



encontacto

PUBLICACION TRIMESTRAL DE NOVEDADES Y SUGERENCIAS PARA LOS AFILIADOS DE OSMISS

Año 2 | Nº 7 | Diciembre 2008

Visítenos en www.osmiss.org.ar y para sugerencias envíe un correo electrónico a info@osmiss.org.ar

REFLEXIONES SOBRE ALGUNOS ASPECTOS DE LA SALUD MENTAL.

A diario escuchamos: "No se puede planificar nada, es como si no supiera que hacer".

La exposición constante a acontecimientos sociales, económicos, financieros y laborales que impactan sobre la realidad de la existencia de toda la población y, en especial, del núcleo de nuestros afiliados, cuyo target representativo se ubica en la denominada tercera edad, sin una salida previsible, provoca normalmente lo que podríamos denominar síndrome de ansiedad.

En la actualidad, dicha situación, afecta a personas sanas y con una relativa estabilidad psíquica que abruptamente se enfrentan con la falta de pautas sociales o económicas claras para tomar decisiones, acompañado ello del estado de permanente violencia que se vive en las calles, no sabiendo la población reaccionar frente a las situaciones que se presentan.

Aunque se desconozca estrictamente la incidencia de esta afectación mental y sus niveles, por falta de datos estadísticos veraces, no hay dudas en cuanto a su importancia cuantitativa y a su alta frecuencia.

Esta afectación se inscribe en el marco más amplio de las enfermedades mentales, que hoy tienen creciente incidencia en la población, especialmente en las grandes ciudades, aún cuando la misma no esté bien determinada.

Debe admitirse que la atención prodigada para el tratamiento de esta afectación está por debajo de las necesidades reales, incluyéndose la posibilidad de ser considerada como un problema ajeno a la atención médica.

En este orden de cosas, nuestra concepción de la salud implica que cualquier afectación del equilibrio psico-social de las personas es de competencia médica, singularidad esta que debe explicitarse frente a las actitudes motivadas por los arcaicos patrones existentes respecto de las enfermedades mentales, la importancia de los tratamientos y el errado concepto de incurabilidad.

Hoy debe reafirmarse la competencia médica sustentada en el conocimiento, cantidad y variedad de recursos con que cuenta la psiquiatría actual en lo concerniente a la promoción,

reparación y rehabilitación así como el resultado de los tratamientos psicosociales.

En ese marco, la salud mental deja de ser algo "abstracto" o "metafísico" y tiende a ser enfocada como una unidad psicorgánica inseparable de su contexto sociocultural.

Frente a la situación aquí planteada, la prevención primaria debe establecerse a los efectos de concientizar a la población de las agresiones psicológicas que los afectan, las que pueden incidir en su salud y que pueden provocar la aparición de enfermedades mentales.

Esta comunicación tiene esa finalidad.

En esa línea, la atención primaria conlleva las siguientes actividades necesarias para intentar enfrentar la situación descripta:

- Desde el punto de vista comunitario y psicosocial debería plantearse la regulación de los factores considerados como causas del síndrome.
- Desde el punto de vista socio-político debería procederse a la difusión de consejos y normas que permitan disminuir o abortar las agresiones psicológicas que se reciben a través de los medios de comunicación y el direccionamiento de mensajes aclaratorios de la situación a la que las personas puedan enfrentarse.
- Desde el punto de vista de las instituciones de salud debería procederse a un adecuado asesoramiento para suministrar información sobre el tema.

Ante una verdadera emergencia psiquiátrica, la atención de las personas debería plantearse en el marco de la prevención secundaria a través del cuidado domiciliario, guardias de emergencia, atención ambulatoria o internación.

Los tratamientos de recuperación psiquiátrica constituyen hoy una especialidad que normalmente garantiza una adecuada rehabilitación.

Estos tratamientos se realizan dentro de diversas estructuras, tales como, unidades de seguimiento, clubes de salud, talleres protegidos, inserción en casas de familias, colonias o granjas de rehabilitación o residencias transitorias.

En lo atinente a nuestros beneficiarios, la complejidad de las circunstancias aquí descriptas, deben ser consideradas a los efectos de mantener el equilibrio psicofísico personal que permita vivir con una calidad de vida superior, de allí la necesidad de integrar la salud mental con la orgánica.

Integremos la mente al cuerpo para obtener la armoniosa unidad de la condición humana.

