

# INFORMACOM



▲  
**LAS CLÍNICAS  
PROFAMILIA SE  
ACTUALIZAN:**  
TALLER DE TRIAGE  
EN EMERGENCIA  
HOSPITALARIA.

**PAG. 8**

¿QUIERES ORGANIZAR TU ECONOMÍA  
PARA EL 2019? AQUÍ TE OFRECEMOS  
ALGUNAS SUGERENCIAS.

**PAG. 4 ▼**





# Día de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer

“Nos levantamos contra el acoso callejero, la violencia familiar, la violencia sexual, el hostigamiento y el acoso sexual laboral; y exigimos políticas preventivas para detener la violencia, al igual que recursos suficientes del Presupuesto Nacional para la debida atención a las víctimas y a sus hijos e hijas” expresó la Coalición por la Vida y los Derechos de las Mujeres, de la que forma parte Profamilia, en un comunicado leído durante la marcha multitudinaria realizada el pasado 25 de noviembre, Día de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres.









► Cómo usar el dinero de la mejor manera posible y poder cubrir nuestros gastos, es una de las preocupaciones cotidianas.

## Feliz año con finanzas saludables

El dinero no da la felicidad...esta frase puede ser un mito o una realidad, pero con toda certeza podemos decir que, sin dinero, -o con deudas- la vida es mucho más triste.

En este número de cierre de año, hemos querido compartir algunos consejos financieros con el interés de aportar para tus planes de organización financiera de 2019.

Con ese interés, editamos un excelente artículo publicado en la página económica Argentarium (<https://www.argentarium.com/>). Gracias a Alejandro Fernández W. autor del artículo y a Lery Laura Piña por la autorización para reproducirlo.

### Siete consejos financieros básicos

Ver artículo completo en Argentarium

<https://bit.ly/2vb9nSs>

Natasha Burton recientemente propuso cinco consejos financieros básicos o “clásicos”, que para ella mantienen vigencia, llueva, truene o ventee. Los asumo como propios, agregando dos más. ¿Cuáles son?

#### Tienes un compromiso contigo mismo/a. ¡Págate primero!

La idea es sencilla: saca para ti una parte de todo ingreso tan pronto te entre. En otras palabras, así como presupuestas un monto para el alquiler o para el teléfono, asígnate un monto para tus metas.

¿Cómo comenzar? Es más fácil de lo que piensas. Con dar un primer paso, bastará. Por ejemplo, ahorrando aunque sea el 1% de tu sueldo. Cuando veas que es posible, meses después, duplica el monto ahorrado. Aunque tardes cinco años, si mantienes esa disciplina, lograrás un ahorro importante.

#### Vive por debajo de tus posibilidades

Deja un margen entre tus gastos y tus posibilidades. Que puedas comprar el último modelo del teléfono inteligente no significa que tengas que hacerlo, cuando el que tienes te sigue resolviendo perfectamente.

¿Cómo lograrlo? Asegúrate de que siempre, siempre, siempre gastes menos de lo que ingresas. Esa es la verdadera regla de oro.

#### Prepárate para lo peor

Murphy existe. Si algo puede ir mal, irá mal. No seas avestruz, creyendo que todo en tu vida será perfecto. Te adelanto algo: no lo será. ¡Esa es la vida! Supéralo.

Así las cosas, ¿qué puedes hacer? Dos ideas: Ahorra para los imprevistos, y considera algún nivel de cobertura de seguro, sea de vida, de salud o a tu propiedad.

Estoy convencido de que, antes de tu primera vivienda, de tu primer carro o de tu primera

incursión en el mercado de valores, tu mejor inversión es construir ese “colchoncito” de liquidez en una cuenta de ahorro o fondo de inversión.

### **Pon tu dinero a trabajar**

Ahorrar está muy bien, pero si puedes poner tu ahorro a reproducirse, ¡hazlo!

De poco te sirve dejar RD\$100 en una cuenta de ahorro, que al año te pagará RD\$1, cuando el mismo dinero, en la misma entidad financiera, puede generarte RD\$7 invertido a plazo fijo.

Ojo: La única excepción a esta regla es tu “clavito” de emergencia. Para esos fondos, más que el retorno, la clave es su liquidez y disponibilidad.

