



**info**  
**salud**  
noticias al día



**UAI SALUD**

medicina prepaga

Valoramos lo mismo que vos

Febrero 2009  
año 5 número 51



**Abonaron su Factura  
Antes del 1º Vencimiento  
y Ganaron!!!**

**Ganadores del Mes  
de Febrero:**

1º Premio:

Reproductor de DVD  
Socio N° 01-021783  
Varela, Clara Nelida

2º Premio:

50 % Bonificación Cuota  
Socio N° 01-011416  
Liuzzo, Fabricio Ariel

3º Premio:

50 % Bonificación Cuota  
Socio N° 04-029522  
Romero, Marcela Susana

4º Premio:

50 % Bonificación Cuota  
Socio N° 104-032478  
Ferreira, Rita Marina

5º Premio:

50 % Bonificación Cuota  
Socio N° 03-032467  
Cordido, Andrea Soledad

**Sea Usted uno de  
los próximos Ganadores!**

**Sólo Tiene que abonar su factura  
antes del 1er. Vencimiento**

## Buenas Noticias...

### Presenta un Amigo y Ganá importantes descuentos...

El objetivo es agradecerle la confianza por Ustedes depositada en nosotros como lo han venido haciendo, al presentarnos sus familiares y amigos para el cuidado de su salud a través de nuestros planes.

Con este programa queremos afianzar aún más nuestro vínculo, demostrándole que haber confiado en nosotros fue su mejor elección.

Por cada asociado que Usted nos presente lo gratificaremos accediendo a descuentos en los valores de su cuota.

- El descuento a aplicar sobre el valor de su cuota será de \$ 50 por cada persona presentada que se asocie a cualquiera de nuestros planes. (\*)
- En el caso que un afiliado presente en un mismo período una cantidad de socios tal que el premio supere el valor de su cuota, este monto se acumulará y se le descontará del valor de la misma el siguiente mes.
- Los \$ 50 de descuento en la cuota serán aplicados en la cuota de un mes, no siendo estos de carácter permanente.
- El afiliado que presente un socio referido se hará acreedor del descuento una vez que el socio presentado haya abonado dos cuotas mensuales para socios directos, y en el mismo mes en que se les de el alta en sistema para socios desregulados.

(\*) Se considera socio referido a cada individuo presentado. Si se tratase de un grupo familiar formado por dos integrantes, estos serán considerados como 2 socios referidos y así sucesivamente.

Para mayor información comuníquese con su asesor comercial a cualquiera de nuestras sucursales o envíenos un mail a [comercial@uaisalud.com.ar](mailto:comercial@uaisalud.com.ar)

Casa Central: 4919-9676 • Sucursal Centro: 4300-6931 • Sucursal Flores: 4632-2835 • Sucursal Lomas: 4244-6792 • Sucursal Castelar: 4627-2186

## Actividades del PAS



(Aquí podría colocarse la serie de imágenes superpuestas que pusimos en el número de diciembre de las actividades del PAS)

Grupo Tango • Grupo Caminadores • Grupo Movimientos • Grupo RCP • Subprograma anti tabaco • Subprograma antiestrés • Subprograma Educación alimentaria

Para incorporación al Programa o para más información, llame al 4918-2112 interno 490, Sr. Carlos Menteguiga

## Para Reflexionar...

*"Dime de lo que presumes y te diré de lo que careces".*

## Una Sonrisa por favor!...

*"Doctor, usted cree que puedo tener hijos después de los 40?"*  
*"Personalmente creo que 40 son suficientes..."*


**Recordatorio...**

Actualmente el servicio de *Pediatría del Hospital Univ.* atiende únicamente con consulta programada de *Lunes a Viernes de 8 a 18 hs.*

