75 años El Heraldo Austral

Fundado el 9 de septiembre 1951

www.eha.cl Viernes 16 de Octubre 2026. Puerto Varas, Chile

La deportista de 22 años viene de firmar la mejor temporada de su carrera

Rafaela Capó, la triatleta puertovarina que apunta a la élite mundial

P6y7

Alcaldes de la provincia de Llanquihue y Comisión de Medio Ambiente del CORE preocupados por rechazo de concejales puertovarinos a la construcción del Alvéolo 3 en Relleno Sanitario La Laja

P3

Nuevo transporte escolar marítimo marca un hito para remota localidad de la comuna de Cochamó

P4

Incendio en Plaza Allegra movilizó a 40 bomberos

P5

OPINIÓN

Lo que Monte Verde nos dice

En 1976, Tom Dillehay y Mauricio van de Maele llegaron a orillas del arroyo Chinchihuapi siguiendo la pista de un molar de megafauna encontrado por campesinos de la zona. Lo que vino después cambió la forma en que entendemos el poblamiento de América.

Hoy, 16 de octubre, la Municipalidad de Puerto Montt da inicio a la Semana Monteverdina, y mañana la Junta de Vecinos Monte Verde continúa la celebración en el territorio. Hay motivos para celebrar.

En el último año, Monte Verde avanzó en su puesta en valor como no lo hacía en décadas. Ese avance se debe en gran parte a la decisión del alcalde Rodrigo Wainraihgt y del Gobierno Regional de Los Lagos, con su Consejo Regional, encabezado por el gobernador Alejandro Santana. También se debe a la Mesa Monte Verde, que reúne a instituciones públicas y privadas: la Universidad Austral de Chile, el Consejo de Monumentos Nacionales, las juntas de vecinos Colonia El Gato y Monte Verde, y las organizaciones y personas que trabajan en el territorio. Hoy el sitio está en la Lista Tentativa de UNESCO, y la Municipalidad abre un programa de visitas guiadas para que la comunidad lo conozca. Cuenta además con obras de emergencia del Consejo de Monumentos Nacionales: cierre perimetral, levantamiento LiDAR del terreno y una estación meteorológica. Con ellas es posible, por primera vez, monitorear cómo el agua y el clima afectan la conservación del sitio.

Desde la Fundación Monte Verde trabajamos en una hoja de ruta para la nominación del sitio como Patrimonio de la Humanidad. Hoy la estamos socializando y mejorando, y buscamos financiamiento para ejecutarla. Junto a Indaga, consultora especializada en divulgación, elaboramos la guía didáctica "Monte Verde: Huellas del poblamiento americano", para acercar el sitio a escuelas, comunidades y visitantes. Hemos contado con el apoyo de la Seremi y la Subsecretaría del Ministerio de Ciencia, Tecnología, Conocimiento e Innovación. Esperamos sumar a todas las autoridades: Monte Verde es una investigación interdisciplinaria, y su gestión también debe serlo.

Todo este esfuerzo se explica por lo que el sitio guarda. Bajo la turba apareció un campamento de hace 14.500 años, conservado de un modo que no tiene equivalente en ningún otro sitio arqueológico del Pleistoceno en el mundo. Ese hallazgo obligó a reescribir la historia del poblamiento de América, y por eso Monte Verde ha tenido que defenderse. Lo hizo en los noventa y vuelve a hacerlo frente a los artículos publicados en Science en marzo de este año, que intentaron desacreditarlo.

La respuesta ha sido volver a terreno. Bajo el liderazgo de Tom Dillehay, la Fundación realizó excavaciones en 2025 y 2026. La última se orientó a corregir los errores de esas publicaciones y llevó a geólogos de Sernageomin y a especialistas internacionales a revisar la estratigrafía del sitio. Sus resultados son contundentes y avalan los 14.500 años. La publicación saldrá pronto.

Este mismo 16 de octubre, mientras aquí celebramos, Tom Dillehay y Mario Pino están trabajando. Dillehay dirige el proyecto Monte Verde desde el inicio de las excavaciones en 1977, y Pino es su geólogo desde 1978. Ambos presentan esa evidencia en el Paleoamerican Odyssey, el congreso más importante del mundo sobre poblamiento americano, que reúne a más de dos mil investigadores. Detrás está el trabajo de Carlos Ramírez, José Saavedra, Carlos Ocampo y Calvin Heusser, entre otros de los más de 70 investigadores que han pasado por Monte Verde. Ese esfuerzo colectivo muestra hoy al mundo que el sitio sigue siendo un referente fundamental en la historia humana.

Es un motivo de orgullo contar con personas tan comprometidas con esta investigación. Ese compromiso va más allá de un sitio o de un equipo. Es con lo que Monte Verde reveló sobre nuestros antecesores: cuándo llegaron, cómo vivían y la relación estrecha que mantenían con su entorno y sus recursos.

Vale la pena volver a lo que se encontró. Hay viviendas de madera con sus estacas aún en pie, fogones donde alguien cocinó y pisadas humanas. Hay también plantas medicinales que todavía usamos, algas traídas desde la costa y la papa silvestre que sigue creciendo en estos campos. Ahí está la vida cotidiana de los primeros americanos: no solo sus herramientas, sino lo que comían, cómo se curaban y cómo habitaban. Monte Verde muestra a personas que conocían a fondo su territorio, se movían entre el mar y el bosque y supieron vivir en un mundo cambiante.

El llamado es a trabajar juntos y, sobre todo, a comprender qué es Monte Verde y lo que significa para el conocimiento humano.

