VAMOS

ASOCIACIÓN MUTUALISTA DE EMPLEADOS DEL BANCO DE LA PROVINCIA DE BUENOS AIRES
A.M.E B.P.B.A

Año IX - Nº 50

EDICIÓN Nº50

LA REVISTA DE LA MUTUAL

DERECHOS Y DEBERES DEL PACIENTE

NUEVO EQUIPAMIENTO EN LABORATORIO

PREVENCIÓN DE GRIPE

ENCUENTRO EN VILLA GESELL

Más incorporaciones, más servicios, más prestaciones

SUIZO ARGENTINA

Agregando Valor

12 centros de distribución estratégicamente ubicados

más de 1000 empleados trabajando diariamente

servicio de emergencia para la adecuada distribución de Tratamientos Especiales

Sistema de Trazabilidad acorde a las normas y necesidades del mercado farmacéutico

NUESTRA RESPONSABILIDAD ES CUIDAR CADA ETAPA DEL PROCESO

Agregamos valor a todos y cada uno de los proyectos y desafíos presentados por todos los eslabones que componen el ámbito de la Salud. Contamos con las herramientas y el conocimiento necesarios para realizarlo.

NUESTRO COMPROMISO PERMANENTE

Cincuenta, un número con peso propio que nos indica una primera mitad, para algunas culturas ostenta el significado de la trascendencia y la afinidad.

De todas formas, es una cifra que a pesar del vértigo diario, nos obliga a realizar un repaso de la relación que mantenemos con el prójimo, y nos plantea un compromiso permanente.

Las cincuenta ediciones que VAMOS lleva adelante, cristalizan el concepto de que la Comunicación humana atraviesa y hace posible toda la vida social y cultural del hombre.

Convencidos una vez más, de producir un medio digno y con verdadera vocación de servicio, nos enorgullece ver que la SALUD PARA TODOS, continúa siendo en nuestra Mutual, un derecho inalienable de cada integrante.

Jorge E. M. Pérez
Presidente

AMEBPBA

Comisión Directiva

PRESIDENTE
Sr. Jorge Eduardo Marcelo PÉREZ

VICEPRESIDENTE
Sr. Carlos Rubén FERRARI

SECRETARIO
Sr. Luis Oscar IZAGUIRRE

PROSECRETARIO
Cdor. Juan José BAUZA

TESORERO
Sr. Félix Héctor Haroldo DE LILLO

PROTESORERO
Sr. Miguel Ángel PASTORINI

VOCALES TITULARES
Sr. Miguel Nicolás COTIGNOLA
Sr. Oscar Anibal DE NIGRIS
Sra. Jaqueline DEVAUX de CRUCIANI
Cdor. Marcelo Fabián GONZÁLEZ

COMISIÓN REVISORA DE CUENTAS
Sra. Mabel BRUNDO de MOHSEN
Dr. Norberto Abel AGUIAR
Sr. Rubén Daniel LOUREIRO

SUPLENTE
Sr. Rubén Alfredo MARIÑO

VOCALES SUPLENTES
Sr. Juan Carlos MÁSSIMO
Sra. Nilda Ofelia PERES de LOLLO
Sr. Alberto Néstor CAMEROTTO
Sr. Eduardo Rodolfo ALARCÓN

ASOCIACIÓN MUTUALISTA DE EMPLEADOS DEL BANCO DE LA PROVINCIA DE BUENOS AIRES
A.M.E B.P.B.A

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

ASOCIACION MUTUALISTA DE EMPLEADOS DEL BANCO DE LA PROVINCIA DE BUENOS AIRES

A.M.E B.P.B.A

VAMOS

Editorial ..... Pág. 3

La Importancia de Conocer Nuestros Derechos y Deberes ..... Pág. 5

Vuelve la Gripe ..... Pág. 9

Nuevo Equipamiento en el Laboratorio de Nuestra Clínica ..... Pág. 12

Una Aproximación al Autismo ..... Pág. 15

Celiaquía ..... Pág. 18

Comunicación y Salud ..... Pág. 22

Encuentro de Adultos Mayores en Villa Gesell ..... Pág. 24

1º Encuentro de Adultos Mayores en Olvarría ..... Pág. 26

La Revista de la Mutual en tu Compu ..... Pág. 28

Denuncia de Accidentes en Tránsito y Vía Pública ..... Pág. 30

Correo de Lectores ..... Pág. 32

Teléfonos Útiles ..... Pág. 34

¿QUIERE RECIBIR INFORMACIÓN DE AMEBPBA?

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 nuestra gente todas las novedades de la entidad** (circulares, material de prevención y promoción de salud, etc.).

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

Si usted quiere recibir información de la Mutual, o sugerir temas para desarrollar en la revista de AMEBPBA, escríbanos 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, haciéndoles llegar diferentes noticias y de esta forma permanecer en constante contacto con la Mutual.

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

Recuerde que ante cualquier consulta puede llamar al Centro de Atención Telefónica al Afiliado al 0810-222-6888.

De Lunes a Viernes de 9 a 19 hs.

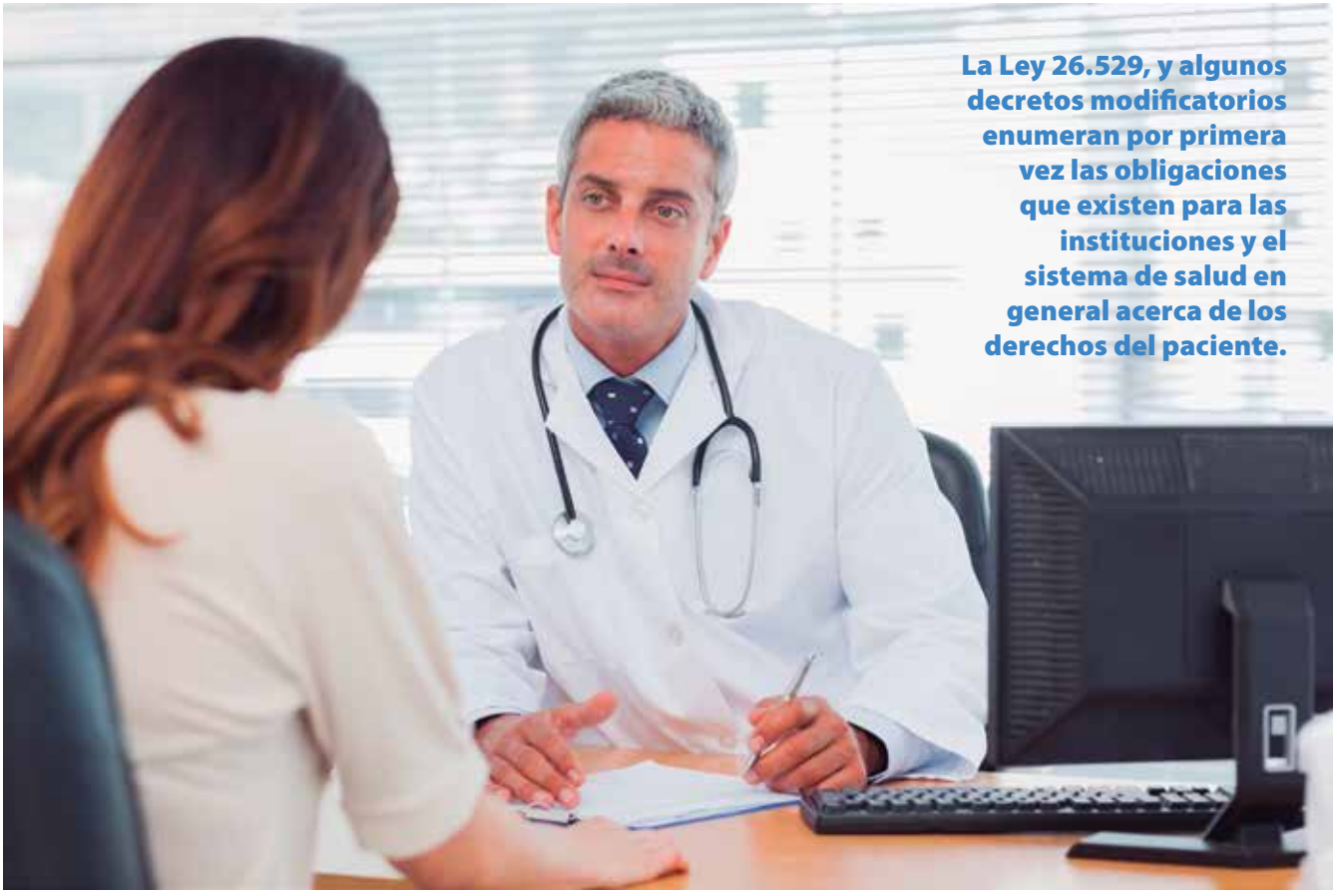
Clínica AMEBPBA

NUESTROS DERECHOS Y DEBERES COMO PACIENTE

Los derechos del paciente, en especial aquellos referidos a la autonomía personal y la autodeterminación, fueron y son motivo de preocupación en las últimas décadas. En la actualidad existe un trinomio medico-paciente-familia que claramente se refleja en la reciente sancionada Ley Nº 26.529 sobre los derechos del paciente, y que coloca en un plano de gran importancia el respeto a la voluntad de las personas.

