras quedaron destruidas. Río Hurtado lleva días sin servicios básicos. Monte Patria, Salamanca e Illapel desplegaron operativos de emergencia. Las empresas de telefonía tuvieron que reforzar conectividad en crisis. Las plantas de CAPEL detuvieron producción. Y La Serena necesita cincuenta millones de dólares solo para reconstruirse. No son daños del temporal: son el costo de décadas sin prepararse para lo que la propia geografía regional impone.

Lo que los titulares de esta semana muestran es una región atrapada entre dos extremos que se turnan sin aviso. Durante años, la sequía. Ahora, el exceso. Y en ambos casos, la misma respuesta: reaccionar cuando el daño ya está hecho. Tenemos agua en los embalses, pero no infraestructura que aguante cuando esa agua llega con fuerza. Tenemos comunidades pesqueras y rurales que sostienen parte de la economía regional, pero sin la protección básica que necesitan para sobrevivir una emergencia.

El rebalse del Recoleta es una buena noticia. Pero sería un error quedarse solo con eso. La reconstrucción de La Serena, la recuperación de Illapel y el retorno de servicios a Río Hurtado no pueden ser respuestas improvisadas a una crisis inesperada. Tienen que ser el punto de partida para lograr sistemas de alerta temprana que funcionen, mantenimiento preventivo de servicios básicos, protección real de sectores críticos. Coquimbo no puede seguir esperando el próximo temporal o la próxima sequía para recordar que tiene trabajo pendiente.

Las noticias de cada comuna de la Región de Coquimbo, en un solo lugar.

www.comunales.cl · @redcomunales

EL TIEMPO EN LA REGIÓN DE COQUIMBO

COMUNA	VIE 24/7	SÁB 25/7	DOM 26/7	LUN 27/7	MAR 28/7
Andacollo	12°/19°	13°/21°	13°/18°	11°/16°	8°/14°
Coquimbo	11°/19°	12°/19°	12°/16°	11°/16°	12°/17°
La Higuera	14°/21°	15°/20°	13°/18°	12°/14°	11°/15°
La Serena	11°/21°	13°/20°	13°/17°	12°/16°	12°/17°
Paihuano	4°/14°	10°/19°	12°/21°	13°/18°	10°/17°
Vicuña	12°/22°	15°/24°	14°/21°	13°/19°	11°/17°
Combarbalá	10°/21°	13°/20°	12°/19°	10°/18°	9°/14°
Monte Patria	13°/22°	15°/23°	13°/20°	12°/19°	11°/16°
Ovalle	10°/22°	12°/22°	12°/18°	10°/19°	11°/17°
Punitaqui	12°/23°	14°/24°	13°/20°	13°/19°	12°/18°
Río Hurtado	9°/22°	14°/22°	14°/20°	11°/19°	9°/15°
Canela	8°/21°	13°/21°	12°/19°	9°/18°	9°/14°
Illapel	9°/22°	14°/22°	12°/21°	10°/19°	11°/16°
Los Vilos	12°/19°	13°/18°	14°/18°	11°/18°	12°/15°
Salamanca	11°/23°	15°/22°	15°/22°	12°/21°	10°/16°

ELQUI

LA SERENA



La Serena requiere 50 millones de dólares para reconstrucción



La Municipalidad de La Serena presentó un catastro técnico de los daños ocasionados por el reciente sistema frontal, en una mesa de trabajo liderada por la alcaldesa Daniela Norambuena junto a los senadores Sergio Gahona, Daniel Núñez y Matías Walker. El diagnóstico municipal establece que la emergencia afectó 529 viviendas y generó 152 puntos críticos en infraestructura vial urbana y rural. La inversión estimada para reparar estos daños alcanza cerca de 30 millones de dólares, cifra que asciende a aproximadamente 50 millones de dólares al incorporar otros daños asociados.

Las autoridades coincidieron en la necesidad de financiamiento extraordinario para la

reconstrucción, sin reasignaciones presupuestarias que afecten proyectos en marcha. Los senadores destacaron que el catastro permitirá fundamentar la solicitud de recursos ante el Gobierno y que la Región de Coquimbo debe ser incorporada en un plan de reconstrucción con financiamiento específico. Como acuerdo, se postergó la discusión de una reforma hasta contar con mayores certezas respecto del financiamiento. El municipio y los parlamentarios también llamaron a que otras comunas de la región levanten catastros similares para fortalecer una estrategia regional de recuperación.