Ing. Néstor E. Fernández
Presidente

URGENCIAS



5777-5555 / 0810-666-0911
24HORAS

CENTRO DE ATENCIÓN AL AFILIADO

0800-345-OSMISS (6764)
Call Center
24HORAS

SEDE CENTRAL DE OSMISS

A. Alsina 943 - 2º Piso
(CABA)
4334-6611 / 6644

ATENCIÓN

AFILIADOS



Regularice a sus familiares

Las personas que conforman el núcleo familiar de cada afiliado, poseen igual cobertura de salud que la que protege al titular. Inadvertidamente, algunos de estos familiares siguen afiliados a otra Obra Social, duplicidad que está expresamente desautorizada por la Ley 23.660.

Por ese motivo, invitamos al afiliado familiar que se encuentra en esa situación a que se presente en la sede de esta Obra Social sita en Alsina 943 2º Piso (C.A.B.A.), a fin de gestionar la unificación de cobertura y aportes en los términos del art. 9 de la Reglamentación del Sistema de Obras Sociales y del Sistema Nacional del Seguro de Salud (Decreto 576/93, texto según Decreto 1608/04).

En caso de que el interesado no se presentara, las normas vigentes nos obligan a informar sobre el particular a la Superintendencia de Servicios de Salud, a fin de que establezca el procedimiento a seguir.

Para cualquier consulta puede comunicarse con la
Sra. Myriam Mendes o el Sr. Pablo Romeo, al 4334-6611/6644 de 10.00 a 18.00 Hs.

IMPORTANTE

Señor/a Afiliado recuerde que frente a cualquier emergencia
Usted dispone para su atención de un CALL CENTER (0800-345-6764) durante las 24 horas.
Para efectuar cualquier consulta, actualizar datos filiatorios, aclarar cualquier duda o inquietud, **estamos a su disposición** en nuestra Sede Social, A. Alsina 943 2º Piso, CABA, de Lunes a Viernes de 10 a 18 hs.

VARICES

VARICES DE MIEMBROS INFERIORES

Las várices de los miembros inferiores es definida como la enfermedad que afecta al sistema venoso, de curso evolutivo, con gran tendencia a la cronicidad. Es la más común de las enfermedades vasculares periféricas.

Si no son tratadas a tiempo las várices provocan trastornos tróficos dérmicos tales como hiperpigmentación en el trayecto venoso dilatado,

eczema con intenso prurito denominado eczema varicoso y úlceras.

El sistema venoso de retorno de los miembros inferiores consta de tres sistemas importantes: sistema venoso profundo; sistema venoso superficial y sistema venoso comunicante.

CLASIFICACION

Las várices siempre se han clasificado en dos grandes grupos:

- a) Várices primarias o esenciales.
- b) Várices secundarias.

SINTOMATOLOGIA

Las várices primarias tienen como síntomas acompañantes a las dilataciones venosas: ardor plantar y en el trayecto de las venas dilatadas; todas estas molestias desaparecen cuando el paciente camina o adopta la posición horizontal (acostado).

Las várices secundarias en cambio presentan dolor, cansancio y pesadez de piernas al estar mucho tiempo de pie e hinchazón de la pierna afectada (edema venoso); estas molestias aumentan cuando el paciente camina y demoran mucho en desaparecer cuando el paciente se acuesta.

COMPLICACIONES DE LAS VARICES

Son varias. En orden de frecuencia tenemos:

- Varicoflebitis, proceso eminentemente inflamatorio; no infeccioso, cursa con febrícula, dolor en el trayecto venoso comprometido y enrojecimiento de la piel; cede simplemente con antiinflamatorios.
 - Tromboflebitis: a los síntomas de la flebitis se agrega induración de la vena comprometida; cede con antiagregativos plaquetarios, heparinoides, vendaje compresivo
- El tratamiento definitivo es quirúrgico; retirar las várices.

TRATAMIENTO

En el tratamiento quirúrgico se usa anestesia epidural, el paciente deambula apenas cesa el efecto anestésico y puede salir de alta a su domicilio el mismo día. Se administran analgésicos orales. Las vendas se retiran al tercer día y los puntos al séptimo día.

Las indicaciones operatorias en un paciente con várices esenciales corresponden: cuando la sintomatología se hace rebelde al tratamiento médico-dietético-farmacológico y cuando aparecen las complicaciones antes mencionadas.



CAUSAS

La sordera se puede presentar a cualquier edad, del nacimiento a la vejez.

Los padecimientos que puede causar o ser asociados con la pérdida del oído son los siguientes: - Infecciones en el oído - Fluido en el oído medio - Cera del oído - Agujero en el tímpano (perforación en la membrana del tímpano) - Problemas en la nariz o garganta, tales como: Alergias nasales, Problemas de sinusitis, Bloqueo en los tubos eustaquianos (tubos dirigidos de los oídos a la garganta) - Factores hereditarios - Defectos de nacimiento: Trauma, lesión o fractura - Ruidos - Desórdenes en el oído: Otosclerosis, Enfermedad de Meniere - Infecciones: Infecciones virales, Paperas.