En la Clínica AMEBPBA con el objetivo de abordar de forma integral este tema se desarrollaron diferentes encuentros a cargo del Dr. Jorge Lemus, integrante de nuestra Asesoría Médica, quien brindó a los profesionales miembros del equipo de salud los principios esenciales acerca de los derechos y deberes de los pacientes.

Para abordar este complejo tema con la mayor claridad posible, la División Orientación y Difusión entrevistó al Dr. Jorge Lemus para que nos detalle todo lo necesario.



La Ley 26.529, y algunos decretos modificatorios enumeran por primera vez las obligaciones que existen para las instituciones y el sistema de salud en general acerca de los derechos del paciente.

"Los derechos y deberes han tomado nuevo impulso a partir de la aprobación de una ley específica que los manifiesta expresamente", comenta el Dr. Lemus y agrega, "anteriormente era un tema importante pero que no estaba sistematizado".

"La Ley 26529, y algunos decretos modificatorios enumeran por primera vez las obligaciones que existen para las instituciones y el sistema de salud en general acerca de los derechos del paciente. Por lo que se trata de una ley compleja.

Los derechos que se enumeran se refieren a la **asistencia**, al **trato digno y respetuoso**, a la **intimidad**, a la **confidencialidad**, a la **autonomía de la voluntad**, a la **información sanitaria** y a la **interconsulta médica**. Desde el punto de vista de los derechos, lo que consta en la ley es de cumplimiento obligatorio de todas las clínicas, sanatorios, etc".

En palabras del especialista, para alcanzar los consensos correspondientes se han tenido en cuenta las definiciones brindadas tanto por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como por la Organización Panamericana (OPS). **Nuestro país ha dado un paso adelante con la legislación** de cuestiones que antes eran de buena práctica, pero no obligatorias. Ahora están preservados temas muy importantes como

la voluntad anticipada. Es decir, que es posible ante escribano expresar y dejar constancia de las prácticas y tratamientos médicos que aceptamos, como así también aquellos que no queremos que se nos practiquen. Asimismo, aunque no hay una ley en la que se plasmen, está implícito que **si hay derechos también hay deberes.**

"En este sentido una de las obligaciones más importantes de los últimos tiempos es el deber de **brindar buen trato al equipo de salud**. El aumento de la violencia es un tema que se manifiesta en todo el mundo, y en el que concurren una serie de causas para que esto se haya globalizado. Es posible que la mayor conciencia de los derechos aumente de manera desmedida exigencias que no guardan relación con la realidad. En Argentina, lamentablemente, contamos con varios ejemplos", afirma Lemus.

"En la Mutual hemos desarrollado un procedimiento en el que se establecen y enumeran tanto unos como otros. Algunas de estas necesidades están más allá de lo individual ya que afectan a lo colectivo. Por ejemplo, el correcto lavado de manos del paciente y su familia no es sólo un cuidado de higiene personal, evita la contaminación y afecta al propio paciente, al resto de los internados y a la población de clínica.

Los deberes que atañen a nuestra entidad también inciden de manera general. Asistir a la cita médica fuera del horario establecido perjudica al profesional y a otros pacientes que están esperando. Asimismo, es importante respetar las prescripciones generales, tomar la medicación como se indica, etc".

Otro punto de importancia está referido al **alta voluntaria**. El paciente tiene derecho a irse cuando lo desea. Pero en el caso en que decida llevarlo a cabo debe dejar por escrito en la Historia

Clínica constancia que se retira por su voluntad y a pesar del consejo médico, para evitar inconvenientes legales.

Sobre el delicado tema de las historias clínicas Lemus comenta: "En relación a la confidencialidad de la misma, aquí le brindamos mucha importancia. En primer término el dueño de estos registros es el paciente y no la institución, y ésta es una cuestión que a veces genera confusión. El único que puede acceder a la H.C sin el consentimiento del paciente es un Juez".

Es obligación del equipo de salud cuidar y proteger la confidencialidad de los datos. Lo que allí consta hace a la intimidad del paciente y por lo tanto no debe ser expuesto o divulgado en ninguna circunstancia. La ley es muy rígida en esta cuestión, todo el personal tiene que saber que es una falta grave divulgar información médica de un paciente.

Una característica a mencionar, dice nuestro entrevistado, "es que todo tiene pena expresa en la nueva reglamentación. Violar la confidencialidad de la HC conforma un delito importante, y para el empleado representa una causa grave de despido".

"Para que la totalidad de nuestro personal conozca los derechos y deberes de los pacientes hemos establecido una serie de cursos de capacitación en los que se brinda la información necesaria para adquirir los conocimientos adecuados".

La participación activa del paciente en cuidar su salud mejora notablemente la calidad sanitaria de la comunidad, y todos estamos obligados a cuidarnos y evitar enfermedades. De esta forma se beneficia al afiliado pero también contribuimos a alcanzar el bienestar general. En otras partes del mundo es premiado estar dentro de estándares de normalidad, es decir existen seguros que disminuyen la prima en la medida que uno evita la hipertensión, obesidad, sedentarismo, etc.

Es fundamental que todas las entidades que se relacionan con la medicina informen a pacientes y profesionales los derechos y deberes, dado que el objetivo de conocerlos y respetarlos es alcanzar a través del trabajo en equipo la mejor asistencia en salud.

Mis derechos como paciente

- Derecho a la asistencia
- Al trato digno y respetuoso.
- A la intimidad.
- A la confidencialidad.
- A la autonomía de la voluntad.
- A la información sanitaria.
- A la interconsulta médica.

Mis deberes como paciente

- Deber de responsabilizarme de mi propia salud de una forma activa.
- A asumir las propias decisiones sobre mi salud, dejar constancia por escrito de las mismas y firmar el documento de alta voluntaria, conforme a las previsiones de las normativas existentes.
- A respetar las prescripciones generales de naturaleza sanitaria comunes a toda la población.
- A respetar las medidas sanitarias adoptadas para la prevención de riesgos, la protección de la salud y la lucha contra las amenazas a la salud pública, así como a colaborar en la consecución de los fines de tales medidas.
- Usar correctamente las instalaciones y servicios sanitarios, conforme a las normas generales de utilización y las establecidas por los centros, servicios y establecimientos.
- Mantener el respeto debido al personal de los centros, servicios y establecimientos, y a los otros pacientes, familiares y acompañantes.
- Facilitar los datos sobre mi estado físico o sobre mi salud de manera leal y verdadera, así como el de colaborar en su obtención, especialmente cuando sean necesarios por razones de interés público o con motivo de la asistencia sanitaria.

Gestión Pro Activa de la Salud

Orientación y Difusión

VUELVE LA GRIPE

En algunos casos puede llegar a ser compleja, pero con el avance de la medicina y los cuidados preventivos es posible evitarla.

Bajan las temperaturas y vuelve a aparecer esta enfermedad de la que siempre debemos estar prevenidos. Si bien incomoda a todos los que la padecen, muchas veces le restamos importancia por lo común de su aparición. Sin embargo, en determinadas circunstancias esta enfermedad deriva en grandes problemas.

La División Orientación y Difusión de la Mutual entrevistó a la Dra. Mirta Peralta, integrante del equipo de infectología de la Clínica AMEBPBA que nos brindó información actualizada sobre tratamientos y formas de sobrellevar esta molesta afección.

¿CUÁNDO HABLAMOS DE GRIPE?

La Infectóloga nos comenta "Las personas suelen confundirla con resfríos, o cualquier otra afección que presente signos similares, pero hay que tener en cuenta que la gripe posee un agente etiológico específico estacional, el virus de Influenza que se propaga sólo en bajas temperaturas (invierno) y presenta síntomas característicos que perduran durante 7 días. Se manifiesta con fiebre muy alta (39 °C), dolores musculares, articulares, de garganta, rinorrea (secreciones por la nariz), oídos tapados y desgano". La especialista señala que las característica de aparición estacional y fiebre son los factores que diferencian a esta afección de un resfrío."Otro dato fundamental es que no necesita antibióticos, el virus cumple su ciclo, es decir que un estado gripal con o sin medicación dura una semana. Esto es importante conocerlo para evitar la automedicación. Sólo el profesional

puede evaluar si se necesita o no algún remedio específico, no por la gripe, sino por infecciones que se pueden agregar en determinados pacientes predispuestos a tener complicaciones (por ejemplo neumonía)".

La gripe es una enfermedad que suele curarse por si sola, aunque en **algunas personas puede presentar complicaciones**. Por ello es fundamental aplicarse la vacuna antigripal si se encuentra dentro de los grupos de riesgo y asistir a la consulta médica si los síntomas persisten.