COQUIMBO



Temporal de seis días rompe récords históricos en región



Un sistema frontal de seis días consecutivos entre el 16 y 21 de julio de 2026 registró precipitaciones sin precedentes en gran parte del Norte Chico, superando los eventos de 1984, 1992 y 1997. Según científicos del Centro de Estudios Avanzados en Zonas Áridas (CEAZA), el 73% de las estaciones con serie larga en la región vivieron el mayor evento continuo de seis días jamás documentado. La Serena acumuló cerca de 200 milímetros, mientras que Los Vilos alcanzó 353,4 milímetros, Monte Patria 348,6 y Salamanca 328,1. Lo excepcional fue la concentración de lluvia en un único episodio meteorológico, no distribuida en varias semanas como eventos anteriores.

El fenómeno resultó de la combinación de El Niño intenso, una fase favorable de la Oscilación Madden-Julian y presión persistente sobre el Océano Austral. Los embalses pasaron de 10% a 29% de capacidad, y la cordillera acumuló su mayor reserva nival desde 2017. Sin embargo, CEAZA advierte que este alivio es temporal y que el cambio climático podría intensificar eventos similares en el futuro. Los especialistas enfatizan que buenos pronósticos no bastan sin preparación territorial e institucional adecuada, y estiman probabilidad superior al 70% de lluvias sobre lo normal durante agosto a octubre.

VICUÑA



CAPEL detiene producción en cuatro plantas por sistema frontal



La Cooperativa CAPEL mantiene paralizadas todas sus plantas en Atacama y Coquimbo tras el paso de un sistema frontal de alta intensidad. La decisión inicial fue preventiva, para resguardar a los trabajadores e instalaciones, pero se transformó en una detención obligada cuando las condiciones empeoraron. Los cortes en la Ruta 41, problemas de conectividad, inundaciones e interrupción de suministros eléctricos han impedido reanudar operaciones en las plantas de Vicuña, La Chimba, Punitaqui y Salamanca. La situación más crítica se registra en Vicuña, donde funciona la principal planta de embotellado y despacho de productos. Según Claudio Escobar, gerente general de la cooperativa, la prioridad es garantizar

condiciones seguras y el cumplimiento de protocolos antes de reiniciar actividades.

En paralelo, la cooperativa desarrolla un catastro de daños entre sus cooperados. El levantamiento preliminar registra aproximadamente 200 productores afectados, principalmente por inundaciones, pérdida de viñas, daños en sistemas de riego y aislamiento de predios. La información sigue siendo incompleta debido a problemas de conectividad y acceso vial en sectores rurales. Escobar indicó que la interrupción genera un impacto económico importante, pero apenas se restablezcan las condiciones de seguridad e infraestructura, se iniciará una reactivación gradual de las operaciones.

ANDACOLLO

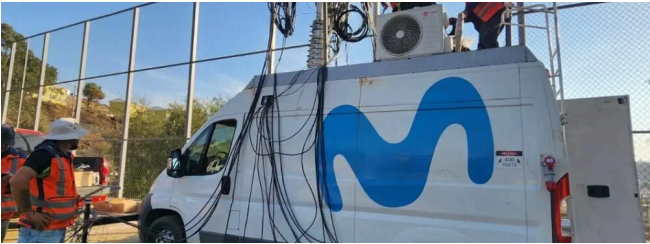


Santuario resiste temporal con daños menores

El rector del Santuario de Andacollo, Fernando Vega Cortés, informó que el patrimonio religioso de la comuna resistió de buena forma el sistema frontal que afectó la zona. Tanto la Basílica Menor como los demás templos sufrieron únicamente daños menores. El principal templo religioso perdió algunos vidrios rotos por los fuertes vientos, que serán repuestos cuando sea posible. La imagen de la Virgen del Rosario de Andacollo no registró afectaciones, mientras que el Templo Chico también soportó adecuadamente las condiciones

climáticas. En el patio de la parroquia solo cayeron pequeñas ramas de enredaderas. Vega informó que la comuna recuperó el suministro eléctrico y la conectividad terrestre, aunque aún falta restablecer el servicio de agua potable. El agua se distribuye mediante camiones aljibe. El rector destacó el trabajo de la Municipalidad de Andacollo, Bomberos y Carabineros durante la emergencia. Agradeció que no se registraran consecuencias mayores en el recinto religioso pese a la magnitud del evento meteorológico.

