

VAMOS



Año X - N° 57



10 AÑOS DE TURISMO Y SALUD



CUIDADOS EN EL
USO DE PIERCINGS



PREVENCIÓN DEL VIH



ENTREVISTA A LA
DIRECTORA DE LA CLÍNICA



SUIZO ARGENTINA

Agregando Valor

**11 centros
de distribución**
estratégicamente
ubicados



más de
1300
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.



UN CÓDIGO COMÚN

Hay códigos que nos unen, que refuerzan vínculos de confianza y nos brindan además, la posibilidad del hacer solidario.

La satisfacción de llevar adelante estos preceptos, nos permite saludar la llegada del Cdor. Juan José Bauza, como nuevo Presidente de nuestra Entidad y, a la vez, reconocer en su figura a un gran ser humano y un profesional de profundo conocimiento de la Mutual.

La continuidad trazada, sintetiza el compromiso fundacional que esta Comisión Directiva hizo suyo.

Así y en nombre propio, quiero agradecer a todos los que me han acompañado en este trayecto entrañable, vivenciado a través de mi gestión. Convencido, además, que nuestra premisa Salud para Todos mantendrá viva su llama.


Jorge E. M. Pérez
Presidente

Comisión Directiva

AMEBPBA

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 SUPLENTE

Sr. Juan Carlos MÁSSIMO

Sra. Nilda Ofelia PERES de LOLLO

Sr. Alberto Néstor CAMEROTTO

Sr. Eduardo Rodolfo ALARCÓN



Realización: Orientación y Difusión
Bolívar 368/74 – Ciudad Autónoma de Buenos Aires
E-mail: orydif@amebpba.org.ar - contactos@amebpba.org.ar
REVISTA VAMOS - AÑO X N° 57 / septiembre-octubre 2016



VAMOS

Editorial	Pág. 3
Cuidados Seguros y la Meta de la Excelencia Médica.....	Pág. 5
A Mover las Neuronas	Pág. 8
Salud que se Disfruta	Pág. 9
La Mutual en el 70° Aniversario de la Unión Jubilados	Pág. 12
VIH: Un Mal que Sigue Presente en Nuestra Sociedad.....	Pág. 13
Entrevista a la Dra. Mercedes Panno Directora de la Clínica AMEBPBA.....	Pág. 16
El Presidente de AMEBPBA Presente en Encuentro de Jubilados	Pág. 21
Piercings en la Boca: Riesgos y Complicaciones.....	Pág. 22
Encuentro Anual de disCAPACIDAD	Pág. 25
Cómo Actuar Frente a un Incendio	Pág. 27
Encuentro de Adultos Mayores La Plata	Pág. 30
Correo de Lectores	Pág. 32
Teléfonos Útiles	Pág. 34

LA REVISTA VAMOS

EN TU COMPU



- * Novedades institucionales
- * Beneficios para los afiliados
- * Incorporaciones de profesionales
- * Servicios
- * Actividades para los afiliados
- * Notas de salud

www.amebpba.org.ar



CUIDADOS SEGUROS Y LA META DE LA EXCELENCIA MÉDICA

En la Clínica AMEBPBA de manera continua se realizan charlas, reuniones y ateneos interdisciplinarios con el objeto de alcanzar metas cada vez más altas en lo que atención médica se refiere.

Como parte fundamental de las acciones que desarrolla el Comité de Docencia e Investigación, conformado por los profesionales de nuestro centro de salud, se organizó una actividad centrada en la importancia de trabajar con el objetivo de alcanzar la excelencia médica en lo que atañe a optimizar cuidados seguros y eficientes para los pacientes.

Participaron distintos profesionales de la Clínica y la disertación estuvo a cargo del **Lic. Ariel Alejandro Palacios, Consultor Internacional en Calidad y Seguridad del Paciente.**

Este concepto puede ser definido como el conjunto de programas y estructuras de una entidad de salud tendiente a evitar situaciones adversas o efectos no deseados del proceso de atención. Para la OMS (Organización Mundial de la Salud), éste es un principio fundamental de la atención sanitaria, ya que en el desarrollo de toda práctica existe la posibilidad de

eventos adversos, y lo mismo puede aparecer en los productos, los procedimientos o en el sistema mismo.

La mejora de la seguridad del paciente requiere por parte de todos los componentes -ya sea recurso profesional como programas y estructuras- un esfuerzo complejo que abarca una amplia gama de acciones dirigidas a la optimización del desempeño, así como la gestión de la seguridad y los riesgos ambientales, el control de las infecciones, el uso seguro de los medicamentos y los equipos, la práctica clínica y el entorno en el que se presta la atención sanitaria.

ESTRATEGIAS DE ALTO IMPACTO

El profesional invitado manifestó que “todos los integrantes de las instituciones de salud deben saber que para alcanzar las mejoras necesarias en **cuidados y seguridad del paciente** hay que plantear acciones estratégicas de bajo costo para evitar los impedimentos institucionales, considerar que sean **de alto impacto para la población** a las que están dirigidas, y que sean redundantes en la eficiencia. Es decir, que haya más de una forma de controlarlas. Además se deben establecer los mismos sistemas de control para todos los ámbitos de la institución. Asimismo, las estrategias que se implementen tienen que ser obvias. No podemos suponer que se entendieron, debemos estar seguros. Esta manera de pensar y accionar nos ayuda a **ser más eficientes a la hora de implementar mejoras organizacionales**”.

Toda institución de salud debe **pensar, definir y diseñar un plan estratégico** en el que desarrollen cada una de las acciones que se realizarán para el cuidado del paciente. El especialista afirma que el éxito de las mejoras en la organización se calcula en 80% estrategia y un 20% de consenso entre las distintas áreas y protagonistas en el proceso de brindar salud.

El consultor en calidad afirmó que “es esencial producir un cambio en la forma de hacer medicina”, y ya sobre el tema de excelencia, la definió como “la filosofía de gestión que persigue el éxito a largo plazo de la organización mediante la **satisfacción equilibrada y continua** de las necesidades y expectativas de todos los grupos de interés de la misma”.





Esta meta se logra reflexionando y repensando las estrategias y los objetivos, “No alcanza con el esfuerzo de hablar de los problemas o hacer algunas cosas para solucionarlos. No es suficiente ser bastante buenos en lo que hacemos”, asegura el Dr. Palacios. **“Es absolutamente necesario internalizar las prácticas de calidad, seguras y eficientes** y estar convencidos que ésta es la forma de trabajar hacia la excelencia. Por otro lado, necesitamos el compromiso de la Alta Dirección, la responsabilidad real de todos los involucrados. **El salto a la excelencia lo dan las personas y las instituciones que no se conforman con ser demasiado buenas”.**

“Para alcanzar resultados estructurales y sostenibles en el tiempo, es necesario **construir una cultura de seguridad**, y para ello hay que **tomar al paciente como centro**, realizar listas de verificación, aprender de los errores, buscar soluciones, **fomentar liderazgos**, entre otras acciones tendientes a evitar y prevenir daños”.

En otro momento de su exposición, y sobre las acciones puntuales ineludibles en la atención, el profesional invitado enumeró “es muy importante incorporar una manera correcta y eficiente para la identificación del paciente en todos los procedimientos, **desarrollar comunicaciones efectivas, realizar un manejo adecuado de los medicamentos de riesgo**, reducir infecciones asociadas al cuidado de la salud y prevenir caídas, tanto de los pacientes hospitalizados como de los ambulatorios”.