Queda mucho por hacer y mucho en marcha. Esta semana, toca celebrar.

Jorge Guzmán Dávila
Fundación Monte Verde

75 años El Heraldo Austral
Fundado el 9 de septiembre 1951

Fundado el 9 de septiembre de 1951. Directora Ejecutiva y Representante Legal: **Paola Álvarez B;** Gerente Comercial: **Gustavo Gálvez M;** Editora: **Paola Álvarez B;** Periodista: **Diego Gálvez A.** Correo electrónico: **prensa@eha.cl**

LOCAL

Alcaldes de la provincia de Llanquihue y Comisión de Medio Ambiente del CORE preocupados por rechazo de concejales puertovarinos a la construcción del Alvéolo 3 en Relleno Sanitario La Laja

La Asociación de Municipios de Llanquihue llama con urgencia al diálogo al Concejo de Puerto Varas y oficiará a la Seremi de Salud y a la Delegación Presidencial Regional de Los Lagos para informar preventivamente el riesgo.

Los alcaldes de la Asociación de Municipios de Llanquihue emitieron una declaración pública en la que rechazan los argumentos de los concejales puertovarinos que no aprobaron la adjudicación a Consorcio Santa Marta como constructora del Alvéolo 3 y nueva operadora del Relleno Sanitario La Laja, resultando en el rechazo de la moción ya que no se alcalzaron los cinco votos necesarios.

Respaldaron la declaración de manera unánime los alcaldes Tomás Gárate (Puerto Varas), Javier Arismendi (Frutillar), Marco Silva (Calbuco), Nabih Soza (Maullín), Víctor Angulo (Llanquihue), Emilio González (Los Muermos) y Miguel Cárdenas (Fresia), junto al Secpla de Cochamó, Andrés Saldivia.

Los alcaldes sostienen que los argumentos de quienes votaron en contra o se abstuvieron no tienen relación con las bases de la licitación, que es lo único que el concejo debía evaluar. Subrayan, además, que es una postura transversal, sin distinción de colores políticos.

El plazo es el punto crítico. El relleno sigue recibiendo los residuos domiciliarios de Calbuco, Cochamó, Fresia, Frutillar, Llanquihue, Los Muermos, Maullín, Puerto Montt y Puerto Varas, pero el Alvéolo 2 registraba una ocupación de 88,87 % a junio de 2026. Como la construcción del Alvéolo 3 toma alrededor de ocho meses, si las obras no comienzan en diciembre las nueve comunas no tendrán dónde disponer sus residuos a partir de agosto de 2027, el mismo mes en que vence el contrato con Interaseo, actual operadora.

Ante ese escenario, la Asociación oficiará a la Seremi de Salud y a la Delegación Presidencial Regional de Los Lagos para informar el riesgo y solicitar alternativas. También pidió cotizar la disposición en rellenos sanitarios fuera de la provincia, como el de Los Ángeles, opción que, según los alcaldes, tendría un impacto financiero sin precedentes para cada comuna. Además, solicitará una reunión extraordinaria de directorio para el viernes 16 de octubre, a la que invitará a los concejales de Puerto Varas.

La licitación se publicó en Mercado Público y recibió tres ofertas: Consorcio Santa Marta, Interaseo y Veolia. La evaluación técnica y económica dejó a Santa Marta como la empresa que mejor cumple las bases y con la oferta más conveniente. La propuesta fue revisada por la Comisión de Infraestructura y respaldada por el directorio de la Asociación en su última sesión.

"Hago un llamado a la solidaridad, principalmente de los concejales, para que puedan prever lo que puede ocurrir si esto no se aprueba. Aquí se está trabajando a largo plazo, y quiero destacar el tremendo trabajo de Tomás Gárate como presidente de la Asociación, con una mirada a futuro en reciclaje. Por primera vez, en Puerto Montt estamos llegando a más de 90 mil hogares que separan sus residuos, y lo mismo ocurre en Puerto Varas y en otras comunas. Pero tenemos urgencia, y esa urgencia está en qué hacemos en los próximos dos o tres años. Para eso necesitamos el Alvéolo 3; si no, se va a afectar la vida cotidiana de todos los habitantes de la provincia. Miremos lo que ocurrió en Ancud, donde hubo una tremenda crisis sanitaria. Imagínense una ciudad turística con toda la basura acumulada", sostuvo Rodrigo Wainraihgt, alcalde de Puerto Montt, quien por motivos de agenda no pudo participar de la reunión.

Consejeros Regionales

Ante lo acontecido, el presidente de la Comisión de Medio Ambiente del CORE Los Lagos, Javier Cabello, manifestó su preocupación por el resultado de la votación y advirtió sobre las consecuencias que podría tener una demora en la ejecución del proyecto.

"Es bastante preocupante lo que está ocurriendo en el Concejo Municipal en Puerto Varas, sobre todo por el rechazo de la adjudicación de la construcción del Alvéolo 3 en el relleno sanitario de La Laja, por cuanto esta es la solución que se prevé para agosto del próximo año, cuando el relleno ya va a estar a su máxima capacidad. Por lo tanto, es bastante lamentable", señaló.

El consejero reconoció que pueden existir dudas respecto de los estudios presentados, pero insistió en la necesidad de resolverlas oportunamente para no comprometer los plazos de ejecución.