PAIHUANO



Movistar refuerza conectividad en Coquimbo ante emergencia

Movistar Chile activó un plan especial en la Región de Coquimbo para reforzar su red y desplegar recursos extraordinarios ante los efectos del sistema frontal que afecta distintas zonas del país. Como parte de esta estrategia, la compañía instaló Carros Móviles en sectores priorizados en coordinación con la Subsecretaría de Telecomunicaciones y autoridades locales. Uno de estos equipos ya fue ubicado en Paihuano para reforzar temporalmente la cobertura durante la emergencia. Estas unidades funcionan como antenas móviles transportables con capacidad de entregar cobertura en un radio de hasta dos kilómetros y conectar

hasta 1.000 dispositivos simultáneamente. Su autonomía energética de tres días y conectividad satelital permiten mantener servicios de voz y datos incluso con interrupciones en el suministro eléctrico. Actualmente, 79 cuadrillas de Movistar trabajan en terreno evaluando daños y recuperando infraestructura. La compañía mantiene activas medidas como Roaming Automático de Emergencia, reposición temporal de servicios suspendidos, bolsas de conectividad prepago y servicio Voz WiFi. Movistar recomienda usar responsablemente la red, priorizando mensajes de texto y aplicaciones de mensajería en comunicaciones no urgentes.

LA HIGUERA



Sistema frontal daña patrimonio en Coquimbo

El sistema frontal que afectó la Región de Coquimbo causó significativos daños al Cementerio de La Higuera. Según reportes iniciales, una antigua pared de adobe del frontis del recinto colapsó debido a la saturación de agua y la presión del viento. Este muro, que formaba parte de la fachada histórica del cementerio, no resistió las condiciones climáticas extremas que azotaron la zona. Más allá del derrumbe estructural, el camino de acceso

al cementerio también resultó gravemente afectado por el escurrimiento superficial, presentando hundimientos y acumulación de barro que impiden el tránsito normal de vehículos y peatones. Al interior del recinto se observan marcas evidentes del paso del agua, que arrastró tierra y removió parte de la superficie de varios pasillos. Los daños se suman a los cortes de luz e aislamiento en rutas que ha generado el sistema frontal en la región.

PUBLICA AVISOS LEGALES

EN TODAS LAS
COMUNAS DE LA
REGIÓN DE COQUIMBO

- Presencia en las 15 comunas de la región
- Más de 10 años de experiencia
- Presupuesto inmediato
- Contamos con modelo de precios fijos
- Costos reducidos y alcance más amplio
- Libertad para incluir información detallada

www.redcomunales.cl/legales

LIMARÍ

OVALLE

●laperladellimarí

Embalse Recoleta inicia histórico rebalse tras década de sequía



El Embalse Recoleta inició su rebalse a las 2:09 AM de este martes 21 de julio de manera gradual, marcando un hito hidrológico para la provincia del Limarí tras más de una década de escasez hídrica. El fenómeno fue monitoreado durante toda la jornada por autoridades, regantes y vecinos, mientras Carabineros, Ejército y funcionarios del embalse vigilaron permanentemente el vertedero para resguardar la seguridad del sector. Antonio Pizarro, testigo del momento, destacó la importancia del evento: "A las 2:09 AM empezó a caer el agua en forma muy suave. Esperamos que se mantenga por buen tiempo y que la nieve de la cordillera sea suficiente para asegurar agua a los agricultores por varios años."

El Embalse Recoleta, ubicado a 25 kilómetros al noreste de Ovalle, fue construido entre 1929 y 1934 y constituye una pieza fundamental del sistema de embalses del Limarí. Su muro de tierra alcanza 60 metros de altura y posee capacidad útil cercana a 100 millones de metros cúbicos, beneficiando alrededor de 15 mil hectáreas y cientos de agricultores. El rebalse representa el funcionamiento normal del embalse al alcanzar su capacidad de diseño, descargando excedentes hacia el cauce del río Hurtado. Para los agricultores, este evento simboliza el inicio de la recuperación tras la prolongada sequía que afectó la región.

MONTE PATRIA

●elmontepatrino

Monte Patria despliega operativos tras evento climático severo



El municipio de Monte Patria ejecutó un despliegue intensivo de maquinaria pesada y personal operativo para restablecer la conectividad tras uno de los eventos climáticos más severos de la comuna. En El Tome Alto, donde la crecida de la quebrada cortó el acceso al badén de entrada, se utilizó bulldozer para habilitar el paso vehicular y permitir el traslado de alimentos e insumos básicos. Simultáneamente, se trasladó maquinaria al sector de Vista Hermosa para controlar filtraciones de agua que afectaban a los vecinos. Los equipos sociales aplicaron la Ficha Básica de Emergencia (FIBE) para canalizar ayuda estatal a las familias damnificadas.