Es importante trabajar para:

- *Establecer objetivos.*
- *Definir procesos.*
- *Pautar y estimular conductas.*
- *Ejercer controles certeros.*



Cerrando ya la charla se resaltó que **la idea que debe conducir** los consensos de trabajo necesarios para alcanzar la mejor calidad de atención para los pacientes **es la de progreso continuo**, y que es preciso saber que **la búsqueda de la excelencia médica con cuidados seguros y eficientes, es un camino progresivo y extenso que requiere del compromiso de todos.**

AMEBPBA ha asumido el desafío de abordar la calidad asistencial con una mirada integral y prueba de ello es la Re Acreditación que ha obtenido nuestra Clínica por parte del ITAES (Instituto Técnico para la Acreditación de los Establecimientos de Salud). Y esto se debe al compromiso asumido por parte de todos y cada uno de sus integrantes (directivos, médicos, técnicos, administrativos, etc.), para desarrollar con responsabilidad **la asistencia de calidad para nuestros afiliados, y trabajando incansablemente en la búsqueda de los mejores sistemas que garanticen procesos de excelencia en todos los niveles de la salud.**

Gestión Pro Activa de la Salud



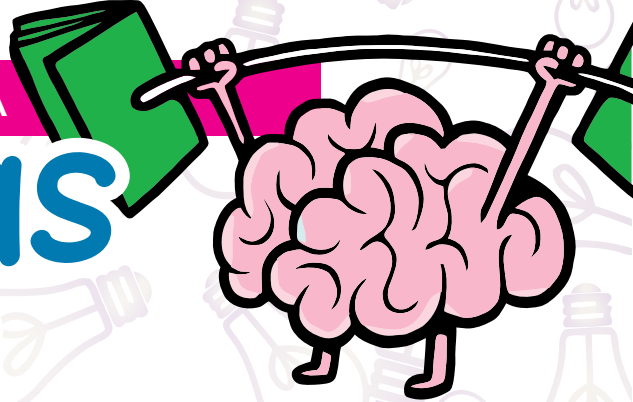
Tu vida está primero

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

vital

www.vital.com

A mover las neuronas



Nuevamente les acercamos actividades en las que pondremos a prueba la memoria. ¡A divertirse!

TODO CON "E"

Las palabras a las que remiten las definiciones sólo usan a la "E" como única vocal. ¿Puede descubrirlas?

1. **E** que sucede en la actualidad.
2. **E** honesto y honrado.
3. **E** para ahuyentar mosquitos.
4. **E** que está loco.
5. **E** de poca extensión.

CINCO VECES TRES

En cada uno de los esquemas, complete las palabras agregando siempre las mismas letras pero en distinto orden.

L	O	N				S
O				N	A	R
V				U	R	A
A	S	I				O
C	A	T				A

			M	A	D	O
C	A	P				L
V				I	C	O
B	E	S				L
G				L	L	O

Q				M	É	S
A				O	L	A
N	O				G	A
				N	I	ÓN
N				O	N	A

SALUD QUE SE DISFRUTA



El encuentro gestado por AMEBPBA y La Colonia cumple una década de actividad ininterrumpida. Vigencia, crecimiento constante y un compromiso que se renueva todos los años. Un espacio para una mejor calidad de vida construido junto a los afiliados.

El bienestar y la buena salud son estados que se nutren de diferentes fuentes. La atención médica y el acceso a las prácticas necesarias es algo indispensable, pero también lo son la prevención de las enfermedades, la promoción de la salud, y la incorporación de hábitos saludables.

A estos valores se suman las actividades recreativas, y el disfrute de entornos armónicos y sanos que ayuden a desempeñar mejor nuestras tareas cuando nos encontramos en actividad y que promuevan la recuperación de nuestras energías cuando descansamos.

Estos son aspectos de **una concepción integral de la salud, y es la forma en la que AMEBPBA concibe el bienestar**. Con el objeto de materializar esta visión en una acción concreta, hace 10 años los directivos de **La Mutual y La Colonia** gestaron un proyecto en el que se pudieran fusionar los servicios que ambas entidades brindan a los afiliados del Banco Provincia.

Por un lado, la posibilidad de viajar y gozar de un bello lugar. Por el otro, desarrollar una serie de acciones que ayuden a mantener la buena salud y que enseñen a conservarla. **La ecuación era sencillamente positiva: dos bienes sumados solamente puedan dar como resultado un bien mayor.** Y esa fue la columna vertebral de esa ambiciosa propuesta: **un espacio que aunara acciones para el bienestar psicofísico y realizado en un lugar cuya belleza fuera en sí misma un factor más para la armonía y el disfrute.**

De todos los destinos a los que habitualmente viajaba la familia del Banco Provincia **Tanti** fue la acertada elección por sus paisajes y esa atmósfera que invita a la paz y a la relajación. El domingo **9 de Septiembre de 2007**, un centenar de entusiasmados afiliados, acompañados por integrantes del Servicio Social de AMEBPBA, partieron con emoción desde Tacuarí y Moreno con destino a las sierras de Córdoba y dando origen a esta feliz propuesta que se renueva todos los años.



SER PROTAGONISTA

Uno de los objetivos de los encuentros de Turismo y Salud es generar el protagonismo de cada persona. ¿Y cómo se logra esto? Por medio de la participación y el desarrollo de destrezas y habilidades, generando nuevos lazos, brindando contenidos para cuidar la propia salud, descubriendo un sentido de pertenencia y compartiéndolo.

Los talleres que se programan tienen esas metas, y están pensados y elegidos para que junto al esparcimiento y bienestar se genere interacción y se afiance la integración entre los concurrentes y, si es posible, que estos vínculos se prolonguen en el tiempo. Hemos visto nacer más de una amistad que trascendió los muros de la residencia.

A lo largo de esto diez años de encuentros nuestra Entidad ha desarrollado con gran éxito y aceptación actividades de estimulación cognitiva por medio de talleres de memoria. Ha creado mundos de emociones, improvisación y juegos con los de Teatro, Risas y de Clown.

El baile en cualquiera de sus manifestaciones nos hace sentir nuevamente jóvenes, y, por otro lado, aporta una serie de invaluables beneficios para la salud: gastamos calorías, ejercitamos el cerebro recordando pasos, y desarrollamos equilibrio y coordinación entre muchas otras virtudes. Nos hace bien y nos divierte, y por ello cuenta con un importante espacio en los encuentros. No solamente como actividades programadas sino que también en las celebraciones de bienvenida, **festejando con disfraces la llegada de la Primavera, en el Día del Jubilado, y en la fiesta de la última noche**, momentos en que Turismo y Salud se llena de colores y alegría.

El arte, las **actividades recreativas**, las **charlas y debates** sobre temas de importancia para los afiliados son otras de las acciones con las que a lo largo de esta década ambas entidades **hemos podido brindar un**

CADA VEZ SOMOS MÁS

El éxito original de ese primigenio encuentro, el mayúsculo disfrute de las actividades y el interés demostrado en los talleres programados, hizo que la novedad se transmitiera de afiliado a afiliado y que la demanda para participar se hiciera cada vez mayor.

El número de interesados crecía, y a la satisfacción de haber logrado una actividad de gran aceptación se sumaba la responsabilidad de mantenerla en el tiempo y expandir sus benéficos alcances. Se generaron nuevos talleres, se pensaron más acciones recreativas, y para ello se tuvieron en cuenta las opiniones de los participantes que, a través de encuestas de satisfacción, ayudaban a que los encuentros fueran cada vez más reconocidos.

Hoy, la cifra primigenia de afiliados se ha triplicado, **llegando a 300 participantes que año a año eligen protagonizar este hermoso viaje**. Más de la mitad de ellos ya han formado parte de fechas anteriores, y quieren volver a vivir esta feliz experiencia. Uno siempre regresa a los lugares que le gustan y le hacen bien.



gran espectro de herramientas para la mejor calidad de vida.

Ya es o se suma la **participación de invitados especiales**. Profesionales médicos de amplia trayectoria, actores reconocidos que nos brindan sus técnicas para hacer emerger emociones y sentimientos, famosos escritores que nos aportan su experiencia y su conocimiento, han pasado por los encuentros de turismo y salud dejando recuerdos imborrables en los participantes. Cada uno de los invitados especiales se ha ido de Tanti sorprendido y reconfortado por la calidez, cariño y respeto con los que fue recibido en cada oportunidad.