"Parar este proyecto en la instancia en que está, a punto de adjudicarse, es bastante lamentable. Corremos el riesgo de estar en ocho o nueve meses con un problema sanitario y ambiental bastante grave, como lo hemos vivido en algunas comunas de Chiloé, sobre todo en Ancud. Hay que esperar que recapaciten y puedan aprobar este proyecto, porque están con los tiempos justos", agregó.

En la misma línea, el vicepresidente de la Comisión de Medio Ambiente y consejero regional por Llanquihue, Luis Becerra, también expresó su inquietud por la decisión del Concejo Municipal y señaló que la comisión seguirá atenta al desarrollo del proceso.

"Este proyecto cuenta, además, con un 50% de financiamiento por parte del Gobierno Regional y los plazos están muy acotados para poder entrar en operación en los próximos meses. Empatizo con el alcalde de Puerto Varas, Tomás Gárate, en el sentido de llevar todos estos antecedentes a la Contraloría, dado que los fundamentos esgrimidos por parte de los concejales no fueron suficientes, a mi juicio, desde el punto de vista administrativo, para rechazar esta adjudicación", indicó.

Finalmente, Becerra sostuvo que la Comisión de Medio Ambiente realizará seguimiento a los próximos pasos de la iniciativa, con el objetivo de evitar que la provincia enfrente dificultades en la disposición de sus residuos.

"Como Comisión de Medio Ambiente estaremos muy atentos a lo que vaya sucediendo, porque no queremos que nuestra provincia de Llanquihue entre en alerta sanitaria en los próximos meses", concluyó.

REGIONAL

Nuevo transporte escolar marítimo marca un hito para remota localidad de la comuna de Cochamó

El nuevo servicio de transporte marítimo subsidiado de pasajeros para la localidad de Sotomó incorpora, además de una embarcación con capacidad para 47 pasajeros, un servicio adicional con capacidad para 10 personas, destinado al traslado de estudiantes del sector hacia la escuela John F. Kennedy.

Esta iniciativa surge a partir de la solicitud de los vecinos, quienes manifestaron su preocupación por las condiciones en que sus hijos debían trasladarse diariamente para asistir a clases. Considerando que el transporte por vía marítima es la única alternativa de conectividad en esta localidad.

Al respecto, el alcalde de Cochamó, Francisco Donoso detalló que esto se hizo posible gracias a gestiones hechas frente a la autoridad del ramo y que fue una solicitud muy sentida por los vecinos y vecinas. "Estamos muy contentos por lo que acaba de suceder el día de hoy, dado que se puede materializar un trabajo conjunto que realizamos desde el propio municipio en enero de este presente año, cuando se empezaron a levantar las indicaciones para la nueva licitación" expresó.

Por su parte, de visita en la zona, el Subsecretario de Transportes, Martín Mackenna, indicó que "para nosotros la principal, misión que tenemos como Ministerio de Transporte y Telecomunicaciones es mejorar la conectividad del país, y este es un servicio que mejora la conectividad en este caso de Sotomó, por ejemplo, tenemos más de mil servicios a lo largo del país, de subsidios escolares para que los alumnos de todo el país puedan llegar en zonas aisladas a sus colegios y este es uno más de estos servicios".

Para concretar esta medida, el Municipio presentó un requerimiento ante la Seremi de Transportes y Telecomunicaciones, gestión que contó también con el apoyo del diputado Mauro González y de la autoridad marítima.

Javier de la Barra, es el profesor encargado de la escuela John F. Kennedy de Sotomó, con entusiasmo manifestó que, "esto es un hito para Sotomó y sobre todo para la comunidad escolar, porque nunca ha habido un transporte escolar acá en esta zona. Por lo tanto, esto marca un giro de 180° ya que nuestros alumnos, todos se movilizan por el medio marítimo, en lanchas que son descubiertas, que tienen que pasar con frío, por la lluvia, así que esto realmente es muy bueno, muy grande para nosotros".

De esta manera, el nuevo servicio busca contribuir a que los estudiantes de Sotomó cuenten con mejores condiciones de traslado hacia su establecimiento educacional, en una lancha cubierta, más segura y en mejores condiciones.

La puesta en marcha del servicio fue oficializada en una reunión que contó con la participación de representantes de organizaciones sociales y vecinos del sector, junto al alcalde Francisco Donoso y los concejales. También estuvieron presentes el subsecretario de Transportes, Martín Mackenna; el diputado Mauro González; el delegado presidencial de Los Lagos, Cristian Palma; el seremi de Transportes y Telecomunicaciones, Rodrigo Böttger, y el capitán de Puerto de Cochamó, Rodrigo Sánchez.

LOCAL

Incendio en Plaza Allegra movilizó a 40 bomberos

En la madrugada de ayer un incendio en el Edificio Plaza Allegra que alberga a los restaurantes Da Alessandro y La Marca motivó el trabajo de 40 voluntarios del cuerpo de bomberos de Puerto Varas, Llanquihue y Puerto Montt.

Al respecto, Cristóbal Hechenleitner, comandante de la Sexta Compañía de Bomberos relató "Fuimos despachados a eso de las 3:45 de la madrugada a solicitud de vecinos que veían salir una gran cantidad de humo desde el Edificio Allegra donde se albergan dos restaurantes La Marca y Da Alessandro, más la fábrica de Da Alessandro, y hay un piso con apart hotel y bodegas".

