

VAMOS



Año VIII - N° 45 / Marzo - Abril 2014

LA REVISTA DE LA MUTUAL

Clínica
AMEBPBA



CLÍNICA AMEBPBA PREMIO CALIDAD TOTAL



ADULTOS MAYORES



AMEBPBA NET



GRIPE

Más incorporaciones, más servicios, más prestaciones

TRATAMIENTOS ESPECIALES ALTA COMPLEJIDAD Y ALTO COSTO

más de 1000
empleados

12 centros
de distribución.

servicio de
traslado de
emergencia.

EFICIENCIA. RESPONSABILIDAD. CORDIALIDAD EN EL TRATO PERSONALIZADO.

Compromiso en el seguimiento de nuestros pacientes. Esa es nuestra principal fortaleza.

Con la utilización de un sistema informático propio, una amplia gama de prestaciones vía web y un servicio profesional de call center, buscamos agregar valor alcanzando la máxima excelencia en la distribución de tratamientos especiales. Ese es nuestro principal objetivo.



SUIZO ARGENTINA
Agregando Valor

UN RECONOCIMIENTO AL TRABAJO EN COMÚN



SALUD PARA TODOS, una frase que nos convoca en torno a un compromiso vivo y cotidiano de los que hacemos la Mutual y la Clínica AMEBPBA.

La tarea permanente por el bien común, cristaliza los valores de origen, amplía nuestra visión de lo humano y le da sentido a cada acción que realizamos, por pequeña que esta sea.

El Premio Anual 2013 a la Calidad Total, que la Asociación Médica Argentina otorgara a nuestra Clínica, materializa la profunda pasión puesta de manifiesto por la totalidad de sus integrantes, y que se traduce en un trabajo silencioso, con un solo objetivo, el bienestar de cada afiliado y su familia.


Jorge E. M. Pérez
Presidente

Comisión Directiva

AMEBPBA

PRESIDENTE

Sr. Jorge Eduardo Marcelo PÉREZ

VICEPRESIDENTE

Sr. Luis Oscar IZAGUIRRE

SECRETARIO

Sr. Mario Eduardo DORDONI

PROSECRETARIO

Cdr. Juan José BAUZA

TESORERO

Sr. Félix Héctor Haroldo DE LILLO

PROTESORERO

Sr. Carlos Rubén FERRARI

VOCALES TITULARES

Cdr. Marcelo Fabián GONZÁLEZ

Sr. Miguel Ángel PASTORINI

Sr. Miguel Nicolás COTIGNOLA

Sra. Jaqueline DEVAUX de CRUCIANI

COMISIÓN REVISORA DE CUENTAS

Sra. Mabel BRUNDO de MOHSEN

Dr. Norberto Abel AGUIAR

Sr. Rubén Daniel LOUREIRO

SUPLENTE

Sr. Rubén Alfredo MARIÑO

VOCALES SUPLENTE

Sr. Juan Carlos MÁSSIMO

Sr. Eduardo Rodolfo ALARCÓN

Sr. Alberto Néstor CAMEROTTO

Sra. Nilda Ofelia PERES de LOLLO



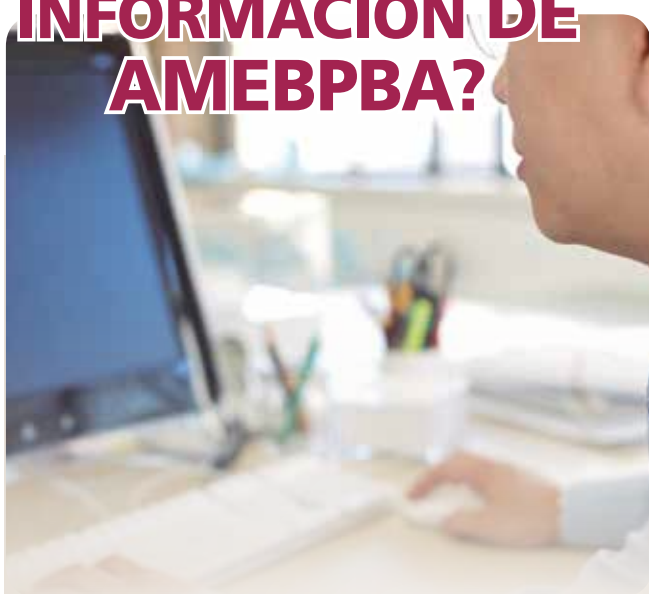
Realización: Orientación y Difusión
Bolívar 368/74 – Ciudad Autónoma de Buenos Aires
E-mail: orydif@amebpba.org.ar - contactos@amebpba.org.ar



VAMOS

Editorial	Pág. 3
¿Quiere Recibir Información de AMEBPBA?	Pág. 4
Clínica AMEBPBA:	
Premio Calidad Total.....	Pág. 5
Concientización sobre el Autismo	Pág. 8
Aceptar la Diferencia:	
Un Acto de Amor	Pág. 9
Correo de Lectores	Pág. 12
Conectados	Pág. 13
Todas las Prestaciones de AMEBPBA NET.....	Pág. 15
Todo lo que Debemos Saber Acerca de la Gripe.....	Pág. 19
Módulo de Autogestión	Pág. 22
La Salud de Nuestro Corazón	Pág. 23
Encuentro de Adultos Mayores en Mar de Ajó 2014.....	Pág. 27
Vacuna Antigripal	Pág. 29
Medicamentos que Afectan la Capacidad de Conducir.....	Pág. 30
Denuncia de Accidentes en Tránsito y Vía Pública.....	Pág. 33
Teléfonos Útiles	Pág. 34
Actualice sus Datos	Pág. 34

¿QUIERE RECIBIR INFORMACIÓN DE AMEBPBA?



Cada vez más afiliados se suman a nuestra base de datos, y reciben en sus casillas de mails material de gran utilidad.

La Asociación Mutualista con el fin de generar un canal ágil de comunicación con sus afiliados, le propone **estar conectados de forma personalizada, y así poder enviar a su gente todas las novedades de la entidad** (circulares, material de prevención y promoción de salud, etc.).

Si usted quiere recibir información de la Mutual, o sugerir temas para desarrollar en la revista de AMEBPBA, escribanos un correo electrónico a **contactos@amebpba.org.ar** con los siguientes datos:

Nombre y Apellido

Nº de Afiliado

En el Asunto:

QUIERO RECIBIR INFORMACIÓN DE AMEBPBA.

Recuerde que este método es sumamente útil y dinámico para hacerles llegar novedades de urgencia y brinda la posibilidad de comunicarnos con nuestros afiliados a través de sus correos electrónicos.

Mantener una comunicación fluida con sus afiliados, es uno de los principales objetivos de AMEBPBA.



CLÍNICA AMEBPBA PREMIO CALIDAD TOTAL

La Clínica AMEBPBA fue distinguida por la Asociación Médica Argentina con un premio reservado para los programas de excelencia en instituciones de salud. Un hecho que queremos compartir con toda la familia del Banco Provincia.

Como adelantáramos en el número anterior de la revista de la Mutual, la Clínica AMEBPBA ha recibido el **Premio Anual 2013 a la Calidad Total** otorgado por la Sociedad Argentina de Calidad Total y Evaluación de Tecnologías de Salud (CETESALUD), integrante de la **Asociación Médica Argentina (AMA)**. Esta institución tiene un siglo de trayectoria en la medicina nacional e internacional, y

sus premios son **considerados del mayor prestigio en el campo de cada especialidad.**

La trascendente distinción no sólo llena de orgullo a todos los que trabajamos día a día en la entidad sino que demuestra el alto estándar de prestaciones médicas que ha alcanzado el centro de salud de la familia del Banco de la Provincia de Buenos Aires.

El galardón recibido es el premio anual reservado para los programas de excelencia en Calidad Total en

instituciones de salud que en acto público otorga CETESALUD, y en otras oportunidades lo han recibido diversas entidades públicas, privadas o de la seguridad social entre las que se pueden mencionar hospitales como el Fernández, Zubizarreta, Alemán, etc. Un Gran Jurado de profesionales calificados en el tema evalúa las acciones desarrolladas para implementar un programa de calidad para todas las prestaciones brindadas por una organización de estas características.





¿QUÉ ES LA GESTIÓN DE CALIDAD TOTAL?

Se designa con este nombre a la estrategia de gestión de toda empresa o institución, a través de la cual **se satisfacen las necesidades y expectativas del público destinatario**, de los integrantes de la entidad, y de la sociedad en general, **por medio de la utilización eficiente de todos los recursos con los que se dispone: personas, materiales, tecnologías, sistemas productivos, etc.** La gestión de los procesos orientados al público destinatario constituye de acuerdo con este marco de referencia, **una de las piezas claves para el funcionamiento de una organización excelente, con la máxima eficacia y eficiencia.** Es también un modelo de autoevaluación que permitirá a quien lo implante conocer cuál es su situación, determinar los puntos débiles, y aprender de los

fuertes y de las áreas existentes a optimizar. Al actuar sobre ellos se originará una mejora, y que tras una nueva evaluación nos permitirá ir progresando en un aumento continuo de la calidad. Para lograr esto se centra en los procesos de trabajo, y el objetivo reside en que los cambios se introduzcan de forma firme y permanente, **a fin de desarrollar cada vez mayores estándares de prestaciones y servicios.** Se trata de un enfoque dirigido a mejorar la eficacia y flexibilidad global de la empresa, una vía para involucrar a toda la organización y cada uno de los departamentos, grupos, personas y actividades. Es una filosofía institucional que **conforma una estrategia de cambio en la organización y un modelo de gestión.**

Estos principios organizacionales, que aplicados se traducen en mejores servicios, y en el área de salud en **prestaciones de**

mayor nivel para los pacientes, han evolucionado a lo largo del tiempo: desde el llamado "Control de Calidad", en el cual los esfuerzos se dirigían a la verificación de las características del producto o servicio final, hasta alcanzar el concepto de "Calidad Total", en el que la gestión abarca todos los procesos de una entidad.

La Clínica AMEBPBA ha adoptado todos esos criterios con un prolijo **trabajo de capacitación de nivel universitario**, no sólo en este concepto específico, sino también en **seguridad del paciente, docencia e investigación, en control de infecciones nosocomiales, en emergentología**, y cada una de esas actividades han sido certificadas con diplomas universitarios con el objetivo de obtener la mejor calidad para la atención de los afiliados.

UN HONOR PARA AMEBPBA Y SUS AFILIADOS

El premio otorgado por la Asociación Médica Argentina conlleva un gran honor para el personal de la Clínica y de toda AMEBPBA, y habla del nivel de excelencia en la atención obtenido con el trabajo continuo, responsable y profesional, y la implementación de nuevos servicios y actividades como la gestión de historias clínicas informatizadas, los consentimientos informados, la introducción del Libro de Incidentes de seguridad del paciente, el Comité de Ética, entre otras. Es un reconocimiento que nos compromete a seguir trabajando con la misma responsabilidad y pasión que disponemos todos los días ya que, en palabras de la propia AMA **"felicitemos a todos los que han intervenido en el trabajo presentado, que demuestra el nivel de calidad alcanzado por la Institución, y que sirve como ejemplo para nuestro Sistema de Salud"**.