UN COMPROMISO QUE SE RENUEVA CADA AÑO

Diez años, no es poco tiempo. Menos aún para que una actividad mantenga su vigencia y continúe generando seguidores. Cuando miramos los inicios y contemplamos el largo y fructífero camino recorrido junto a Uds., los destinatarios de nuestros esfuerzos, nos sentimos emocionados y satisfechos. Emocionados por el afecto que en cada jornada del encuentro nos manifiestan. Satisfechos porque hemos construido juntos este espacio. Y a la vez sentimos el desafío de hacerlo cada vez mejor y que muchos más afiliados se sumen a la propuesta.

Siempre renovado y con contenidos actualizados, cada año de Turismo y Salud es una cita obligada para quien quiera sentirse bien, gestar nuevas amistades, cultivar las ya establecidas y -sobre todo- aprender y ser protagonista. Gracias por estar con nosotros en cada paso.

Gestión Pro Activa de la Salud





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

LA MUTUAL EN EL 70° ANIVERSARIO DE LA UNIÓN JUBILADOS



*Entrega del presente (de izquierda a derecha)
Sr. Luís Oscar Izaguirre, Secretario AMEBPBA / Vocal UJBPA;
Jorge E. M. Pérez, Presidente de AMEBPBA;
Carlos Alberto Betaglio, Presidente UJBPA
y Félix Héctor H. De Lillo, Tesorero AMEBPBA / Vocal UJBPA.*

Con motivo del 70° Aniversario de la Unión Jubilados, AMEBPBA hizo entrega de un presente celebrando la trayectoria de esta institución que tanto ha brindado a sus afiliados.

En un emotivo acto que se llevó a cabo en la sede de la Unión el Presidente de La Mutual, **Jorge E. M. Pérez**, hizo entrega del presente a su par, **Carlos Alberto Betaglio**, en nombre de todos los integrantes de la Comisión Directiva de AMEBPBA.

Siete décadas hablan claramente de una rica historia y una vigencia que se traduce en los servicios para el personal retirado del Banco Provincia. Desde aquí, nuestras sinceras felicitaciones.

En el mismo acto, los directivos de ambas entidades firmaron la renovación del contrato por el cual se prorroga por dos años el comodato para el uso de las oficinas de Rivadavia 1157, en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires.

Esta renovación reafirma el espíritu solidario que une a todas las entidades que conforman la familia del Provincia.

VIH



UN MAL QUE SIGUE PRESENTE EN NUESTRA SOCIEDAD

*No se contagia por casualidad, por lo tanto la
prevención es una tarea de todos.*

El VIH es el virus originante de una de las enfermedades de transmisión sexual más frecuentes y por ello es fundamental incorporar a nuestra vida métodos de prevención para evitar el contagio, e incluso, la posible transferencia a nuestros seres queridos.

Los tratamientos antirretrovirales desarrollados en los últimos años han dado como resultado que muchas personas infectadas puedan mejorar su calidad de vida, disminuyendo las graves consecuencias que conllevaba esta enfermedad tiempo atrás. Sin embargo, según estadísticas, estos avances científicos tienen un aspecto no tan positivo. La posibilidad de tratamientos, el

descenso de la tasa de mortalidad y la cronificación (en algunos casos) de la afección al parecer han hecho que algunas personas pierdan de vista **la gravedad de esta dolencia**, y esto influye fuertemente en **el aumento de nuevos casos** ya que **no se le brinda la suficiente relevancia a los métodos preventivos**.

Un estudio elaborado por el Instituto para la Medición y la Evaluación de la Salud (IHME) de la Universidad de Washington, reflejó que en los últimos 10 años Argentina tuvo una tasa del 7,8% de nuevas infecciones por VIH, lo que representa que **la incidencia está creciendo más rápido que en otros países del mundo**, ya que en algunos de ellos los porcentajes han



PREVENCIÓN

Para evitar el contagio, debemos eliminar todas las conductas que generen riesgos:

- 🧴 Utilizar preservativo en todas las relaciones sexuales, de principio a fin. Incluso si se usan otros métodos anticonceptivos. El preservativo es el único método que protege del VIH y de otras infecciones de transmisión sexual.
- 🧴 Exigir el uso de materiales descartables o esterilizados cuando se realizan tatuajes, piercings, implantes, etc.
- 🧴 No compartir elementos que puedan tener sangre de otra persona: jeringa, cepillo de dientes, máquina de afeitar, etc.
- 🧴 Las mujeres embarazadas con VIH, deben realizar un tratamiento específico para que la enfermedad no se transmita al bebé.
- 🧴 Si tiene dudas de haber estado en situaciones de riesgo solicite la determinación en sangre.

Es sumamente importante que las personas con VIH conozcan su condición para iniciar el tratamiento correspondiente lo antes posible y **minimizar los riesgos de contagiar a otros**.

¿CÓMO ACTUAR SI ALGUNO DE LOS INTEGRANTES DE LA PAREJA TIENE VIH?

Si ambos poseen VIH, deben cuidarse utilizando preservativo para no reinfectarse, ya que esta afección tiene distintas cepas que cambian de persona a persona.

En el caso de querer buscar un embarazo, la pareja debe consultar a un especialista para realizar los tratamientos que minimizan el riesgo de transmisión al bebe.

La mejor forma de aclarar todas las dudas es visitar a un especialista, quien responderá sus preguntas.



disminuido. Asimismo, el boletín sobre infecciones del **Ministerio de Salud de la Nación** señala que hasta diciembre del año pasado se registraron anualmente en el país 6.000 contagios, unos 6.500 diagnósticos y 1.400 defunciones provocadas por el SIDA.

Por otro lado, una encuesta realizada por AHF (la organización de lucha contra el SIDA más grande del mundo con sede en Argentina) revela que **el 90% de los nuevos casos de VIH se produce por mantener relaciones sin utilizar preservativo**. El 50% de los encuestados afirmó utilizar protección "a veces", mientras que **el 29% directamente no la usa**.

TRANSMISIÓN

Se produce por tener contacto con la sangre y algunas secreciones de una persona infectada. Por ejemplo:

- 🚫 A través de relaciones sexuales sin protección.
- 🚫 Por compartir jeringas, máquinas de afeitar, elementos cortantes, etc.
- 🚫 En el momento del parto.
- 🚫 Por vía de la lactancia.

NO se trasmite por dar la mano, abrazar, besar, compartir un mate o realizar deportes de contacto con la persona infectada. Además, los mosquitos y otros insectos tampoco pueden transmitir el virus.

TRATAMIENTO

Gracias a la eficacia de los medicamentos, cada vez más personas con VIH no desarrollan SIDA, recuperan las defensas y llevan adelante una vida normal.

Además, existen procedimientos especiales para que las futuras mamás no transmitan el virus al bebé. Estos pueden variar en gran medida dependiendo si la mujer está en tratamiento o no.

Todas las campañas de promoción de la salud contra el SIDA hacen hincapié en **la importancia de conocer si se posee o no la enfermedad**. No sólo para evitar la transmisión, sino también para que el paciente inicie lo antes posible el tratamiento para lograr mayor efectividad.

Recuerde que la Clínica AMEBPBA cuenta con el Servicio de Infectología. Para solicitar turno comuníquese al Centro de Atención Telefónica

al 0810-222-6888

De Lunes a viernes de 9 a 19 Hs.

Por prestadores en su zona de residencia puede visitar el sitio web de la Mutual, www.amebpba.org.ar, y utilizar la herramienta BUSCADOR DE PROFESIONALES.



VIH O SIDA

Es importante conocer la diferencia entre un concepto y otro.

- El Virus de la Inmunodeficiencia Humana genera que la persona sea vulnerable ante una serie de infecciones, algunas de las cuáles pueden poner en peligro la vida. El VIH es un microorganismo que ataca y debilita el Sistema Inmunitario, responsable de la protección del cuerpo frente a agentes extraños y perjudiciales.
- El SIDA (Síndrome de la Inmunodeficiencia Adquirida) es el estado de la infección por el VIH, caracterizado por bajos niveles de defensas y la aparición de enfermedades. Este surge cuando aparecen infecciones oportunistas producidas por otros agentes que afloran cuando las defensas inmunitarias de una persona infectada son insuficientes. Es decir que el SIDA es la etapa avanzada de la infección causada por el VIH.