El alcalde Cristián Herrera Peña indicó que se logró ingresar a sectores como El Maitén, El Tayán y las ramadas de Tulahuén con apoyo de Carabineros, Ejército y drones municipales, llegando con medicamentos y ayuda a adultos mayores y personas con discapacidad. Sin embargo, destacó que la falta de servicios básicos sigue siendo crítica: El Tayán y El Maitén acumulaban siete días sin energía ni agua potable. La respuesta contó además con apoyo comunitario y solidaridad del sector privado, con la llegada de Farmacias del Dr. Simi para asistir a las familias afectadas.

RÍO HURTADO

●elhurtadino

Río Hurtado sigue sin servicios tras temporal



La comuna de Río Hurtado continúa en emergencia climatológica por los efectos del temporal que azotó la Región de Coquimbo. El derrumbe de postes de electricidad imposibilita el transporte del servicio hacia toda la comuna, mientras que la activación de quebradas interrumpió la conectividad vial, impidiendo que las brigadas de CGE restablezcan la postación. El municipio trasladó sus operaciones al Aeródromo Tuquí, donde hay electricidad, señal e internet, y donde coordina con Carabineros, Ejército, Delegación Presidencial Provincial y CGE.

Desde el miércoles solo se puede acceder mediante vehículos 4x4 desde Tahuinco hasta Las Breas. CGE habilitó generadores en Los

Huapis para abastecer las localidades precordilleranas, mientras que en el sector bajo instalarán generadores para Tahuinco, Tabaqueros y Huampulla. Los Sistemas Sanitarios Rurales sufrieron daños graves; el de Tabaqueros perdió todas sus instalaciones. Helicópteros del Club Aéreo de Ovalle, Carabineros y Ejército transportaron pacientes de diálisis y realizaron vuelos de diagnóstico a localidades aisladas desde el 17 de este mes. Los vecinos aislados en Carrizal, Maitenes de Samo Alto, La Huerta y otras comunidades mantienen provisiones y buen estado de salud, aunque algunos sufrieron inundaciones menores.

PUNITAQUI



Minera HMC termina huelga con nuevo contrato

Los trabajadores de Minera HMC en Punitaqui pusieron término a la huelga legal que mantenían desde comienzos de semana tras alcanzar un acuerdo con la empresa mediante mediación de la Dirección Regional del Trabajo de Coquimbo. El entendimiento fue logrado tras una extensa jornada de negociaciones entre representantes de la compañía y el sindicato, destraban el conflicto laboral que afectaba la faena minera ubicada en la provincia de Limarí.

El acuerdo contempla la firma de un nuevo contrato colectivo con vigencia de 36 meses que

beneficiará a 185 trabajadores. Los trabajadores retomaron sus labores durante la mañana del jueves, reanudando de manera normal las operaciones de la empresa. La seremi del Trabajo y Previsión Social de Coquimbo, Andrea Barrera, destacó el resultado del proceso y valoró el trabajo de la Dirección del Trabajo para facilitar el diálogo. La mediación fue liderada por Verónica Rodríguez Parra, coordinadora de Relaciones Laborales de la Dirección Regional del Trabajo, quien encabezó las conversaciones que permitieron alcanzar el consenso.

COMBARBALÁ



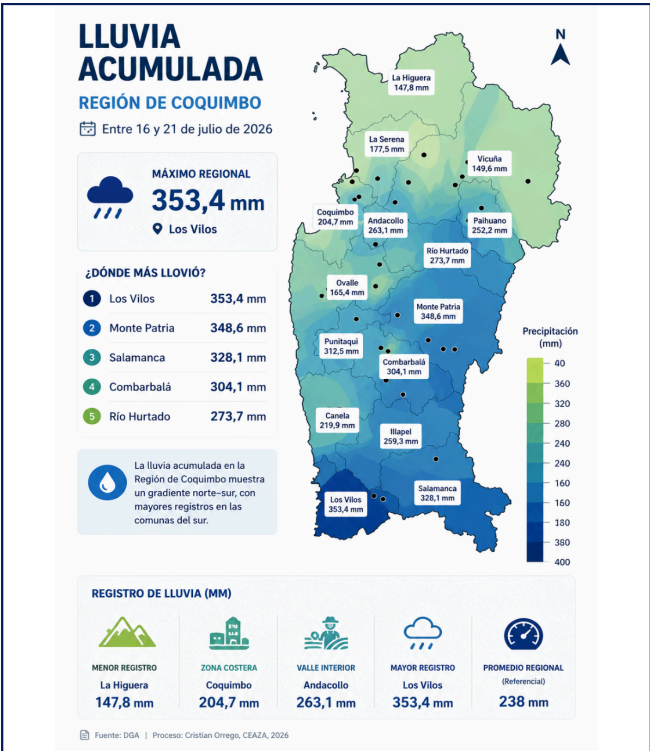
Temporal en la región expone vulnerabilidades rurales

