



Obra Social de Ministros, Secretarios y Subsecretarios

encontacto

PUBLICACION TRIMESTRAL DE NOVEDADES Y SUGERENCIAS PARA LOS AFILIADOS DE OSMISS

Año 6 | Nº 21 | Diciembre 2012

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

LA IMPORTANCIA PRESTACIONAL DE LOS MÉDICOS DE FAMILIA.

En el marco de la atención de la salud, el primer escalón del proceso de toda atención integral por el cual la medicina se ajusta a las necesidades cambiantes de la persona en la sociedad, es el profesional médico encargado del cuidado primario de la salud.

Hoy se acepta a estos profesionales como médicos de familia, integrantes del primer nivel de cobertura prestacional, ya que por su carácter de generalistas y su especialización social, tienen una perspectiva integral del estado de salud-enfermedad de los pacientes a su cargo.

Estos atienden las dolencias prevalentes y se orientan hacia la optimización en el uso de los recursos disponibles, prestando un servicio médico preventivo y participativo.

Normalmente, las metas primordiales de un médico de familia son: el diagnóstico precoz y el conocimiento del núcleo familiar, su trabajo, sus costumbres, antecedentes patológicos y secuelas detectadas.

La actividad de los médicos de familia no se puede encuadrar estrictamente en el ámbito médico-asistencial, ya que la misma va más lejos y se extiende al terreno social, donde se estudia al paciente en el contexto en que vive, la familia y el ámbito social. Debe entenderse que estos integrantes son determinantes de muchas patologías que afectan la psiquis y que repercuten en el organismo.

La incursión de los médicos de familia en el campo social de los pacientes debe encuadrarse en un marco que representa un sistema de valores múltiples, dentro del cual se puedan abordar los problemas específicamente médicos.

El compromiso de un médico de familia con el beneficiario de la Obra Social es fundamentalmente con la persona, a quien va a dar atención mediante sus conocimientos.

Puesto que la persona que será atendida tiene una estructura psico-orgánica libre, dinámica y evolutiva en cuanto a su hacer, el compromiso que contrae el profesional de la salud implica una atención vigilante, continua y responsable.

(continúa en página siguiente)

URGENCIAS

DoctoRed

4644-5000 / 0800-333-6373

24 HORAS

CENTRO DE ATENCIÓN AL AFILIADO

Call Center las 24 HORAS

0800-333-6373

4334-6611/6644 L-V de 10 a 18 hs.

SEDE CENTRAL

**A. Alsina 943 - 2º Piso
(CABA)**

4334-6611 / 6644

Lunes a Viernes de 10a 18 hs.



(continúa nota de tapa)

La continuidad está dada por el grado de empatía médico-paciente que se logre. Ello permite que el médico de familia se interiorice de la personalidad del paciente, establezca la repercusión psicosomática de la enfermedad y detecte otras repercusiones sobre la vida en sociedad.

El compromiso adquirido por el profesional médico obliga a que éste interprete la enfermedad del paciente en un contexto familiar y social.

Esta misión global permite que el médico de familia realice una lectura mucho más amplia de la dolencia que se trata, introduciendo en ella posibles aspectos psicológicos y sociales que, a la vez, habilitan para comprender creencias, necesidades y apetencias, como también posibles carencias. Todos ellos son factores, que de alguna manera inciden en la evolución de la enfermedad.

Es así como el médico de familia se transforma en el primer eslabón del sistema de salud, ya que este conocimiento le permite un enfoque globalizador para dar satisfacciones adecuadas en el tratamiento de las enfermedades.

Aceptando también que la clave de una atención médica adecuada involucra la prevención y promoción de la salud, el médico de familia se encuentra en condiciones de utilizar el contacto con sus pacientes para aplicar ese enfoque y posibilitar el uso de sus beneficios.

El médico de familia debe así, para nuestros afiliados, formar el primer eslabón de la red prestacional de atención de OSMISS, ya que se lo debe considerar como asesor, guía y orientador dentro de los servicios de salud, para lo cual debe conocer al paciente a los efectos de brindarle el mejor consejo para una mejor calidad de su atención.

Podemos decir así, que el médico de familia resulta ser un clínico coordinador, que no solo evalúa las condiciones de sus pacientes y les aconseja ajustadamente, sino también que unifica y procede al análisis de todos los estudios y tratamientos necesarios, procediendo a la comparación de las historias clínicas correspondientes a cada afiliado.

Ing. Néstor E. Fernández
Presidente

Cómo es el control de alcoholemia (C.A.B.A.)

El control detiene un vehículo y le pide a quien conduce la documentación del mismo. Luego se invita al conductor a cumplimentar el test.

