

AL DÍA

Hay quienes dan con alegría y esa alegría es su premio.

Khalil Gibran, novelista y poeta libanés

ENVÍA TU FOTO DENUNCIA A:

✓ CRONICA@ESTRELLAONCE.CL

✓ WHATSAPP +56 9 6865 8923

FOTO DENUNCIA



FIERRO EN LA VEREDA

En la esquina de Rengo y Los Carrera, en el sector céntrico de Concepción, hay un resto metálico en la vereda que podría hacer tropezar a algún peatón.



VEREDA EN MAL ESTADO

Un desnivel bastante riesgoso para quienes transitan por el lugar es el que hay en la vereda de calle Independencia al llegar a Pedro de Oña, en Concepción.

IMAGEN DE LA CIUDAD



FAENAS EN ESCUELA SINIESTRADA

Ya están en marcha las faenas de demolición y retiro de escombros de la Escuela Punta de Parra, un paso clave para avanzar en la reconstrucción del establecimiento.

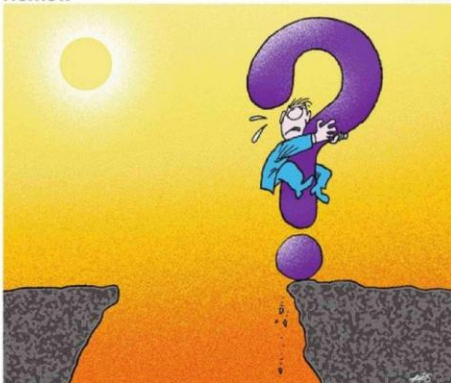
La Estrella

Director:
Felipe Saavedra Amellano
Representante legal:
Daniel Nalda Campos
Domicilio:
Cauquicán 518, piso 8, Concepción

Teléfono comercial: 227534404
Teléfonos periódicos: 227534443
Contactos periodísticos:
cartas@estrellaonce.cl
Propietario: Diario El Sur S.A.
Impreso en Antonio Varas 945,
Temuco, por Sociedad Periodística
Ataucama S.A.

HUMOR

Por Aetós



DINOS LO QUE PIENSAS

cartas@estrellaonce.cl
@estrellaonce

COLUMNA

Dra. Stefanie Klischies Nevermann
Directora Clínica Odontológica
Universidad Andrés Bello Concepción



Salud oral y vacaciones

Las vacaciones son el momento perfecto para relajarse, disfrutar y comer rico, pero a veces se convierten en el enemigo número uno de nuestra salud oral. Los horarios flexibles, las comidas fuera de casa, los cócteles, helados y snacks azucarados aumentan el riesgo de caries y erosión del esmalte. Descuidar la higiene bucal durante este periodo puede ser un problema a corto o largo plazo.

Para mantener nuestra salud oral durante las vacaciones, es fundamental no abandonar la higiene bucal a pesar de los cambios de rutina, el aumento en la ingesta de azúcar y alimentos ácidos. Un control odontológico previo puede ser clave para evitar urgencias por caries, dolor o desalojo de restauraciones previas, mientras que el uso diario de cepillo, pasta e hilo dental previenen daños y sensibilidad dentaria.

Para planificar las vacaciones, lo primero es realizar un control previo y limpieza. Antes de salir, agenda una limpieza dental y un control profesional con tu dentista para prevenir molestias inesperadas como caries, dolores intensos, o problemas con restauraciones previas.

Lleva siempre contigo un kit de

higiene dental que incluya cepillo, pasta de dientes con flúor e hilo dental. No abandones el cepillado ni siquiera en los días de descanso intenso.

Modera el consumo de bebidas azucaradas, gaseosas, alimentos muy ácidos o cítricos, ya que aumentan el riesgo de sensibilidad y erosión del esmalte dental. Prefiere agua para hidratarte, lo cual ayuda a limpiar los restos de comida y mantener la boca sana. Si realizas deportes de contacto, surf, buceo u otras actividades de aventura, utiliza protectores bucales para evitar golpes o fracturas dentales.

Usa protector labial con filtro solar, ya que la piel de los labios es muy sensible y tiende a deshidratarse y quemarse con la exposición al sol.

Si presentas dolor agudo, inflamación o desalojo de una restauración o corona, busca atención dental en tu lugar de destino para evitar complicaciones mayores y que el problema se agrave. Retomar buenos hábitos tras las vacaciones no significa castigarse, sino volver a la constancia, asegurando que tu salud bucal se mantenga todo el año. La constancia a largo plazo es la clave para una sonrisa sana y duradera.

EL TIEMPO

Concepción	14°C / 20°C
Talcahuano	14°C / 20°C
Tomé	14°C / 19°C
Cañete	10°C / 20°C
Arauco	14°C / 19°C
Curanilahue	11°C / 18°C
Lebu	15°C / 17°C

EMERGENCIAS

Ambulancias	131
Bomberos	132
Carabineros	133
Investigaciones	134
Emergencia Marítimas	137

MONEDAS

Dólar observado	\$868,52
Euro	\$1.015,42
Peso Argentino	\$0,59
UF	\$39.695,81
UTM	\$69.611

EN REDES SOCIALES

@municipalidaddecane
Ilustre Municipalidad de Cañete recibió en el auditorio municipal al cuerpo técnico y jugadores del Club de Deportes Lota Schwager, instancia encabezada por el alcalde Jorge Radonich Barra, donde se abordó la realización de la pretemporada en la comuna y la proyección de partidos amistosos, fortaleciendo el desarrollo del deporte local y el vínculo con nuestra Comuna.

@diego_pnavarro
@lotaschwager, oficial el equipo de la cuenca del carbón que no muera la identidad minera

@zona_carbonifera
¡Aguanten los mineros del carbón! Chaltu muni de Cañete por recibir a nuestro equipo minero y llenarlo de newen para esta temporada.

@servicioproteccionbiobio
niños y niñas de diferentes residencias de la intercomuna, pudieron disfrutar de una mañana de natación en la Laguna Chica de San Pedro de la Paz, actividad organizada en conjunto a @mindepbio y @muni_sanpedro

@dpr_biobio
Continúan los trabajos de retiro y acopio de escombros tras los incendios forestales, permitiendo despejar calles y avanzar en la limpieza de los sectores más afectados.