Las recientes precipitaciones y vientos intensos en la Región de Coquimbo han generado un debate sobre infraestructura pública y resiliencia rural. Leticia Ramírez, presidenta del Consejo Regional Campesino, señaló que el principal impacto proviene de los fuertes vientos, causando caída masiva de árboles debilitados por 17 años de sequía. Criticó la gestión de infraestructura eléctrica privada, que interrumpió el suministro al cortar cables y demandó modernización con cableado soterrado, especialmente en sectores con personas electrodependientes.

Ramírez destacó que el campesinado enfrenta el

temporal con optimismo debido al aporte hídrico tras la crisis de sequía prolongada. Sin embargo, advirtió que una tormenta no resuelve problemas estructurales ni el cambio climático. Denunció que el programa de restauración hidrológica y forestal está paralizado por trabas burocráticas de la CONAF, pese a contar con financiamiento del Gobierno Regional. Instó a cooperación transversal entre Estado, privados y organizaciones comunitarias para diseñar soluciones que permitan al mundo rural no solo resistir embates climáticos, sino asegurar la subsistencia campesina.

INFOGRAFÍA



Así se distribuyó la lluvia acumulada en la Región de Coquimbo

Entre el 16 y el 21 de julio, las precipitaciones superaron los 350 mm en sectores del Choapa, mientras la costa y el norte registraron menores acumulados.

EL PASADO EN COLORES



La gran lluvia de 1984 en La Serena

Calle Balmaceda de La Serena con la gran lluvia de 1984 donde hubo considerables daños en calles de poblaciones que en un gran porcentaje eran de tierra.

CHOAPA

LOS VILOS

elvileño



Robo de cables obstaculiza reconstrucción eléctrica

Durante la reconstrucción de la infraestructura eléctrica afectada por el sistema frontal, personal técnico de CGE identificó puntos donde se robaron cables en sectores de la comuna de Los Vilos. Los hechos ocurrieron en Culimo y entre Río Mar y La Palma, donde fueron sustraídos 1.100 metros de cable en total. Estos robos impactan directamente los trabajos de reposición del suministro en las localidades.

Oscar Facusse, director comercial y de servicio a clientes de CGE, señaló que el robo de cables es uno de los grandes problemas que afectan a las

instalaciones y clientes de la compañía, especialmente en la región de Coquimbo. Hizo un llamado a denunciar estos delitos, ya que la calidad de servicio y los tiempos de reposición se ven perjudicados tanto por las condiciones climáticas como por los hechos delictuales. Las brigadas CGE continúan desplegadas en la región coordinando con autoridades. La empresa recuerda a clientes que pueden reportar interrupciones o riesgos a través de whatsapp +569 8956 8479, línea gratuita 800 800 767 o www.cge.cl, disponibles 24 horas.

CANELA

elcanelino



Temporal destruye infraestructura en caleta pesquera de Canela

El reciente frente climático causó graves daños en la Caleta Huentelauquén Sur, ubicada en la comuna de Canela, destruyendo el embarcadero local y afectando severamente sus áreas de manejo. La emergencia dejó a decenas de trabajadores pescadores artesanales sin acceso a su sustento diario, generando una crisis económica inmediata para las familias del sector.

La caleta representa el motor económico principal para los pescadores que laboran en la zona y constituye un punto estratégico para el desarrollo turístico comunal durante la

temporada estival. Ante la magnitud de los daños, los afectados han realizado un llamado urgente a autoridades locales y regionales solicitando apoyo coordinado para la reconstrucción de sus herramientas de trabajo e infraestructura. La comunidad también convoca a la ciudadanía a compartir la información y sumar apoyos públicos y privados. Para coordinación de ayuda pueden contactar a Carlos Collao Rodríguez, Presidente de Caleta Huentelauquén Sur, al teléfono/WhatsApp +56 9 7779 3048.