Cada control cuenta con:

2 agentes de policía

2 auxiliares

1 supervisor

1 móvil del SAME que supervisa los tres puestos.

1

Se utiliza un aparato que registra el grado de alcoholemia.

2

Se usa una boquilla descartable para cada conductor. Se sopla por la misma hasta que el silbido se detiene.

3

Se imprimen dos comprobantes con el resultado del test. Tienen valor de prueba judicial. Si da más de 0,5 g/l, existen tres opciones:



CONTROL DE ALCOHOLEMIA

El control o test de alcoholemia (BAC) mide la concentración de alcohol en sangre.

Se obtiene por medio de un porcentaje de la masa, la masa por el volumen o una combinación. Por ejemplo, un nivel de 0,2 % de alcohol en sangre significa 0,2 g de alcohol por cada 100 mL de sangre.

Al medirse por el alcohol detectado en el aire espirado, la unidad utilizada es la de miligramos por litro de aire, que en la práctica usual se convierte de forma convencional en gramos por litro de sangre, multiplicando por el coeficiente 2, aunque este test es menos preciso ya que la toma de medicamentos por inhalador o el uso de algunos enjuagues bucales con etanol pueden dar lugar a mediciones muy superiores a las reales.

En España actualmente la ley permite la conducción si la tasa de alcoholemia no supera los 0,25 miligramos por litro en aire espirado o 0,5 g por litro en sangre; excepto en los casos de conductores con menos de 2 años de carnet o los profesionales (camioneros y conductores de autobuses), en que la cifra es de 0,3 g/L

del alcohol en sangre, que equivale a 0,15 mg/L en aire. Por encima de estas cifras, se aplican las sanciones correspondientes en el llamado carnet por puntos, que prevé la retirada de 4 puntos; o 6 puntos si superan al valor límite en el doble.

En la Ciudad Autónoma de Buenos Aires quien conduce vehículos particulares con más de 0.5 g/l de alcohol en sangre o como profesional, con más de 0 g/l, es un conductor riesgoso que atenta contra el derecho de todos a circular de manera libre y segura.

El control de alcoholemia se realiza tanto para conductores particulares como para conductores de taxis, colectivos y camiones.

El alcohol es una sustancia inhibitoria que altera la percepción visual, el tiempo de reacción y la coordinación motriz. En casi la mitad de los casos de incidentes de tránsito, son partícipes conductores con más alcohol en sangre que el permitido para manejar.



Si viaja acompañado

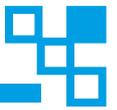
El acompañante puede tomar el volante para seguir viaje si el test arroja resultado negativo.

Si viaja solo

El control pondrá a disposición del conductor un celular para llamar a alguien que pueda retirar su auto.

Si evidencia ebriedad

El conductor recibirá asistencia médica y el vehículo será trasladado con cargo para el propietario.



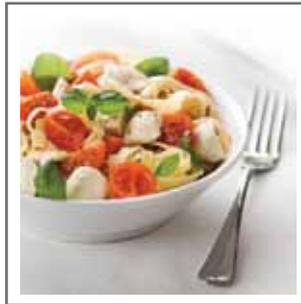
SAL

Reducir la cantidad de sal de las comidas no significa sacrificar sabor

Tras considerar que la incorporación de sal a las comidas es cultural y por lo tanto es modificable, especialistas explicaron que “cualquier persona que empieza a consumir menos sodio en forma gradual produce un aumento de las papilas gustativas y los receptores del sodio y la persona empieza a sentir los mismos sabores que cuando consumía más sodio”



Los argentinos estamos acostumbrados a comer con bastante sal; si bien el máximo recomendado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) es de 5 gramos, se estima que en la Argentina cada persona consume alrededor de 12 gramos diarios, y un cuarto de la población tiene la costumbre de agregar sal a las comidas antes de probarlas, hábito que constituye un factor de riesgo muy importante para el desarrollo de enfermedades crónicas no transmisibles.



Esto ocurre muy frecuentemente con los hipertensos que cumplen efectivamente una dieta con un muy bajo nivel de sodio. A las cuatro semanas los receptores del gusto cambian, se readecúan y si se le da un plato que antes solía consumir, lo rechazan, lo que demuestra que todos podemos hacerlo sin sacrificar el sabor de siempre.



La incorporación de sal a las comidas es cultural, por lo tanto es modificable. De hecho otras culturas, a diferencia de la nuestra, utilizan una



gran diversidad de especias para condimentar los alimentos en lugar de la sal.