POR VOTACIÓN UNÁNIME

En la noche del 11 de Marzo, el Presidente de AMEBPBA, Jorge E. M. Pérez, recibió el Premio a la Calidad Total 2013 de manos del titular de la Asociación Médica Argentina: Dr. Elías Hurtado Hoyo. La ceremonia se llevó a cabo en la sede de esta entidad, y en el marco de la primera reunión científica de la Sociedad Argentina de Calidad Total y Evaluación de Tecnologías de Salud (CETESALUD).

Acompañaron al Presidente Pérez en el estrado en el que se entregaba el Diploma de Honor de la prestigiosa distinción la Directora Médica de la Mutual, Dra. María Celeste Porini y el Director de nuestra clínica, Dr. Hugo Torres. En la importante ocasión también estuvieron presentes el Secretario de la Asociación Mutualista, Mario Dordoní, el Protesorero, Carlos Rubén Ferrari, el Revisor de Cuentas, Rubén Alfredo Mariño, junto a Rubén Loureiro y varios miembros de la Gerencia y profesionales médicos de la entidad.

Como introducción a la entrega del premio, las autoridades de la Asociación Médica Argentina destacaron que el mismo **se otorgaba a nuestra**

clínica por unanimidad de votos del Gran Jurado interviniente. En otro momento de la ceremonia los titulares de la AMA señalaron que con este acto de entrega la Sociedad Argentina de Calidad Total y Evaluación de Tecnologías de Salud cumple con uno de sus objetivos: el **apoyo a la excelencia en los programas de calidad total de las instituciones**, tanto de los sectores públicos, privados o de la seguridad social.

Luego de los aplausos de los presentes, el Sr. Jorge Pérez, agradeció a la Asociación Médica y destacó que la distinción representaba "un honor como presidente de AMEBPBA". Asimismo, tuvo palabras de reconocimiento para el Director de nuestro centro de salud, como para la Directora Médica de la entidad, y así también para todo el personal de la Mutual y de la Clínica tanto médico como administrativo. Un nuevo aplauso cerró esta trascendente noche para nuestra Asociación Mutualista.



“La diferencia entre recorrer o marcar un camino”.



Implementamos SAP

El sistema informático utilizado por las empresas más importantes del mundo.

Un salto tecnológico para seguir creciendo, logrando estándares de calidad más altos y un mayor nivel de integración del negocio.

Somos la empresa que queríamos llegar a ser.



VENTA, DISTRIBUCIÓN Y GERENCIAMIENTO DE MEDICAMENTOS PARA TRATAMIENTOS ESPECIALES
LINEA DIRECTA DE VENTAS: 11 4126 7900 - WWW.SCIENZA.COM.AR



DÍA MUNDIAL PARA LA CONCIENTIZACIÓN DEL AUTISMO



El 2 de abril se conmemoró el Día Mundial para la Concientización sobre el Autismo. Esta efeméride de salud tiene como objetivo crear un espacio de reflexión para abordar a nivel global una problemática que afecta a un importante número de personas. Además, es la oportunidad de homenajear las mentes creativas que poseen las personas con Trastorno del Espectro del Autismo (TEA) y sumar una vez más nuestro compromiso como entidad que trabaja permanentemente por el cuidado de la salud de toda su gente.

En palabras del Secretario General de la Organización de Naciones Unidas Ban Ki-moon, esta fecha en particular es algo más que la difusión del conocimiento, es una llamada a la acción. El funcionario afirma: “Insto a todos los interesados a participar en el fomento del progreso mediante el apoyo a programas de educación, oportunidades de empleo y otras medidas que ayudan a realizar nuestra visión compartida de un mundo más inclusivo”.

¿QUÉ ES EL AUTISMO?

El autismo es un trastorno que suele diagnosticarse en la niñez, los síntomas más importantes son problemas de socialización, comunicación y puede caracterizarse por conductas repetitivas. Los chicos con esta problemática pueden tener dificultades para hablar o no mirar a las personas a los ojos cuando se les habla. Es posible que pasen mucho tiempo ordenando cosas antes de que puedan prestar atención, que tengan conductas repetitivas e intereses restringidos y particulares. Una detección precoz seguida de tratamientos adecuados promueve en todos los casos a un pronóstico más favorable.

Las personas con TEA tienen numerosas habilidades que les permiten ser excelentes empleados y empleadas. Junto a sus capacidades individuales, algunos rasgos asociados al autismo, cuando están bien canalizados, pueden suponer un beneficio importante en el lugar de trabajo. Por ejemplo: la meticulosidad, atención por los detalles, fiabilidad, resistencia a la rutina, perfeccionismo, perseverancia, entre otros.

Es muy importante abordar este trastorno desde la primera infancia y trabajarlo de forma interdisciplinaria para alcanzar el máximo desarrollo de todas las capacidades de cada persona.

Gestión Pro Activa de la Salud





ACEPTAR LA DIFERENCIA: UN ACTO DE AMOR

El pasado 21 de Marzo se celebró en todo el mundo el DÍA MUNDIAL DE LAS PERSONAS CON SÍNDROME DE DOWN.

Globalmente, las organizaciones dedicadas al abordaje, información y capacitación para los padres y familiares, como la Asociación de Síndrome de Down de la República Argentina (ASDRA), tienen por objetivo hacer visible el derecho a vivir con igualdad de oportunidades.

Asimismo, desde AMEBPBA se trabaja de manera integral e interdisciplinaria con la temática de discapacidad, con el profundo deseo que esta fecha sea el comienzo de una sociedad más inclusiva.

La integración no es fácil, implica dejar de lado prejuicios que rigen nuestra forma de ser en el mundo, cambiando la escala de valores. El advenimiento del hijo diferente es un golpe duro para los padres y familiares cercanos, el temor y la inseguridad frente a la reacción de la sociedad ante un hijo con distintas capacidades los paraliza, por eso queremos reforzar que **no hay integración sin aceptación, y aceptar la diferencia es un acto de amor.**

El ámbito de inclusión fundamental para la persona con síndrome de down es la familia. Cuando estas personas son incluidas en su primer grupo de pertenencia se fortalece su confianza para poder

integrarse al resto de las áreas como la escuela, donde pueden estudiar en aulas comunes junto con chicos sin discapacidad, y/o requerir la asistencia de un maestro de apoyo. En el trabajo logran capacitarse y desarrollarse en sus áreas de interés, y en la sociedad en general, pueden formar pareja, tener amigos, salir y divertirse, vivir solos y viajar de forma autónoma.

Las personas con Síndrome de Down pueden estar incluidas en su familia, ayudando en las tareas del hogar, cocinando, adoptando responsabilidades y tomando decisiones por sí mismas.

NO ES UNA ENFERMEDAD, ES UNA CONDICIÓN DE VIDA

Este síndrome es una alteración genética que se produce en el momento de la concepción, aparece por la presencia de un tercer cromosoma en el par 21 el



cuál produce un exceso de información. Generalmente esta situación es llamada trisomía 21. Es decir que mientras nuestro organismo desarrolla 23 pares de cromosomas, en las personas que poseen Síndrome de Down aparecen 3 cromosomas en el par 21. **El Síndrome de Down no es una enfermedad, es una condición de vida.**

El exceso de información que produce esta alteración hace que se desarrollen una serie de características intelectuales y físicas que le son propias, tales como:

- Tonalidad débil de los músculos
- Nariz Chata
- Ojos rasgados
- Orejas pequeñas
- Baja Estatura
- Boca pequeña

Dentro de las trisomías se pueden definir tres variantes:

Trisomía 21 libre: corresponde al 95 % de los casos, es al azar y no tiene relación con la herencia.

Translocación: Corresponde a un 4% de los casos, y se debe a la unión de dos cromosomas en uno.

Mosaicismo: corresponde al 1% de los casos, se desarrolla en una fase posterior a la concepción ya que la alteración cromosomática toma algunas



líneas celulares por lo que, en algunas células se encontrará la trisomía y en otras no.

El Síndrome de Down no tiene grados, es único, lo que varía es la capacidad intelectual que dependerá de la herencia genética por un lado, y por otro de las características personales y la estimulación a través de las terapias de apoyo en las diferentes áreas motrices, intelectuales y sociales. Las enfermedades asociadas al Síndrome de Down son, cardiopatía congénita, alteraciones del estómago o intestino, trastorno de tiroides, enfermedades en la visión, hipoacusia, malposiciones dentarias.

La expectativa de vida va a depender de que se adopten los cuidados médicos necesarios y del tipo de vida que lleven. El acceso adecuado a la atención de salud, a los programas de estimulación temprana y a la enseñanza inclusiva, son vitales para el crecimiento y el desarrollo.

Estas personas no están condicionados para desarrollar su vida pero si necesitan apoyo adicional para lograr algunos objetivos.

Servicio Social

SERVICIO
MEDICINA
NUCLEAR
• SPECT / PET-CT •

Nuevas instalaciones para Medicina Nuclear
e incorporación de Tomógrafo PET

CLINICA
LA PEQUEÑA
FAMILIA

RUTA 188 Y J. B. ALBERDI | TEL.: 0236-4441411/14 - JUNÍN (B)

WWW.GRUPOLPF.COM.AR

Queremos agradecer a nuestra afiliada Sandra Rech que para esta efeméride nos hizo llegar un escrito que queremos compartir con todos Uds.



La mayoría de las mujeres se convierten en madres por accidente, por elección, unas pocas por presiones sociales y una o dos por hábito.

Cada año muchísimas mujeres van a ser madres de hijos con discapacidad, alguna vez se te ocurrió pensar ¿Cómo son elegidas las madres de las personas con discapacidad?

Visualizo a Dios, revoloteando sobre la tierra y diciendo a sus ángeles a quien darle cada niño, pero finalmente le dice a uno sonriendo: a ella dale un hijo con discapacidad.

¿Por qué a ella? Se ve tan feliz, le dice el ángel.

Exactamente, sonríe Dios ¿Podría darle un hijo con problemas a una madre que no conoce la risa? Eso sería cruel.

Pero, ¿Tiene paciencia? le dice el ángel.

Yo no quiero que tenga demasiada paciencia, o se va a ahogar en un mar de desaliento, una vez que el shock y el resentimiento se le hayan

pasado va a ser capaz de enfrentarlo.

Pero Señor, ella no cree en ti.

Es perfecta, dice Dios. Si no se puede separar de su hijo ocasionalmente nunca el niño va a sobrevivir.

Ella es una mujer ideal y le daré un hijo menos perfecto.