Una persona portadora de VIH no significa que tenga SIDA, éste último aparece cuando el sistema inmunitario se debilita y se hace vulnerable a otros agentes.

Gestión Pro Activa de la Salud



El equipo de Orientación y Difusión de AMEBPBA entrevistó a la Directora de nuestro Centro de Salud. Una charla en la que la profesional nos contó su trayectoria, los alcances de su cargo, los desafíos que representa y la relación con nuestros afiliados.



ENTREVISTA A LA DRA. MERCEDES PANNO DIRECTORA DE LA CLÍNICA AMEBPBA

Hablar con la Dra. Mercedes Panno es un placer. Espontánea, siempre con una sincera sonrisa, transmite calidez en cada respuesta a la vez que la invade cierta timidez a la hora de hacer las fotos para nuestra revista. Sus palabras suenan entusiastas y seguras cuando habla de los programas y objetivos para nuestra Clínica,

y al mismo tiempo se siente su emoción cuando recuerda haber recibido su título del recordado Dr. René Favalaro. Para realizar esta entrevista de sumo interés para nuestros afiliados gentilmente se hizo un tiempo entre su múltiples e importantes funciones, y sobre este tema en particular hicimos la primera pregunta de nuestra entrevista

Cuando uno piensa en su cargo nos imaginamos el cúmulo de responsabilidades que representa pero, ¿Cuáles son las funciones del Director Médico de un centro de salud?

El Director Médico es la principal autoridad profesional, desde el punto de vista de la atención, enseñanza e investigación clínica.

La responsabilidad de organizar y vigilar el funcionamiento de los profesionales y de las áreas productoras de salud cuidando especialmente la calidad de los servicios ofrecidos.

Algunas de las funciones más importantes son:

- Participar en la organización, coordinación, supervisión, control y evaluación de la Atención Ambulatoria, Internación, Servicios de Diagnóstico y Tratamiento y Servicios de Apoyo y colaboración Médica.
- Difundir, cumplir y hacer cumplir lo establecido en las normativas vigentes.
- Mantener una constante comunicación, tanto horizontal como vertical, formal e informal para armonizar actividades de atención de pacientes y coordinar las diferentes áreas de acción de los servicios.
- Detectar necesidades de capacitación y participar en el diseño y ejecución de actividades educativas, de capacitación y docencia.
- Coordinar, supervisar y evaluar el funcionamiento de los comités médicos establecidos (Comité de Ética, Comité de Docencia e Investigación, Comité de Calidad, etc)
- Observar la realización de procedimientos, analizar documentos, información estadística e indicadores para evaluar a través de ellos la producción, rendimiento, calidad y oportunidad de los servicios prestados y aplicar las medidas correctivas oportunas.
- Atender situaciones y reclamos planteados por pacientes, familiares y personal de servicios médicos que no pudieran ser solucionados en instancias previas.
- Procurar que las necesidades de equipos, instrumentales, materiales hospitalarios, e insumos críticos para los servicios médicos y otros artículos sean satisfechas a la brevedad posible, colaborando en el orden de las prioridades.

- Vigilar la calidad de los servicios médicos, incluyendo el trato a los afiliados.
- Controlar las actividades asistenciales, administrativas, docentes, de capacitación y de investigación en colaboración con los departamentos y comités respectivos.
- Elevar las necesidades de la clínica a la Comisión Directiva.
- Presentar a la Comisión Directiva informes y evaluaciones periódicas del rendimiento de la clínica y estadísticas, según se requiera o establezca.

¿Nos podría nombrar los aspectos más destacados de su carrera profesional?

El primero, a nivel profesional, fue al recibirme con Diploma de Honor en la Universidad de Buenos Aires por el año 1992. Luego me especialicé en Cardiología y la Residencia la realice en el CYCC **Fundación Favaloro**. Y mi gran orgullo fue que el título de Cardióloga lo recibí del, mismísimo, Dr René Favaloro, que, con su ejemplo, marcó mi accionar para mi futuro profesional.



Un emocionante momento, la Dra. Panno recibe su diploma de manos del Dr. René Favaloro.



¿Cuál fue su primera impresión al encontrarse en la Clínica AMEBPBA?

Fue muy grato ver la calidez de la Institución, del trato casi familiar, de los pacientes saludándose por su nombre en las salas de espera. Eso es algo inusual en otras Clínicas.

También fue muy agradable, escuchar la **preocupación de los miembros de la Comisión Directiva, por los pacientes**. Muchos de ellos llamando a diario para enviar sus saludos y su interés por brindar su ayuda tanto a los pacientes como a sus familiares.

¿Su designación como Directora representó un desafío a su carrera?

Es un gran desafío. Y es tal que continuó capacitándome para hacer frente a semejante reto que impone la actual situación general en el área de salud.

Es conocido por todos que la salud en la Argentina se encuentra en una situación complicada y la Clínica, siendo parte de este sistema, no permanece ajena a esta situación, pero me siento capacitada. Confío en mí y en los miembros de la organización para crear un clima institucional abierto y transparente.

Generamos plena CONFIANZA



SCIENZA
A R G E N T I N A

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)



BIO 9001 - 000
BUREAU VERITAS
Certification



www.scienza.com.ar



¿Cuál es el perfil actual de nuestro centro de salud?

Al ser el 2016 mi primer año como Directora Médica, me encuentro en un proceso de análisis para presentar a Comisión Directiva el perfil del Centro de Salud, es decir todo el mejoramiento de la Clínica, tanto en la parte Estructural (edilicia), Equipamiento y Funcional (personal). Gran parte de este terreno lo tengo ganado, por la acreditación en salud frente al ITAES. Esto ayuda muchísimo pero siempre existen cosas por optimizar y me encuentro abocada a eso.

¿Qué planes y programas se desarrollan en la Clínica?

En la actualidad tenemos en funcionamiento el **Comité de Docencia e Investigación** (CODEI) apoyando todas las capacitaciones del personal tanto médico como no, el **Comité de Control de Infecciones** (CCI) evaluando todo lo referido a estos temas, el uso racional de antibióticos, vacunaciones, la campaña contra la gripe, el Dengue, etc, y estamos próximos a formar el **Comité de Calidad**. Partiendo de la base de la capacitación permanente nos encontramos en el desarrollo de la Gestión Integral de la Comunicación, del Riesgo, y de la Calidad.

¿Se prevé implementar otros? ¿Cuáles?

Además del Comité de Calidad, estamos pensando en implementar **capacitaciones para la comunidad de afiliados y sus familias**: talleres de diabetes, prevención de caídas, etc. Contar con un **médico clínico de atención espontánea** en la guardia para mejorar los tiempos de atención, y estamos prontos a implementar el apto físico o examen de salud pre-deportivo "One Day" donde en un sólo día se realizará la consulta con el cardiólogo, análisis clínicos de laboratorio, electrocardiograma, ergometría y ecocardiograma según grupo etario y necesidad.

Y por último se ha diseñado un **Programa Anual de Capacitación** para todo el personal de la clínica, donde se encuentran enmarcadas las diferentes actualizaciones de capacitación que se realizarán en la institución.

¿Cómo describiría los recursos técnicos, profesionales y administrativos con los que se encontró en la Clínica?

Es un establecimiento polivalente de agudos con atención restringida a la gran familia BAPRO. El equipamiento técnico satisface ampliamente los requerimientos de todos los servicios. Contamos con profesionales y técnicos altamente capacitados para cubrir las especialidades más importantes. Un buen plantel de médicos de guardia y de excelencia en Internación.