Ésta es una afección que se transmite de persona a persona, a través de gotitas microscópicas que el enfermo expulsa cuando habla, tose o estornuda. Sus síntomas característicos son fiebre muy alta, dolores musculares, articulares, de garganta y molestias en los oídos. Generalmente se desarrolla como un malestar leve, pero en casos especiales puede complicarse y derivar en cuadros más complicados.

¿CÓMO SE CONTAGIA?

Esta afección se propaga a través de gotitas de saliva que contienen el virus y que se dispersan al hablar, toser o estornudar. Asimismo, por el contacto con objetos o superficies infectados. Tiene un período de incubación de 4 a 5 días sin signos, período en el cual también contagia. Es muy común que cuando un paciente se encuentra recuperándose, algún familiar comience a presentar síntomas.

¿CUÁLES SON LOS GRUPOS DE RIESGO?

"Hay determinadas personas que se encuentran más propensas a contraer infecciones secundarias que pueden agravar el cuadro general. Son los llamados grupos de riesgo, y entre ellos se encuentran: niños, pacientes mayores de 65 años, aquellas personas que sufren enfermedades crónicas (pulmonares, de corazón, metabólicas, etc.), embarazadas e inmunosuprimidos".

PREVENCIÓN

"La vacuna antigripal es la medida preventiva ideal", señala la especialista de la clínica, "Y se aconseja aplicarla durante el mes de Abril o Mayo, para llegar con anticuerpos al invierno. No sólo es fundamental que la reciban las personas más vulnerables, sino sus familiares, **para evitar el contagio directo**. Si estando vacunado se contrae la enfermedad, la incidencia de los síntomas es menor".

CUIDADOS PARA EVITAR EL CONTAGIO

Clínica AMEBPBA

La Dra. Mirta Peralta detalla que en la Clínica AMEBPBA se han tomado diferentes previsiones para esta época. La primera medida de prevención que se implementa cuando llega el paciente enfermo a la guardia es colocarle un barbijo, para evitar que el virus circule y contagie a otras personas. La revisión y tratamiento de éste posible cuadro de gripe se realiza con todos los recaudos necesarios y cuidando los controles de aislamiento según cada caso.

Dra. Mirta Peralta: Especialista en Infectología y Hepatología. Médica de Planta del Servicio de Terapia Intensiva y Hepatología del Hospital Francisco Muñiz. Médica Infectóloga de Clínica AMEBPBA.

OTROS MODOS DE PREVENCIÓN

- El lavado de manos, principalmente cuando se estuvo en contacto con varios objetos y superficies (en el trabajo, en los medios de transporte).
- Al toser o estornudar, cubrirse la boca y nariz con un pañuelo descartable o con el ángulo interno del codo.
- Evitar el contacto con utensilios de una persona que se encuentra enferma.
- Utilizar alcohol en gel.

La gripe en algunos casos puede llegar a ser mortal, pero con el avance de la medicina y los cuidados preventivos es posible evitarla.

¿CUÁNDO ASISTIR AL MÉDICO?

La especialista recomienda no demorar la consulta cuando: transcurridos 3 días, continúa la fiebre alta (39 ºC) y no mejoran los signos. Además, para aquellas personas que se encuentran dentro de los grupos de riesgo y no se aplicaron la vacuna antigripal, se les aconseja asistir a la guardia apenas empiezan a aparecer los síntomas. Es cierto que la gripe tiene un tratamiento antiviral específico que sólo se indica en determinadas circunstancias que debe considerar el médico, pero en algunos pacientes puede derivar en otras infecciones y llegar a ser mortal, por ello la **consulta médica a tiempo es fundamental**.

VACUNA ANTIGRIPAL 2015

El virus de Influenza muta constantemente, tiene pequeñas diferencias en su estructura y se designa con siglas tales como H1N1, H1N5, etc. No es la misma gripe la que circula en América del Sur que la que transita en América de Norte o en Europa. En cada país se aplica una vacuna diferente, ya que depende de qué tipos de virus de Influenza estuvieron vigentes en el invierno anterior en cada región. Cada año la Organización Mundial de la Salud, de acuerdo a los relevamientos de todos los países, analiza los virus que circularon. Este dato es importante para aquellas personas que viajan a diferentes destinos.

La vacuna antigripal para el 2015 se encuentra disponible en nuestras farmacias, siendo gratuita para todos aquellos afiliados que formen parte de los grupos de riesgo y presenten la orden médica correspondiente. Para solicitar mayor información comuníquese a nuestro Centro de Atención Telefónica al Afiliado al 0810-222-6888, de Lunes a Viernes de 9 a 19 hs.

Gestión Pro Activa de la Salud

Orientación y Difusión

NUEVO EQUIPAMIENTO EN EL LABORATORIO DE NUESTRA CLÍNICA

En el laboratorio de la Clínica AMEBPBA se ha incorporado nuevo equipamiento para brindar a los afiliados un servicio cada vez mejor. Se trata de un extremadamente eficiente **auto analizador multicanal** que se utiliza para las determinaciones de hormonas, marcadores oncológicos y virológicos, entre otras importantes prestaciones.

Este analizador automático, es un **fiable y robusto equipo que trabaja con quimioluminiscencia, y que incluye un complejo software, un amplio menú de reactivos, gran calidad de resultados**, y representa un importantísimo **salto cualitativo**. Permite más de 85 ensayos con una amplia cobertura de más de 7 áreas terapéuticas, y posee dispositivos de seguridad que garantizan la integridad de las muestras y de los resultados.

Entre las instituciones de salud que cuentan con unidades de estas características podemos mencionar a sanatorios como el Mitre, de La Trinidad, Los Arcos, y hospitales como el Durand o el de Clínicas en su sector de endocrinología.

La Dra. Rosana Astesana, coordinadora del laboratorio de nuestra clínica, charló con la División Orientación y Difusión y nos contó cómo funciona este nuevo adelanto tecnológico con el que contamos en nuestro centro de salud. “El auto analizador trabaja con sueros (es decir el componente de la sangre que resta de los glóbulos luego de centrifugarla, y que corresponde a las muestras de los pacientes que vienen

Dra. Rosana Astesana:
Bioquímica egresada de la Facultad Nacional del Litoral. Post-grado en Genética por la Universidad Austral. Diplomatura en Gestión y Organización Hospitalaria por la UCES. Coautora de trabajos de investigación. Integró el Laboratorio de Urgencias y Terapia Intensiva del Hospital de Clínicas Gral. San Martín y en el Hospital Universitario Austral como Bioquímica de Guardia. Actualmente Coordinadora de Laboratorio de la Clínica AMEBPBA.

al laboratorio), así como también con plasma y otros fluidos", nos comenta la profesional, "se obtienen aquí y se realiza la centrifugación, o preparación necesaria, previo a introducirlo en el equipo."

"La capacidad del nuevo auto analizador permite trabajar con muchas determinaciones al mismo tiempo, y, una vez cargadas en el equipo las muestras de los pacientes a analizar, se preparan los reactivos para que emita un tipo de determinaciones específicas, por ejemplo un perfil tiroideo o un perfil de hormonas masculinas o femeninas", nos detalla Astesana.

El auto analizador permite ver el progreso del procedimiento en una pantalla y, una vez concluido, los resultados son posteriormente entregados a los profesionales solicitantes o a los pacientes para ser vistos por sus médicos.

MAYOR RAPIDEZ EN LOS ANÁLISIS

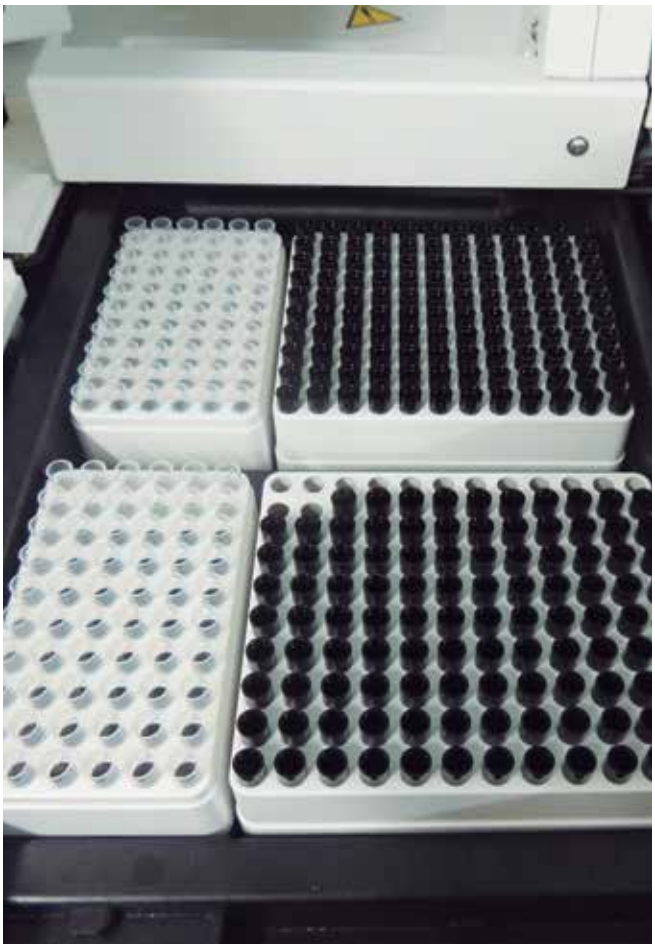
La coordinadora del servicio de nuestra clínica destaca que "Esta incorporación representa una optimización. Es, claramente, mejor a lo que poseíamos que ya tenía 10 años." Algunas de las ventajas son el **poderoso y novedoso software**, la rapidez del procesamiento de las muestras,lo certero de sus análisis, y cuenta con los últimos adelantos de la ingeniería industrial médica.