### **Invierte en ti**

“Invierte en ti todo lo que puedas” aconseja el consejero de los consejeros financieros, Warren Buffet. Estoy totalmente de acuerdo. Si bien podemos pensar en el control del gasto, en la disciplina del ahorro y la eliminación de la deuda, igual de importante es aumentar tu capacidad de generación de ingresos.

Piensa en competencias básicas, valiosas para el campo económico en el que te interesa desarrollarte.

### **Evita las deudas tóxicas**

Si pudiese arrodillarme y humillarme frente a ti para rogarte algo, sería que nunca, nunca, ¡nunca! te financies con tarjetas de crédito al 60% o, mucho peor, al 240% con los usureros y prestamistas. No conozco una inversión legítima que genere esos retornos de forma sostenible y sana.

### **Define y visualiza tus metas**

Las finanzas personales sanas son 80% la persona y sólo 20% las finanzas. Más valen tus actitudes hacia el dinero que el saber en qué invertir o cómo financiarte.

Por ello te invito a pensar en lo que es verdaderamente importante para ti. Identifica esas metas, aunque pueda ser que lograrlas te tome mucho tiempo. Si las identificas con nombre y apellido (¡literalmente!), verás cómo, poco a poco, una por una, las harás realidad.

Pensando en el bienestar de sus colaboradores/as, Profamilia estableció un acuerdo con la Cooperativa Médica (coopmédica), que permite a la empleomanía de Profamilia acceder a los servicios y beneficios de la cooperativa, como hacer ahorros, solicitar préstamos, entrar al plan de ayuda mutua u otros beneficios, y el importe designado le puede ser descontado por nómina.

Una cooperativa se define como una asociación autónoma de personas unidas voluntariamente, basada en el principio de la ayuda mutua para lograr los objetivos de mejoría de los miembros.

“El colaborador/a que desee pertenecer a la cooperativa, solo debe hacer la solicitud a Gestión Humana completando el formulario de inclusión”, señala Génesis Urbano, analista de Gestión Humana de Profamilia.

Indica que “una vez lleno, lo remite y procedemos a enviarlo a la cooperativa y a la persona se le hace un descuento único por concepto de ingreso en la primera quincena del mes”.

Si sus planes de ahorro y organización económica para el 2019 requieren de algún apoyo o motivación externa, solo tiene que hacer una llamada a Génesis Urbano, que con gusto le asistirá en el proceso de afiliación a la Coopmédica.



**Doctor Opinio Rodríguez:** “Bursitis y lesiones del manguito rotador están entre los principales diagnósticos de personas que trabajan en zona franca”

**El doctor Opinio Antonio Rodríguez Tapia, médico ortopeda, trabaja en la Clínica Profamilia Rosa Cisneros desde hace ocho años. En este tiempo se ha ganado la confianza y simpatía de las usuarias y de los usuarios por su trato profesional y afable.**

“El servicio aquí me gusta, me siento muy cómodo, tanto así que llego a las 2:00 de la tarde y yo sigo trabajando hasta las 8 de la noche”, indica el doctor, con una amplia sonrisa.

“Doctor, me duelen las rodillas, me dijeron que no tengo nada, pero casi no puedo caminar”, así entra un hombre semi inclinado por el dolor y con rápidas preguntas, el doctor Opinio hace una historia sobre su situación y le pide que se haga una placa de inmediato, que le avise para él recogerla y que no se marche.

Al ver la mirada sorprendida ante estas indicaciones, el doctor observa “es bueno que se vaya con su tratamiento y su licencia médica si la necesita, usted vino porque se siente mal, mi deber es resolver su situación de salud lo más pronto que yo pueda”.

Así se ha ganado el doctor Opinio su prestigio entre usuarios y usuarias; visitadores médicos de diferentes laboratorios y del personal del mismo centro de salud.

**¿Cuál es el problema de salud por el que viene a su consulta la mayor parte de la gente?**

No lo piensa mucho y responde sin titubeos, “vienen muchos casos de dolores de espalda, específicamente lumbalgia, dolores en el hombro diagnosticándose bursitis y lesiones del manguito rotador, sobre todo en personas que trabajan en zona franca en empresas de tabaco, que sufren lesiones por el movimiento repetitivo y rápido, porque trabajaban con sensores”.