SALAMANCA

elsalamanquino



En Salamanca militares apoyaron entrega de ayuda

La comuna de Salamanca continúa trabajando en la recuperación tras el sistema frontal que afectó a la Región de Coquimbo. Con recorridos permanentes, apoyo de maquinaria municipal y personal militar, las autoridades atienden daños en caminos, canales de regadío e infraestructura vial. Salamanca registró precipitaciones históricas, superando los 219 milímetros de agua caída, con algunas estaciones que acumularon cerca de 250 milímetros.

El alcalde Carlos Lillo informó que equipos de emergencia han mantenido presencia constante en localidades rurales como El

Tebal, Arboleda Grande, Manquehua y Las Jarillas para evaluar daños y coordinar apoyos. El municipio también inspeccionó el canal Buzeta en Tambo Oriente y sostuvo reuniones en Tahuinco, Quelén Alto y Quelén Bajo. Uno de los daños más complejos ocurrió en Manquehua, donde un socavón interrumpió el tránsito vehicular. Equipos municipales y personal del Ejército trabajan en su recuperación. Las autoridades mantienen monitoreo permanente de caminos, canales y cauces, comprometiéndose a continuar el despliegue en terreno mientras persistan los efectos del temporal.

ILLAPEL

elillapelino



Illapel enfrenta crisis por daños del sistema frontal

La comuna de Illapel continúa enfrentando una emergencia compleja tras el paso de un sistema frontal que afecta la Región de Coquimbo. Las intensas lluvias han provocado severos daños en infraestructura pública, caminos rurales, viviendas y servicios básicos. El alcalde Denis Cortés comparó la magnitud de los daños con las consecuencias de un terremoto, señalando que la emergencia se prolonga día a día, generando un impacto aún mayor.

El municipio implementa medidas preventivas, incluyendo el cierre de la intersección de Los Acacios con Los Aromos en Nueva Esperanza para ejecutar trabajos de contención y canalización destinados a reducir riesgos de deslizamientos. La conectividad sigue siendo crítica:

la Quebrada Tunquén presenta un socavón que restringe el acceso hacia Pintacura, el puente de Huintil Norte tiene daños estructurales, y diez localidades permanecen con caminos cortados. El servicio de recolección de residuos fue suspendido este martes y la atención en el CESFAM Urbano limitada. Se registran cinco establecimientos educacionales afectados, más de 600 viviendas con daños de distinta consideración y más de diez localidades sin suministro eléctrico. El Puente Viejo sufrió daños estructurales y varios sistemas de Agua Potable Rural colapsaron. Cortés reconoció que la capacidad de respuesta local resulta insuficiente frente a la magnitud del desastre.

LA ENTREVISTA DE LA SEMANA

Rodrigo Zúñiga Cabrera

"Es esperable sentir miedo, ansiedad o incertidumbre: lo vivido fue una situación sin precedentes"

El psicólogo aborda las consecuencias emocionales de la emergencia climática en la Región de Coquimbo y entrega recomendaciones concretas para familias, comunidades y personas afectadas.



La emergencia climática que afectó a la Región de Coquimbo dejó un saldo de pérdidas humanas, viviendas destruidas y miles de personas enfrentando una realidad completamente distinta. Pero, además de los daños materiales, existe un impacto menos visible: el emocional. El psicólogo Rodrigo Zúñiga Cabrera explica cuáles son las principales consecuencias psicológicas que pueden aparecer tras una experiencia de esta magnitud y cómo enfrentarlas.

“Relatar lo ocurrido, compartirlo, decirlo: esto que podría parecer trivial es descomprimir nuestra mente y nuestro corazón”

LAS PRIMERAS REACCIONES TRAS UNA EXPERIENCIA TRAUMÁTICA

Luego de una tragedia como la vivida en la región, es esperable que muchas personas experimenten síntomas físicos y emocionales. Entre los más frecuentes aparecen dolores de cabeza, dificultades para dormir debido al estado de alerta permanente y un aumento de la ansiedad, que suele traducirse en pensamientos recurrentes sobre nuevas situaciones negativas o posibles emergencias futuras.

A esto se suma el estrés generado por la sensación de no contar con las herramientas suficientes para enfrentar una crisis de este tipo. En el plano emocional predominan el miedo, la tristeza, la angustia e incluso episodios de llanto. Cuando estas manifestaciones se mantienen o afectan significativamente la vida cotidiana, es recomendable buscar apoyo psicológico.