Otra ventaja que ofrecen los auto analizadores en comparación con los antiguos métodos bioquímicos, es la **mayor seguridad en los reactivos**. "Antes eran abiertos y manipulados por los técnicos y se encontraban más proclives a la contaminación. En cambio ahora, todos los reactivos vienen en cassettes cerrados, que ni siquiera el operador puede abrir, donde lo único que puede entrar es una aguja con la que se toma lo necesario, sin contacto con el exterior".

Por otro parte, se deja de lado la técnica manual en la que se dependía mucho de la pericia y precisión del operador para utilizar los instrumentos de trasvase de líquidos. También era necesario que estos elementos se encontraran limpios y correctamente calibrados, que funcionaran adecuadamente, entre otras circunstancias. Todo esto queda de lado con el uso de auto analizadores como los que ya se utilizaban en la clínica y que ahora se han actualizado.

MÁS VENTAJAS PARA LOS AFILIADOS

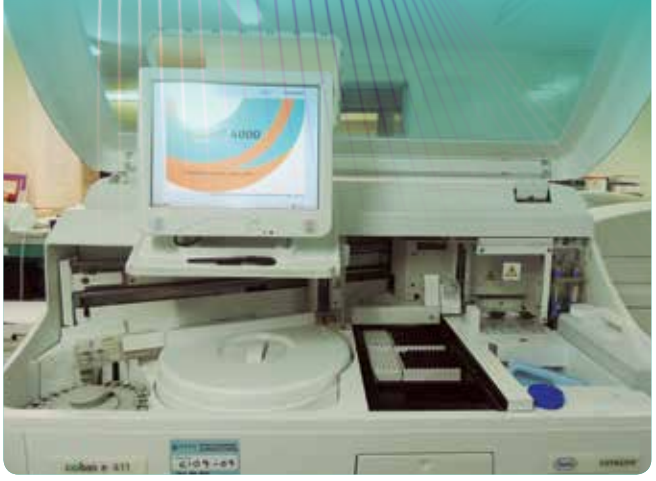
Pero no sólo la tecnología de los equipos se ha actualizado en la Clínica AMEBPBA. Los mismos reactivos que se utilizan para obtener las determinaciones han evolucionado en beneficio de la efectividad del resultado y en la rapidez con los que estos se obtienen. Antes había que esperar que los reactivos tomaran temperatura, o que estuvieran listos para ser usados. Por ejemplo, los marcadores para determinar problemas cardíacos se encuentran ya en su **cuarta generación de alta sensibilidad**, y éstos son los que actualmente se usan en nuestro centro de salud. En palabras de la Dra. Astesana, "Hoy el profesional trabaja con mucha más confianza, y el afiliado puede tener sus determinaciones **en menor tiempo y con valores mucho más confiables**."



CONTROLES DE SEGURIDAD CON ESTÁNDARES NACIONALES E INTERNACIONALES.

Como proceso que garantiza la seguridad de los resultados que se obtienen en la Clínica AMEBPBA, desde 2012 –y de forma trimestral- el **Colegio de Bioquímicos** envía a nuestro centro de salud muestras de sueros que deben ser procesados en el laboratorio. Los resultados se remiten a la entidad profesional que devuelve un reporte en el que siempre se han obtenido óptimos resultados. Esto es parte de una **encuesta a nivel nacional** ya que participan todos los laboratorios.

En el caso de **Hematología**, este control y encuesta tienen alcance **internacional** ya que los resultados obtenidos **se contrastan con resultados de Alemania, Francia, Suecia**, entre otros países. Es un control de calidad de las determinaciones que se emiten e informan, y del servicio que brinda nuestra clínica.



Gestión Pro Activa de la Salud

UNA APROXIMACIÓN AL AUTISMO

AMEBPBA cada año renueva su compromiso en la tarea de concientización del Autismo promoviendo dos de sus objetivos fundacionales: integrar y ejercitar la igualdad de oportunidades.

Por iniciativa de la Asamblea General de las Naciones Unidas se conmemora el 2 de Abril como Día Mundial de la Concientización sobre el Autismo, con el objetivo de abordar estrategias de reflexión e integración para las personas que sufren esta afección. Este año se tomó como eje de acción pensar en la relación con el empleo, ya que algunos rasgos asociados al autismo pueden resultar muy beneficiosos en este ámbito.

A través de estas páginas, queremos compartir con los lectores de Vamos algunas reflexiones acerca de esta compleja problemática.

El autismo es un trastorno del neurodesarrollo caracterizado por alteración de la interacción social, la comunicación verbal y no verbal y el comportamiento restringido y repetitivo. Los padres notan señales, generalmente, en los dos primeros años de vida de su hijo. Los signos del síndrome surgen gradualmente, pero algunos niños con autismo alcanzan los puntos más altos de su desarrollo a un ritmo normal y luego sufren regresión.

En los síntomas aparece dificultad para relacionarse con otros niños de la misma edad, poco o nulo contacto visual, evitan el contacto físico, no responden al ser llamados por su nombre, no tienen lenguaje y si lo tienen presenta alteraciones. Pueden manifestarse las llamadas estereotipias (movimientos repetitivos), como así también poca tolerancia a la frustración, risas o llantos sin

motivo aparente, se presenta hiperactividad o marcada pasividad, no hay juego simbólico, carecen de juego creativo. La mayoría de estos síntomas pueden aparecer al año y medio de edad, comenzando con retrocesos en el desarrollo del niño.

LA CARTA QUE ME HUBIERA GUSTADO ESCRIBIRME CUANDO RECIBÍ EL DIAGNÓSTICO DE AUTISMO DE MI HIJO.

En los sitios web de organizaciones dedicadas al autismo apareció en los primeros meses de 2015 un texto originalmente publicado en Autism Speaks (el autismo habla). Se trata de un sentido relato de lo que significa recibir un diagnóstico de autismo, y seguidamente reproducimos los párrafos más relevantes porque creemos que pueden llegar a expresar lo que posiblemente sientan muchos padres en esta delicada situación.

POBA

Prestaciones Odontológicas Buenos Aires

POBA brinda un servicio odontológico completo, serio y responsable

Presta servicio en ODONTOLOGÍA GENERAL en los siguientes barrios de CABA:

Barrio Norte, Belgrano, Colegiales, Lugano, Mataderos, Once, Palermo, Parque Chacabuco, Villa Crespo, Villa Devoto, Villa del Parque y Recoleta.

• 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 Nº 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

Consulte la cartilla odontológica en
www.amebpba.org.ar

"Querida yo

Hoy vas a recibir la noticia que crees que estás preparada para recibir. Oirás a un equipo de médicos y terapeutas decir que tu hijo está en el espectro del autismo. Asentirás con la cabeza reconociendo lo que están diciendo, pero no mostrarás mucha emoción. De hecho, el médico te dirá a ti y tu marido, "No parecen sorprendidos."

Tú responderás, "No lo estamos. Lo sabemos desde hace mucho tiempo".

Tú no has podido quitártelo de la cabeza desde ese cálido día de verano, cuando sólo tenía unos meses de edad, y trataste desesperadamente de conseguir que te sonriera. Estabas sentada en el porche y él estaba mirando las hojas que revoloteaban con la brisa, mientras que su hermano se reía y correteaba por el patio.

Tu corazón, sin embargo, siguió negando la verdad. Tu corazón seguirá negando la verdad por un tiempo.

No te preocupes por todos los demás. Tienes permiso para romper a llorar en los brazos de tu marido, lo harás varias veces en el transcurso del siguiente año. Eso no quiere decir que el amor por tu hijo sea menor o que crees que él es imperfecto. Significa que eres humana.

Pero permíteme que te de algunas buenas noticias. Habrá otros momentos, buenos momentos. Considera éstos como cimas de montañas alcanzadas porque serán hitos importantes para tu hijo.

Cuando él busque tu apoyo después de golpearse la cabeza. Montaña.