Va a ser envidiada, replica el ángel.

Voy a permitirle ver claramente las cosas por encima de ellas, ignorancia, crueldad, prejuicio. Nunca va a estar sola, yo estaré a su lado cada minuto de cada día, porque ella va a estar haciendo mi trabajo.

¿Y que hay de su santo patrono? ¿A quién le adjudicamos? pregunta el ángel.

Dios responde: Un espejo será suficiente.

Sandra Rech, mamá de Stefano Ascheri



Cuidamos la
SALUD
de sus **hijos**

**Atendemos todas
las obras sociales**

- CONSULTORIO DE ESPECIALIDADES INFANTILES
- GUARDIA PEDIÁTRICA 24 HS
- INTERNACIÓN PEDIÁTRICA
- TERAPIA INTENSIVA PEDIÁTRICA
- NEONATOLOGÍA
- CIRUGÍA INFANTIL
- ATENCIÓN DEL QUEMADO PEDIÁTRICO

TURNOS

Julio Besada 6969 - Martín Coronado

4840-1325/0101 4842-7628

4840-0093 int. 335-377

CORREO DE LECTORES



Nos sentimos muy halagados y agradecidos con nuestros afiliados, ya que cada vez son más los mensajes que nos llegan en cada edición de nuestra revista. Invitamos a todos aquellos que deseen enviarnos consultas, opiniones y **sugerencias acerca de los contenidos de Vamos**, a comunicarse con nosotros a través de nuestros correos electrónicos: contactos@amebpba.org.ar y orydif@amebpba.org.ar, o remitiendo una carta dirigida a **AMEBPBA** -División Orientación y Difusión- Bolívar 368/74 (código postal 1066), Ciudad Autónoma de Buenos Aires.

Sr. Presidente de AMEBPBA

Me dirijo a Ud. para hacerle llegar mi agradecimiento y el de mi familia por la autorización para una operación de reemplazo de válvula aórtica biológica efectuada en la Fundación Favaloro. Sé del esfuerzo de nuestra institución por el alto costo de dicha cirugía.

A la vez quiero destacar la muy buena atención recibida en esta institución, operada por el Dr. Hector Raffaelli experto cirujano en la especialidad.

Asimismo, y por su intermedio, quiero hacerle llegar mi agradecimiento a todo el personal de la Mutual, tanto de la Administración Central como de la Clínica donde siempre he sido atendida muy amable y eficientemente.

Lo saludo muy atentamente y nuevamente muchas gracias.

Martha Hilda Lechuga
Af. 7.806

Estimado Sr. Presidente de AMEBPBA

Por medio de la presente quiero destacar el gran beneficio que brinda el nuevo Sistema Conectados, permitiendo gestionar desde mi computadora los estudios y prácticas médicas, y con otras opciones del sitio web, solicitar turnos para ser atendido por diversos profesionales, disminuyendo el tiempo de espera comparado con las consultas efectuadas telefónicamente. En simples pasos y gracias a la incorporación de estas nuevas opciones, puedo acceder a los mejores servicios de salud y conseguir las respuestas deseadas.

Le envío un gran saludo y felicitaciones por los logros alcanzados.

Jorge Rafael Prévide
Af. 25.728

Desde la Revista Vamos queremos generar un canal de ida y vuelta con nuestros lectores para conocer **los temas de salud que les interesan** a los afiliados de AMEBPBA. Recibiremos su aporte en nuestras direcciones de mail (contactos@amebpba.org.ar y orydif@amebpba.org.ar), o en División Orientación y Difusión (Bolívar N° 368/74 – 1° Piso).

División Orientación y Difusión



AMEBPBA:

A través de la presente me dirijo a ustedes, para que por su intermedio agradezcan a la Sra. Gisela Barrios y al Sr. Mauricio Pagano, por su amabilidad, predisposición y rapidez para responderme una consulta que realicé. En un principio estuvo abocada a la consulta Gisela, y luego la derivo a Mauricio. Les envío esta carta para que feliciten a dichas personas por lo bien que me han atendido, con celeridad y gentileza. Muchas Felicitaciones.

Fernando Guzmán
Af. 25.686

Sr. Presidente de AMEBPBA:

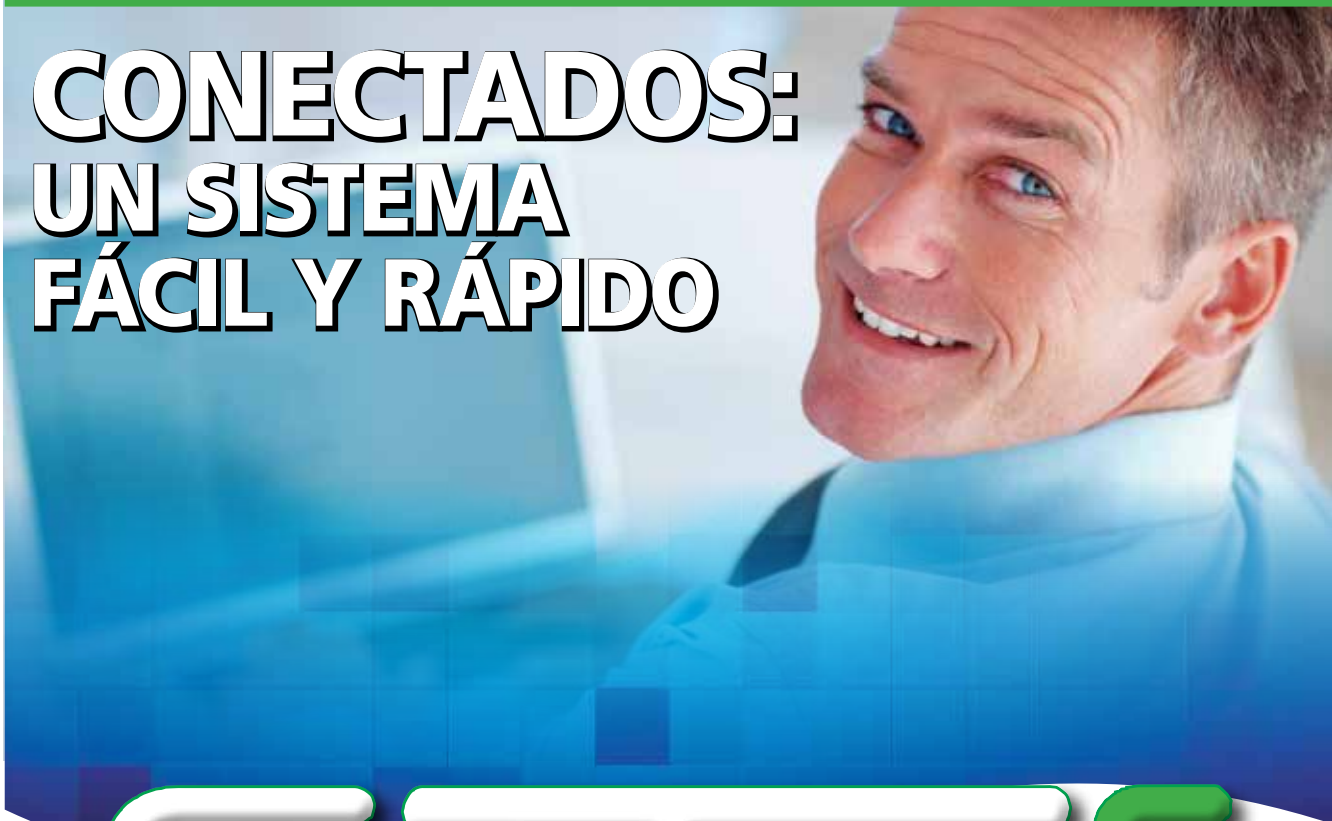
Quiero por este medio agradecerle profunda y sinceramente el haber cumplido el sueño a mi hijo Ezequiel Jesús, otorgándole la silla de ruedas deportiva, ya que me era imposible poder obtenerla. Es un gesto que significa mucho para nuestra familia.

Gracias por esto y por la atención que siempre nos brindan.

Un cordial y afectuoso saludo a todos los que integran AMEBPBA.

Horacio Rodríguez
Af. 30.621

CONECTADOS: UN SISTEMA FÁCIL Y RÁPIDO



AMEBPBA con el objetivo de brindar mayores servicios a su gente ha creado el Sistema CONECTADOS, una herramienta que proporciona una rápida respuesta a todas las prestaciones asistenciales desde la computadora de su casa, oficina, o mediante dispositivos móviles como tablets o smartphones.

Conectados le permite a nuestros afiliados gestionar en breves pasos todos aquellos estudios y prácticas médicas que necesiten llevar a cabo. Este nuevo sistema resuelve los requerimientos de los afiliados (sin la necesidad de que se trasladen hasta la Administración Central o se acerquen a las Delegaciones de la Mutual, o a las Sucursales del Banco), disminuye los tiempos de espera y brinda una respuesta precisa del estado de los pedidos realizados.

Para poder acceder a esta opción Ud. debe estar registrado en nuestro sitio web AMEBPBA NET. Una vez hecho esto, podrá ingresar su pedido y adjuntar la orden médica con la aclaración del prestador elegido o zona geográfica a efectuarse el estudio. Recuerde que Ud. puede consultar previamente el buscador de profesionales para conocer los prestadores disponibles.

PASOS PARA UTILIZAR EL SISTEMA CONECTADOS

- 1)** Ingrese a nuestro sitio web www.amebpba.org.ar e inicie sesión con su número de usuario y contraseña.
- 2)** Una vez que haya ingresado oprima directamente el botón **CONECTADOS** o seleccione la opción **Generar Solicitudes**, que se encuentra en el margen izquierdo de la pantalla dentro del módulo Navegación del Sitio.
- 3)** En la parte central de la pantalla el sistema desplegará la información de su grupo familiar. Allí deberá seleccionar el integrante para quien solicita la autorización. Luego debe hacer click en el botón **Iniciar solicitud**.

Recuerde que cada solicitud corresponde a un integrante del grupo familiar. En caso de requerir autorización para dos o más integrantes, deberá generarlas en forma separadas.

- 4)** A la derecha del logo CONECTADOS encontrará la opción **INDICAR SOLICITUD** en la que debe seleccionar el tipo de solicitud a remitir.
- 5)** En la opción **Iniciar Solicitud** encontrará un espacio para el mensaje (no menor a 10 caracteres). Indique allí los estudios o prestaciones que desea autorizar,



En la lista podrá ver lo siguientes datos:

- Número de solicitud
- El afiliado que la requirió
- Si AMEBPBA generó un expediente podrá ver el número del mismo
- Fecha en que inició su solicitud
- El estado de la misma. Haciendo click en el ícono de Estado (E) puede observar el detalle

Si ésta no se encuentra finalizada puede **agregar comentarios** y/o archivos presionando el botón Agregar Comentarios. Cuando está finalizada (cerrada) puede encontrar la respuesta a su solicitud y descargar archivos desde **Gestión de Expedientes** o haciendo click sobre el número del mismo.