El recurso en el área administrativa, cuenta con personal idóneo y altamente calificado para resolver cada caso en forma personal, reconociendo la **empatía y la calidez como su principal calificativo**.

¿Cómo es la población que concurre a nuestro centro?

Los afiliados que asisten a nuestro centro conforman una población con un promedio de edad en la Internación por encima de los 65 años. Esta particularidad la da el no contar con servicios como pediatría y gineco-obstetricia que se derivan a otros efectores. No es inusual ver en nuestra sala de Internación Clínica o Quirúrgica pacientes de hasta 100 años (o más).



¿Qué incidencia ha tenido en la Clínica la re acreditación por parte del ITAES?

Al llegar a la Clínica se encontraba en el proceso de Re Acreditación, esto me facilitó muchísimo tomar conocimiento de terreno.

Me di cuenta que el personal, en su conjunto, se encontraba totalmente comprometido. La re acreditación del ITAES ratifica la **dedicación y el trabajo de los diferentes equipos** de profesionales, administrativos, mantenimiento, maestranza y de mucamas de nuestra clínica ante el desafío de la mejora continua. La distinción alcanzada en 2012 fue el punto de partida para esta **nueva etapa, con mayores exigencias y diferentes requerimientos que los años anteriores**. Más aun, **esta última etapa tiene validación internacional, y fue la primera en el país** por parte de la Institución Acreditadora.

Como producto de esta evaluación nuestra clínica recibió la acreditación plena por tres años con visitas de auditoria cada seis meses para valorar la continuidad y el progreso de las oportunidades de mejora.

¿Qué objetivos le gustaría alcanzar en su gestión como Directora?

Como directora me gustaría alcanzar los siguientes objetivos: determinar un rumbo para la Institución, posibilitar la comunicación abierta en todas las direcciones, crear un clima institucional transparente, saber escuchar, reconocer y aplicar propuestas

razonables. Facilitar la comunicación del afiliado y establecer vínculos de aprecio y afecto. Con respecto al compromiso con la mejora continua mis objetivos son optimizar los procesos, detectar errores, reducir desperdicios, minimizar el índice de contaminación al medio ambiente, acortar tiempos de espera, aumentar los índices de satisfacción de los afiliados y mantener la motivación y el compromiso con toda la organización.

Dra. Mercedes Alejandra Panno

- Médica - Diploma de honor - (UBA)
- Residencia de cardiología clínica- Instituto de cardiología y cirugía cardiovascular de la fundación universitaria Dr. René G. Favaloro.
- Especialista en ecocardiografía - Sociedad Argentina de Cardiología
- Fellow de perfeccionamiento en Cuidados Intensivos Telemétricos - Fundación Universitaria Dr. René G. Favaloro.
- Especialista en medicina nuclear - (UBA) y Comisión Nacional de Energía Atómica (CNEA)
- Investigadora de Estudios Clínicos y Entrenamiento de Normas GCP – (FEFYM)
- Posgrado en Administración de Proyectos en Salud Instituto Universitario Escuela de medicina del hospital italiano.
- Posgrado en Planeamiento Estratégico y Gestión de la Calidad en Hospitales e Instituciones de Salud - Universidad CAECE





Horacio Manzotti - Francisco Pachón - Hugo Marré - Néstor Lombera - Alberto Campo - Jorge E. M. Pérez - Mario Busto Norberto Peruchena - Jaime Kremer - Jorge Abarrategui - Héctor Cabrera - Ernesto De Ibarreta - Julio Folini - Ramón Dragui - Néstor Sala - Luis Basterrechea - Carlos González - Luis Dulau - Juan Pardo - Jorge Corrado - Juan Merlotti

EL PRESIDENTE DE AMEBPBA PRESENTE EN ENCUENTRO DE JUBILADOS

Semanas atrás el Presidente de AMEBPBA, Jorge E. M. Pérez fue nuevamente invitado a la reunión que desde hace 28 años realiza un jovial grupo de jubilados en el Club Vicente López, en su mayoría de Casa Central, al que se ha sumado personal retirado de otras sucursales.

Mensualmente se reúnen para cultivar esa amistad duradera y, a la vez, desarrollar un rol social, manteniéndose al tanto de la actividad de los servicios de las diferentes entidades del Banco Provincia.

Como es habitual, el directivo de nuestra entidad fue excelentemente recibido y compartió una jornada en la que respondió todas las consultas acerca de la actualidad de La Mutual.

Los dejamos con algunas fotos de este momento.



PIERCINGS EN LA BOCA

RIESGOS Y COMPLICACIONES

Una forma de adornar el cuerpo que encontramos habitualmente. Quienes los usan suelen desconocer las serias complicaciones que pueden producir. Fracturas dentarias, problemas de deglución y alteraciones del habla son sólo algunos de ellos. En este completo artículo el Servicio de Odontología de AMEBPBA nos informa todo lo que hay que saber.



Desde hace un tiempo se impuso entre los jóvenes la moda de los piercings, es decir las perforaciones de tejidos y la colocación de aros o piezas metálicas. En un importante porcentaje esta forma de expresión, causa complicaciones de salud que muchas veces se desconocen y cuyas consecuencias se viven una vez realizada la perforación. Pese a que la colocación de los mismos suelen realizarlas personas que se han preparado para ello, éstos no son profesionales de la salud y no poseen los conocimientos, anatómicos, histológicos, quirúrgicos y farmacológicos que requiere la práctica.

Por ello, uno de los primeros inconvenientes que

observamos en algunos casos son hemorragias, infecciones, inflamación, dolor, trastornos de la sensibilidad -como adormecimiento, disestesias- y parálisis, dependiendo del sitio de la boca elegido.

Los ubicados en la lengua suelen producir hinchazón de la misma, dificultando el habla y -si progresa- pueden producirse obstrucciones peligrosas. La lengua es un órgano muy sangrante y las hemorragias también son de observación corriente.

Los "aros" que suelen instalarse consisten en una sección cilíndrica de algunos centímetros que culmina en una pequeña esfera o punta. Cuando el vástago de



los que se colocan en la lengua y los labios es muy largo pueden moverse entre las arcadas dentarias al masticar y se han producido **numerosas fracturas de piezas llevando en muchos casos a la necesidad de endodoncia o extracciones.**

Los ubicados en labios también pueden rozar las encías produciendo trastornos periodontales, sobre todo en incisivos inferiores. Al implantarlos pueden dislocar conductos excretores de glándulas salivales menores y producir en la parte mucosa de los labios, los clásicos mucoseles (quistes de retención mucosa) que, si bien no constituyen una patología seria, requieren tratamiento quirúrgico.

En cualquier lugar que se los coloque pueden generar con el tiempo crecimiento de tejidos que muchas veces terminan siendo un impedimento para continuar con el uso del piercing y deben ser operados para resolverlos.

Otros inconvenientes frecuentes son las infecciones micóticas, virales y microbianas que acompañan a su colocación y permanencia. **Aumento de la salivación, alteraciones del gusto, dificultades para hablar, masticar y deglutir, erosiones mucosas de diverso grado, son otros frecuentes problemas vinculados al uso de estos elementos.**

Los inconvenientes más serios se deben a la deglución y aspiración de los piercing, necesitando muchas veces intervenciones quirúrgicas de cuidado que ponen en riesgo la vida.

RIESGOS EN LA ZONA BUCAL

🔊 **Resección gingival:** consiste en la retracción de las encías, dejando más superficie dental al descubierto. Esto causa el movimiento y posterior pérdida de piezas dentales.

🔊 **Enfermedad periodontal:** el continuo contacto entre el diente y un objeto metálico puede causar la acumulación de placa bacteriana y por ello los problemas que ésta trae.

🔊 **Traumatismos dentales:** son bastante comunes y pueden ir desde simple rozamiento hasta el astillamiento o la fractura de alguna pieza.

🔊 **Alteraciones del habla:** el hecho de tener un piercing, sobre todo en la lengua, altera la pronunciación de algunas consonantes como R, S, T y L. Esto es debido al golpe que provoca la joya con el paladar.