CÓMO AFRONTAR LA PÉRDIDA DE VIVIENDAS, PERTENENCIAS Y SERES QUERIDOS

Frente a pérdidas tan profundas, uno de los primeros pasos para comenzar el proceso de recupera-

ción consiste en relatar lo ocurrido. Hablar de la experiencia, compartirla con otras personas y expresar las emociones permite aliviar parte de la carga emocional acumulada. Este ejercicio facilita posteriormente la búsqueda de estrategias para reconstruir lo perdido y, en los casos más dolorosos, iniciar el proceso de elaboración del duelo por la pérdida de un ser querido.

EL IMPACTO EN NIÑOS Y ADOLESCENTES

Los más pequeños también viven la emergencia y desarrollan sus propias formas de enfrentarla. Por ello, resulta fundamental que padres y cuidadores abran espacios de conversación para conocer cómo están viviendo la situación y qué emociones experimentan.

Los niños y adolescentes necesitan sentirse escuchados y acompañados. El apoyo familiar, la experiencia de los adultos y las muestras de afecto contribuyen a que puedan integrar de manera más saludable una experiencia tan compleja.

LAS SECUELAS QUE PUEDEN APARECER CON EL PASO DEL TIEMPO

El término de la emergencia no siempre significa el fin del impacto psicológico. En muchas personas las consecuencias aparecen semanas o incluso meses después.

Entre las manifestaciones más comunes se encuentran los recuerdos recurrentes de lo vivido, sueños relacionados con la emergencia y tensiones musculares cuyo origen no siempre es evidente. Cuando estos síntomas persisten, es aconsejable consultar a un profesional de la salud mental.

LA IMPORTANCIA DEL APOYO ENTRE FAMILIAS Y COMUNIDADES

Las comunidades poseen un enorme potencial para contribuir a la recuperación emocional. Compartir experiencias, escuchar a otros y transmitir formas de enfrentar situaciones similares fortalece las redes de apoyo y genera contención. Asimismo, el intercambio de información sobre instituciones y profesionales que pueden brindar ayuda especializada facilita que quienes más lo necesitan accedan oportunamente a ese apoyo.

CUÁNDO ES NECESARIO BUSCAR AYUDA PROFESIONAL

Una señal importante de alerta aparece cuando las consecuencias emocionales de la emergencia dificultan el desarrollo de las actividades cotidianas o hacen que realizarlas requiera un esfuerzo excesivo.

También es recomendable consultar cuando existen problemas persistentes para dormir, una introversión poco habitual o episodios frecuentes de llanto, ya que

SEÑALES DE ALERTA

- 😴 Dificultad para dormir
- 😰 Ansiedad y pensamientos intrusivos
- 😭 Llanto e introversión inusual
- 💪 Tensión muscular sin causa
- 🖼️ Imágenes vividas de la crisis
- ⚠️ Dificultad en tareas diarias

“Nuestros niños, aunque no parezca, están lidiando con esto. Necesitan de nuestra experiencia y amor”

estos síntomas pueden indicar la necesidad de atención psicológica.

UN MENSAJE PARA QUIENES AÚN SIENTEN MIEDO E INCERTIDUMBRE

El primer paso es reconocer que sentir miedo, ansiedad o incertidumbre es una reacción completamente esperable después de una experiencia sin precedentes como la vivida en la Región de Coquimbo.

Junto con validar esas emociones, el llamado es a mantener la esperanza y avanzar gradualmente hacia la recuperación de la rutina, entendiendo que cada persona tiene sus propios tiempos para sanar.

¿Dónde pedir ayuda?

Salud Responde:
600 360 7777

Fono Infancia:
800 200 818

CESFAM de su comuna

Línea Libre: 1515
(adolescentes)

DATOS CLAVE

1 de cada 3 personas expuestas a desastres naturales desarrolla síntomas de estrés postraumático (OMS).

Hasta 6 meses pueden tardar en aparecer los efectos psicológicos post-desastre.

Los niños son especialmente vulnerables: pueden manifestar regresión conductual, miedos nocturnos y cambios en el rendimiento escolar.

El apoyo comunitario reduce hasta en un 50% la probabilidad de cronificación de síntomas, según estudios de la APA.



Le Mistral es la revista de sátira política de Red Comunales, creada desde la identidad de la Región de Coquimbo.

AYUDA EN CANELA



Waldo llevó ayuda



¡A trabajar!