SORDERA

Sordera significa la pérdida o disminución del sentido del oído y puede ser parcial o completa.



DIAGNOSTICO

El médico le preguntará sobre sus síntomas e historial médico y le realizará un examen físico. Como parte del diagnóstico, su médico puede tratar de determinar lo siguiente:

Ubicación del problema - este deberá ser determinado a través de exámenes.

Nivel de pérdida - también determinado a través de estudios.

Causa - no siempre es posible identificar la causa exacta de la pérdida del oído; si la causa es encontrada, esta información puede ayudar a guiar el tratamiento.

FACTOR DE RIESGO

Un factor de riesgo es algo que incrementa la posibilidad de adquirir alguna enfermedad o padecimiento.

Los factores de riesgo para la sordera pueden ser:

- Nacimiento prematuro.
- Incremento de la edad.
- La exposición a un ruido fuerte en el trabajo: Ruido industrial alto. Uso de maquinaria pesada.
- Exposición reiterada a un ruido fuerte: Armas (práctica de tiro al blanco). Música estridente.

PREVENCIÓN

Para ayudar a prevenir la sordera, evite ruidos fuertes. En caso de que los ruidos fuertes no puedan ser evitados, puede reducir su exposición a estos sonidos mediante el uso de tapones para los oídos, esponjas o protectores. También, siga precauciones para reducir las lesiones o enfermedades que pueden causar ciertos tipos de sordera.

No existe en la actualidad ningún medio efectivo para prevenir la sordera genética o congénita. El examen auditivo a los recién nacidos puede ayudar a asegurarse de que la pérdida de oído en bebés pequeños sea detectada y tratada en la fase más temprana posible.

TRATAMIENTO

El tratamiento de la sordera depende del tipo de pérdida auditiva. Las opciones pueden ser:

Tratamiento médico - por ejemplo, la remoción del serumen o el uso de antibióticos para tratar la infección del oído.

Apoyo auditivo - pequeños dispositivos que son usados detrás del oído; estos ayudan a amplificar los sonidos.

Cirugía, en algunos casos, se puede recomendar la cirugía para mejorar la audición; los tipos de cirugía pueden ser:

- Estapedectomía (para el tratamiento de la otosclerosis).
- Timpanoplastia (para un tímpano perforado).
- Tubos para timpanoplastia (para infecciones o fluido persistente en el oído medio).

Implante coclear, un dispositivo electrónico implantado quirúrgicamente que ayuda a proveer de sonido a una persona con pérdida auditiva severa sensorineuronal (Aunque el dispositivo no restaura completamente la audición, continúan apareciendo mejorías en la tecnología de implantes).

SINTOMAS

Con frecuencia la pérdida del oído se da gradualmente, pero puede aparecer de improviso. Los síntomas pueden ser: Dificultad para oír. Tintineos en los oídos (tinnitus). Mareos. Dolor de oído. La sensación de que el oído está lleno (como con un líquido o cera).

Los síntomas de sordera en niños pueden ser notados en estas etapas:

- De 1 a 4 meses: Falta de respuesta a sonidos y a voces.
- De 4 a 8 meses: Falta de interés por juguetes musicales. Falta de verbalización, tales como el parloteo, chillidos o hacer sonidos.
- De 8 a 12 meses: El niño no reconoce su propio nombre.
- De 12 a 16 meses: No habla en absoluto.

Todos los niños deben ser revisados para detectar pérdida de oído al momento de nacer para que la pérdida de la audición que ocurre antes del nacimiento, pueda ser uniformemente detectada antes de los tres meses de edad.

¡¡¡ Los integrantes de OSMiSS desean a todos sus afiliados y familiares un venturoso año 2009!!!



OSMiSS mantiene varios programas en el marco de un convenio firmado con la Mutualidad del Circulo de Ministros, Secretarios y Subsecretarios del PEN. De acuerdo al mismo, la Mutualidad realiza servicios sociales promocionales acordados con esta Obra Social, a los que tienen acceso los afiliados de OSMISS.

Programa de Prevención de Enfermedades Cardiovasculares

De acuerdo al Convenio oportunamente celebrado entre OSMISS y la Mutualidad, durante el transcurso de todo el mes de octubre se realizó un ciclo de exposiciones y actividades aplicadas, sobre la Prevención de Enfermedades Cardiovasculares (P.E.C.)