Asimismo, para conocer mayores detalles acerca de cómo consultar el estado de sus solicitudes, ingresar el detalle, o agregar comentarios, acceda al **Instructivo del Sistema Conectados** que encontrará disponible en la página principal de este sitio web.

Recuerde que AMEBPBA a través de CONECTADOS brinda un canal de comunicación directo, seguro, fácil, rápido y eficaz.

haciendo mención del prestador donde concurrirá a efectuarlos, o informando la zona geográfica donde desea realizarlos. Luego debe adjuntar las imágenes de las recetas previamente scaneadas o fotografiadas.

6) Por último, ingrese el código de seguridad que se muestra en la pantalla (respetando las mayúsculas), y haga un click en el botón **Enviar Solicitud**. Recuerde que debe esperar hasta que la barra de progreso llegue a su fin. Aparecerá un mensaje indicando el número de solicitud generada, desplegando una lista con los archivos que adjuntó. Verifique que en pantalla se muestre el mensaje: **Su solicitud se ha enviado correctamente a AMEBPBA**.

¿CÓMO CONSULTAR EL ESTADO DE LAS SOLICITUDES?

En el módulo de Navegación del Sitio situado sobre el margen izquierdo de la pantalla, encontrará el link **CONECTADOS - Consultar Solicitudes**.

Allí puede seleccionar un rango de fechas. Complete día (xx), mes (xx), año, este último completo (xxxx). Otra forma de consulta es a través del **Estado de las Solicitudes**, o directamente presionando el botón **Buscar Solicitudes**.

En la parte central de la pantalla el sistema mostrará las solicitudes realizadas según el criterio de búsqueda.

Estamos donde vos estás

La flota de ambulancias más completa.
Cobertura nacional e internacional.
Ubicación estratégica de nuestras bases para llegar siempre a tiempo.

vital

www.vital.com

TODAS LAS OPCIONES

Nuestro Sitio Web fue creado con el objetivo de ofrecer la mejor calidad de respuesta a sus consultas brindando beneficios para todos los usuarios.



AMEBPBA.ORG.AR

A través de internet Ud. no sólo puede ver la nómina de prestadores que dan cobertura de salud a nuestros afiliados, sino que también se accede a información actualizada relacionada con Autorizaciones de Estudios o Prácticas, Comunicaciones, Circulares, Formularios, Débito de Haberes, Detalle Deudor, Artículos de Prevención y Promoción de Salud, Planes de Salud, Teléfonos Útiles y se pueden solicitar turnos para la atención médica en nuestra Clínica. A continuación les acercamos los pasos necesarios para acceder a las opciones de nuestro sitio web más utilizadas por los afiliados de AMEBPBA.

¿CÓMO ME REGISTRO?

Para acceder a todos los beneficios de nuestro Sitio Web el sistema debe reconocerlo como usuario, y para ello es necesario registrarse:

- 1** Ingresar al Sitio Web y seleccionar la opción **REGISTRARSE** (en la parte izquierda de la pantalla).
- 2** Presionar en aceptar para dar conformidad a las políticas del sitio.
- 3** Luego completar los datos personales (número de afiliado, fecha de nacimiento, número de documento, mail, contraseña), recuerde que el **USUARIO** es su número de afiliado - sin la barra ni los números que le siguen - y que la contraseña la elige Ud.
Es importante ingresar su correo electrónico para que podamos solucionar cualquier duda o inconveniente que pudiera presentarse.
- 4** Una vez completado el formulario deberá hacer click en el botón **REGISTRARSE**.
Si Ud. completó bien los datos y a pesar de ello aparece el mensaje "Disculpe, los datos ingresados no concuerdan con nuestros registros" debe comunicarse con el Centro de Atención Telefónica al Afiliado al 0810-122-6888 de Lunes a Viernes de 9 a 19 hs.

¿OLVIDÓ SU CONTRASEÑA?

Si no recuerda su clave para entrar a AMEBPBA NET, debe seguir los siguientes pasos:

1

Ingresar al Sitio Web y seleccionar la opción **OLVIDÉ MI CONTRASEÑA**.

2

Luego completar los datos que le solicita, recuerde que el **USUARIO** es su número de afiliado, sin la barra ni el dígito verificador, y que debe colocar el correo electrónico que previamente había cargado en sus datos personales cuando ingresó por primera vez.

Si cuando se registro en el sitio no introdujo casilla de mail en el formulario debe comunicarse con el Centro de Atención Telefónica al Afiliado al 0810-122-6888 de Lunes a Viernes de 9 a 19 hs.

SOLICITUD DE TURNOS ONLINE

En primer lugar, para acceder a esta opción Ud. tiene que haberse atendido previamente en nuestra Clínica. Cumpliendo con este requisito los pasos a seguir son:

1

Ingrese a nuestro Sitio Web con su usuario.

2

Realice un click sobre el botón ubicado en el margen izquierdo de la pantalla en **SISTEMAS DE TURNOS WEB**.

3

Dentro de **SOLICITUD DE NUEVO TURNO**, debe seleccionar qué afiliado del grupo familiar va a tomar el turno.

4

Luego debe seleccionar **PROFESIONAL o SERVICIO** con el día y horario de atención.

5

Por último, debe **CONFIRMAR LA SOLICITUD DE TURNO** y si lo desea puede imprimir el recordatorio. Igualmente, se le enviarán todos los datos correspondientes a su casilla de correo electrónico.

Por dudas o consultas sobre Turnos On-line puede seleccionar la opción **REPORTE DE PROBLEMAS** situada en el menú.

¿CÓMO HAGO PARA CAMBIAR MI CONTRASEÑA Y MI CASILLA DE MAIL REGISTRADA?

Para modificar su clave o correo electrónico debe ingresar al sitio y seguir los siguientes pasos:

1

Ingrese a **MENÚ NAVEGACIÓN DEL SITIO**

2

Luego haga click en **MI AMEBPBA**

3

Ingrese a **PANEL DE CONTROL -> DETALLES DEL REGISTRO -> EDITAR PERFIL**: se puede cambiar contraseña y dirección de email.

4

Modifique sus datos y grábelos.

BUSCADOR DE PROFESIONALES

Este programa le permite realizar una búsqueda detallada, ya que brinda información por localidad, especialidad y nombre del profesional. Lo hemos desarrollado con el propósito de que obtenga los datos que desea de manera sencilla y rápida.

Pasos para utilizar el Buscador de Profesionales:

1

Ingrese a AMEBPBA NET con sus datos de usuario.

2

En la página principal, del lado izquierdo, se encuentra el **MENÚ**. Debe hacer click en **BUSCADOR PROFESIONALES**.

3

Complete los datos según su consulta: **ESPECIALIDAD, MUNICIPIO/PARTIDO** y nombre del **PRESTADOR**.

4

Por último, haga click en el ícono **BUSCAR**.

Asimismo, recuerde que por consultas de prestadores Ud. puede comunicarse con el Centro de Atención Telefónica al Afiliado al 0810-122-6888 de Lunes a Viernes de 9 a 19 hs.

TELÉFONOS DE UTILIDAD

En nuestro sitio web todos los afiliados tienen acceso a los datos de emergencia y a un detalle de los teléfonos de las principales áreas de la Asociación Mutualista.

En el margen izquierdo se encuentra el botón **EMERGENCIAS**, haciendo click aparece una guía con todos los teléfonos de urgencias, guardias y médico a domicilio. Allí encontrará también el ítem **CONTACTOS**, en el que se muestran todas las oficinas de **AMEBPBA** con sus teléfonos, mails y horarios de atención.

UN ESPACIO EXCLUSIVO PARA NUESTROS PROFESIONALES

Desde marzo, **AMEBPBA** ha dispuesto una nueva posibilidad en su sitio web, destinando un espacio exclusivo para uso de nuestros profesionales e instituciones de salud adheridas.

Esta opción tiene como objetivo agilizar y facilitar las validaciones de afiliados on-line, así como las consultas de las cuentas corrientes y el extracto correspondiente. Todo con las adecuadas medidas de resguardo, protección y seguridad necesarias para todos los contenidos del sitio.

Desde la puesta en marcha de esta opción un gran número de prestadores ya ingresan a nuestro sitio web para realizar sus consultas con mayor comodidad, rapidez y eficacia.

AMEBPBA constantemente desarrolla nuevas posibilidades para que sus afiliados tengan cada día un servicio mejor.

Sr. Afiliado: Sugiera a su profesional de cabecera el sitio web de la Mutual

www.amebpba.org.ar

CENTRO DE DESCARGAS

En **AMEBPBA NET** otra opción muy utilizada por nuestros afiliados es la de **CENTRO DE DESCARGAS**. Ubicada también en el menú principal, esta herramienta permite ver y descargar comunicaciones, formularios, circulares, noticias generales, material de prevención y promoción de salud, etc.

El usuario accede a toda esta información de forma muy sencilla:

- 1** En la página principal, del lado izquierdo, se encuentra el **MENÚ**. Debe hacer click en **CENTRO DE DESCARGAS**.
- 2** Allí aparecerán distintas categorías: Afiliaciones (Convivientes, Plan Joven y Plan Materno Infantil), Circulares y Comunicados, Formularios, Orientación y Difusión (Gestión Pro-Activa para la Salud) y Prestadores (Formularios) Ud. deberá elegir la opción deseada y haciendo click bajará el documento elegido.
- 3** Luego, podrá guardarlo en su pc o imprimirlo.



CONSULTA DE TRÁMITES

Ingresa al sitio web y sobre el margen izquierdo encontrará la opción **GESTIÓN DE EXPEDIENTES**, allí podrá ver el tipo y número de expediente, el nombre y apellido del solicitante, la descripción de la consulta y el estado de la misma. Si el expediente se encuentra cerrado podrá descargar (en caso de corresponder) el material enviado por **AMEBPBA**, dado que el mismo se encuentra resuelto. Si en cambio consta como abierto, aún se encuentra pendiente de resolución.

Con esta alternativa los afiliados registrados en el sitio web de la Mutual podrán estar al corriente del estado en que se encuentran todos los trámites iniciados tanto de forma telefónica como personalmente, y de esta manera se acortan los tiempos de espera, como así también se descomprimarán las líneas telefónicas pudiendo estar disponibles para las urgencias.