NECESIDADES



Castillo y sus prioridades



<https://lemistral.redcomunales.cl>

DATOS ÚTILES



Extensión del plazo de inscripción PAES Regular 2026

La inscripción a la PAES Regular 2026 se extendió hasta el lunes 27 de julio a las 13:00 horas, debido a la emergencia climática que afecta a las regiones de Atacama, Coquimbo y Valparaíso. La medida aplica para todo Chile y busca evitar que postulantes queden fuera por problemas de conectividad o causas ajenas a su voluntad. Estudiantes de 4° Medio de colegios municipales, SLEP o subvencionados acceden a la Beca PAES sin costo.

Cómo actuar si encuentra una culebra

Ante el avistamiento de una culebra, mantenga la calma, no intente capturarla ni matarla, y aléjese para permitir que siga su camino. Si el animal ingresa a una vivienda o representa un peligro, avise al SAG, a Bomberos o al municipio para que personal capacitado la retire. Recuerde que son especies beneficiosas para el ecosistema y solo atacan si se sienten amenazadas o son manipuladas.



BancoEstado entrega ayuda por emergencia

Clientes de comunas en catástrofe en Coquimbo pueden postergar cuotas de créditos de consumo, hipotecarios y comerciales, y renovar líneas de crédito. Empresas acceden a postergación de hasta seis dividendos. Quienes tengan seguros de vivienda pueden denunciar daños por app, web o FonoSeguros. Para acceder, deben tener dirección en comuna afectada y firmar declaración jurada. Contactar a ejecutivo comercial.

Cuidados para tu perro tras los paseos con barro y lluvia

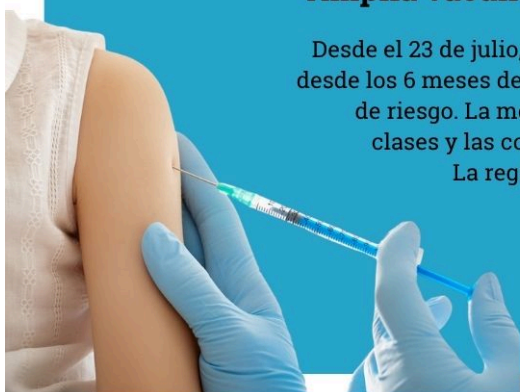
Tras el sistema frontal, el contacto con agua estancada y barro expone a los perros a enfermedades como leptospirosis (transmisible a humanos), infecciones gastrointestinales, dermatitis y otitis. Para prevenirlas, evite que beba de charcos, lávelo con agua limpia al llegar, seque bien sus patas y orejas, y revise su piel. Mantenga su vacunación al día, especialmente contra leptospirosis. Si presenta fiebre, decaimiento, vómitos o cambios en la orina, consulte al veterinario.



Amplía vacunación contra la Influenza a toda la población

Desde el 23 de julio, la vacuna contra la Influenza está disponible para todas las personas desde los 6 meses de edad en la región de Coquimbo, sin necesidad de pertenecer a grupos de riesgo. La medida responde a la alta circulación de virus respiratorios, el regreso a clases y las condiciones de humedad y hacinamiento tras la emergencia climática.

La región registra un 74% de cobertura, con más de 321 mil inmunizados. Se reforzará la vacunación en zonas aisladas. Autoridades llaman a vacunarse para prevenir complicaciones graves, incluso en personas sanas.





ESTAMOS EN LAS 15 COMUNAS DE LA REGIÓN DE COQUIMBO Y MUY PRONTO EN TODA LA REGIÓN DE ATACAMA.

Cada comuna es única y con una diversidad característica. Desde Red Comunes trabajamos para llevar las noticias de cada sector, de manera responsable, buscando promover y despertar conciencia crítica y sensibilidad en la información.

Región de Coquimbo

- | | | |
|--|--|--|
|  elcomunal |  elhurtadino |  elcanelino |
|  elserenense |  elmontepatrino |  elillapelino |
|  elcoquimbano |  laperladellimarí |  elsalamanquino |
|  elvicuñense |  elpunitaquino |  elvileño |
|  elpaihuanino |  elcombarbalino | |
|  elandacollino | | |

Región de Atacama

- | | | |
|--|---|--|
|  elvallenarino |  diariocopiapó |  elchañaralino |
|  elfreirinense |  diariocaldera |  elalmagrino |
|  elhuasquino |  diariotierraamarilla | |
|  elaltino | | |

+ Red Comunes



www.redcomunales.cl

@redcomunales