"Al momento que llegó la primera máquina al lugar observó fuego y humo en el último piso. Los bomberos procedieron a ingresar, y se logró controlar. Estuvimos alrededor de dos horas y solicitamos apoyo del carro escala mecánica del cuerpo de bomberos de Puerto Montt (Puerto Varas no cuenta con esta necesaria maquinaria) y también solicitamos apoyo de unidades de abastecimiento de Llanquihue. Trabajamos unos 40 bomberos. En el lugar estuvo Carabineros, Saesa y Suralis".

Bomberos y Labocar realizarán peritajes para conocer el origen del incendio.

Ximena Cambell, dueña del Edificio Allegra, informó que hay seguros comprometidos y que aún se están evaluando los daños, "pues no es solo el incendio en sí, sino también el daño del agua que destruye mucho".

Dos personas que pernoctaban en el edifico fueron evacuadas.

Da Alessandro y Cafetería La Fabbrica funcionando

Ximena explicó que el "daño mayor fue en el 4to y 5to piso donde se ubica La Marca. Ahí empezó el fuego en una de sus terrazas tiene 2). La Marca desconozco cuando abrirá. Da Alessandro y la Cafetería La Fabbrica están abierto desde hoy (ayer) a las 13 hrs".

Cabe señalar que el Edificio Allegra abrió sus puertas en abril de este año y recordar que el restaurant La Marca ya enfrentó un incendio en mayo del 2018 que destruyó la casona que albergaba el restaurant en la cuesta de Santa Rosa, donde ahora se levanta un moderno edificio.

Emergencia obligó a pedir apoyo del carro escala de Puerto Montt, ya que el Cuerpo de Bomberos de Puerto Varas no cuenta con esta necesaria herramienta.

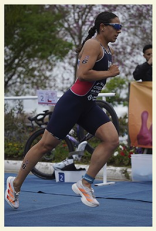
DEPORTE

Rafaela Capó, la triatleta puertovarina que apunta a la élite mundial

Detrás de las competencias internacionales y el ritmo frenético de los torneos en Europa y Sudamérica, hay una historia que se tejió entre el lago y los volcanes que caracterizan el paisaje de Puerto Varas. Con tan solo 22 años, Rafaela Capó se posiciona como una de las principales promesas del triatlón a nivel nacional, pero su brillante presente deportivo se forjó pedaleando por las calles de la comuna y nadando en las aguas frías del Lago Llanquihue, antes de dar el salto al circuito olímpico de la disciplina.

La triatleta local está firmando la "mejor temporada que he hecho" luego de posicionarse como la mejor chilena en la carrera individual y obteniendo medalla de plata en los relevos de los Juegos Suramericanos Santa Fe 2026. No contenta con ello, recientemente se quedó con el bronce en la Copa Continental de Triatlón Santa Fe 2026 y se coronó como Campeona Sudamericana Sub23 2026.

Actualmente, la joven deportista compite en las distancias olímpicas del triatlón: Sprint y Olímpica. En este tipo de formatos, Rafaela se desempeña activamente dentro de su categoría actual (Sub-23) y en Élite. Las distancias estándar u olímpicas constan de 1.500 metros de natación, 40 kilómetros de ciclismo y 10 kilómetros de trote, mientras que la modalidad Sprint reduce estos tramos a la mitad. Este tipo de carreras se diferencian de, por ejemplo, el Ironman 70.3 (media distancia) de Puerto Varas, que contempló 1.9 kilómetros de natación, 90 km de ciclismo y 21.1 km de trote.



Hoy, instalada en la élite de la disciplina y viviendo en Santiago para lanzar su carrera, la triatleta se toma una pausa en su agenda para conversar con El Heraldo Austral sobre su esfuerzo, sus primeros pasos en el rubro, el apoyo de su familia, las exigencias del deporte de alto rendimiento y las proyecciones olímpicas de una deportista que, gracias a la disciplina, se codea con los principales rostros del triatlón a nivel mundial.

Los inicios

Si bien la triatleta nació en Santiago, a menos de un año de vida su familia se trasladó a Puerto Varas, ciudad que la vio crecer durante prácticamente toda su infancia y adolescencia, por lo que se identifica plenamente como sureña y puertovarina. Estudió toda su vida en el Colegio Alemán, primero en Puerto Varas y luego en Osorno, donde vivió durante cuatro años. Sin embargo, su familia regresó a la ciudad lacustre cuando Rafaela comenzó a cursar 6to básico, y fue aquí donde finalizó su educación escolar.

La joven deportista reconoce que, si bien sus inicios en la natación

La triatleta de 22 años viene de firmar la mejor temporada de su carrera, con medallas en los Juegos Suramericanos y la Copa Continental de Santa Fe, además del título sudamericano Sub-23. Formada en Puerto Varas, hoy proyecta su camino hacia la élite mundial con la mira puesta en los Juegos Olímpicos de Brisbane 2032.

dieron en Puerto Varas, fue en Osorno donde comenzó con sus primeras aproximaciones al deporte competitivo, participando en talleres de natación y atletismo. Capó narra que fue durante esta etapa donde tuvo su primer acercamiento al triatlón, luego de ver una carrera por televisión donde participó Bárbara Riveros, la triatleta más destacada en Chile.

No fue hasta su regreso al Colegio Alemán de Puerto Varas (6to básico) cuando Rafaela les solicitó a sus padres meterse de lleno al triatlón, no obstante, su madre le impuso una condición: debía "afirmarse con las notas". No hubo mejor incentivo. A finales de ese mismo año, Capó cumplió con el requisito y comenzó a practicar la disciplina en el club del establecimiento educacional de forma recreativa.