🔊 **Maloclusiones dentales:** el tener un cuerpo extraño en la cavidad oral modifica el movimiento de la lengua y la posición de los dientes y -por consecuencia- la mordida.

🔊 **Halitosis:** puesto que puede causar la acumulación de placa bacteriana también provoca mal aliento.

🔊 **Alteraciones del gusto:** Al ser un objeto metálico perforado dentro de la boca es posible que afecte al sentido del gusto.

🔊 **Ingestión del piercing:** Dado que son objetos desmontables, es posible que involuntariamente se trague el piercing.

Ante la seriedad de las complicaciones que conlleva esta práctica, la Asesoría Odontológica de la Mutual advierte que se trata de una moda riesgosa para la salud bucal y recomienda prescindir de su utilización.

**SERVICIO DE ODONTOLOGÍA
AMEBPBA**



PREVENCIÓN BUCODENTAL PARA
LA EMBARAZADA Y EL BEBÉ

POBA

boca sana es cuerpo sano

Prestaciones Odontológicas
Buenos Aires

**Cuidarte
y cuidar a tu bebé
es la propuesta
de POBA.**

El cuidado de la salud bucodental
es vital para el desarrollo
adecuado del embarazo y
de la gestación del bebé.

**CONSULTAS
SIN CARGO**

**SOLICITA
TURNO AL
0810 999 7264**

TURNOS Y CONSULTAS: 0810 999 7264 - Av Rivadavia 2464 C.A.B.A.
turnos@pobaodontología.com.ar www.pobaodontología.com.ar



ENCUENTRO ANUAL DE disCAPACIDAD

El 14 de Julio, y continuando con el propósito de acercarnos a los familiares de las personas con capacidades diferentes, llevamos a cabo el encuentro anual en las instalaciones que tan gentilmente nos brindara nuestra entidad hermana "La Prove" y a la cual agradecemos cordialmente.

Un grupo de papás se dieron cita para interesarse por la propuesta que este año el Área de disCapacidad de AMEBPBA había preparado para la ocasión, y que especialmente puso foco en tres temas: **integración escolar, conductas conflictivas y vida adulta**. Los coordinadores del área Agustina, Silvana y Vanesa (Licenciadas en Trabajo Social), junto a Rubén (Psicólogo), abrieron la jornada bajo la consigna de mencionar una palabra o concepto que pudieran asociar por cada título propuesto. Tal fue la participación que surgieron un sin fin de palabras.

Para el primer tema, la **Integración Escolar**, emergieron conceptos como **APOYO - ADAPTACIÓN AMOR - ANDAMIAJE - ORIENTACIÓN -**

PERSEVERANCIA - COMPROMISO - PACIENCIA ESCUCHA - SOLIDARIDAD - COMPAÑERISMO, entre otros.

En el caso de **Conductas Problemáticas**, el tema hizo aparecer términos como: **CAPRICHOS - PACIENCIA ORIENTACIÓN - LÍMITES - AMOR - ACUERDO COMUNICACIÓN - DIÁLOGO - FRUSTRACIÓN BERRINCHES y CONTENCIÓN**.

Finalmente, la consigna referida a **Vida Adulta** resultó sumamente movilizadora para los afiliados convocados ya que el ingreso de las personas con discapacidad a esa etapa de la vida despierta muchas incógnitas. Esto quedó plasmado en las cuestiones que surgieron, y entre las que podemos mencionar la **RESPONSABILIDAD - INCERTIDUMBRE - MIEDO AMOR - PAREJA - INCLUSIÓN - INDEPENDENCIA/DEPENDENCIA - APOYO - SALUD - ESCUCHAR**.

Como cierre de esta multitud de ideas y palabras, se resaltaron aquellas que se iban repitiendo en cada

uno de los ejes elegidos, al mismo tiempo que de parte de la coordinación se hizo hincapié en aquellas que faltaron y que no por eso son menos importantes como son el **DERECHO - ARTICULACIÓN - OBLIGACIÓN INTERDISCIPLINA**.

Tanto estas últimas como las que fueron surgiendo a posteriori nos permitieron continuar con la propuesta de taller, y reunidos en grupos, se les sugirió dramatizar sobre los tres ítems propuestos.

Esto permitió la representación de situaciones maravillosas que atravesaron las diferentes vivencias de los que estaban allí involucrados actuando la escena, dando la posibilidad de abrir el debate y discusión con la consecuente conclusión de aquello que entienden que debiera modificarse. Especialmente, en cuanto a la información y educación para con el resto de la sociedad que entre todos componemos.

De esta manera se dio por concluido el encuentro convocando e invitando a que cada año seamos más los interesados en la participación de este tipo de reuniones, ya que entendemos que para incluirnos necesitamos mezclarnos.

Queremos agradecer las palabras del Presidente de AMEBPBA, Jorge E. M. Pérez, que hizo mención de las diferentes localidades de las que provenían los afiliados concurrentes al encuentro (Bahía Blanca, Mercedes, La

Plata, Gran Bs As y la Ciudad Autónoma de Buenos Aires), y renovando el compromiso que La Mutual tiene con sus afiliados y, especialmente, con aquellos que necesitan mayor grado de cuidados y solidaridad.

Estuvieron presentes también la Sra. Jacqueline Devaux, integrante de la Subcomisión Discapacidad y la Sra. Mabel Brundo, ambas integrantes de la Comisión Directiva de nuestra entidad.

Sólo nos queda decirles ¡Gracias!. Por venir, por estar, y por comprometerse.

**Área disCapacidad
AMEBPBA**



RUTA 188 Y J. B. ALBERDI - JUNÍN (B)
TEL.: 0236 - 4407800/4441414
WWW.GRUPOLPF.COM.AR



Ante una emergencia, es fundamental contar con una estrategia previamente diagramada para evitar accidentes.



PLAN DE EVACUACIÓN CÓMO ACTUAR FRENTE A UN INCENDIO

Toda entidad que albergue personal, y que se preocupe por él, debe contar con un plan de evacuación diseñado para dar una óptima respuesta ante una situación de emergencia. Esta estrategia preventiva no sólo debe tener como objetivo cumplir con una ley, en este caso la N° 1346 que establece que todas las estructuras (excepto las viviendas residenciales) deben contar con un plan de estas características, sino que debe estar pensado y practicado para obtener los mejores resultados posibles.

Con esta meta, periódicamente en la Administración Central el Ing. Gerardo Crespo brinda encuentros de capacitación para saber cómo actuar frente a incendios u otras situaciones de emergencia.

En la jornada llevada a cabo semanas atrás el profesional puntualizó en las especificaciones de cada oficina de AMEBPBA, definiendo los roles fundamentales que se deben cumplir en el momento de la evacuación y detallando cómo debemos manejarnos frente a un incendio, qué se debe hacer y qué no. Además, hizo hincapié en que tener diagramado un

plan de evacuación, es fundamental para salvar vidas y que también se aplica a otros tipos de siniestros como escape de gases, peligro de derrumbe, etc.

Fue una charla dinámica y concisa, en la cuál se le atribuyó un rol específico a varios de los integrantes de La Mutual y en la que se simularon los pasos a seguir en el caso que se hiciera necesario evacuar el edificio.





LA IMPORTANCIA DE LOS ROLES

Cuando se genera un incendio u otra situación que amerite la evacuación de un edificio en el que se realizan tareas laborales, es muy importante trabajar en equipo y que cada integrante cumpla su función en el momento de poner en marcha el plan de evacuación. Éste previamente debe estar diagramado por la institución, y se deben cubrir ciertos puestos que hacen que el procedimiento funcione y sea efectivo.