Destaca que en una semana veía más de 50 personas con la misma lesión y esto hizo que la Administradora de Riesgos Laborales -ARL-, tomara medidas y les quitaron los sensores “aunque estos estaban para la protección de la empleomanía, pero tenía un efecto secundario muy dañino. La bursitis está ahí, pero si la persona no se expone a la rutina que le ocasionó el daño, esta puede mejorar bastante”.



En la rutina de este prestador de servicios de salud, cada día ve unas 20 personas con edades promedio entre 19 a 35 años, es decir, generalmente es gente joven que busca servicios de ortopedia, sobre todo por dolores de espalda y lesiones de hombros, sin dejar de lado otro tipo de dolencias y personas de más y menos edad.

“Una de las principales recomendaciones que podemos hacer, es acerca de la posición del cuerpo. Si usted trabaja de pie, trate de mantener la mejor posición posible y tomar momentos de descanso, si trabaja sentado, debe usar sillas cómodas que den soporte a la espalda y también levantarse de vez en cuando”, dice el doctor como recomendación general.

Con respecto a las lesiones de los hombros, Rodríguez recomienda reposo y mejorar la posición en el trabajo, “en el caso de estas tantas personas que vemos con esas lesiones, sugerimos un cambio de área, aunque sabemos que eso no es tan fácil, porque es uno de los trabajos mejor pagados”.

**El doctor Opinio Rodríguez labora en la Clínica Profamilia Rosa Cisneros en el área de ortopedia los lunes, miércoles y viernes a partir de las 2:00 de la tarde, mientras que los jueves está disponible en horas de la mañana a partir de las 8:00**





## TRIAGE EN EMERGENCIA HOSPITALARIA

► La licenciada Sonia Franco y el enfermero Jean Carlos Hernández participan en el simulacro de técnicas de reanimación cardiopulmonar en pareja.

### **Personal del área de emergencia de la Clínica Profamilia Rosa Cisneros en Santiago participó en el taller de reforzamiento sobre “Manejo y Triage en Emergencia Hospitalaria”.**

La doctora ginecobstetra Dilvania Peña, subgerente médico interina, señaló que el objetivo de este taller es “capacitar para dar un mejor servicio a pacientes de emergencia, priorizando las situaciones de más urgencia para beneficio del público”.

Debido a la creciente demanda de atención en la emergencia, el personal requiere de una herramienta que le permita clasificar adecuadamente a las y los usuarios, para en base a su motivo de consulta y a su condición de salud a su llegada a emergencia priorizar la atención. Esta herramienta es el triage.

Crissolidez Pérez, médica emergencióloga con amplia experiencia en centros de salud de alta demanda en el país, destacó el interés mostrado por las y los

participantes, así como el ambiente cálido reinante en este centro de salud.