DATOS DE CUENTA

En el menú de nuestra web podrá controlar el **DÉBITO DE HABERES**, **DETALLE ACREEDOR** y **DEUDOR** de su cuenta corriente de afiliado. Asimismo, si surgen dudas relacionadas con este tema Ud. debe comunicarse con el Centro de Atención Telefónica al Afiliado al 0810-122-6888 o por correo electrónico a:

at_telefonica@amebpba.org.ar

CENTRO ÓPTICO INTEGRAL EN RANCHOS

Para resolver las necesidades de nuestros afiliados radicados en la ciudad de Ranchos, Provincia de Buenos Aires, la Asociación Mutualista incorporó como prestador adherido a su red al **CENTRO ÓPTICO INTEGRAL M & A**. Este establecimiento ofrece un completo servicio en todo lo que se relaciona con la salud visual, brindando cobertura en óptica convencional y contactología. Además, cuenta con profesionales capacitados para resolver las necesidades de cada afiliado en esta especialidad.



CENTRO ÓPTICO INTEGRAL M & A.

Bartolomé Mitre N° 3388 Depto. 2 - Ranchos
(02241) 47-6401

Días y horarios de atención:

de Lunes a Viernes de 9 a 12:30 hs. y de 16 a 20 hs.
Sábados de 9 a 13 hs.

Señor afiliado:

Recuerde tramitar previamente la autorización de los Tratamientos Especializados y los Estudios y/o Prácticas de Alta Complejidad.



Desde abril, AMEBPBA lanzó la Campaña Antigripal con la Ceba 2014, de acuerdo a las recomendaciones de la OMS y la ANMAT. La Mutual cada año lleva a cabo estas acciones para contribuir en el control de esta enfermedad.

Con los primeros descensos de temperatura comienzan a aparecer los cuadros gripales que generalmente se manifiestan con fiebre, decaimiento, dolores musculares y tos seca. A pesar de su frecuencia y asiduidad esta enfermedad no es inevitable, hay una serie de medidas sencillas y muy efectivas para prevenir su contagio y propagación.

Es importante estar informado de los cuidados necesarios, como así también poner en práctica todas las recomendaciones tendientes a evitar un estado gripal. Desde hace varios años la llegada de esta molesta afección ocurre cada vez más temprano, por lo que **es aconsejable no dejar de cuidarse y estar bien prevenidos para que, si se presenta, sea lo más leve posible.**

La gripe es un cuadro respiratorio producido por el virus de la influenza. Es muy contagiosa y si bien por lo general se supera en una semana, en algunos casos

deriva en complicaciones graves como la neumonía. **Las personas que transitan la tercera edad, aquellas que sufren enfermedades crónicas (como la diabetes o enfermedades de corazón, pulmones o riñón), las embarazadas y los inmunosuprimidos,** se encuentran más propensos a contraer infecciones secundarias que pueden agravar el cuadro general. Por ello, **deben tener mayores precauciones, y en estos casos es muy recomendable aplicarse la vacuna anual.**



Una de las características de esta afección es la facilidad con la que se puede contagiar, ya que se propaga a través de gotitas de saliva que contienen el virus y que se dispersan al toser o estornudar. Expulsado así, se transmite por el aire e ingresa al organismo a través de la nariz o la boca. Otra forma de contagio es a través de los objetos o superficies infectados. Una vez que ingresa el virus de la influenza al organismo, un individuo **tarda entre 24 y 48 horas para empezar a manifestar los síntomas**. En ese período también contagia, y esto hace que cualquier ámbito sea propicio para contraerla: el trabajo, la escuela, un medio de transporte, la calle y hasta el propio hogar.

Cuando una persona se enferma, el cuerpo activa un sistema de defensas que genera anticuerpos para combatir esta anomalía. De ese modo, una vez superada la enfermedad viral es muy poco probable volver a contraer esa cepa nuevamente. Pero la gripe tiene una particularidad: **los virus cambian de año a año**, lo que impide estar protegido de una vez y para siempre. Por este motivo, una persona que contrae gripe un invierno puede volver a padecerla el año siguiente, lo que **hace necesario reiterar cada año la vacunación y todas las medidas tendientes a su prevención**.

¿CUÁLES SON SUS SÍNTOMAS?

La gripe está acompañada por una serie de indicadores o síntomas: fiebre, escalofríos, tos seca, dolor de garganta, congestión de nariz, dolor de cabeza, dolores musculares y a menudo una gran fatiga. En muchos casos se confunde con un simple resfrío, pero la gripe es una afección más profunda, persistente y con efectos secundarios potencialmente más complejos. Una de las particularidades que puede ayudarnos a diferenciarlas es que el resfrío difícilmente genere fiebre.

Estos son algunos de los síntomas que pueden indicar un estado gripal:

- * Fiebre mayor a 38° C
- * Tos
- * Escalofríos
- * Congestión nasal
- * Dolor de garganta, cabeza y muscular
- * Malestar generalizado
- * Mareo
- * Cansancio
- * Pérdida de apetito
- * Dolor de oídos

QUÉ HACER CUANDO SE CONTRAE LA INFLUENZA

Por lo general, la gripe puede ser superada con reposo ya que el mismo organismo -a través de su sistema de defensa- genera los anticuerpos necesarios para combatirla. **Es importante no automedicarse** y saber que los antibióticos no son efectivos debido a que no reaccionan frente a los virus. Hay que evitar suministrar aspirina a una persona engripada, sobre todo, si se trata de niños y adolescentes, ya que su ingesta puede derivar en una afección muy compleja denominada 'Síndrome de Reye'. En algunos casos, se indican medicamentos antivirales para disminuir los síntomas, pero **deben contar con la prescripción médica correspondiente. Recordemos que la consulta médica oportuna es fundamental**.

Ante un estado gripal, se recomienda:

- * Descansar y dormir mucho
- * Beber mucho líquido, especialmente agua y jugos
- * Evitar la cafeína
- * Abrigarse con varias capas de ropa. Al sufrir un estado gripal, es muy común pasar de sentir frío a calor en pocos minutos. Tener varias capas de ropa (por ejemplo: camiseta, remera, camisa, buzo) facilita sacarse y ponerse lo necesario para sentir la temperatura adecuada
- * No concurrir al trabajo, a la escuela, ni a otros ámbitos que faciliten el contagio
- * Consultar al médico, en especial, cuando la fiebre es persistente o se está en un grupo de riesgo





Campaña antigripal en AMEBPBA

vacunación antigripal puede prevenir entre un 70% y un 90% los casos de gripe, mientras que en los adultos mayores reduce los casos graves y complicaciones en un 60%. Los grupos vulnerables se determinan a partir de las recomendaciones que realizan la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la OMS, de acuerdo a los estándares internacionales.

- * Embarazadas
- * Mamás de niños menores de 6 Meses
- * Niños de 6 meses a dos años
- * Personas con enfermedades crónicas
- * Personal de salud
- * Mayores de 65 años
- * Pacientes inmunosuprimidos

La gripe es una enfermedad que se cursa generalmente con síntomas molestos y, en algunos casos puede ser riesgosa, no obstante, se puede evitar. Vacunarse y adoptar las medidas necesarias para no contagiarse es fundamental. Prevenir es adoptar una actitud responsable y generosa con uno y con los demás.

Gestión Pro Activa de la Salud



CÓMO ESTAR PREVENIDOS

Afortunadamente, la mayor parte de las gripes no pasan de ser una afección pasajera. Sin embargo, no se trata de una molestia sencilla. El tiempo promedio de recuperación se estima entre cinco y siete días. Esto significa un período prolongado de malestar que se traduce en ausencia a los ámbitos laborales y escolares, cambio de la rutina diaria, recreativa y social. Además, repercute sobre el sistema de salud en general, que se ve desbordado en épocas de máxima actividad de la enfermedad. Pero, sobre todo, representa un riesgo de contagio permanente para todos aquellos que comparten el entorno del individuo con gripe.

Por este motivo, es necesario anticiparse a este cuadro, tomando medidas preventivas que permitan evitar el contagio. Se recomienda:

- * Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón, y enseñar a los niños a hacerlo
- * Al toser o estornudar, cubrirse la boca y nariz con un pañuelo descartable o con el ángulo interno del codo
- * Arrojar los pañuelos descartables a la basura inmediatamente después de su uso
- * No compartir vasos ni cubiertos
- * Vacunarse anualmente cuando se está en un grupo de riesgo

VACUNACIÓN

La vacuna antigripal, que en Argentina se incorporó al calendario oficial en 2011, es la forma más efectiva de prevenir esta afección. De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (OMS), en adultos sanos la



Ya concurrió un gran número de afiliados



MÓDULO DE AUTOGESTIÓN

UN BENEFICIO MÁS PARA NUESTRA GENTE

Como ya les contáramos en nuestro número anterior de Vamos, AMEBPBA con el objetivo de agilizar los trámites y brindar una mejor atención a todos sus afiliados, ha dispuesto un nuevo servicio a través del módulo de AUTOGESTIÓN que se encuentra ubicado en la planta baja, en el sector de atención al público de Administración Central.

Con este nuevo servicio todos los concurrentes a la Sede Central de AMEBPBA podrán ingresar a nuestro sitio web y, con su número de afiliado y contraseña, consultar la información actualizada de sus **Expedientes, Nómina de Profesionales, Comunicaciones, Circulares, Detalle de Cuenta Corriente, Artículos de Prevención y**

Promoción de Salud, Planes de Salud, Teléfonos Útiles, así como solicitar **Turnos** para la atención médica en nuestra Clínica. Además podrá acceder a todas las prestaciones y facilidades que otorga nuestro sitio web que se renueva permanentemente mejorando los canales de comunicación de nuestra entidad.

El módulo de Autogestión ha sido creado para poner a disposición de todos los afiliados las múltiples utilidades de AMEBPBA NET, y de esta manera facilitar los trámites y consultas que se requieran.

Resuelva todos sus requerimientos en pocos minutos utilizando AMEBPBA NET ahora también desde la Mutua.



LA SALUD DE NUESTRO CORAZÓN

La clave de la buena salud es la prevención, que se basa en la adopción de hábitos saludables.

La muerte del famoso diseñador Jorge Ibáñez, quien sufrió meses atrás una falla cardíaca que posiblemente haya estado relacionada con hipertensión arterial no tratada a tiempo, puso en discusión en todos los medios de comunicación la causa de su fallecimiento a una edad relativamente temprana, y generó inquietud por conocer más sobre los cuidados de la salud del corazón. Como información complementaria surgieron cifras de distintas investigaciones realizadas en nuestro país que indicaban, por ejemplo, que una de cada tres personas es hipertensa, y la mitad de ellas lo desconoce. La hipertensión daña arterias coronarias y cerebrales, afecta los riñones, genera insuficiencia ventricular, edema de pulmón e incluso puede provocar que el corazón deje de funcionar. Es fundamental cuidar nuestra salud y asistir a la consulta médica ante cualquier síntoma o malestar que aparezca.

En esta nota AMEBPBA les acerca información para conocer cuál es la mejor forma de llevar una vida sana y prevenir afecciones cardíacas.

¿CÓMO FUNCIONA EL SISTEMA CARDIOVASCULAR?

El sistema cardiovascular está formado por el corazón y los vasos sanguíneos, y es el responsable de hacer circular la sangre por el cuerpo para suministrarle oxígeno y nutrientes.