Hay que tener en cuenta que por cada gramo de sal que logramos disminuir de la media nacional de consumo, estamos evitando 2000 muertes cada año. La sal no solamente es perjudicial para las personas que tienen hipertensión, sino que también representa algún nivel de perjuicio para la salud de todas las personas.

Según la última Encuesta Nacional de Factores de Riesgo elaborada por la cartera sanitaria nacional en 2009, el 34% de las personas mayores de 18 años tiene hipertensión arterial. Si nos acostumbramos a bajar el nivel del consumo de sal primero vamos a ser mucho menos hipertensos en el futuro y por otro lado vamos a disminuir el riesgo de mortalidad cardio y cerebrovascular, porque hay una relación directa del consumo medio de sal con la tasa de ataques cerebrovasculares e infartos agudos de miocardio.

Actualmente, en la Argentina se estima que el consumo diario de sal por persona asciende a 12 gramos, constituyéndose este hábito en un factor de riesgo significativo para la salud de la población. La última Encuesta Nacional de Factores de Riesgo (2009) arrojó que el 25,3% de la población agrega siempre sal a la comida después de la cocción de los alimentos.

A nuestros Afiliados:



Recordamos a nuestros afiliados que pueden ver la cartilla actualizada en nuestro website **www.osmiss.org.ar**, entrando a la sección cartilla de prestadores y siguiendo los pasos que le va solicitando el buscador.

También cuenta con la atención telefónica personalizada a través de nuestro **0800-333-6373 las 24 hs.**, los 365 días del año, desde cualquier punto del país.

MUTUAL DEL CIRCULO DE MINISTROS, SECRETARIOS Y SUBSECRETARIOS DEL PODER EJECUTIVO NACIONAL

Proyectamos para este año que se termina desarrollar en el área de la Salud y Recreación , un Programa ambicioso que fué concretándose con los logros deseados.

En el área de Prevención y Promoción para la Salud se trabajó en 3 Programas anuales a cargo de profesionales altamente calificados.

a) Ciclo de Conferencias "Cuidarse en Salud 2012". Este Programa se desarrolló a lo largo de todo el ciclo sobre diferentes temáticas directamente relacionadas a la "Salud en la Tercera Edad" , se llevó a cabo en forma interdisciplinaria con profesionales de distintas áreas de la salud.

b) Prevención de Complicaciones de Enfermedades Cardiovasculares; para ello habilitamos un Consultorio de Nutrición destinado específicamente a pacientes con factores de riesgo cardiovasculares (obesidad, diabetes, hipertensión arterial, hipercolesterolemia) con la finalidad que cada paciente obtenga un Plan Nutricional personalizado acorde a su patología base y de esta manera ayudar al mismo a adquirir herramientas para su calidad de vida y evitar futuras complicaciones.

c) A través de la Actividad Teatral se fomentó e proceso de aprendizaje de una tarea que abre la curiosidad hacia nuevos horizontes.

A partir de una serie de ejercicios de acción - reacción y otros tantos se juega con asociar libremente, se desarrolla y fomenta naturalmente cierta agilidad mental a través del juego.

El aprendizaje de los Adultos Mayores tiene una relación muy fuerte con la motivación por iniciar una tarea, desarrollar un proyecto o profundizar sobre un tema.

La memoria, la capacidad de concentración y la agilidad mental que sufren el paso del tiempo , en este caso se compensan con motivación e interés.

Parafraseando a David Mamet,(Dramaturgo) "La habilidad de concentrarse fluye naturalmente de la habilidad de escoger una cosa interesante"

En Recreación, nuestra tarea fué convertir el sedentarismo en envejecimiento activo a través de nuestras Caminatas Culturales, paseos y debates

En breve estaremos informándolos por intermedio de nuestra web y la de OSMISS el Programa a desarrollar en 2013.

Llegó diciembre y con él nos encontramos en las puertas del 2013.

Este año 2012 para la Mutualidad estuvo cargado de acontecimientos gratos y valiosos.

A los Asociados y Amigos que desde hace 10 años nos vienen acompañando, queremos agradecerles el apoyo, participando y colaborando con generosos gestos que ayudan al crecimiento de nuestra Institución.



Ello nos compromete a redoblar esfuerzos y trabajar más y mejor haciendo llegar a cada uno de Ustedes nuestro agradecimiento y reconocimiento. "Que en esta NAVIDAD renazca el amor, la fe. la esperanza y, que el AÑO NUEVO nos encuentre unidos bregando por un futuro pleno de momentos gratos.

!!!!!!! FELICES FIESTAS !!!!!!!!!!!!!



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 (0800-333-6373) 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.