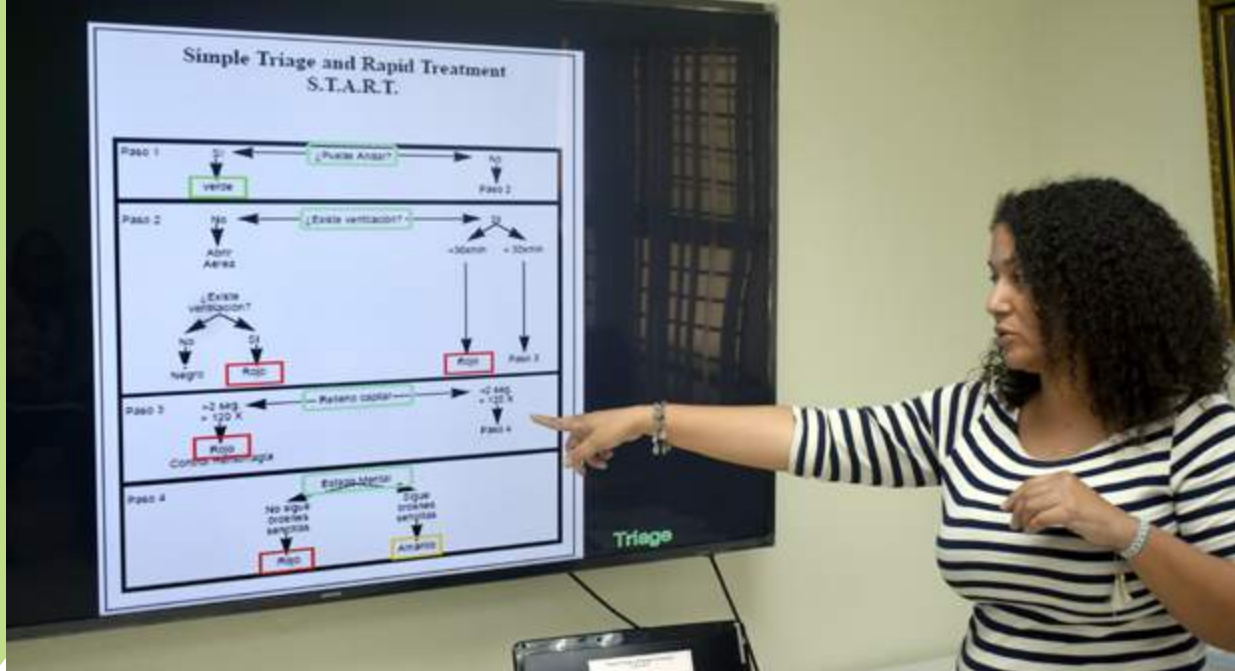
“El personal muestra mucho interés en aprender, para identificar rápido a las personas en real situación de riesgo y que demandan atención priorizada”, destacó Pérez, quien fue la facilitadora del taller.

Esta capacitación le permite al personal de emergencia brindar la atención apropiada para cada caso, diferenciando apropiadamente cuáles requieren atención urgente y cuáles no.

La doctora Dilvania Peña, al referirse a los beneficios de esta capacitación, destacó que “la práctica representa una gran diferencia, pues aunque el conocimiento teórico ya lo tuvieran, la práctica es definitiva para estar realmente capacitados para dar el servicio”.

“La expectativa que tenemos ahora es que se adecuen las áreas físicas para ofrecer un servicio apropiado, que en la clínica se adecuó un espacio de triage, porque





► La doctora Crissolidez Pérez impartió un taller de triage en emergencia hospitalaria y técnicas de reanimación cardiopulmonar a personal de la clínica Profamilia Rosa Cisneros.

tenemos un personal capacitado y nuestro mejor interés es llevar un buen servicio a la población que lo demanda”.

En el taller se realizó un simulacro de reanimación cardiopulmonar, un procedimiento de emergencia para salvar vidas que combina la respiración boca a boca (o a través de boquillas apropiadas) y compresiones cardíacas.

“Creo que capacitaciones como esta son importantes, pues nuestro personal se mantiene actualizado, por lo que nuestra sugerencia es que se lleve también a otros profesionales de las clínicas Profamilia”, concluyó la doctora Peña.

En el taller participó personal médico que trabaja en la Emergencia de la clínica Rosa Cisneros como de las Unidades Móviles comunitaria y barrial del Gran Santo Domingo.



► Participantes observan el uso de un desfibrilador bifásico, utilizado en situaciones de emergencia para revertir los efectos de una parada cardíaca.

Especial para Informacom

# “La masculinidad que vivimos y practicamos los hombres, es tóxica”



► Fernando de la Rosa, encargado de Educación de Profamilia

En nuestro país el Movimiento de Nueva(s) Masculinidad(es), como tal, tiene ya algunos años. Inicialmente se expresó en el accionar tortuoso de pequeños núcleos de hombres bien intencionados y ahora está tomando fuerza gracias a los esfuerzos que realizan ONG del área de la salud, como Profamilia, organizaciones de base comunitaria, academias, entre otras, que interactúan a favor y promueven la participación de los hombres para hacer frente a la violencia contra la mujer.

Un hombre no es más o menos hombre porque exprese su apoyo a la lucha de las mujeres por liberarse de cualquier tutela o dependencia. En realidad, uno se hace hombre, hombre de verdad en la medida que reconozca y luche para que todos los seres humanos sean iguales en dignidad y derechos, con las mismas responsabilidades y deberes, sin que exista entre ellos una relación sesgada, matizada o centrada en el control y el dominio de unos sobre otros.