Estos roles deben ser:

- **Director de evacuación:** Es el encargado de conducir todo el procedimiento y dar la orden de abandono parcial o total del establecimiento. También guía a los grupos de evacuación y de emergencia.
- **Jefe técnico:** Apenas dan la alerta, procede al corte de electricidad, ventilación, aires acondicionados y gas.
- **Jefe de seguridad:** Confirma la alarma e impide el ingreso al edificio del público. Además, llama a la ayuda externa y mantiene libres las vías de evacuación.
- **Suplente grupo director:** remplace a cualquiera de los tres anteriores.
- **Responsable de piso:** Es un miembro muy importante para la ejecución del plan. Se ocupa de guiar a todas las personas de su zona hacia la salida asignada. Luego de vaciar su sector, comunica al jefe de seguridad que la zona ha sido evacuada.
- **Grupo control de incendio:** Son los encargados de combatir el principio de siniestro. Asimismo, mantiene informado al director de evacuación sobre la situación de la emergencia. Cuando llegan los bomberos, informan las medidas adoptadas.

Frente a un incendio, como primera medida, debemos avisarle al resto de las personas que se encuentran en el edificio. Es fundamental pedir ayuda. Cuanto más rápido se ponga en acción el plan de evacuación, mejores serán sus resultados.

PRECAUCIONES EN EL HOGAR

- Disponga de ventilación que comunique con el exterior los lugares en los que hay cocinas, calefones o estufas de gas.
- Controle la instalación eléctrica.
- Nunca deje a los niños solos en el hogar. Evite que queden a su alcance fósforos, encendedores, etc.
- Evite fumar en la cama, puede quedarse dormido y generar un incendio.
- Antes de salir de casa o de acostarse, compruebe que no quede encendido ningún aparato que pueda originar un incendio.
- Aleje de las fuentes de calor productos de limpieza que sean inflamables (aerosoles, aguarrás, alcohol, etc.).
- Evite dejar velas encendidas.
- Al cocinar las corrientes de aire pueden apagar el fuego, esté atento.
- No deje repasadores, rejillas y trapos cerca de la hornalla de la cocina.
- Si la sartén se prende fuego mientras cocina utilice la tapa, el fuego se apagará por falta de aire.

¿CÓMO ACTUAR SI EL INCENDIO SE PRODUCE EN MI SECTOR DE TRABAJO?

-  Informe al resto de sus compañeros sobre la situación, principalmente al responsable de piso.
-  Mantenga la calma, no adopte actitudes que puedan generar pánico.
-  Ante la presencia de humo desplazarse al nivel del piso, cubriéndose la boca y la nariz con un pañuelo húmedo. El humo se eleva, el aire más puro se encuentra hacia abajo.
-  No encerrarse en baños o closets, ya que el humo y el calor invadirán toda el área.
-  Nunca vaya sólo a combatir el fuego. Recuerde que los encargados son el grupo de control de incendios.
-  No transporte bultos innecesarios.
-  Si no pueden salir, el responsable de piso buscará un ambiente con luz al exterior y colgará una prenda llamativa de color en la ventana, para que los expertos los rescaten.
-  Use las escaleras.
-  Cierre las puertas que atraviesa para demorar el avance del fuego.
-  El responsable de piso debe verificar la ausencia total de personas, antes de abandonar el lugar.
-  No regrese al sector en peligro.
-  Salga a la vía pública. Si está bloqueada la entrada, el jefe de seguridad le indicará lugares al aire libre (terraza, patio).
-  Si sufrió algún tipo de quemadura, por más insignificante que sea, lo mejor es acudir al médico para que éste de un diagnóstico certero y su respectivo tratamiento.

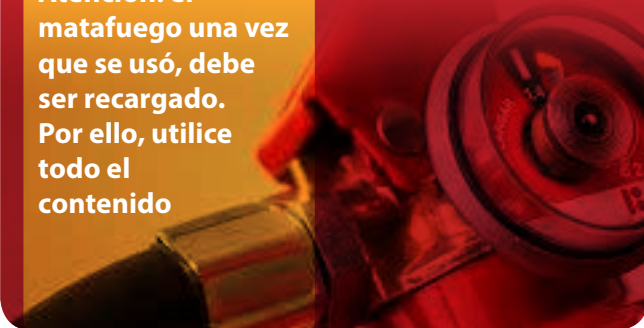


¿CÓMO UTILIZAR UN MATAFUEGO?

Una herramienta esencial que debe encontrarse en toda estructura edilicia.

- 1) Llevar el extintor hasta el lugar del incendio.**
- 2) Quitarle el seguro.**
- 3) Colocarse a una distancia de 3 metros del fuego, con la corriente de aire en la espalda y dirigirse a la base de la llama en forma de zigzag.**

Atención: el matafuego una vez que se usó, debe ser recargado. Por ello, utilice todo el contenido





ENCUENTRO DE ADULTOS MAYORES LA PLATA

Ya en su séptimo año, la Asociación Mutualista realizó un nuevo Encuentro de Adultos Mayores en la ciudad de las diagonales donde siempre somos recibidos con una calidez que nos asombra en cada oportunidad. Las autoridades del Círculo de Jubilados, a quien agradecemos profundamente, pusieron a nuestra disposición sus salones para llevar a cabo la jornada que comenzó aproximadamente a las 10 hs. con la llegada de los primeros afiliados.

La mañana se prestaba para agasajarlos con un exquisito desayuno, y así comenzar a intercambiar algunas palabras con ellos y, obviamente, dar la posibilidad del re encuentro entre aquellos que por una u otra razón han dejado de frecuentarse.

Luego de las palabras de los coordinadores, en este caso la Lic. en Trabajo Social Silvana Arturi y el Lic. en Psicología Rubén Grillo, dándoles la bienvenida, se dio paso a la charla-taller ofrecida por la Dra. en Psicología Graciela Zarebski, Vice Rectora de la Universidad Maimónides y autora de varios libros que hablan de su especialidad: **la Gerontología**.

El tema que la profesional desarrolló giró en torno a las causas psicológicas que ocasionan las caídas en

los adultos mayores, donde se pone de manifiesto que muchas veces **la aceptación del paso del tiempo juega un rol importante en las actividades que una persona pueda desarrollar**, más allá también de **una actitud pro activa que no estaría relacionada con la edad cronológica solamente**. Nos hizo saber que las caídas físicas muchas veces se anteceden con una caída emocional, y relacionó la fase pre y post jubilatoria como un factor desencadenante, apuntando a **la importancia de proseguir gestionando proyectos más allá de la condición actividad/pasividad**.



Luego del desarrollo teórico presentado, invitó a los participantes a reunirse en grupos para discutir sobre ejemplos de situaciones cotidianas relacionadas con la temática expuesta y para finalizar con la conclusión que cada grupo obtuvo de lo conversado. Los resultados fueron festejados por los asistentes.

Finalizada esta exposición nuestros compañeros profesionales de Clínica AMEBPBA, encabezados por la Dra. Susana Druetta -médica especialista en Medicina Física y Rehabilitación Fisiátrica, Jefa del Servicio de Rehabilitación de nuestro centro de salud- y su equipo (Lics. Gustavo Espínola y Luciana Trecozzi) acompañaron el desarrollo anterior con la muestra de cómo el individuo debería posicionarse, en la medida de lo posible, para caerse de una forma que no acarree mayores dificultades traumatológicas. Esta actividad fue ejemplificada por los profesionales e invitaron al público a realizar su propia experiencia.

Los aplausos recibidos en agradecimiento de lo vivido dieron paso a la hora del almuerzo, un servicio excelente con muchísimas exquisiteces para su degustación. El refrigerio generó un espacio para continuar compartiendo anécdotas y comentarios sobre el taller que habíamos desarrollado.

Alrededor de las 15 hs. retomamos la jornada proponiendo recuperar la esencia inocente de nuestro niño interno. Así fue que a través de canciones infantiles nos reunimos en grupos y jugamos a cambiarle el ritmo a las piezas seleccionadas. Risas, carcajadas, chistes y bromas hicieron de esta actividad un momento de alegría compartida.

