



OSMISS

Obra Social de Ministros, Secretarios y Subsecretarios

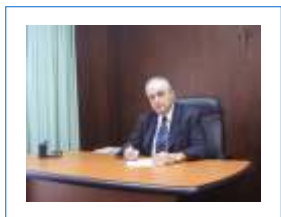


encontacto

PUBLICACION TRIMESTRAL DE NOVEDADES Y SUGERENCIAS PARA LOS AFILIADOS DE OSMISS

Año 5 | Nº 19 | Marzo 2012

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



REFLEXIONES SOBRE EL CUIDADO DE LA SALUD.

..." Porque cual es su pensamiento en su corazón, tal es él" ... (PROVERBIOS 23:7)

Nadie que se ocupe, directa o indirectamente, de la salud de los seres humanos puede ser ajeno al concepto de la esencia de la vida y consecuentemente de los hechos que la modifican. Es en el ámbito de esta alteración donde las ciencias de la salud estudian los desvíos buscando corregirlos.

La concepción de la vida humana se nutre en el convencimiento de que una persona es algo más de lo que se puede enunciar de ella en un momento dado; teniéndose cabal conciencia que cuando se busca cualquier situación individual del ser humano, la misma está articulada en un todo de infinita riqueza.

Se conoce hoy, que en el ser humano existen poderosos impulsos, indeterminados y libres; que en virtud de ellos, la existencia humana tiende a organizarse socialmente como base esencial de la supervivencia; como también que dentro de estas formas sociales existe una gran libertad creadora que, generación tras generación, examina su forma para conservarla o recrearla a su ciencia o conciencia.

Esto pone en evidencia que en el ser humano existe un impulso a la libertad y esta condición nos conduce a un atributo natural que es el libre albedrío, que no parece ser de naturaleza biológica.

En esta concepción, se presiente y se vive como presente el fundamento misterioso de la vida, que debe aceptarse como la que rige y palpita en cada ser viviente.

Se concibe así que la tarea de investigar la vida y sus expresiones, que aparenta ser una tarea especializada propia de la biología, no alcanza para interpretar la visión global de los seres humanos en el mundo que habitamos.

En el marco de esta reflexión general debemos reconocer que el estudio y práctica de la medicina se desarrolla en la búsqueda de la salud del cuerpo y la psiquis.

Desde mediados del siglo pasado la ciencia médica ha realizado importantes progresos. Los cirujanos introdujeron su bisturí en el corazón y en el cerebro, órganos considerados hasta entonces inaccesibles e

(continúa en página siguiente)

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**

(continúa nota de tapa)

Inviolables. Se impulsó el trasplante de órganos internos y el reemplazo de órganos por reproducciones artificiales, a punto de convertirse en cuestiones de práctica general. Se avanzó en la clonación y el conocimiento del genoma humano, lo que promueve avances más profundos. Los procesos de la farmacología han llegado a un punto en que ya no es una ilusión pensar en controlar las funciones de la memoria, del pensamiento, de la voluntad y paliar el dolor mediante drogas.

Vemos así que, mientras se desarrolla la investigación en las ciencias de la salud con la finalidad de mejorar la vida humana y en la medida que los médicos emplean esos conocimientos, aumenta el interés público por estas actividades. Hoy la medicina bien usada, puede aportar enormes contribuciones a la calidad de vida de las personas.

La innovación tecnológica y sus consecuencias dentro de la globalización mundial, nos trae una nueva visión del devenir. En el instante en que la sociedad industrial dió paso a la sociedad post-industrial, la medicina y su aplicación a "la atención de la salud" ingresó en un profundo proceso de cambio, acompañando a una renovada interpretación del ser humano, donde se presienten, se viven y se indagan los comportamientos y manifestaciones de ese ser que constituye el objeto de la ciencia médica.

En esta conceptualización, el hombre estudiado en el contexto de su lucha por la vida, presenta físicamente muy pocos elementos materiales que le sirvan aisladamente para enfrentarla, pero tiene en cambio, como específica facultad de su psiquis, la inteligencia creadora e instrumental. Ahora, también, si pretendiéramos considerar esta inteligencia sin tener en cuenta la singularidad de su organización biológica, no sería posible explicar ninguno de estos dos modos de la expresión humana (cuerpo y psiquis).