Cuando tire de tu mano llevándote a la heladera porque tiene sed. Montaña.

Cuando, al llegar del trabajo, comience a darte desprolijos besos sin pedírselo y corra a tus brazos. Montañas gloriosas.

Cuando comience a reconocer a su hermano mayor como un amigo de toda la vida, compañero de juegos, y casi no puedas separarlos. Montaña.

Y una noche, cuando le des un beso, le des las buenas noches, y le digas: "Te amo", como siempre desde que nació, escucharás un suave, "da du dab" a cambio. Montaña.

Como los momentos irán y vendrán en el transcurso del siguiente año, acuérdate de las montañas. Son las dos partes del diagnóstico de autismo de tu hijo. Los momentos difíciles estarán, pero sin esos momentos, nunca podría haber montañas. Y éstas hacen que cada lucha y cada gramo de dolor parezcan desvanecerse.

Vas a estar bien, mamá. Te lo prometo.

Con amor, YO".

Servicio Social y División Orientación y Difusión

BUSCADOR DE PROFESIONALES

Para facilitar la consulta de profesionales y servicios asistenciales que Ud. tiene a su disposición, AMEBPBA le recuerda que -una vez registrado como usuario- puede acceder al Buscador de Profesionales, la forma más fácil de obtener información sobre médicos y servicios adheridos. Con un proceso muy simple logrará resolver todas sus consultas sobre prestadores.

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- En la página principal, del lado izquierdo, se encuentra el Menú. Debe hacer click en Buscador Profesionales.

2- Complete los datos según su consulta: Especialidad, Municipio/Partido y nombre del Prestador.

3- Por último, haga click en el ícono Buscar. Allí le aparecerán los datos solicitados.

Regístrese en nuestro sitio web www.amebpba.org.ar para acceder no sólo a esta herramienta, sino también a otras opciones como bajar comunicaciones, formularios, circulares, noticias generales, material de prevención y promoción de salud, etc.

1 DE CADA 100 PERSONAS PUEDE PADECERLA

CELIAQUÍA

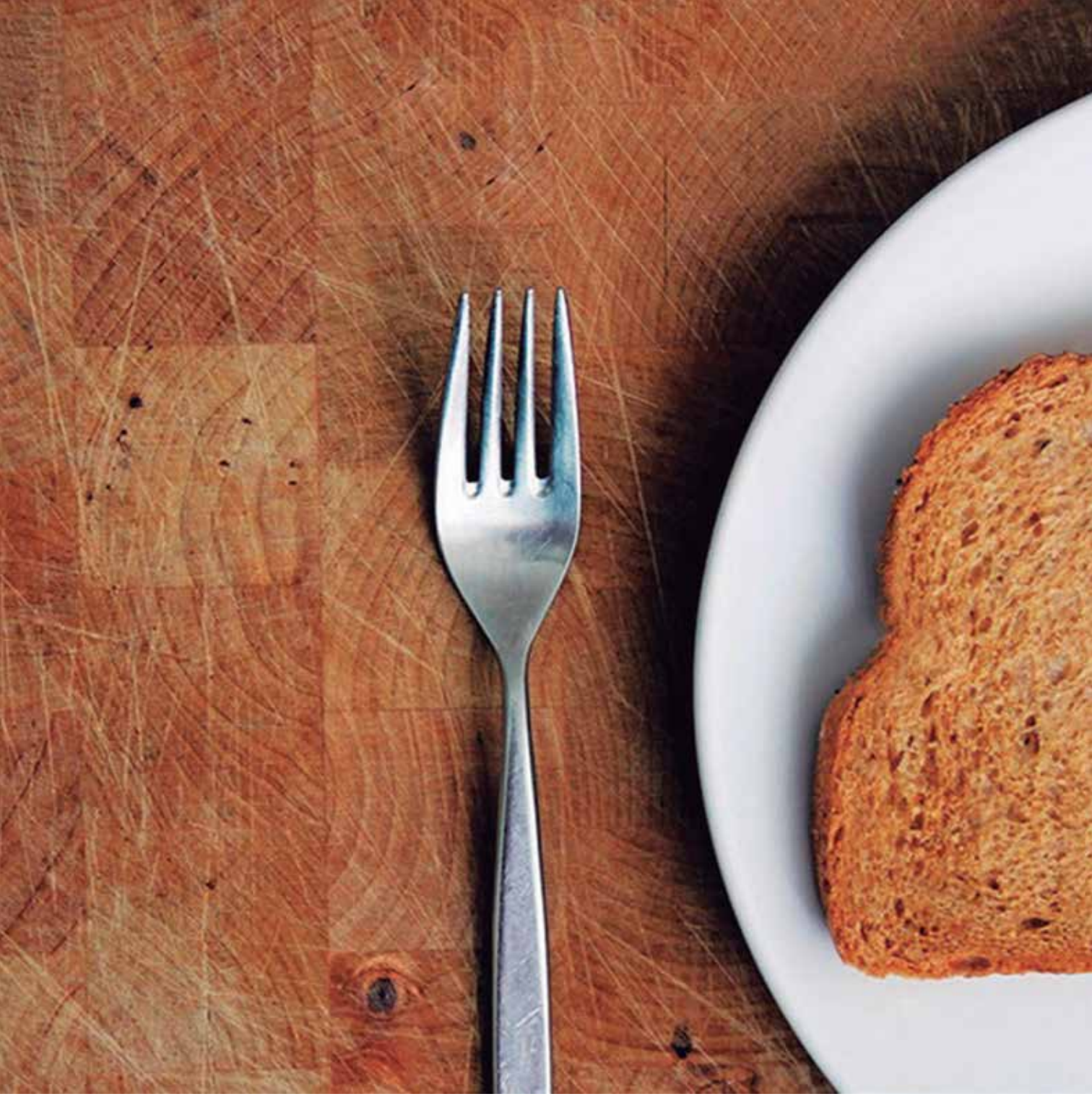
Cuando una persona con celiaquismo ingiere alimentos que contienen gluten, se lesiona el revestimiento del intestino delgado y se reduce la capacidad para absorber nutrientes esenciales. Según datos de la Asociación Celíaca Argentina, 1 de cada 100 personas pueden padecer esta condición.

En la digestión todos los alimentos son transformados para convertir la comida en partículas más pequeñas y así ser absorbidas. Este proceso se realiza en el intestino delgado por intermedio de vellosidades muy pequeñas que se ubican en sus paredes.

Cuando las personas que presentan celiaquía consumen alimentos o usan productos que contienen gluten, su sistema inmunitario reacciona dañando estas vellosidades y dificultando así la adecuada incorporación de nutrientes.

Esta afección puede presentarse en cualquier etapa de la vida, desde la lactancia hasta la adultez, y por el momento se desconocen las causas de su origen. Las personas con familiares que la padecen se encuentran más propensas a desarrollar la enfermedad, y las mujeres resultan afectadas en mayor medida que los hombres.

Una de las características es que sus síntomas pueden ser muy diferentes de una persona a otra, y ello puede dificultar su diagnóstico. En general se manifiestan a través de diferentes signos según la edad.



SÍNTOMAS MÁS FRECUENTES

En niños: suele presentarse diarrea crónica, vómitos reiterados, marcada distensión abdominal, falta de masa muscular, pérdida de peso, retraso de crecimiento, escasa estatura, cabello y piel secos, descalcificación, inapetencia, mal carácter o irritabilidad, alteraciones en el esmalte dental, dislexia, autismo, hiperactividad, etc.

En adolescentes: dolor abdominal, falta de ánimo, rechazo a la actividad deportiva, retraso en el ciclo menstrual y baja talla comparativa con los hermanos o llamativamente menor en función de lo esperado por la altura de los padres, retraso puberal, estreñimiento, aftas recurrentes, anemia, cefaleas, etc.

En adultos: osteoporosis, fracturas, artritis, diarreas, estreñimiento, desnutrición, abortos espontáneos, hijos recién nacidos con bajo peso, impotencia, infertilidad, pérdida de peso, anemia, caída del cabello, colon irritable, menopausia precoz, depresión, epilepsia, cáncer digestivo, etc.

Existen enfermedades asociadas o autoinmunes que suelen preceder al diagnóstico de celiaquía o manifestarse simultáneamente como: ciertos tipos de Dermatitis inflamatorias, Síndrome de Down, Déficit selectivo de Inmunoglobulina A.

Dentro de las llamadas autoinmunes se encuentran las Diabetes tipo I, Tiroiditis autoinmune, Síndrome de Sjögren (afecta las glándulas exocrinas), Artritis reumatoidea, Psoriasis, Vitiligo, Alopecia areata, Lupus eritematoso sistémico, Enfermedad de Addison, etc.

CUIDADOS Y TRATAMIENTOS

En nuestro país se estima que alrededor de 400.000 argentinos sufren la enfermedad, pero sólo 25.000 de ellos fueron diagnosticados, por lo que es fundamental que ante la presencia de uno o varios de sus síntomas concurramos a la consulta médica.