Es un músculo que ejerce una acción impulsora, que proporciona la fuerza necesaria para que la





HIPERTENSIÓN ARTERIAL

La presión arterial es la fuerza que realiza la sangre contra las paredes de las arterias a medida que se mueve a través del cuerpo. Cuando el corazón late, impulsa el líquido vital a través de las mismas y a medida que la sangre se mueve ejerce presión. Cuando ésta aumenta más de lo normal, genera lo que se conoce como hipertensión, que es la afección cardíaca predominante y a su vez se asocia con otras enfermedades coronarias.

Si la presión arterial se encuentra demasiado alta, o se mantiene así por mucho tiempo, puede ocasionar graves problemas de salud. Es fundamental controlar la presión regularmente, ya que la mayoría de las personas no presenta síntomas.

La hipertensión arterial generalmente no da señales. Se detecta cuando **asistimos a la consulta médica** o la medimos, por ejemplo, en una farmacia. Algunos de los signos que se pueden asociar con este malestar son dolor de cabeza, pesadez, mareos y náuseas.

ENFERMEDAD CORONARIA O CARDIOPATÍA ISQUÉMICA

Esta afección se produce por el endurecimiento y estrechamiento (estenosis) de las arterias, provocado por la arteriosclerosis o aterosclerosis. Este proceso se origina por la acumulación de sustancias localizadas en la capa interna de las paredes de las arterias. Inicialmente no dificultan la circulación, pero pueden ir reduciendo o interrumpiendo el flujo sanguíneo, lo que deriva en otras afecciones cardíacas más graves como por ejemplo un ataque cardíaco.

INFARTO O ATAQUE AL CORAZÓN

La mayoría de los infartos ocurren cuando un coágulo en la arteria coronaria bloquea el suministro de sangre y oxígeno al corazón. Con frecuencia conduce a latidos cardíacos irregulares (arritmias) que provocan una disminución importante en la función de bombeo. Una obstrucción que no se trata dentro de unas pocas horas provoca la muerte del músculo cardíaco afectado.

Es importante realizar los **chequeos médicos** anuales y conocer **cuáles son los síntomas de esta afección**.

- ♥ Molestia en el pecho: presión, opresión o dolor
- ♥ Falta de aire
- ♥ Malestar en la parte superior del cuerpo: brazos, hombros, cuello, espalda
- ♥ Náuseas, vómitos, vértigo, mareos, sudoración

sangre y las sustancias que ésta transporta circulen adecuadamente a través de las venas y arterias. Esta formado por 3 capas: Pericardio (lámina que lo envuelve por fuera), Miocardio (es el músculo cardíaco) y Endocardio (capa fina que lo recubre por dentro). En su interior posee 2 aurículas situadas en la parte superior (aurícula derecha y aurícula izquierda) y 2 ventrículos ubicados en la parte inferior (ventrículo derecho y ventrículo izquierdo). Late entre 50 y 100 veces por minuto, es decir unas 115.000 veces al día. En cada latido expulsa una determinada cantidad de sangre hacia la aorta (arteria) y por sucesivas ramificaciones que se desprenden de ella llega a todo el organismo. Es decir que las arterias transportan la sangre oxigenada desde el corazón hacia los tejidos del cuerpo, allí se extraen los nutrientes, y vuelven a través de las venas.

En conclusión, el corazón es el motor de nuestro cuerpo, sus funciones son primordiales para la vida, y cualquier problema que éste sufra puede afectar gravemente todo nuestro organismo.

AFECCIONES MÁS COMUNES

Algunos cambios en el corazón y en los vasos sanguíneos son normales a medida que una persona envejece. Pero con el tiempo las enfermedades, principalmente las no tratadas por un profesional, pueden dañarlo y afectar su funcionamiento. Existen distintos tipos de afecciones cardíacas, y a continuación detallamos las más importantes:



INSUFICIENCIA CARDÍACA

Generalmente, se produce a través del tiempo por diferentes problemas del corazón, rara vez es repentina. Se denomina insuficiencia cardíaca derecha o izquierda dependiendo qué lado sea el afectado, y se origina cuando el corazón ya no puede bombear suficiente sangre oxigenada al resto del cuerpo. Esto ocurre de dos formas: en la insuficiencia sistólica predomina la incapacidad del ventrículo para mover suficiente cantidad de sangre, mientras que en la diastólica la incapacidad es la de relajarse y llenarse normalmente.

A medida que el bombeo del corazón se vuelve menos eficaz, la sangre puede depositarse en otras áreas del cuerpo y generar complicaciones. Los síntomas de la insuficiencia cardíaca con frecuencia empiezan de manera lenta, puede presentarse fatiga, debilidad, desmayos, inflamación de los pies y tobillos, dificultad respiratoria, aumento de peso y pulso irregular.

ARRITMIA CARDÍACA

Es una irregularidad del latido del corazón. La mayoría de las arritmias son inofensivas, pero algunas pueden ser graves. Se produce en cualquier parte del músculo cardíaco generando que el latido sea demasiado rápido, muy lento o irregular. Esto puede provocar modificaciones en el recorrido habitual de la sangre en el cuerpo.

Cada tipo de arritmia tiene su propia causa, pueden producirse por un componente genético, por una enfermedad cardíaca (un problema en las arterias coronarias, insuficiencia cardíaca o mal funcionamiento de las válvulas), por el uso de determinados medicamentos o por el consumo excesivo de alcohol, tabaco, estrés o ejercicio intenso. Se puede asociar su presencia a la aparición de palpitaciones, latidos lentos, pausas largas entre un latido y el siguiente, dolor en el pecho, ansiedad, etc.

MÁS PRESTACIONES EN LA CIUDAD DE VILLA CARLOS PAZ

Un nuevo prestador se ha integrado a la cartilla de profesionales adheridos a la Asociación Mutualista. En esta oportunidad se trata del Consultorio Oftalmológico Modelo, de Patricia Elena Testi Quirós, que brindará atención en la ciudad de Villa Carlos Paz, Provincia de Córdoba.

Con esta nueva incorporación se amplía el servicio no sólo a los afiliados residentes en esa ciudad, sino también a aquellos que se encuentren en tránsito vacacional.


TESTIQUIRÓS
CONSULTORIO
OFTALMOLÓGICO
MODELO

**Consultorio Oftalmológico Modelo
de Patricia Elena Testi Quirós**

San Lorenzo N° 318 – Villa Carlos Paz

Tel.: (03541) 15621991

**www.testiquiros.com.ar
info@testiquiros.com.ar**

Señor afiliado: Recuerde tramitar previamente la autorización de los Tratamientos Especializados y los Estudios y/o Prácticas de Alta Complejidad.

PARO CARDÍACO O MUERTE SÚBITA O REPENTINA

El corazón tiene un sistema eléctrico interno que controla el ritmo de los latidos cardíacos. Existen muchos tipos de arritmias: el corazón puede latir demasiado lento, rápido o dejar de latir. Cuando se produce esto último se denomina paro cardíaco. Es distinto de un ataque al corazón (infarto), en el que el músculo cardíaco suele continuar latiendo pero el flujo sanguíneo hacia el órgano se encuentra obstruido.

Existen muchas causas probables de paro cardíaco o muerte súbita. Entre ellas, la enfermedad cardíaca coronaria, estrés físico y algunas condiciones genéticas. Pero, **a veces, no es posible saber como se inicia esta afección. Las medidas preventivas deben centrarse en la identificación y control de los factores de riesgo cardiovasculares.**

PARA TENER MÁS SANO NUESTRO CORAZÓN

Continuando con la meta de difundir los cuidados necesarios para llevar una vida sana, les acercamos consejos preventivos para disminuir los factores de riesgo asociados con estas afecciones.

Mantener un peso saludable es una de las principales cuestiones a tener presentes, y para ayudar



a nuestro organismo con una **alimentación cardio protectora** debemos equilibrar la ingesta de nutrientes con bajo consumo de sal, priorizar la incorporación de productos buenos para el sistema cardiovascular (frutas, verduras, cereales integrales, carnes magras, pescados, entre otros).

Realizar actividad física regularmente. Hacer ejercicio beneficia nuestra salud a nivel físico y psíquico, por ello es muy importante incorporarlo en nuestra rutina. Ayuda a mejorar el desarrollo muscular, eliminar grasas, combate afecciones como la osteoporosis, aumenta la capacidad vital, favorece el crecimiento, regula el sueño, elimina el estrés, aumenta los reflejos, etc.

Evitar el Tabaco. Potencia las posibilidades de padecer cáncer, enfermedades arterioscleróticas, enfisema, EPOC, bronquitis crónica, etc. Asimismo, perjudica nuestra imagen frente a los demás ya que genera mal aliento, altera la voz, mancha las manos y los dientes.

Los controles médicos son fundamentales para reducir los factores de riesgo cardiovasculares.

Las enfermedades del corazón representan la principal causa de muerte en el mundo occidental, y adoptar hábitos saludables ayuda a disminuir su aparición. Tomando conciencia y realizando pequeños cambios, podemos cuidar nuestro corazón retardando su envejecimiento.

POBA

Prestaciones Odontológicas
Buenos Aires

POBA brinda un servicio odontológico completo, serio y responsable

- CIRUGÍA BUCAL • ENDODONCIA • ESTOMATOLOGÍA
- ARTICULACIÓN TEMPORO MANDIBULAR
- ODONTOLOGÍA GENERAL • ODONTOPEDIATRÍA
- ORTODONCIA • PERIODONCIA • PRÓTESIS
- RADIOLOGÍA • ATENCIÓN DOMICILIARIA
- SERVICIOS PARA AFILIADOS CON CAPAC. DIFERENTES

Sede Central
Av. Rivadavia N° 2464
De lunes a viernes de 8 a 20 hs.
Sábados de 8 a 13 hs.

Para solicitar turno o por cualquier consulta puede comunicarse al (011) 4951-7264 o enviar un correo electrónico a la siguiente casilla de mail:
turnos@pobaodontologia.com.ar

Gestión Pro Activa de la Salud



ENCUENTRO DE ADULTOS MAYORES 2014

PARTIDO DE LA COSTA MAR DE AJÓ

Casi con las primeras horas de iniciado el otoño, y antes de que comenzaran a caer las hojas de los árboles, festejamos junto a la gente del Partido de la Costa el 1º Encuentro de Adultos Mayores de la zona, y el primero del año 2014.

Con muchas ganas de compartir actividades con nuestros afiliados nos dimos cita en las instalaciones del Hotel Marcela de Mar de Ajó, que gentilmente puso a nuestra disposición la Comisión Directiva de La Colonia. Allí llevamos a cabo esta reunión con nuestros jubilados bancarios del Provincia. Para ello contamos también con la colaboración del administrador del hotel, Sr. Luis Sánchez, que nos facilitó todo lo necesario para que el encuentro fuera un éxito.