Es así que para el ser humano, el cuerpo y la psiquis son dos formas de expresión distintas de un proceso único y, a su vez, son partes de un mismo sistema biológico.

Según Abraham Maslow¹, hemos llegado al punto de la historia biológica donde somos ya responsables de nuestra propia evolución.

Ing. Néstor E. Fernández
Presidente

1. Abraham Maslow (Nueva York, 1908-1970) fue un psicólogo estadounidense conocido como uno de los fundadores y principales exponentes de la psicología humanista.



El Colesterol LDL o Colesterol "malo"

Cuando circula demasiado colesterol LDL (malo) en la sangre, se puede acumular lentamente en las paredes internas de las arterias que irrigan el corazón y el cerebro

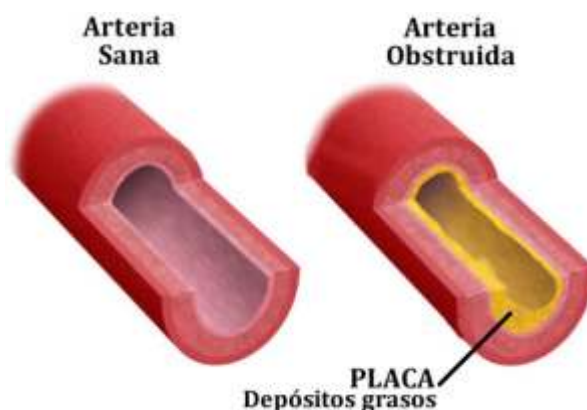
En conjunto con otras sustancias puede formar una placa, un depósito duro y grueso que puede tapan esas arterias. Este padecimiento se conoce como aterosclerosis. Si un coágulo se forma y bloquea una arteria ya estrecha, éste puede provocar un ataque cardiaco o un accidente cerebrovascular.

Los niveles de colesterol HDL y LDL en la sangre se miden para evaluar los riesgos de tener un ataque cardiaco.

El colesterol LDL de menos de 100 mg/dL es el nivel ideal. Menos de 130 mg/dL es casi lo ideal para la mayoría de las personas. Un nivel alto de LDL (más de 160 mg/dL o 130 mg/dL o más si tiene dos o más

factores de riesgo de una enfermedad cardiovascular) refleja un aumento en el riesgo de una enfermedad cardiaca.

Esa es la razón por la cual el colesterol LDL se denomina con frecuencia colesterol "malo".





¿QUÉ SON LAS CATARATAS?

La catarata es la pérdida de transparencia del cristalino. El cristalino es una lente transparente que tenemos detrás de la pupila y que nos sirve para enfocar nítidamente los objetos. Por una serie de circunstancias, enfermedades o más frecuentemente debido al paso de los años, el cristalino puede ir perdiendo su natural transparencia y convertirse en una lente opaca.

Por tanto una catarata será más o menos avanzada dependiendo de si la disminución de transparencia es mayor o menor. Cuanto mayor es la pérdida de transparencia del cristalino (o más avanzada es la catarata) mayor será la disminución de visión.



Causas

- Edad avanzada
- Diabetes
- Infecciones o traumatismos oculares
- Tendencia familiar

Las cataratas son una parte normal del envejecimiento. Cuanto mayor es la persona, mayor es la probabilidad de aparición y progresión de las cataratas.

Sin embargo hay ocasiones en que las cataratas aparecen en edades más precoces, sobre todo en personas que padecen determinadas enfermedades como la diabetes, inflamaciones intraoculares y alta miopía entre otras.

También pueden aparecer cataratas tras un traumatismo ocular o en algunas familias predispuestas. Casi tres de cada cuatro personas mayores de 75 años padecen de cataratas, la mayoría de las personas que tienen cataratas, las tienen en los dos ojos. Sin embargo, uno de los ojos puede estar peor que el otro, porque cada una de las cataratas se desarrolla con diferente rapidez.

Síntomas

- Pérdida de visión
- Molestias con luz intensa
- Pérdida de tonos de color

Normalmente las cataratas se manifiestan por una lenta y progresiva disminución de visión, ésta aparece nublada, desenfocada, o como si viera a través de un velo, y que no mejora al cambiar de gafas.

Esta disminución de visión suele ser más acusada en ciertos ambientes de luminosidad, por ejemplo en la oscuridad y con focos de luz, conduciendo se tienen problemas ya que las luces le deslumbran, o con luz solar intensa solar. Además se pierde la tonalidad de los colores.