La confianza y el apoyo de sus padres es un factor común que se repitió en diversos puntos del relato de la deportista, especialmente en la etapa inicial. Otro ejemplo clave de su respaldo ocurrió para una navidad, cuando le regalaron una bicicleta de ruta para que continúe con su formación en la disciplina. Rafaela bromea con que sus padres le vieron "proyección" a los 12 años, aunque reconoce que fue más bien una apuesta a ciegas que terminó resultando a cuenta gracias a su desarrollo posterior.

"Mis papás no son atletas, mi mamá no hacía mucho deporte y mi papá era árbitro. Yo creo que mi gen competitivo nació porque nos metieron en el deporte desde chicos y me rozaba con mis hermanas (mayores), que tenemos casi la misma edad. Yo intentaba seguirlas a ellas, y al final cuando tú tienes a alguien más grande, que es mejor e intentas seguirlo, siempre vas a

DEPORTE

tirar para arriba"; asegura Capó.

Luego de desempeñarse en el ámbito local durante su adolescencia, Rafaela tuvo su primer gran salto internacional al clasificar al Mundial Escolar de Triatlón en 2019, que se disputó en Francia, donde logró el cuarto lugar mundial escolar y se consolidó como la mejor chilena de su categoría, superando a rivales que antes la vencían. La deportista señala que este momento fue un punto de inflexión en su carrera que le permitió darse cuenta de su potencial.

Logros y tropiezos

Desde ahí, su carrera ha crecido exponencialmente. A sus 22 años, Rafaela afirma de forma tajante que esta ha sido "lejos la mejor temporada que he hecho", explicando que tanto su rendimiento como su enfoque personal alcanzaron un nivel superior a todo lo que había logrado antes, lo cual, le deja excelentes sensaciones para el año que viene.

Sin embargo, sus recientes desafíos no han estado exentos de dificultades. Luego de posicionarse como la mejor representante femenina del país en los Juego Suramericanos 2026, la puertovarina se trasladó inmediatamente a España para competir en el Campeonato Mundial de Triatlón Sub-23 2026, su primer mundial en esta categoría. Sin embargo, la previa no fue ideal, ya que se enfermó del estómago tres días antes de la competencia, lo que la dejó mermada físicamente y un paso por debajo del nivel de las demás corredoras, por lo que no pudo demostrar todo su potencial y tuvo diversas dificultades en el transcurso de la carrera.

"Al día siguiente estaba destrozada, muy decepcionada, porque la situación se me fue de las manos y no podía hacer nada. Estaba muy frustrada, pensaba que se me había ido una oportunidad que no sé si vuelva a tener", explica Capó. Pero gracias a su resiliencia, logró dar vuelta la situación y selló grandes desempeños en sus próximas carreras en Italia y Argentina

respectivamente.

Rafaela reconoce que el éxito en el alto rendimiento requiere altas cuotas de una "obsesión sana", disciplina estricta y resiliencia ante las lesiones o los malos resultados.

Actualidad, financiamiento y descentralización

Actualmente, la corredora local se encuentra estudiando la carrera de Nutrición en Santiago (ciudad a la que se mudó hace un par de años para profesionalizar su carrera). No obstante, debido a la alta exigencia de las prácticas presenciales y el deporte de alto rendimiento, evalúa congelar temporalmente sus estudios.

Uno de los temas centrales en la trayectoria de Rafaela Capó es la viabilidad de proyectar una carrera deportiva internacional desde regiones. La triatleta reflexiona sobre el rol de Puerto Varas como una cuna formativa inigualable, donde las condiciones geográficas y el entorno escolar le permitieron adquirir las habilidades técnicas esenciales de la natación, el ciclismo y el trote durante su infancia y adolescencia.

Sin embargo, la deportista es sincera respecto a las limitaciones que enfrentó al dar el paso hacia el profesionalismo. La necesidad de contar con un grupo de entrenamiento de élite, la dirección de su entrenador actual y las exigencias de sus estudios universitarios en Nutrición la llevaron a tomar la decisión de trasladarse a Santiago.

"Todos los deportes tienen habilidades que se aprenden cuando eres chica. Mi base de natación es tan buena que hoy me hace la mejor nadadora en el triatlón chilena, eso es gracias a lo que me enseñaron en el Colegio Alemán de Puerto Varas y en Osorno", afirma Capó. No obstante, la joven deportista destaca que si bien el sur entrega la base física y el carácter para competir, el sistema deportivo nacional aún exige a los atletas radicarse en la capital para acceder al roce y los recursos necesarios para despegar hacia la élite mundial.

Ante la pregunta del sustento de su carrera deportiva, la triatleta asegura que actualmente está siendo financiada gracias a una combinación entre el apoyo de la federación, becas y auspicios de empresas privadas, lo que le permite costear parte de sus giras internacionales y concentraciones.

Futuro

Con la mirada firmemente puesta en el alto rendimiento internacional, Rafaela Capó proyecta su carrera deportiva con ambición y claridad tras cerrar la que considera la mejor temporada de su trayectoria. Con apenas 22 años, la triatleta nacional se prepara para afrontar su último año en la categoría Sub-23, consciente de que los siguientes meses son claves para consolidar su transición definitiva hacia la élite adulta mundial.

A mediano y largo plazo, el gran horizonte de la deportista formada en Puerto Varas apunta al ciclo olímpico de Brisbane 2032. Aunque reconoce que los próximos Juegos de Los Ángeles 2028 llegan demasiado pronto en su curva de maduración competitiva, Capó continúa puliendo cada detalle junto a su equipo técnico —priorizando su evolución en el trote y adaptándose al ritmo de las copas continentales y mundiales— con el objetivo de posicionar definitivamente a Chile en los escenarios más exigentes del triatlón global.