Como parte de esta propuesta, Profamilia desarrolla un ciclo de capacitaciones donde han participado cerca del 80% de los hombres que laboran en la institución. Se espera que estas jornadas se puedan realizar, a demanda, en otras instituciones. Se trata de mejorar los conocimientos, aptitudes y valores del personal que presta servicios en la organización.

Las Nueva(s) Masculinidad(es) es (son) una serie de propuestas de investigación-acción que cuestionan esencialmente la masculinidad hegemónica en que hemos sido educados (y construidos) y accionamos cotidianamente los hombres en la sociedad. Este movimiento se ha conformado y desarrollado a partir de los planteamientos del movimiento feminista, especialmente del feminismo emancipador que aboga por la diversidad de identidades.

Esta línea ha permitido a núcleos importantes de hombres conscientes replantearse distintas prácticas de vida relacionadas con el género y comprender de manera más específica la naturaleza de las subjetividades masculinas hegemónicas que son esencialmente violentas.

La «Masculinidad», tal como la conocemos, está en crisis, por lo que este movimiento en desarrollo se ha planteado como una expresión de esa crisis. Basta observar lo que ha acontecido en estos últimos años en lo relativo a las prácticas violentas con las que muchos hombres han tratado de reafirmar su propia virilidad. Por eso decimos que la masculinidad, tal como la conocemos y la hemos vivido, que es una masculinidad esencialmente tóxica, está en crisis. La violencia hacia las mujeres, cada vez más brutal y repudiada es una manifestación terrible de ello.



En esta crisis el enfoque de género nos ha facilitado comprender algunas cuestiones específicas sobre las relaciones, las subjetividades y los malestares que se han construido a través del binarismo de género. Ahora podemos pasar de una perspectiva de género centrada únicamente en las mujeres y en la feminidad a otra perspectiva donde la masculinidad y sus valores son cuestionados, es decir, ya no son intocables.

Las «Nuevas Masculinidades» es una alternativa a la masculinidad hegemónica porque este movimiento surge como alternativa y cuestiona, en su esencia, todas las conductas y comportamientos propios de la masculinidad prevaeciente o dominante. Esto incluye el examen de los modelos y mandatos más tradicionales de dominación por género centrado en el control y el poder de los hombres sobre las mujeres.

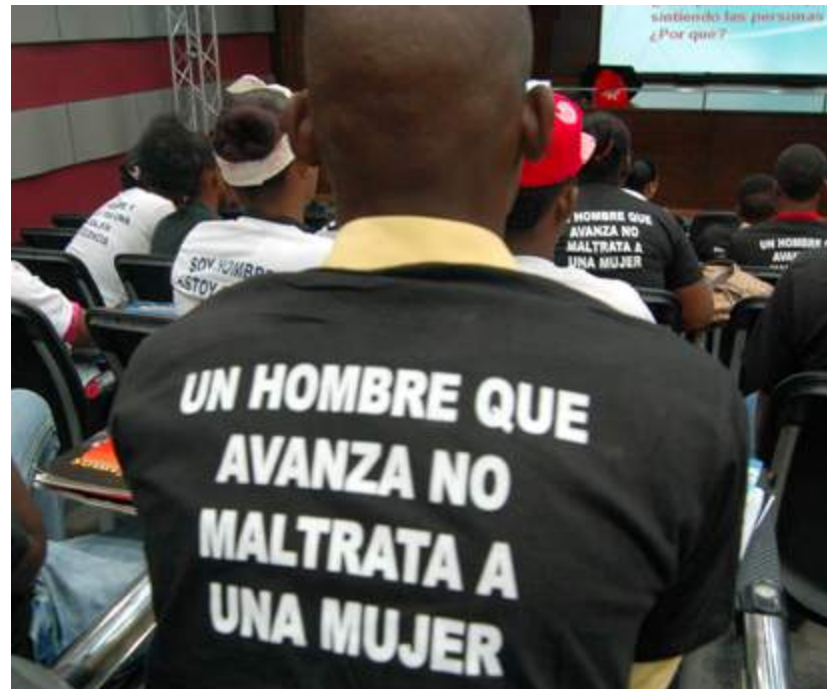
Aquí de lo que se trata es de los valores, las creencias, las actitudes, mitos, estereotipos o conductas que legitiman el poder y la autoridad que los hombres han ejercido hasta ahora sobre las mujeres (y sobre todos los otros hombres, sean o no heterosexuales). No debe olvidarse que esta masculinidad hegemónica es la que ha dado origen a la forma de organización política y social que se basa en la idea del liderazgo del varón y el predominio de la cosmovisión de este sobre todas las demás formas de vida, esto es, el patriarcado.