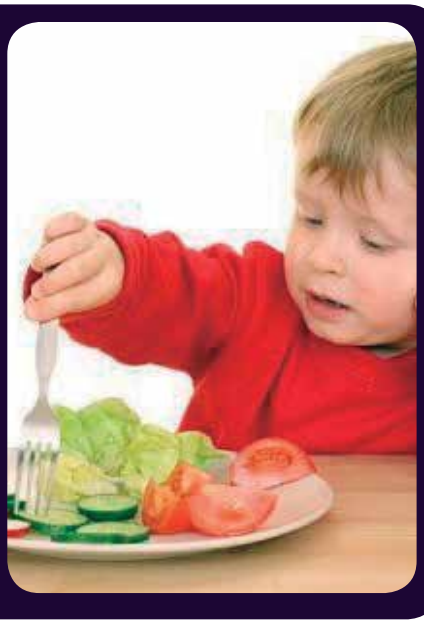
La enfermedad celíaca no se puede curar, pero los síntomas desaparecen y las vellosidades del revestimiento del intestino se recuperan con la incorporación de una dieta libre de gluten (DLG). Es muy importante **aprender a leer las etiquetas de los alimentos y medicamentos con sumo cuidado** para detectar ingredientes que puedan incluir TACC.

Muchas veces se desconocen los nombres técnicos de los ingredientes que aparecen en la composición, y dónde puede estar presente el gluten, por lo que es indispensable conocer qué alimentos industrializados

La Clínica AMEBPBA cuenta con el servicio de Nutrición, y para conocer la nómina de profesionales adheridos cercanos a nuestro domicilio podemos consultar el buscador de profesionales en el sitio web:

www.amebpba.org.ar

El abordaje temprano es clave para disminuir y evitar la incidencia de los síntomas que generalmente afectan el desarrollo de la vida cotidiana de quienes la padecen.



Atención a las etiquetas

Llevar una dieta sin trigo, avena, cebada o centeno es imprescindible para las personas que han desarrollado celiaquía, así como la incorporación de alimentos naturales e industrializados libres de gluten. En nuestro país no es una tarea sencilla, ya que el 80 % de los alimentos procesados industrialmente lo contienen. Estas proteínas pueden estar presentes en alimentos como: espesantes, colorantes, aromatizantes, almidones, etc. incluso, productos que no contienen TACC pueden elaborarse y/o envasarse en lugares donde existan alimentos que si lo contienen y de esta manera generar una contaminación cruzada.

son libres de TACC. Para ello, la Asociación Celíaca Argentina ha confeccionado una guía de alimentos y medicamentes libres de gluten para ser consultada por todos aquellos que requieran llevar a cabo una dieta sin estas proteínas. Consúltela en www.celiaco.org.ar.

Con la adopción de una DLG correcta, segura y permanente, la persona celíaca puede alcanzar los niveles nutricionales que había perdido y lograr con ello su total desarrollo físico y neurológico. Es aconsejable incluir alimentos naturales como: líquidos, pescados, huevos, frutas, verduras, hortalizas, legumbres y cereales sin gluten (arroz y maíz).

Gestión Pro Activa de la Salud

Orientación y Difusión

COMUNICACIÓN Y SALUD

El Dr. Jorge Lemus hace un repaso por casi 10 años de comunicación humana y trabajo en la promoción y educación de la salud.

Creo que este número 50 de nuestra revista es un aniversario simbólico del trabajo de la **Asociación Mutualista** por la Prevención de las Enfermedades y la Promoción y Protección de la Salud. Recuerdo los orígenes de este trabajo; la constitución del Equipo de Medicina Preventiva que realizó una obra señera en la introducción del chequeo anual para los empleados del Banco Provincia y su derivación a mayores complejidades según lo hallado en este estudio.

Los estudios epidemiológicos resultantes del análisis de los datos hallados, permitió lógicamente conocer los problemas más frecuentes de salud y la necesidad de abordar planes de educación y control de riesgos para la óptima promoción y protección de la salud.

Sin dudas también debemos recordar que sería iniciativa de la Comisión Directiva presidida por Rubén Loureiro, la que brindó mayor protagonismo a la tarea de prevención, protección, comunicación y promoción de hábitos saludables, acompañada además por los encuentros de adultos mayores que seguimos realizando en la actualidad en diversas localidades del interior. Desde el año 2004 esta sería una preocupación constante y una permanente ocupación de la Comisión Directiva que conduce los destinos de nuestra Entidad. Ha esto se le debe sumar, no menos importantes, los Congresos sobre Promoción y Protección de la Salud y la serie de charlas preventivas realizadas en el Museo del BAPRO.

La aparición de la Revista VAMOS de AMEBPBA, realizada por la División Orientación y Difusión, se convirtió así en el vehículo más idóneo para **llevar a todos los afiliados los consejos para los cambios en el estilo de vida**, en el control de adicciones (incluyendo tabaquismo, alcoholismo, juego, etc.), en los cuidados que cada estación del año merece considerar, en la **socialización de nuevos conocimientos**, de **nuevos tratamientos** y de la **incorporación**

de nuevos servicios en la Asociación Mutualista.

Existen pocos medios dedicados tan específicamente a esta tarea. Pero quizás la acción más trascendente es la publicación de la **"Guía de la Buena Salud"**, verdadero compendio de todo lo trabajado para la **educación y la prevención**, obra singularmente importante y que ha sido adoptada por diversas instituciones de salud. Recordemos que la ***promoción de la salud*** ha sido definida como *el proceso mediante el cual los individuos y las comunidades están en condiciones de ejercer un mayor control sobre los determinantes de la salud y, de este modo, mejorar su estado de salud*. Trabaja a través del **autocuidado**, decisiones y acciones que el individuo toma en beneficio de su propia salud; la **ayuda mutua**, acciones que las personas realizan para ayudarse unas a otras; y los **entornos sanos**, creación de las condiciones y entornos que favorecen la salud. Dentro de este concepto tiene sustantiva importancia la ***educación para la salud***, término que se utiliza para designar a las oportunidades de aprendizaje creadas conscientemente con vistas a facilitar cambios de conducta encaminados hacia una meta predeterminada, y la **promoción de la salud**, que se refiere a la protección específica contra los agentes causales de enfermedad, tales como la atención de la higiene personal, el uso de saneamiento ambiental, la protección contra los riesgos laborales, etc.

Por último hablamos de **prevención de la enfermedad** para designar a las estrategias para reducir los factores de riesgo de enfermedades específicas, o bien reforzar factores personales que disminuyan la susceptibilidad a la enfermedad, y la reducción de las consecuencias de la enfermedad, una vez establecida.

En todos estos campos se ha realizado una tarea encomiable, profunda y de gran resultado e impacto entre nuestros afiliados, por lo que simbólicamente este número 50 expresa el importante trabajo realizado en la comunicación para la salud.

Dr. Jorge Lemus

APASIONADOS
por lo que hacemos

SCIENZA
ARGENTINA

VENTA, DISTRIBUCION Y GERENCIAMIENTO
DE MEDICAMENTOS PARA TRATAMIENTOS ESPECIALES

Av. Juan de Garay 437 - (C1153ABC) - Bs. As. - Tel/Fax: (011) 5554-7890
Vtas. (011) 4126-7900 - Scienza responde: 0810-222-SCIENZA (7243)

ISO 9001 - 2008 BUREAU VERITAS Certification

www.scienza.com.ar

IMPRESIONES DE UN ENCUENTRO MUY ESPERADO

ENCUENTRO DE ADULTOS MAYORES EN VILLA GESELL

Inaugurando las actividades planificadas en el cronograma 2015, un hermoso día soleado nos inspiraba para comenzar con el Encuentro de Adultos Mayores en la Localidad de Villa Gesell, el segundo de la Costa Atlántica.

Tuvo lugar el día 19 de Marzo en la Residencia Parque Bonito, donde nos encontramos con un centenar de afiliados de diferentes puntos del Partido de la Costa, Mar del Plata, Pinamar, Las Heras, Necochea y Chascomus.

Para comenzar distendidos la jornada, los recibimos con un desayuno para luego iniciar las actividades para el día. La primera propuesta fue dividirse en grupos a fin de elaborar una representación a partir de una consigna presentada por las coordinadoras del Servicio Social de AMEBPBA.

De este modo y después de haber puesto en juego la creatividad, cada uno de los ocho grupos participantes se animó a actuar en el escenario, el humor, fue el protagonista y factor común en cada una de las actuaciones.

Acto seguido, recibimos la participación de los representantes de la "Casa de los Abuelos" dependiente de la municipalidad de Villa Gesell. Allí, se realizan diversas actividades y talleres para adultos mayores. Además, contamos con la asistencia de alumnos de los talleres de Folclore, Danza Terapia y Gimnasia Rítmica del citado centro.