Como cierre convocamos a los participantes a formar una inmensa rueda y por medio de una clara consigna debían argumentar con una sola palabra aquello que les ocasionó este nuevo encuentro. De esta forma surgieron palabras tales como: AMISTAD, PASIÓN, RED, ALEGRÍA, COMPARTIR, DIVERSIÓN, CREATIVIDAD y otras muchas más, que sonaron como corolario de lo producido por este evento.

Finalizando el encuentro, el Presidente de la Mutual, **Jorge E. M. Pérez**, agradeció al público presente por su participación como así también al **Sr. Carlos Piazza**, Presidente del Círculo de Jubilados La Plata, al **Sr. Eduardo Alarcón**, integrante de la Comisión Directiva de nuestra entidad. Asimismo agradeció a la **UNIÓN JUBILADOS** por su permanente colaboración, y realizó una mención especial al recordado **Sr. Raúl Quaranta**, quien ha dejado su marca entre la comunidad platense del Banco Provincia, siendo siempre un fiel defensor de los Servicios Sociales, destacando a nuestra Mutual.

Párrafo aparte merecen **nuestros compañeros de la Regional La Plata**, que muy amablemente nos ayudaron con la convocatoria.

Como decimos siempre, no nos despedimos sino que nos saludamos con un ¡HASTA LUEGO!

**Servicio Social
AMEBPBA**





NewMed

INTERNACIÓN DOMICILIARIA

LIMA N°29 P.2 "H" • CABA



4381-0507
4384-7256
4383-8322

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



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.

Quiero agradecer profundamente el trato dispensado en la Clínica y Mutual del Banco y no sólo esta vez, sino de todas las veces que concurrí a la misma. Siempre con una cordial atención, amabilidad, sonrisa y buena predisposición.

Los que vivimos en el interior estamos acostumbrados al trato de algunos profesionales que nos "despachan comercialmente". En cambio aquí, en nuestra Clínica, los especialistas son profesionales con todas las letras, excelentes personas y seres humanos, correctos en todo. En lo personal nuevamente me tuve que operar y, cómo la otra vez, fui muy bien atendido.

Agradezco al Presidente Jorge E. M. Pérez, al Sr. Miguel Melgar, a la Directora Dra. Mercedes Panno, al Dr. Federico De Rosa (cirujano), a la enfermera Patricia, al enfermero Franco y -en especial- a Natalia Feito, ayudante de coordinación del Área de Administración (impecable su trato, disposición, amabilidad, etc.).

También debo agradecer al sector de Farmacia, todos sus empleados son excelentes.

Que nos consideren seres humanos, no tiene precio.

Muchas gracias amigos de la Clínica y Mutual del Banco.

Vicente A. Carbonell
Af. 26.615

Recientemente me operé de várices en la Clínica. Al efectuar las visitas previas con el especialista correspondiente sabía que la cirugía sería a través del método tradicional, pero grande fue la sorpresa cuando presenté los estudios prequirúrgicos y el médico me informó que la intervención se haría por radiofrecuencia. La verdad, en mi opinión, es un avance muy importante de la Mutual ya que la cirugía prácticamente no deja heridas o secuelas. El post operatorio es más tranquilo, y en una semana se vuelve a la vida normal. Un avance importante en beneficio de los afiliados.

Mención aparte merece la calidez humana del Dr. Jorge Estrada (cirujano) quien me llamó a mi domicilio, el día que me había dado el alta, para saber cómo estaba.

Jorge Bacchiri
Af. 26.394



Agradezco enormemente todas las gestiones que por mi enfermedad realizó el Sr. Carlos Rivadeneira (Atención de Afiliados).

La presencia de una dolencia desconocida generalmente afecta al paciente en su aspecto físico y psicológico, lo que deriva a veces en un cuadro sumamente complicado. Todo ello cambia cuando se observa la buena predisposición de la persona que nos atiende, tratando de allanar los obstáculos que se presentan en un momento muy especial de la vida.

A la vez, quiero agradecer la atención que me ha brindado el Subgerente de la Mutual, Contador Carlos Álvarez, quién ha demostrado su amabilidad y buena voluntad en tratar de contribuir a resolver mi problema, como así también a todo el sector de Secretaria de Gerencia. También al personal profesional y directivo de la Clínica AMEBPBA por acompañarme cuando fueron apareciendo las primeras manifestaciones de mi enfermedad.

Lo expresado son todas circunstancias dignas de destacar y corresponde hacer mención de la obra que realiza el personal de nuestra querida AMEBPBA, que con su trabajo diario y su dedicación tienden a su engrandecimiento cumpliendo así con su función social.

Saludo a Ud. con el mayor respeto.

Enrique Raúl Roldán
Af. 12.793

Quiero agradecer a todo el personal de la Clínica AMEBPBA que, con tanto cariño y dedicación, atendieron a mi hermana Graciela Noemí Giordano de García (Af. 21.865).

Gracias a médicos, enfermeros, camilleros, mucamas, administrativos, Servicio de Hospital de Día (Sra. Susana), Hemoterapia (Sras. Laura, Valeria, Evangelina y Romina), Laboratorio y a la Farmacéutica Cecilia Rodríguez que siempre proveyó los remedios oncológicos.

Especialmente quiero destacar la atención brindada por la Dra. Mariana Kruss (Hematóloga), verla era la esperanza y la luz, siempre con una sonrisa, su gran comprensión nos ayudaba a sacar fuerzas para seguir adelante.

Dios bendiga a todos.
Muchas gracias.

Inés Giordano de Huttig
Af. 14.923

Por medio de la presente me dirijo a Ud. a fin de comentarle que después de casi 3 años de consultar con varios profesionales en Santa Teresita y Mar del Plata, sobre una dolencia que sufría mi esposa, Dios me iluminó y conocí a la Dra. Mirta Peralta, infectóloga de nuestra Clínica. En la primera visita detectó la dolencia y abordó el tema enseguida con un tratamiento prolongado y con la realización de varios estudios.

Quiero destacar la calidad de persona y profesional de la doctora, ya que mi familia le está muy agradecida por haber curado la afección que padecía mi esposa.

Agradezco a todos los que día a día se esfuerzan para que AMEBPBA pueda brindar un mejor servicio, como a Ud. Sr. Presidente y aprovecho para saludarlo muy afectuosamente.

Julio H. Escobar
Af. 22.842



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



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

INSTITUTO DE MACROPSICOLOGÍA SALUD MENTAL

(011) 4812 - 7755

4812 - 6822 / 4813 - 5420

De Lunes a Viernes de 9 a 20 hs.

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.

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

(011) 4121-2700

0810-222-6888

De Lunes a Viernes de 9.00 a 19.00 hs.

at_telefonica@amebpba.org.ar

OFICINA DE ODONTOLOGÍA

(011) 4121-2700

0810-222-6888

De Lun. a Vie. de 9.00 a 19.00 hs.

at_telefonica@amebpba.org.ar

NUEVO PEDIATRA EN CABA

Un nuevo prestador en la ciudad autónoma se suma a la cartilla de profesionales adheridos a la Asociación Mutualista. En esta oportunidad se trata del **Dr. Santiago Luis Galano**.

El profesional brindará atención en la especialidad de pediatría en sus dos consultorios:

Aguilar N° 2073 (Belgrano)

Giribone N° 1251 (Colegiales)

Para solicitar turno con el especialista en ambos consultorios, comuníquese al

(011) 15-6058-2431



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

WWW.AMEBPBA.ORG.AR



Realice sus gestiones a través de la web

- Autorizaciones Médicas
- Beneficios
- Afiliaciones
- Turnos para estudios en la Clínica AMEBPBA
- Consultas
- Farmacia



En simples pasos:

- Seleccione afiliado
- Seleccione tipo de solicitud
- Escriba mensaje descriptivo
- Adjunte archivo
- Envíelo



+ fácil + cómodo + rápido + seguro

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

BANCA
PERSONAL



PYME



CAMPO



INDUSTRIA



COMERCIO
EXTERIOR



 bancoprovincia.com.ar

 0810-222-2776

 **Banco
Provincia**