Este movimiento trata de replantear los modelos de género hasta ahora conocidos. En términos generales se trata de generar y replantear propuestas colectivas de género en torno a la masculinidad como acción política para abordar fenómenos relacionados con la violencia de género, por ejemplo, desde la experiencia masculina de los hombres.

Durante este proceso se trata de “deconstruir” la masculinidad hegemónica generada por condiciones históricas y reforzadas por las estructuras vigentes que generan desigualdades y violencia de género.

Al respecto, los hombres pueden hacer mucho. Somos parte de ese proceso de reproducción que conforma, estructura y socializa a las nuevas generaciones (hijos, as) en ese tipo de masculinidad hegemónica, controladora y violenta, que con el tiempo se hace

tan difícil modificar. A este propósito, los hombres debemos asumir nuestra responsabilidad y elaborar estrategias, como colectivo, para evitar la violencia de todo tipo, especialmente la violencia contra la mujer o violencia de género, al tiempo que visibilizamos nuestras propias vulnerabilidades, por ejemplo, en salud, para iniciar de esta manera un nuevo camino de reconstrucción, sin dominio, control ni violencia de ningún tipo.



▶ Jóvenes participan en una capacitación sobre nueva masculinidad y prevención de la violencia hacia la mujer.

**La Nueva Masculinidad trae libertad para la sociedad pues nos libera a los hombres de ser opresores y oprimidos al mismo tiempo. Cuando hombres y mujeres sean reconocidos como ciudadanos y ciudadanas con iguales derechos se reducirá la violencia y el ejercicio de la ciudadanía se impondrá como forma de convivencia fundamental entre todos los seres humanos.**

**Con esta propuesta Profamilia busca lo mismo que cuando lucha por la plena vigencia de los derechos de las mujeres: la equidad, la igualdad y el desarrollo de una sociedad justa, plena e igualitaria.**



► Las y los jóvenes del programa, que encontrará en las clínicas institucionales

# Programa Jóvenes y Educación Comunitaria

El pasado 30 de septiembre Profamilia presentó el programa Jóvenes y Educación Comunitaria, con el objetivo de fortalecer la conciencia de derechos, la cohesión y el acceso a servicios, a través de dos grandes dimensiones: 1) Empoderamiento individual y colectivo de mujeres, adolescentes y jóvenes sobre sus Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos, a través de la Educación Integral en Sexualidad; y 2) Enfoque de incidencia política para la defensa y promoción de derechos.



@profamiliard  
www.profamilia.org.do



INFORMACOM es una publicación a cargo de la Gerencia de Comunicación e Imagen de Profamilia.

#### EQUIPO DE COMUNICACIÓN E IMAGEN

Itania María  
Melania Febles  
José Miguel Renville

#### DIRECCIÓN EJECUTIVA

Magaly Caram

#### MIEMBROS DE LA JUNTA DIRECTIVA

Melba Barnett – **Presidenta**  
Francisco Álvarez Valdez – **Vicepresidente**  
Ivelisse Rosario – **Tesorerera**  
Ivelisse Acosta – **Secretaria**  
Jocelyn Caminero de Croe – **Vocal**  
Dario Rosario Adames – **Vocal**  
Víctor Rosario – **Vocal**  
Ana Navarro – **Suplente de Vicepresidenta**  
Millizen Uribe – **Suplente de Tesorerera**  
Yuleisy Valenzuela – **Suplente de Secretaria, Representante Joven**  
Milcíades Albert – **Suplente Vocal**  
José Deláncer – **Suplente Vocal**  
José Miguel Gómez – **Suplente Vocal**