Luego de las presentaciones, el baile, fue la excusa perfecta que tuvieron todos los presentes para disfrutar y compartir el momento.

El almuerzo con el Presidente de la Entidad, Sr. Jorge Pérez, nos permitió la reflexión a través de sus palabras de agradecimiento y alegría por la gran concurrencia y la buena predisposición de los participantes.

La presencia del Dr. Ricardo Iacub nos deleitó una vez más, con una charla sobre distintos aspectos por los que atraviesan los adultos mayores, abordando temáticas como la sexualidad, la estética y nuevas formas de envejecer, motorizando la interacción con los oyentes.

Al cierre de la jornada se llevó a cabo una importante reunión en el quincho de la Residencia Parque Bonito, cálidamente organizada por la Comisión Gremial Interna de Chascomús. Participaron de ella el personal activo de sucursales del partido de la Costa y Villa Gesell, y contó con la presencia del Sr. Oscar De Nigris directivo de nuestra Mutual. El objetivo principal fue favorecer la comunicación entre las autoridades de AMEBPBA, representada por el Sr. Jorge Pérez, y sus afiliados que vieron así, la posibilidad de canalizar todas sus propuestas e inquietudes.

Queremos agradecer la gran colaboración y actitud de todos aquellos que hicieron posible el éxito del Encuentro, y destacar en primer término a la Comisión Directiva de AMEBPBA a través del Sr. Luís Izaguirre y el Sr. Oscar De Nigris, como también a las autoridades de la Comisión Directiva de la Colonia de Vacaciones del Banco, a la administración y personal de la Residencia, en especial al Sr. Ezequiel López.

Por supuesto, nuestro reconocimiento a la Unión Jubilados por patrocinar -como en todos los encuentros- la charla de los profesionales invitados, a la Comisión Gremial Interna de Chascomús, a todos los gerentes de las sucursales aledañas del Bapro, y en particular, al Gerente local Sr. Alejandro Párraga y al Sr. Ernesto Latorre por colaborar con la difusión del evento.

Los esperamos en el próximo Encuentro, con las mismas ganas y entusiasmo con los que participaron.

Servicio Social

NewMed
INTERNACIÓN DOMICILIARIA
LIMA N°29 P.2 "H" • CABA
4381-0507
4384-7256
4383-8322
info@newmed.com.ar
www.newmed.com.ar

PRIMER ENCUENTRO DE ADULTOS MAYORES EN OLAVARRÍA

El 29 de Abril por fin llegamos a la ciudad de Olavarría, en el centro de la provincia de Buenos Aires, donde los afiliados nos recibieron cordialmente, brindándonos su presencia para el primer Encuentro de Adultos Mayores en esta localidad.

El Servicio Social de AMEBPBA, representado por la Lic. en Trabajo Social Agustina Di Mauro y el Lic. en Psicología Rubén Grillo, llevó a cabo la jornada de trabajo, entretenimiento y reflexión con los nuevos Adultos Mayores, jubilados del Provincia.

En esta ocasión el espacio se abrió con el agradecimiento de los coordinadores, para dar la bienvenida al público asistente. Rápidamente comenzó la disertación de la Lic. en Psicología Judith Jaskilevich, que con su amabilidad y simpatía conquistó a todos los presentes con una temática de actualidad que nos llevó a reflexionar sobre las diferentes formas de posicionarse en esta etapa de la vida, agiornándonos como protagonistas de los cambios que propone la sociedad.

Luego del almuerzo, la jornada giró en torno a recuperar al niño interior que cada uno lleva adentro. Comenzamos con el juego basado en recordar, poner ritmo y música a las canciones de nuestra más tierna infancia. El resultado fue maravilloso y lleno de alegría, convirtiendo el espacio en una sola risa mancomunada.

Posteriormente, mostramos las diferentes posibilidades de resolución de conflictos a través de la actuación, dando rienda suelta al ser creativo innato a cada sujeto, y donde el hecho de jugar nos permitió desinhibirnos casi por completo.

La jornada fue muy productiva, y este trabajo se logró también por la colaboración de todos aquellos que nos dieron una valiosa mano: el Sr. Juan Zambón, Gerente de la Sucursal Olavarría; el Sr. Pablo De Doménico, Jefe Operativo; las Sras. Fernanda Fortunato (Azul), Jimena Bahl (Olavarría), y al resto del personal de la sucursal.

Agradecemos a la Unión Jubilados, a los representantes locales Rubén Cataldo Naselli, José Rosende, Hugo Falabella, y a todos los integrantes de la Comisión Gremial Interna.

Por lo logrado y por la aceptación recibida, esperamos volver a encontrarnos el próximo año.

SERVICIO SOCIAL

El Sr. Jorge Pérez -Presidente de nuestra Mutual- quiere manifestar su agradecimiento por la cena compartida la noche anterior a la jornada junto al personal de la sucursal y autoridades del BAPRO: Luis del Mate, Jefe del Centro Tandil; Néstor Ferreyra, Subjefe del Centro Tandil; Eduardo Julio Laurens y Rubén Omar Tellería, Auditores; el Sr. Gabriel Hernán Cabot, Gerente de la Sucursal Tapalqué, Marcelo Fernández, Gerente de la Sucursal Azul, Juan Zambón Gerente de la Sucursal Olavarría, y a todos los integrantes de la Comisión Gremial Interna, especialmente a los Sres. Pedro Haitzaguerre, Fabián Marmisole, Héctor (Pelusa) Boggi, y Oscar Ribera.

A DONDE UD. SE ENCUENTRA

LA REVISTA DE LA MUTUAL EN TU COMPU

Un beneficio más para nuestros afiliados, al ingresar al sitio web de la Mutual (www.amebpba.org.ar), podrán acceder a la revista Vamos, tanto para leerla desde la pantalla, imprimirla y hasta compartirla.

Pensamos en esta nueva posibilidad dado el gran interés que demuestran nuestros afiliados al recibir la publicación bimestral que el equipo de Orientación y Difusión de la entidad prepara. Con cada aparición de esta revista de la Mutual son muchos los mails y llamados que recibimos para hacernos comentarios positivos acerca de la misma.

Desde hace más de 9 años esta entidad de salud realiza esta publicación institucional, que en su primera versión se realizó en formato periódico tabloide, y luego creció en páginas y contenidos transformándose en revista, tal como la conocemos actualmente. En cada edición Ud. puede encontrar novedades institucionales, beneficios para los afiliados, incorporaciones de profesionales y servicios, actividades destinadas a los diferentes grupos de afiliados, y notas de salud en las que se abordan las problemáticas más urgentes o prevalentes que afectan a nuestra gente.

Con un fuerte compromiso en la prevención de enfermedades y la promoción de la salud, Vamos está pensada para que AMEBPBA esté cerca de cada afiliado, y a la altura de las necesidades de la familia del Banco Provincia.

Ahora, gracias a las facilidades que nos brinda la tecnología, la revista de su Mutual de Salud llega a donde Ud. se encuentre a través de la pantalla.

Para acceder a esta opción realice los siguientes pasos:

Ingrese a www.amebpba.org.ar Si bien es aconsejable registrarse para poder ver todos los beneficios que tiene nuestro sitio, la revista se puede abrir y usar desde la página de inicio simplemente estando conectado.

Sobre el margen izquierdo en NAVEGACIÓN DEL SITIO encontrará la opción Revista Vamos, allí podrá ver la revista, descargarla, imprimirla y enviarla por E-mail.

Si accede desde el sector de noticias, haga un click en la imagen de la revista y podrá abrir un cuadro de diálogo que le permite ingresar a la publicación. Allí cuenta con varias posibilidades: Ver en línea o dirigirse al modo Descargar que remite a la publicación de VAMOS en formato PDF. Además encontrará la opción Versión para Imprimir y Enviar artículos por e-mail.

WWW.AMEBPBA.ORG.AR

Más Opciones para las Gestiones Asistenciales

Incorporamos más servicios para que nuestros afiliados gestionen todas las prestaciones asistenciales desde la computadora de su casa, oficina, o mediante el uso de dispositivos móviles como tablets o smartphones.

- Odontología
- Beneficios
- Psicoterapia
- Afiliaciones
- Turnos para estudios en Clínica AMEBPBA
- Consultas varias

En simples pasos:

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

+fácil +cómodo +rápido +seguro

Ante cualquier consulta comuníquese al
Centro de Atención Telefónica al Afiliado **0810-222-6888**.

DENUNCIA DE ACCIDENTES EN TRÁNSITO Y VÍA PÚBLICA

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.

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.

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 al **(011) 4121 - 2736 o al interno 2840**, enviando una comunicación del hecho por escrito a través de los números de fax **(011) 4121-2744** o por correo interno al Código de Ubicación 1851.