A la hora convenida comenzaron a llegar los primeros invitados que, intrigados por la novedad y por la convocatoria, nos agradecían el haberlos recordado como integrantes de esta gran familia que representan nuestros afiliados.

Algo que nos puso muy contentos fue ver que los participantes llegaban desde muchas localidades

vecinas (Villa Gesell, San Bernardo, Mar del Tuyú, San Clemente, Las Toninas, etc.) y que, muy interesados por la convocatoria, se habían trasladado por sus propios medios hasta el lugar de la reunión para formar parte de ella.

Además, contamos con la presencia del Gerente de la sucursal San Bernardo, Sr. Alejandro Párraga, quien nos brindó su colaboración en la organización del espectáculo que disfrutamos en la jornada.

Fue así que comenzamos con las presentaciones respectivas a cargo de la Trabajadora Social Agustina





y sorprenderlos con la participación del Campeón Nacional de Malambo, y empleado de la filial San Bernardo, Ariel Pérez y su equipo de bailarines, que realizaron una excelente presentación en la que demostraron toda su habilidad y que nos hizo aplaudirlos de pie por tan magnífica actuación.

Luego del almuerzo, el presidente de AMEBPBA, Sr. Jorge Pérez, se dirigió a los presentes agradeciendo el apoyo recibido tanto del público concurrente como de las personas e instituciones que nos brindaron una mano para que esta reunión pudiera llevarse a cabo. Entre ellas nombró a las entidades del personal, agrupaciones gremiales de la zona, a los Sres. Ernesto Latorre y Oscar De Nigris, y agradeció la participación especial de Ariel Pérez por su entrega a la danza folclórica.

Como cierre contamos con la colaboración de la Magister Claudia Arias, Psicóloga y docente de la Universidad de Mar del Plata, quien nos habló sobre temas relacionados a los cambios que afectan a la población de adultos mayores, resaltando los valores reconocidos en esta especial etapa de sus vidas.

Llegado el final, nos despedimos de nuestros nuevos amigos del Partido de la Costa, prometiendo volver próximamente a continuar con estos tan bien recibidos eventos organizados desde el Servicio Social de AMEBPBA e impulsados por las autoridades de nuestra Mutual.

Servicio Social

Di Mauro y el Licenciado en Psicología Rubén Grillo, abriendo el espacio de juegos de integración que además esta decir, es altamente aceptado por todos los participantes.

Reunidos en grupos y habiéndose presentado para el resto, comenzaron a realizar las tareas propuestas y elegidas para el encuentro.

Risas, preguntas, situaciones cómicas y hasta relatos de anécdotas se escucharon en cada uno de los grupos de trabajo.

Antes del almuerzo, tuvimos el honor de sorprendernos

AMEBPBA los invita a participar de los próximos encuentros a realizarse en diferentes localidades.

Mayo: Chivilcoy

Junio: La Plata

Agosto: Ciudad de Buenos Aires

Septiembre: Turismo y Salud en Tanti

Octubre: Mar del Plata

Noviembre: Bahía Blanca



Consulte las novedades en : serviciosocial@amebpba.org.ar o ingresando a nuestro sitio web www.ambpba.org.ar

Vacuna Antigripal 2014



**Valor Único
\$75.-**

Efectivo • Tarjeta • Diferido 3 cuotas.

Farmacia Administración Central:

Tel.: (011) 4013-2722/2723

Fax: (011) 4345-6179

Email: farmacia@amebpba.org.ar

La Plata: Tel.: (0221) 429-0160

Línea Directa: 20160/20961



La Mutual informa que se encuentra disponible la Vacuna Antigripal, Cepa 2014 recomendada por la Organización Mundial de la Salud para el Hemisferio Sur y aprobada por la ANMAT.

Recibirán gratuitamente la vacuna: mayores de 65 años, con receta. Niños entre 6 meses y 2 años de edad (con receta de profesional pediatra especificando dosis), **y los pacientes con diagnóstico de:** Insuficiencia Cardíaca, Enfermedades Pulmonares, Enfermedades Metabólicas, Trasplante de Órganos, Insuficiencia Renal Crónica, Pacientes Inmunosuprimidos **CON PRESENTACIÓN DE RECETA CONSIGNANDO DIAGNÓSTICO Y EDAD**

Recordamos que en cumplimiento de las disposiciones emanadas de la ANMAT, la entidad no puede enviar productos farmacéuticos a domicilio. En su localidad Ud. puede adquirir con receta la vacuna y gestionar el reintegro correspondiente en los casos de provisión gratuita mencionados.

**VENTA MÁXIMA POR GRUPO FAMILIAR:
IGUAL A LA CANTIDAD
DE INTEGRANTES DEL MISMO.**

Aplicación gratuita en la Clínica AMEBPBA para los afiliados mayores de 16 años, de Lunes a Viernes de 8.00 a 20.00 Hs. Aplicación para los afiliados menores de 16 años en Vacunar o Fundación Hospitalaria.

MEDICAMENTOS QUE AFECTAN LA CAPACIDAD DE CONDUCIR

Determinados medicamentos afectan nuestros sentidos en diferentes grados. Algunos de forma leve y otros de manera potencialmente peligrosa.



Los accidentes de tránsito constituyen una de las principales causas de mortalidad en el mundo y nuestro país no es la excepción. Según estudios especializados el consumo de determinados medicamentos afecta la capacidad de manejo y conforma un porcentaje importante de una estadística con números muy negativos.

Para reducir estas cifras tan alarmantes es necesario, además de respetar las normas de tránsito y ser extremadamente prudentes en la vía pública, estar informados acerca de un tema que no siempre se conoce: ¿Cómo alteran nuestra capacidad de manejo determinados fármacos?

Las estadísticas indican que en Argentina mueren 21 personas por día en accidentes de tránsito, mientras que en la Unión Europea entre el 5% y el 10% de los accidentes de tránsito registrados están relacionados con la ingesta de medicamentos. Con frecuencia se desconoce qué sustancias terapéuticas influyen en la capacidad de conducción y cuáles son sus efectos y, si bien en los prospectos aparece información detallada, algunos profesionales aseguran que los mismos no siempre se leen adecuadamente.

Es fundamental que las personas que se encuentran bajo algún tratamiento médico conozcan fehacientemente cuáles son los efectos y contraindicaciones de los mismos,



MEDICAMENTOS QUE AFECTAN LA CAPACIDAD DE CONDUCIR

Existen medicamentos que afectan nuestros sentidos en diferentes grados, algunos de forma más leve y moderada, mientras que otros lo hacen **de manera potencialmente peligrosa**.

Los siguientes fármacos deben ser incluidos en la lista de **los no recomendados para manejar sin antes hacer la previa consulta médica de cómo inciden específicamente sobre cada persona**.

Benzodiazepinas (alprazolam, clonazepam, etc.): producen alteraciones psicomotrices y de alerta psíquica, sedación, insomnio, ansiedad, agresividad.

Analgésicos opiáceos (tramadol, etc.): provoca somnolencia, disminución de la alerta psíquica, vértigo.

Antidepresivos (imipramina, fluoxetina, entre otros): pueden producir sedación, visión borrosa, hipotensión, ftofobia.

Antihistamínicos, antialérgicos, medicamentos para la rinitis (clorfeniramina, difenhidramina, fexofenadina, cetirizina, loratadina): producen somnolencia, ansiedad, trastornos visuales. **En este grupo se debe tener precaución incluso en los de venta libre**, también con los descongestivos nasales.

y si están contemplados dentro de los fármacos prohibidos para manejar cualquier tipo de vehículo.

La lista de los específicos con los que se debe tener precaución es muy extensa, pero los que más pueden afectar la capacidad de conducción son: **los ansiolíticos, antidepresivos y los sedantes**. También algunos medicamentos utilizados para tratar las alergias o el resfrío (antihistamínicos). Incluso determinados **colirios, cremas oftalmológicas, y gotas nasales descongestivas**.

El rol del médico y del farmacéutico es primordial en la tarea de educación y prevención para informar e insistir acerca de la importancia de **no automedicarse y respetar las dosis indicadas**, como así también de resaltar expresamente la posibilidad de que determinado fármaco afecte la capacidad de manejo de vehículos o maquinarias.





NewMed

INTERNACIÓN DOMICILIARIA

LIMA N°29 P.2 "H" • CABA



4381-0507
4384-7256
4383-8322

info@newmed.com.ar
www.newmed.com.ar



Antidiabéticos, hipoglucemiantes: en los niveles muy bajos de glucemia sus efectos pueden afectar la capacidad de manejo.

Relajantes musculares (carisoprodol, clorzoxazona, pridinol): estos medicamentos pueden causar hipotensión, mareos, somnolencia e incoordinación motora. En algunos casos hasta producen visión borrosa y alteraciones nerviosas. En general disminuyen los reflejos, y estos efectos se pueden potenciar con el consumo de otros medicamentos.

Terapéuticas de la disfunción eréctil (sildenafil): pueden causar visión borrosa, distorsión en la percepción de colores, elevada sensibilidad a la luz.

Estos son sólo algunos de los efectos secundarios descriptos de forma general, por lo que reiteramos la importancia de **realizar la consulta médica y/o farmacéutica** para conocer en detalle los efectos y las contraindicaciones de cada uno de los fármacos que nos son indicados por los diferentes profesionales. Además, debemos tener en cuenta que **cada caso hay que evaluarlo de forma particular**, dado que un mismo medicamento podría afectar de manera diferente a cada persona.

Otro tema importante para charlar con nuestro médico de cabecera es **la interacción entre medicamentos**, para evitar la potenciación de los síntomas y las alteraciones no deseadas.



Villalba Hnos.
Implantes Traumatológicos

Administración y Fábrica

Fray M. Esquiú 4548/ 54
(1678) Caseros
Buenos Aires
administracion@implantesvillalba.com.ar

Tel/ Fax: 54 11 4750.5409
-líneas rotativas-

villalbahnos.com.ar









Alcohol y medicamentos: Una combinación de alto riesgo.

Se debe evitar la ingesta de bebidas etílicas simultáneamente con medicamentos. Esta combinación se torna sumamente peligrosa cuando se llevan a cabo actividades que requieren de nuestra atención, en especial en el caso de los conductores.

Tómelo en cuenta y consulte siempre al profesional médico acerca de sus tratamientos y su posible influencia en sus trabajos y ocupaciones habituales, mucho más aún si conduce vehículos o maquinarias.