Diagnóstico

Un examen regular de su vista es todo lo que se necesita para encontrar las cataratas. Su oftalmólogo le pedirá que lea un diagrama con letras para determinar cómo está su vista.

Probablemente le pondrán gotas en los ojos para agrandar las pupilas (los círculos negros en medio de su ojo).

Hacer esto le permite al médico ver dentro de sus ojos. Usando una luz brillante, el médico puede ver si las lentes están transparentes, y puede buscar otros problemas en la parte interior de los ojos.



Tratamiento

- Intervención quirúrgica
- Con diagnóstico correcto
- Cuando la vida normal se altere por la falta de visión

El tratamiento de las cataratas es fundamentalmente quirúrgico.

La operación de cataratas consiste en la extracción de la parte del cristalino que está opacificada y su sustitución por una lente artificial que se coloca en el mismo sitio que el cristalino original (lente intraocular), restaurando la visión que se había perdido a consecuencia de las cataratas.

LAS HEMORROIDES, ESA MOLESTA COMPAÑÍA

El 50% de la población mayor las padece. La mitad de la población, a partir de los 50 años, en algún momento de su vida, sufrirá de hemorroides. Cuando los signos aparecen, ya sea en personas jóvenes o longevas, no siempre es imprescindible operarlas como ocurría años atrás. Hoy existen tratamientos no quirúrgicos que solucionan de manera efectiva el trastorno.

Las hemorroides se dividen en dos grandes grupos:

- a) Las internas, que tienen como síntoma habitual el sangrado, dolor y picazón.
- b) Las externas, que se presentan con trombosis (formación de coágulo dentro de la vena hemorroidal). Si bien aparecen generalmente una separada de la otra, hay personas que combinan las dos: este es el caso de las hemorroides mixtas.

En los pacientes jóvenes es más frecuente la trombosis hemorroidal. Los cirujanos pueden solucionar rápidamente el problema del trombo. Llegan a la guardia con mucho dolor y en poco tiempo se soluciona con un procedimiento muy sencillo a partir de una incisión de dos o tres milímetros, con un bisturí, para sacar el coágulo. En los adultos surgen con más frecuencia hemorroides internas: el sangrado y el dolor.

El trastorno se produce por la suma de varios factores. Si bien hay un agente detonante, en las crisis intervienen tanto la genética como la alimentación inadecuada, los excesos de alcohol y cigarrillo, el sedentarismo, el estrés y la constipación, entre otros. También el embarazo puede favorecer síntomas.

Cuando las hemorroides presentan síntomas, lo primero que habría que hacer es recurrir a consulta médica.

Como primera medida el especialista indicará una dieta en la que se suprime las comidas y sustancias irritantes como café, alcohol, chocolate, picantes y condimentos.



Pero además, si el paciente es constipado, tiene que tomar dos litros de agua diarios, aumentar la cantidad de fibras (verduras, frutas y salvado) y tomar eventualmente, a modo de laxante, vaselina líquida. También, se le prohíbe todo tipo de alimento que contenga picantes y condimentos, como la pizza, chorizo, morcilla o guiso, manifiesta el doctor.

Además, en las hemorroides internas se indica supositorios o crema con corticoides, anestésicos locales y antiinflamatorios. Pero cuanto todo esto falla, se utiliza la cirugía.

Con respecto a la cirugía se han tejido muchos mitos. Hace 50 años atrás, operarse de hemorroides era bastante doloroso. No existía la misma calidad de analgésicos que hoy. En la actualidad, la cirugía de hemorroides es ambulatoria o con una internación de 24 horas.

Dentro de los tratamientos no quirúrgicos existen inyecciones esclerosantes, que evitan que las hemorroides prolapsen. Otro método utilizado es la ligadura de las hemorroides. Se ligan y no recibe la irrigación. El tejido se muere y cae. Dura minutos y es el último recurso no quirúrgico.



Sres. Afiliados OSMISS-ASSA:

Les recordamos que a partir del 1º de noviembre del corriente los siguientes estudios **NO REQUIEREN AUTORIZACION** para ser realizados en los Centros de Diagnóstico por lo que **NO** deben ser enviados por fax o mail a la obra social.