SERVICIOS

Plan Cuadrante — Oficina de Integración Comunitaria

Delegado Cuadrante 1
Celular: +569 53663887
A cargo de Cabo Primero Margaret Huber Cartes
Desde calle Bío Bío hasta Las Lomas, Puente Río Maullín

Delegado Cuadrante 2
Celular: +569 53705318
A cargo del Suboficial Juan Cadín Gómez. Desde calle Bío Bío hasta Colonia Tres Puentes y Sector La Poza

Delegado Cuadrante Rural 3
Celular: +569 53269504
A cargo la cabo 1ro. María Paz Abello Toledo.
Todo el territorio rural

REMATE 1630

REMATE En causa Rol nº C-1457-2023 del Primer Juzgado de Letras de Puerto Varas, ubicado en San José 242 Tercer Piso, Puerto Varas se rematará 10 de noviembre 2026, 12:00 hrs. vía remota, mediante plataforma zoom, Propiedad de don Luis Mauricio Soto Paredes, consistente en propiedad ubicada en Población Aguirre Cerda nº 1 de la ciudad y comuna de Puerto varas, que corresponde al sitio 2 Manzana A del plano del Loteo archivado en el Registro de Propiedad con el nº 629 año 2001, La propiedad se encuentra inscrita a fs. 1422v Nº 2125 Registro Propiedad Conservador Bienes Raíces Puerto Varas 2001. Mínimo de la subasta será la suma de $29.541.519.-interesados subasta deberán constituir garantía en la causa, equivalente 10% del mínimo fijado ($2.954.151) mediante depósito judicial en la cuenta corriente del tribunal nº82300022886 o cupón de pago al Banco del Estado. Todo postor deberá tener clave única y deberá enviar a más tardar a las 12 hrs. del día anterior del remate, el comprobante de haber rendido garantía junto con sus datos, correo electrónico y un teléfono indicando el rol de la causa, al correo jl_puertovaras_remates@pjud.cl, con copia al correo jl_puertovaras@pjud.cl. Postores recibirán correo para conectarse el día y hora del remate, mediante aplicación zoom, para lo cual requieren computador o teléfono, en ambos casos con cámara, micrófono y audio. Bases de remate y demás antecedentes, expediente sobre juicio ejecutivo caratulado Scotiabank con Soto, rol nº C-1457-2023. Secretario.

EXTRACTO 1632

Juzgado de Letras de Puerto Varas, en causa Rol V-73-2026, sobre Solicitud de interdicción caratulada "MIRANDA", ha dictado sentencia con fecha 04 de septiembre del año 2026, que declara la interdicción definitiva por causa de demencia de don HUGO ROBERTO MIRANDA BAHAMONDE, cédula de identidad Nº4.807.496-0, quien queda privado de la libre administración de sus bienes, designándose en calidad de curadora definitiva a su hija doña MIRIAM DEL CARMEN MIRANDA BARRÍA, cédula de identidad Nº11.710.990-9.

75 El Heraldo Austral
Publique aquí
ventas@eha.cl

75 El Heraldo Austral
Publique aquí
ventas@eha.cl

La Llave 95.9F.M Porque la Música hace bien..

Cuenca del Lago Llanquihue
23/11
Máx. Mín.

UNIDAD DE FOMENTO
41.168,03

Año: LXXIII
Nº: 12447
Día: 287

FARMACIA DE TURNO PTO. VARAS
FARMACIA AHUMADA
San Francisco Nº350

TELÉFONOS DE EMERGENCIA

Hospital:	131
Bomberos:	132
Carabineros:	133
PDI:	134
Rescate Marítimo:	137

LOCAL

DJ Jony Mix y Boris Gatica prometen viaje musical de antología en Dreams

Una noche para volver al pasado a través de la música prepara la dupla formada por DJ Johonny Mix y Boris Gatica, quienes hoy viernes llegarán por primera vez al escenario del Lucky 7 de Dreams Puerto Varas con su presentación "Así Sonaban Los 80´ y 90´.

El espectáculo, programado para no antes de las 22:00 horas, estará dedicado a los grandes clásicos de ambas décadas, con una propuesta pensada especialmente para bailar, recordar y disfrutar durante una hora.

Clásicos

John Delgadillo, conocido artísticamente como DJ Johnny Mix, estará acompañado por Boris Gatica en una presentación que buscará rescatar aquellas canciones que marcaron una época y que todavía son capaces de poner a bailar al público. "Consiste en escuchar, bailar y disfrutar los clásicos que nos vieron crecer", explicó sobre la propuesta.

Baile

La invitación es clara: prepararse para una noche intensa de música y baile, para iniciar el fin de semana de una manera diferente. "Que se preparen para rejuvenecer unos buenos años, jajaja, y que dejen el ibuprofeno listo para tomarlo

después de la fiesta, porque van a quedar con dolor de rodillas. Será solo una hora, pero de baile", bromeó DJ Johnny Mix.

La presentación "Así Sonaban los 80 y 90s", de DJ Johnny Mix junto a Boris Gatica, se realizará hoy viernes, no antes de las 22:00 horas y el acceso será gratuito portando la entrada al casino.