Asociación Mutualista

Bolívar 368 – Ciudad Autónoma de Buenos Aires

ASESORÍA LEGAL

Conmutador (011) 4121-2700
Internos 2736 / 2840

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

VACUNA ANTIGRIPAL 2015

La Mutual informa que ya se encuentra disponible la Vacuna Antigripal, Cepa 2015, recomendada por la Organización Mundial de la Salud para el Hemisferio Sur y aprobada por la ANMAT. Recibirán gratuitamente la vacuna las personas mayores de 65 años, niños entre 6 meses y 2 años de edad (con orden de profesional pediatra especificando dosis), embarazadas y los pacientes con prescripción de: Insuficiencia Cardíaca, Afecciones Pulmonares, Enfermedades metabólicas, Trasplante de Órganos, Insuficiencia Renal Crónica, Pacientes Inmunosuprimidos. Todos deben presentar la 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.

Valor Único: $105
(Efect. • Tarj. • Dif. 3 cuotas)
Aplicación gratuita en la Clínica AMEBPBA para los afiliados mayores de 16 años, de Lunes a Viernes de 8.00 a 20.00 Hs.
Los afiliados **menores de 16 años** deben concurrir a **Vacunar** o **Fundación Hospitalaria.**

- **Farmacia Admin. Central:**
Tel.: (011) 4121-2722/2723
Fax: (011) 4345-6179
Email: farmacia@amebpba.org.ar

- **Farmacia La Plata:**
Tel. (0221) 429-0160
Email: farmacialp@amebpba.org.ar

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

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.

Me dirijo a ustedes para agradecerles por las horas que dedican a nuestra salud.

Mi nombre es Lucas García, actualmente trabajo en sucursal Lincoln. A causa de la diabetes -enfermedad grave que abunda en estos tiempos y que lo ha complicado en estos últimos 12 años- mi padre tuvo que realizar sesiones de hemodiálisis, concurrir de doctor a doctor, con dolores y hasta amputaciones.

Gracias a AMEBPBA pudimos realizar todo su tratamiento y cubrir los gastos de sesiones de diálisis, de medicación, costos en habitaciones en clínicas, traslados en ambulancia, operaciones, coberturas médicas y demás. **La verdad, que me llena de tranquilidad tener esta mutual, que para mi es una de las mejores mutuales que existe hoy en día.**

Mi papá ahora esta en el cielo, y seguramente me está agradeciendo por hacer esta carta, porque a él siempre le gusto premiar a las personas que se lo merecían.

Quiero felicitar, especialmente, al **Sr. Alberto Moreno** que siempre nos atendió y estuvo a disposición de lo que necesitábamos. Simplemente los felicito por esta gran Mutual, y ojalá siga así por mucho tiempo.

Saludos.

Lucas García
Af. 41.723

Quiero agradecer por este medio a todas las personas de nuestra Mutual que hicieron posible que mi hijo, Federico, fuera intervenido quirúrgicamente -con todo éxito- en el Hospital Británico.

Mis felicitaciones son enviadas para las más altas autoridades y para los que siempre amablemente nos atendieron, sea personalmente o telefónicamente, quienes además nos brindaron sus palabras de aliento.

Da gusto verse respaldado por gente así y por la Mutual.

Mi eterno agradecimiento.

Guillermo Etchetto

Af. 26.973

Sr. Presidente de AMEBPBA

Quiero expresarle mi reconocimiento por el excelente trabajo que desarrollan en nuestra querida Mutual, la Comisión Directiva que Ud. preside junto con el personal médico, administrativo y mayordomía. Por su intermedio quiero hacerles llegar a todos mis felicitaciones.

Cordialmente.

María del Carmen Senra de Fayas

Af. 16.339

Me dirijo a Ud. a efecto de comentarle que el día 8 de Febrero del corriente año, debí internar en la Clínica AMEBPBA a mi padre, Eddie Hugo Pietrini Af: 7.149/8, por haber sufrido una fuerte hemorragia estomacal, siendo diagnosticado por los médicos de la Clínica, que sufría de dos úlceras sangrantes, con el agravante que mi papá está anticoagulado.

El motivo de la presente nota es hacerle saber tanto a Ud. como a sus pares de Comisión Directiva, la muy buena atención recibida por parte, tanto de los médicos y enfermeros de terapia intensiva, como así también de los médicos y enfermeros de la sala común.

Una vez dada el alta a mi papá y como consecuencia de la patología descripta más arriba, el día 19 de Febrero hubo que llevarlo nuevamente a la Clínica, **siendo atendido en la guardia por el Dr. Andrés Díaz Armas y acá quiero destacar la excelente atención y predisposición de este profesional**, tanto para con mi padre como para conmigo y mi hermana que estábamos en ese momento acompañándolo.

Mi papá ya está recuperándose en la casa, pero así como uno a veces se queja de las cosas que funcionan mal, no quería dejar de destacar la atención recibida por los profesionales de la Clínica y en especial la del Dr. Andrés Días Armas.

Sin más lo saludo cordialmente.

Hugo Oreste Pietrini
AF: 27.363

Sr. Presidente de AMEBPBA

Al cumplirse un año de haber sido intervenido por un trasplante cardíaco en la Fundación Favaloro, me dirijo al Sr. Presidente a efectos de hacerle llegar mi reconocimiento hacia la entidad que tiene a su cargo.

Asimismo, hago propicia esta oportunidad para hacer extensivo mi agradecimiento a todo el personal de la institución, quien en todo momento me atendió de forma excelente, poniéndose siempre a disposición ante las eventualidades que aparecían.

Reiterando mi gratitud, **no puedo dejar de manifestar mi orgullo por pertenecer a un grupo solidario como el de la Mutual, ejemplo de integración y administración de recursos.**

Saludos cordiales.

Edgardo Jorge Arburúa
Af. 19.165

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 Nº 368/74 – 1º Piso).

División Orientación y Difusión

Orientación y Difusión

TELÉFONOS PARA URGENCIAS

CIUDAD AUTÓNOMA Y GRAN BS. AS

EMERGENCIAS, URGENCIAS Y MÉDICOS A DOMICILIO.

Vittal
(011) 4000-8888 / 4556-4556.

Clínica AMEBPBA internación y derivaciones
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 a partir de las 20 hs.
Dom. y feriados 0800-666-0612

URGENCIAS ODONTOLÓGICAS

S.I.A.C.O.
(Sistema Integrado de Alta Complejidad Odontológica)
(011) 4819-9600
Paraguay 1350 - CABA
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
0810-333-8888

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 0810-222-6888, de Lunes a Viernes de 9 a 19 hs.

EMERGENCIAS PSIQUIÁTRICAS

Instituto de Macropsicología Salud Mental
0800-666-0612

OTROS TELÉFONOS DE UTILIDAD

CENTRO DE ATENCIÓN TELEFÓNICA AL AFILIADO

0810-222-6888
De Lun. a Vie. de 9.00 a 19.00 hs.
at_telefonica@amebpba.org.ar

CLÍNICA AMEBPBA

(011) 4127-6600 ***Líneas Rotativas***
Bartolomé Mitre 2040 – CABA
De Lun. a Vie. de 8.00 a 20.00 hs.
Sábados de 8.00 a 13.00 hs.

ADMINISTRACIÓN CENTRAL

(011) 4121-2700 ***Líneas Rotativas***
Bolívar 368/74 CABA

ATENCIÓN AL PÚBLICO

Autorización de órdenes
0810-222-6888
De Lunes a Viernes de 9.00 a 19.00 hs.
at_telefonica@amebpba.org.ar

OFICINA DE ODONTOLOGÍA

0810-222-6888
De Lun. a Vie. de 9.00 a 19.00 hs.
at_telefonica@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 nos proporciona seguridad acerca de la composición de su grupo familiar, y nos 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 **0810-222-6888** 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.

6° Encuentro de Adultos Mayores

La Plata

Círculo de Jubilados y Pensionados del Banco de la Provincia de Bs. As.
Calle 56 N°1071 (entre 16 y 17)
De 10 a 17hs.

25/6

Las actividades serán recreativas y de participación.

Taller de Reflexión auspiciado por la Unión Jubilados, organizado por AMEBPBA y coordinado por nuestro Servicio Social.

Informes e Inscripción: (011) 4121-2719/ 2759/ 2743
Por mail: serviciosocial@amebpba.org.ar
Confirmar asistencia hasta el 22/06/15

Clínica AMEBPBA

A.M.E B.P.B.A

UN BANCO QUE HACE

Nueva aplicación

BIP móvil

*Realizá **todas** tus operaciones bancarias desde tu celular o tablet.*

Más fácil, más cómodo y más rápido.

Bajate la app y empezá a operar.
Disponible para

Más información en
www.bancoprovincia.com.ar

@banco_provincia
@bancoprovincia
bancoprovincia

BA GOB. DANIEL SCIOLI

BUENOS AIRES **ACTIVA** COMO NUNCA

Banco Provincia
De tu lado

Banco de la Provincia de Buenos Aires. CUIT 33-99924210-9. Calle 7 N° 726, La Plata, Provincia de Buenos Aires