Gestión Pro Activa de la Salud



DENUNCIA DE ACCIDENTES EN TRÁNSITO Y VÍA PÚBLICA

Es muy importante que Ud., en su carácter de afiliado titular, sepa y comunique a su familia, que el cumplimiento de la obligación de denunciar a nuestra entidad los accidentes de tránsito y vía pública significa cuidar nuestro patrimonio económico que es la fuente de los servicios que Ud. recibe. Esto permite ahorrar sumas muy significativas con el recupero de los gastos de salud producidos por el daño en el accidente

EN CASO DE ACCIDENTE EN TRÁNSITO DEBE COMUNICARSE CON LA MUTUAL LO ANTES POSIBLE, Y DENTRO DE LOS 90 (NOVENTA) DÍAS DE PRODUCIDO EL MISMO.

Le recordamos el Artículo 19 de nuestra reglamentación en lo referido a la denuncia de los mismos: "El afiliado que sufriera un accidente que diera lugar a una indemnización por parte de un tercero, previo a la acción legal que pudiera promover, deberá denunciar el mismo y sus circunstancias a AMEBPBA a fin que esta pueda demandar -por sí o conjuntamente con el afiliado- la restitución de los gastos que su asistencia hubiera demandado".

Esta denuncia, que es obligatoria, deberá materializarse en forma inmediata. Para gestionarla, puede concertar una entrevista con la Asesoría Legal de la Asociación Mutualista, llamando a los internos **2736** ó **2840**, enviando una comunicación del hecho por escrito a través de los números de fax **(011) 4013-2744, 4013-2736**, o por correo interno al Código de Ubicación 1851.

Asociación Mutualista

Bolívar 368 – Ciudad Autónoma de Buenos Aires

ASESORÍA LEGAL

Conmutador (011) 4013-2700

Internos 2736 / 2840

De Lunes a Viernes de 14 hs. a 17:30 hs.



"Excelencia Médica cerca de su hogar"

- **CARDIOLOGÍA**
- **GASTROENTEROLOGÍA**
- **HEPATOLOGÍA**
- **VIDEOENDOSCOPIA**

- ECOGRAFÍA GENERAL • CLÍNICA MÉDICA
- INFECTOLOGÍA • ECOCARDIOGRAMA
- NUTRICIÓN • DOPPLER

Hipólito Yrigoyen 6699 - Buenos Aires

(011) 4202 - 1428 / 9369

0800 - 999 - 0492

info@institutoba.com • www.institutoba.com

Teléfonos de utilidad



URGENCIAS CIUDAD AUTÓNOMA DE BUENOS AIRES y GRAN BUENOS AIRES

EMERGENCIAS, URGENCIAS Y MÉDICOS A DOMICILIO

VITTAL

(011) 4000-8888 / 4556-4556

INTERNACIÓN Y DERIVACIONES

CLÍNICA AMEBPBA

0800-222-6888

EMERGENCIAS PSIQUIÁTRICAS

INSTITUTO DE MACROPSICOLOGÍA SALUD MENTAL

(011) 4812-7755 / 4812-6822

4813-5420

De lunes a viernes de 9 a 20 hs.

Desde el interior o a partir de las

20 hs. domingos y feriados:

0800-666-0612

S.I.A.C.O.

(Sistema Integrado de Alta Complejidad Odontológica)

(011) 4819-9600

Paraguay 1350 - C.A.B.A.

De lunes a viernes de 20 a 8 hs.

Sábados desde las 13 hs.

Domingos y feriados las 24 hs.

URGENCIAS INTERIOR

EMERGENCIAS, URGENCIAS Y MÉDICOS A DOMICILIO

VITTAL: 0810-8884-8825

En algunos puntos geográficos la asistencia de Emergencias y Urgencias Médicas se brinda a través de otras empresas tercerizadas. Infórmese llamando al número telefónico de Vittal o comunicándose al Centro de Atención Telefónica al Afiliado 0810-122-6888.

De Lunes a Viernes de 9 a 19 hs. o por e-mail: at_telefonica@amebpba.org.ar

EMERGENCIAS PSIQUIÁTRICAS INSTITUTO DE MACROPSICOLOGÍA SALUD MENTAL

0800-666-0612

CENTRO DE ATENCIÓN TELEFÓNICA AL AFILIADO

0810-122-6888

De lunes a viernes de 9 a 19 hs.

at_telefonica@amebpba.org.ar

Aquí Ud. puede realizar:

Solicitud de turnos para las especialidades (excepto Kinesiología). Consultas por autorizaciones de estudios y/o prácticas. Consultas acerca de los descuentos de haberes. Consultas sobre los prestadores adheridos en las diferentes especialidades de todas las localidades.

CLÍNICA AMEBPBA

(011) 4013-6400 Líneas Rotativas.

Bartolomé Mitre 2040 - C.A.B.A.

La solicitud de turnos para la especialidad de Kinesiología se realiza directamente en este servicio.

(011) 4013-6486

De lunes a viernes de 8 a 20 hs.
Sábados de 8 a 13 hs.

ADMINISTRACIÓN CENTRAL:

(011) 4013-2700 Líneas Rotativas
Bolívar 368/74 - C.A.B.A.

De lunes a viernes de 8:30 a 20 hs.

ATENCIÓN AL PÚBLICO Autorización de órdenes

(011) 4013-2700 INT. 2855/57

Fax: (011) 4343-6600

De lunes a viernes de 8:30 a 20 hs.

Correo electrónico

atafil@amebpba.org.ar

OFICINA DE ODONTOLOGÍA

(011) 4013-2771

Bolívar 368/74 - C.A.B.A.

De lunes a viernes de 8:30 a 20 hs.

odontologia@amebpba.org.ar

Para agilizar gestiones.

ACTUALICE SUS DATOS

AMEBPBA les recuerda a sus afiliados la importancia de mantener sus datos personales actualizados en nuestros sistemas.

Contar con la información correcta de cada persona, le permite a la Mutual mantener al día su base de datos en lo referente a cualquier novedad filiatoria producida.

Esto le proporciona a AMEBPBA seguridad acerca de la composición de su grupo familiar, y le permite realizar una comunicación ágil y efectiva (enviar correspondencia, modificar turnos asignados en la Clínica AMEBPBA, informar novedades de trámites en gestión, consultar por tratamientos, etc).

Para ello solicitamos que ante cualquier novedad actualice los siguientes datos:

- Dirección
- Teléfono particular y laboral
- Celular
- Código de Ubicación
- Mail
- Informar si los componentes del grupo familiar viven en otro domicilio

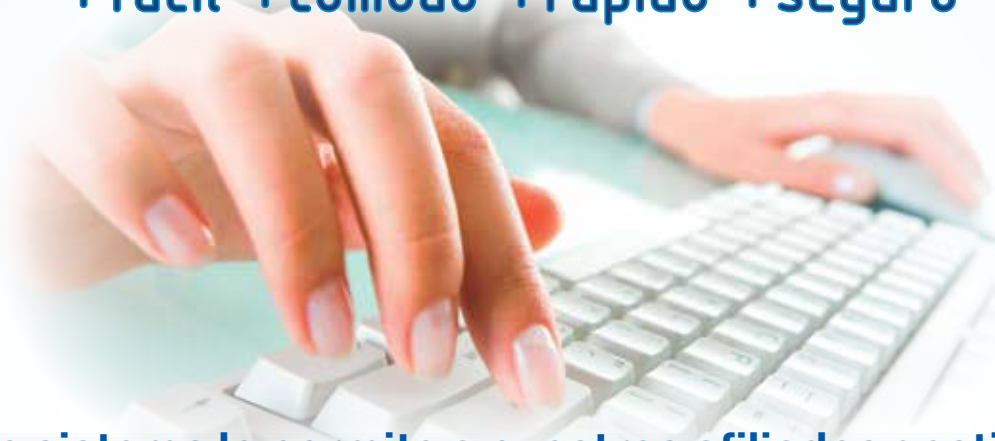
Podrán hacernos llegar su información de contacto a través del Centro de Atención Telefónica al Afiliado al **0810-122-6888** o por correo electrónico a:

at_telefonica@amebpba.org.ar

Mantener una comunicación fluida con sus afiliados, es uno de los principales objetivos de AMEBPBA.



+ fácil + cómodo + rápido + seguro



Este sistema le permite a nuestros afiliados gestionar todas las prestaciones asistenciales desde la computadora de su casa, oficina, o mediante el uso de dispositivos móviles como tablets o smartphones.

En simples pasos:

- **Seleccione afiliado**
- **Seleccione tipo de solicitud**
- **Escriba mensaje descriptivo**
(indicando prestación y lugar donde lo realizará)
- **Adjunte archivo**
- **Envíelo**

Este sistema disminuye tiempos y elimina costos de traslado hasta nuestra Entidad o a las Sucursales del Banco. Brinda una respuesta precisa del estado de los pedidos realizados.



LEER **ACTIVA** TU IMAGINACIÓN

35%

de ahorro en **LIBROS**
+ 6 cuotas SIN INTERÉS^(*)
con tus tarjetas de crédito
en stands adheridos. Sin tope.

2x1

Lunes y martes
en la compra de
entradas
presentando tu tarjeta
Banco Provincia^(**)

HOMENAJE A TATO BORES - Jueves 1 de mayo, de 16:00 a 17:30 - Sala José Hernández - Pabellón Rojo

BA

**GOB.
DANIEL
SCIOLI**



**BUENOS AIRES
ACTIVA
COMO NUNCA**



**Banco
Provincia**
De tu lado

0810-22-22776

www.bancoprovincia.com.ar

@bancoprovincia

bancoprovincia

(*) CFT: 1,49%

(*) Costo Financiero Total (CFT) Nominal Anual 1,48%. **CFT Efectivo Anual 1,49%** por cada \$1.000 por gestión de contratación de cobertura de seguro de vida sobre saldo deudor. Interés: Tasa Nominal Anual 0,00%, Tasa Efectiva Anual 0,00%. Promoción válida del 22/04/2014 al 12/05/2014 ambas fechas inclusive, para compras en un pago o en hasta 6 cuotas sin interés realizadas con las tarjetas de crédito Visa y/o MasterCard emitidas por el Banco Provincia en stands de librerías y editoriales adheridas participantes de la 40ª Feria del Libro. El 35% de reintegro a cargo del Banco se verá reflejado como bonificación en el resumen de cuenta Visa o MasterCard, según corresponda. Se excluyen las tarjetas Visa Corporate, Visa Business y Visa Purchasing. No acumulable con otras promociones y/o descuentos vigentes. Consultar por comercios y medios de pago adheridos en el Stand Banco Provincia - Pabellón Verde, en www.bancoprovincia.com.ar o llamando al 0810-22-22776. (**) Promoción válida lunes y martes comprendidos entre el 24/04/14 al 12/05/2014, para la compra de entradas realizadas exclusivamente en la Boletería BIP de Cerviño 4474, CABA presentando la tarjeta de crédito Visa o MasterCard o Visa Débito emitida por el Banco Provincia. Se otorgará un beneficio por cliente. Banco de la Provincia de Buenos Aires. CUIT 33-99924210-9. Calle 7 N° 726, La Plata, Buenos Aires. www.bancoprovincia.com.ar