La misma **NO** puede ser exigida por el centro de diagnóstico para su realización:

- Laboratorio de alta y baja complejidad.
- Radiografías simples.
- Radiografías con contraste (seriadas).
- Ecografías nomencadas (abdomen, vesícula, riñón, mama, obstétrica, etc.).
- Electrocardiograma.
- Ecocardiograma doppler color y blanco y negro.
- Ergometría.
- Electroencefalograma.
- Holter de 24s cardíaco.
- Holter de electroencefalograma.
- Estudios audiológicos (audiometría, logo audiometría, timpanometría, impedanciometría).
- PAP y COLPO.
- Mamografía con y sin proyección axilar.
- Espirometría.

Copia de esta nota puede ser presentada ante los Centros de Diagnóstico prestadores de cartilla. Quedan por fuera del alcance de esta nota las instituciones sanatoriales, clínicas e institutos.

FEDERRATA: Este listado reemplaza íntegramente al publicado en la Newsletter N° 18



La Superintendencia de Servicios de Salud tiene habilitado un servicio telefónico gratuito para recibir desde cualquier punto del país, consultas, reclamos o denuncias especialmente sobre irregularidades de la operatoria de traspasos.

0800-222-72583 (SALUD)
Av. Roque Sáenz Peña 530 C.A.B.A.

www.sssalud.gov.ar

IMPORTANTE Tener en cuenta

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.

Estimados Asociados:

Le informamos que estamos trabajando en el cronograma de las actividades de Nuestra Mutualidad, las cuales se reiniciarán a partir del mes de marzo del corriente año.

Les recordamos que nos pueden visitar en nuestra Página web, donde podrán mantenerse actualizados sobre todas las actividades que se llevarán a cabo a lo largo del ciclo: Programas de Prevención y Promoción para la Salud (Talleres, Seminarios, Conferencias, videos-debates, etc); Cultura (visitas guiadas a museos, música, pintura, etc); Recreación (talleres de actuación, encuentros de camaradería, visitas guiadas, etc) y Turismo.

Le damos la bienvenida al año que se inicia, esperando que nos puedan acompañar.

Siempre trabajamos para que el que pueda disfrutar, sea usted.

Teléfono y horario de atención: 011-4393-1243 (L a V de 12 a 18 hs)

Página web: www.mutualdelcirculopen.com.ar

Casilla de mail: mutualdelcirculo@gmail.com

Modificaciones de la Cartilla de Prestadores

Altas

OPTICAS

RED DE OPTICAS HIPERVISION

- Conde 815
COLEGIALES - CABA - 4553-5370
- Juan Bautista Alberdi 4738
FLORESTA - CABA - 4683-5287
- Av. De los Corrales 7376
MATADEROS - CABA - 3971-4815
- Lavalle 575
MICROCENTRO - CABA - 4328-5674
- Panamericana Ramal Pilar KM 36,5 1° piso local 107 -
TORTUGUITAS (Shopping Tortuguitas Open Mall) -
ZONA NORTE - (03327) 42-4298
- Richieri 91 1° A Galería Norte
RAMOS MEJIA - ZONA OESTE - 4656-6235
- Montevideo 1398
BERISSO - ZONA SUR - (0221) 464-1562
- Calle 48 N° 863
LA PLATA - ZONA SUR - (0221) 424-4158
- Av. San Martín 1618
LANUS (O) - ZONA SUR - 4247-0356
- Acevedo 57
LOMAS DE ZAMORA - ZONA SUR - 4243-8770

Modificación

OPTICAS

RED DE OPTICAS HIPERVISION

- Azcuénaga 1025
BARRIO NORTE - CABA - 4822-5840
- Av. J. G. Artigas 5127
VILLA PUEYREDON - CABA - 4572-6794

Bajas

OPTICAS

RED DE OPTICAS HIPERVISION

- Av. Corrientes 2128 - CENTRO - CABA
- Florida 15 - MICROCENTRO - CABA
- Juan B. Justo 4073 - PATERNAL - CABA
- Av. Nazca 2051 - VILLA DEL PARQUE - CABA
- Pte. Perón 1456 (Loc. 36) - SAN MIGUEL -
ZONA NOROESTE
- Gorriti 281 - LOMAS DE ZAMORA - ZONA SUR

Recuerde que en la página web de la Obra Social se encuentra la cartilla completa y actualizada. Puede buscar por Plan, Zona y Especialidad de su interés.

www.osmiss.org.ar