HUB PUERTO VARAS
Cowork · Oficinas
Itata 1130, Puerto Varas.
TRABAJAS DESDE LA CASA?
Quédate con la comodidad.
Nosotros ponemos la oficina.
Cowork
Sala de reuniones
Oficinas privadas
Café/té
WiFi
Calefacción
+569 4731 2048 | ig: hub.pv | https://hubthecowork.cl

SALUD

Próstata, colorrectal, gástrico y de mamas: los cánceres con mayor incidencia en Chile

Actualmente en Chile, el cáncer representa una de las principales causas de muerte y cada año se diagnostican cerca de 60.000 nuevos casos, una realidad que exige fortalecer la prevención, el acceso a exámenes de tamizaje y la participación activa de la ciudadanía en el autocuidado.

Los datos más recientes muestran que los cánceres de mayor incidencia en el país corresponden al cáncer de próstata, colorrectal, gástrico y de mama, lo que hace indispensable promover estrategias de pesquisa temprana orientadas a identificar la enfermedad antes de la aparición de síntomas.

En el marco del Mes de Concientización del Cáncer, especialistas y autoridades sanitarias reiteran la importancia de la detección precoz como una de las estrategias más efectivas para reducir la mortalidad y mejorar la calidad de vida de las personas.

La académica y experta oncológica de la Facultad de Enfermería de la Universidad Andrés Bello Irene Muñoz, indica que hay exámenes específicos que ayudan a detectar la enfermedad y cubiertas en los diferentes sistemas de salud.

"Entre las herramientas de tamizaje disponibles para la población chilena destaca la mamografía, considerada el principal examen para la detección precoz del cáncer de mama. Este procedimiento permite identificar lesiones en etapas iniciales, aumentando significativamente las probabilidades de éxito terapéutico, y su realización periódica es recomendada especialmente en mujeres entre 50 y 69 años, grupo que concentra la mayor efectividad de esta estrategia preventiva", explica la docente.

Por otra parte, también se realiza el examen de Papanicolaou (PAP) y, progresivamente, el test de Virus Papiloma Humano (VPH), que continúan siendo herramientas fundamentales para la prevención y detección temprana del cáncer cervicouterino.

"Estos exámenes permiten identificar alteraciones antes de que evolucionen hacia un cáncer invasor, constituyéndose en uno de los ejemplos más exitosos de prevención oncológica a nivel mundial", indica Muñoz.

Los más frecuentes

Respecto del cáncer colorrectal, sigue siendo uno de los de mayor incidencia en Chile, donde la prueba inmunoquímica de sangre oculta en deposiciones y la colonoscopía representan alternativas eficaces para detectar lesiones precancerosas y tumores en etapas tempranas. "La evidencia demuestra que la identificación y extirpación de pólipos puede evitar el desarrollo futuro de cáncer, reforzando el valor preventivo de estos exámenes", detalla la experta.

En el caso del cáncer de próstata, los hombres mayores de 50 años, especialmente aquellos con antecedentes familiares, pueden beneficiarse de una evaluación individualizada mediante el examen de antígeno prostático específico (PSA) y el tacto rectal, herramientas que permiten orientar un diagnóstico oportuno cuando corresponde.

Estas estrategias forman parte de un esfuerzo más amplio impulsado por las políticas públicas chilenas, incluyendo la Ley Nacional del Cáncer, las garantías GES y otros programas orientados a mejorar el acceso al diagnóstico y tratamiento oportuno.

"A pesar de todas las garantías de diagnóstico y tratamiento, ninguna política sanitaria puede sustituir el compromiso de cada persona con su propia salud. Asistir a controles preventivos, mantener estilos de vida saludables, evitar el tabaquismo y consultar tempranamente ante cualquier síntoma son acciones que pueden marcar la diferencia", recomienda la académica.

La lucha contra el cáncer es una responsabilidad compartida entre el sistema de salud, las familias y la comunidad. Cada examen realizado a tiempo representa una oportunidad de vida, y cada acción preventiva contribuye a construir un país más sano. "El cáncer detectado precozmente puede tratarse con mayor éxito, la información, la prevención y la esperanza siguen siendo nuestras mejores herramientas para enfrentar el futuro", concluye.

ACTUALIDAD

CorreosChile y Ministerio de las Culturas homenajean a Cecilia "La Incomparable" con emisión postal conmemorativa

Micrófono en mano y vestida de plateado. La imagen de Cecilia, "La Incomparable", vuelve a ser protagonista. Su nuevo escenario es una emisión de sellos y postales que CorreosChile presentó este miércoles para homenajear a quien desafió las convenciones de su época y se ganó un lugar preponderante en la historia de la música popular nacional. Todo ello como parte de las actividades programadas por el Ministerio de las Culturas, las Artes y el Patrimonio en el marco del Día de la Música Chilena 2026.

La ceremonia de matasellado, realizada en el Palacio Pereira, fue encabezada por el ministro de las Culturas, Francisco Undurraga, y el gerente general de CorreosChile, Ignacio Liberman, quienes coincidieron en que esta acción releva y acerca el legado artístico de la compositora e intérprete, oriunda de Tomé, a las nuevas generaciones.

"Esta emisión postal conmemorativa es más que una pieza filatélica. Tiene un valor simbólico muy especial porque es un reconocimiento a una figura fundamental de la música y la cultura chilena. Con su voz, canciones y puesta en escena, Cecilia rompió moldes culturales y generó una identidad única que ha enriquecido el patrimonio musical del país", dijo el ministro de las Culturas, Francisco Undurraga. Además agregó: "Agradezco a Correos de Chile por ser parte de este homenaje, a partir del que Cecilia vuelve a recorrer Chile, como tantas veces lo hizo en sus giras".