El programa abarcó los siguientes temas:

- Cuidado y prevención de la Hipertensión Arterial, Dislipemia, Sobrepeso y Obesidad; Alimentación saludable y Promoción de la actividad física.
- Los temas se desarrollaron en base a clases explicativas, charlas-taller, charlas-conferencias y ejercitación física.
- Las tareas docentes y operativas estuvieron a cargo de la Mutualidad, bajo la dirección del Lic. Julio Skoporada, con la colaboración de las Lics. Agustina Beacon, Claudia Espinosa y Guadalupe Lauría.

Programa de Capacitación en Computación

Son muchos los asociados que han decidido capacitarse en los cursos de computación que brinda la Mutualidad por medio de un acuerdo con el Instituto Argentino de Computación (IAC).

Se incorporaron diferentes niveles, para facilitar la adaptación a las necesidades de cada uno.

Espectáculos artísticos

OSMiSS ve con beneplácito los programas de concurrencia a diversas expresiones artísticas que realiza la Mutualidad, en base al otorgamiento de entradas a los afiliados interesados, mediante el sistema de sorteo.

En este sentido, OSMISS considera oportuno seguir trabajando con la Mutualidad, para ofrecer a nuestros asociados servicios y actividades diversificadas. Para esta finalidad podrá comunicarse a: talleres, cursos y mucho mas!!!

Teléfono: 4393-1243 (L a V 13-18)

E- mail: mutualdelcirculo@hotmail.com

WEB: www.osmiss.com.ar (Novedades Mutual)



Modificaciones de la Cartilla de Prestadores

ALTAS:

CLINICA MEDICA y MEDICO DE FAMILIA:

- **DRA. MARTINO, MARINA**

Carabobo 784
Flores - CABA
4631-7766/3350

OFTALMOLOGIA:

- **DRA. MORADEI BROWN PATRICIA**

Perón 1730, PB "10"
Congreso - CABA
4374-9291

ODONTOLOGIA GENERAL y PROTESIS:

- **DRA. ANDRE ANA MARIA**

Av. Corrientes 1844, 2º "A"
Balvanera - CABA
4375-2781

ODONTOLOGIA GRAL y ENDODONCIA(Sistema Cerrado)

- **DR. REYNA, JOSE NICOLAS**

Calle 44 N°1911 (e/133 Y 134)
La Plata - GBA - Zona Sur
(0221) 4140241

RADIOLOGIA (CUERPO ODONTOLOGICO):

- **TC MAX S. A**

José E. Uriburu 1044, 1º
Recoleta - CABA
4825-5559 (líneas rotativas)

OPTICAS:

RED DE OPTICAS HIPERVISION

- Av. J. G. Artigas 5063
Villa Pueyrredón - CABA
4572-6794
- Av. Triunvirato 4821
Villa Urquiza - CABA
4521-2368
- Azcuénaga 1092
Barrio Norte - CABA
4822-5840
- Francisco Beiró 5212
Villa Devoto - CABA
4648-1563
- Juan B. Justo 4073
Paternal - CABA
4586-1986
- Tte. Juan D. Perón 1500
Congreso - CABA
4372-3142
- Pte. Quintana 138
Lanús Oeste - GBA - Zona Sur
4225-2837
- Italia 7
Lomas de Zamora - GBA - Zona Sur
4243-8420
- Calle 47 N° 657
La Plata - GBA - Zona Sur
0221-424-5050

MODIFICACION:

NUTRICION:

- **DRA. BARBOSA GABRIELA MARINA**

Avenida Cruz 6720 - Lugano CABA
4602-8677/ 4605-6873

RADIOLOGIA (odontológica):

- **DRA. FIJTMAN, GABRIELA**

Rosales 380 - Ramos Mejía - GBA - Zona Oeste - 4469-0256

FARMACIAS:

- **SANAR 5**

Cramer 450 - Bernal - GBA - Zona Sur
4252-9029

BAJAS:

CLINICAS Y SANATORIOS:

- **FUNDACION FAVALORO** - CABA

MEDICO DE FAMILIA, CLINICA MEDICA y GERIATRIA:

- **DRA. TELLO SILVIA** - CABA

OFTALMOLOGIA:

- **DR. FUENTES ARTURO** - Recoleta, Villa Devoto - CABA

- **DR. HAFFAR HECTOR** - CABA

ODONTOLOGIA GENERAL y

PERIODONCIA:

- **DRA. BOHBOUTH, MARIA ALEJANDRA** - CABA

OPTICAS:

RED DE OPTICAS HIPERVISION

- Junin 1228 (Barrio Norte CABA)
- Tucumán 1542 2º A (Tribunales CABA)
- Alem 273 (Monte Grande - GBA - Z. Sur)