Por su parte, el gerente general de CorreosChile, Ignacio Liberman, afirmó que "los sellos postales cuentan las historias de quienes han marcado a Chile. Cecilia ocupa un lugar propio en esa memoria: su voz sigue acompañando celebraciones y recuerdos de muchas familias. Por eso quisimos honrar su música y su legado artístico con una emisión que refleje la fuerza de su personalidad y la libertad con que construyó una carrera que ha sabido trascender al paso del tiempo".

La actividad contó también con la presencia de los subsecretarios de las Culturas y las Artes, Carlos Lobos, y del Patrimonio Cultural, Emilo De la Cerda, además de familiares y cercanos de la artista.

Yasmín Bau, mánager y familia de Cecilia, destacó que "este homenaje es una tremenda ayuda de memoria para un país donde a veces somos olvidadizos y mal agradecidos con nuestros artistas. Por eso, cuando pasan estas cosas, uno como familia lo agradece, porque la seguimos recordando y la siguen escuchando nuevas generaciones. Ella amaba su savia nueva, decía que esa es la forma de que su legado no muera".

La música estuvo a cargo de la cantante nacional, Mariel Mariel, quien interpretó "Compromiso" y "Baño de mar a medianoche". En la oportunidad se exhibieron -además- tres trajes utilizados por Cecilia durante sus últimos años de carrera.

Postal conmemorativa

CorreosChile puso en circulación 40 mil sellos, además de postales, a un valor de $1.000 cada uno. La colección está disponible desde este miércoles 14 de octubre en CorreosMarket, la tienda online de la empresa (tienda.correos.cl) y en cuatro sucursales físicas: Correo Central, en Plaza de Armas de Santiago; Pedro Montt, en Valparaíso; Plaza Vergara, en Viña del Mar; y en el centro de Concepción.

A partir de la próxima semana, la colección estará disponible progresivamente en otras sucursales de CorreosChile a lo largo del país. La información será publicada en las redes sociales y canales oficiales de la empresa. Las direcciones y horarios de atención de las sucursales se pueden consultar en www.correos.cl/sucursales.

Diseñado por Mauricio Navarro, la emisión -compuesta por un sello y una postal- presenta un fondo en tonos azules, morados y rosados, con luces, destellos y figuras geométricas que evocan una presentación en vivo. La composición incorpora la firma artística "Cecilia" y destaca el nombre de la cantante junto a la denominación "La Incomparable".

REGIONAL

INDAP y Fundación Chinquihue firman convenio de colaboración

El acuerdo beneficiará a los pequeños agricultores de la región de Los Lagos que también se dedican a la pesca artesanal, reflejando la realidad productiva de nuestro territorio costero.

Con el objetivo de generar capacitación, asistencia técnica y fomento productivo para la agricultura familiar campesina, INDAP Los Lagos y la Fundación Chinquihue firmaron un convenio de colaboración.

El acuerdo se selló en las instalaciones de Fundación Chinquihue, con la participación de la directora nacional de INDAP Antonella Pecchenino y fue firmado por la directora regional (s) de INDAP Los Lagos, Alicia Muñoz, y el gerente general de Fundación Chinquihue, Óscar Leibbrandt.

"Estamos muy felices con este convenio que comenzaremos a implementar con Fundación Chinquihue y que refleja la realidad productiva del territorio costero de nuestra región, donde se combina la agricultura con la pesca y recolección de orilla. Esperamos poder potenciar el desarrollo productivo de nuestros usuarios, entregándoles herramientas concretas para el fomento y la comercialización. Esperamos que este vínculo con la fundación se traduzca en resultados muy fructíferos para la agricultura familiar campesina", destacó la directora regional (s) de INDAP, Alicia Muñoz.

Por su parte, Óscar Leibbrandt destacó este convenio como un paso importante para la concreción de acciones conjuntas entre INDAP y Fundación Chinquihue, puesto que "hay un número importante de pescadores artesanales y acuicultores de pequeña escala en nuestra región que también son usuarios de INDAP. Desde esa perspectiva, creemos que ambas instituciones se complementan perfectamente en su accionar en beneficio del desarrollo integral de los territorios".

Alcances del convenio

El convenio se centrará en la ejecución de actividades de formación y capacitación en áreas de interés por parte de los usuarios de ambas entidades, como son las buenas prácticas agrícolas, la acuicultura rural, comercialización, entre otras.

Asimismo, se avanzará en la generación de instancias de transferencia tecnológica y asistencia técnica con el fin de ofrecer a los beneficiarios conocimientos y herramientas para la mejora de sus procesos productivos.

También se abordará la posibilidad de diseñar e implementar proyectos conjuntos en investigación, desarrollo e innovación en temas relativos a la agregación de valor y la agricultura familiar campesina e indígena.

Del mismo modo, el convenio buscará transferir el conocimiento y la metodología desde Fundación Chinquihue al INDAP, en el diseño, implementación y gestión de proyectos de elaboración de alimentos a pequeña escala, prestando especial atención a la formalización, la obtención de resolución sanitaria, el cumplimiento tributario, entre otros.

También se fomentará el uso compartido y complementario de la infraestructura y las capacidades técnicas de cada entidad, esto con el objeto de organizar actividades para sus usuarios en las líneas de agregación de valor.

Por último, se articularán esfuerzos para desarrollar proyectos conjuntos en materias como educación para adultos, comercialización y transferencia tecnológica.