CAPITAL FEDERAL							
PRESTADOR	DOMICILIO/TELEFONO	ESPECIALIDAD	ABM	PLATA	AZUL	BLANCA	
Dr. Hara Diego	Pasteur 655 - Tel.4952-0662	Urología y cirugía general	Alta	■	■	■	
Dr. Shpiguelman Darío	Av. Corrientes 3978 3ºA - Tel. 4865-3778 / 4864-7883	Obstetricia	Alta	■	■	■	
Dr. Bagdonavicius, Enrique	Albarelos 2785 - Tel. 4573-3183	Clinica médica	Baja	■	■	■	
Dr. Torres Alberto	J. Salguero 1951 4ºC - Tel.4823-4806 /0023	Cirugía cardiovascular infantil	Baja	■	■	■	
Dr. Torres Alberto	Luis M. Campos 726 2º piso - Tel.4771-2637	Cirugía cardiovascular infantil	Baja	■	■	■	
Dra. Quintieri, María Rosa	Av. de Mayo 975 3º piso - Tel.4345-0609	Clinica médica	Mod 1	■	■	■	
*La Mutua *Mutual	México 2523 - Tel. 4942-5884 / 4941-3018	Análisis clínicos	Alta				
Médicos Municipales		Anatomía patológica	Especialidad				
		Potenciales Evocados		■	■	■	
		Presurometría					
		Punciones bajo control ecográfico					
		Clinica Medica					
Docto Red	Lautaro 34 - Tel. 4633-0000	Dermatología infantil	Alta				
		Endocrinología	Especialidad				
		Ginecología infanto Juvenil		■	■	■	
		Neurología infantil					
		Nutrición y diabetol. infantil					
		Obstetricia					
		Otorrinolaringología infantil					
Fundación Hospitalaria	Av. Cramer 4601 - Tel. 4704-0166	Endocrinología infantil	Alta Especialidad	■	■		
		Nefrología infantil					
Consultorios Médicos WM	Pola 1189 -Tel. 4682-2059	Alergia e inmunología	Alta				
		Cardiología	Especialidad				
		Neumonología (adul. e infan.)					
		Oftalmología (adul. e infan.)					
		Otorrinolaringología infantil		■	■	■	
		Proctología					
		Análisis clínicos					
		Anatomía patológica					
Diagnoys	Av. Rivadavia 8022/16 -Tel. 4613-4328/4091	Gastroenterología	Alta				
		Ginecología infanto Juvenil	Especialidad	■	■	■	
		Ortopedia y traumat. infantil					
		Otorrinolaringología infantil					
		Patología mamaria					
		Anatomía patológica					
Instituto de Medicina	Av. Federico Lacroze 2563 1º	Otorrinolaringología infantil	Alta	■	■	■	
Dr. Casal	Tel. 4555-1212/1313	Patología Mamaria	Especialidad				
Centro Medico Liniers	Fraguero 314 - Tel. 4641-4031	Presurometría	Alta				
		Radiología	Especialidad				
		Espirometría					
		Gastroenterología		■	■	■	
		Neumonología					
		Otorrinolaringología					
		Patología mamaria					
Clinica de endocrinología y metabolismo Dr. Membrives	Hipólito Yrigoyen 2192 - Tel. 4952-0267/0285	Pediatría	Alta	■	■	■	
		Urología	Especialidad				
Belgrano Medicina Integral	Monroe 2681 - Tel. 4543-0759	Neumonología (adul. e infan.)	Alta				
		Neurología (Adultos e infantil)	Especialidad	■	■	■	
		Ortop. y traum. (adul. e infan.)					
		Otorrinolaring. (adul. e infan.)					
Centro Pediátrico Caballito	Av. Directorio 1658 - Tel. 4633-4545	Pediatría, Proctología, Reumatología, Potenciales evocados	Alta				
		Cirugía gral, Análisis clínicos, Anatomía patol., Ginecología, Presurometría, Hepatología, Reumatología, Flebología, Endocrinología inf., Ginecología inf. juvenil, Nutrición y diabetes inf., Densitometría, Mamografías, Medicina Nuclear, Punciones b.ctrol. ecográfico, Radiología	Especialidad	■	■	■	
		Gastroenterología	Mod 4				
			Mod 4	■	■		

ZONA NORTE							
PRESTADOR	DOMICILIO/TELEFONO	ESPECIALIDAD	ABIM	PLATA	AZUL	BLANCA	
Lic.Ottone Susana	Ricchieri 1335 - Hurlingham - Tel.4452-2069	Fonoaudiología	Alta	■	■		
Dr.Castrillón, Silvia	Paraná 6800 - Villa Adelina - Tel.4763-7224	Pediatría	Baja		■	■	■
Instituto del Corazón	Awelino Rolón 1927 - Boulogne - Tel. 4765-7963 / 4737-5775	Electrocardiograma, Ecocardiograma, Eco doppler, Ergometría, Holter, Encefalograma	Alta Especialidad	■	■	■	

ZONA OESTE							
PRESTADOR	DOMICILIO/TELEFONO	ESPECIALIDAD	ABIM	PLATA	AZUL	BLANCA	
Dr. Principato Ricardo Daniel	Buenos Aires 563 3ªA - Castelar - Tel.4628-8124	Ortopedia y traumatología	Baja		■	■	■
Dr. Laplumé, Héctor	Av.Rivadavia 14276 - Ramos Mejía - Tel.4469-6900/50	Clínica médica y endocrinología	Baja		■	■	
Centro Pediátrico Ituzaingó	Las Heras 348 - Ituzaingó - Tel.4458-0095 / 5291-8778,8787/8788	Varios	Mod 1		■	■	■
Centro Oeste	Av. De Mayo 1598 - Ramos Mejía - Tel. 4654-1421	Ortopedia y traumatología Nutrición y diabetología Oftalmología, Ecocardiograma Ecodoppler, Fonoaudiología	Alta Especialidad	■	■	■	
Centro Medico CEMINA	Directorio 340 - San Antonio de Padua - Tel. (0220) 4820810	Kinesiología, Obstetricia Mamografías, Ginecología (adul. e infantil), Nutrición y diab.(adul. e infan.), Ortop. y traumat.(adul. e infan.), Otorrinolaringología infantil Pediatria, Urología Infantil	Alta Especialidad		■	■	

ZONA SUR							
PRESTADOR	DOMICILIO/TELEFONO	ESPECIALIDAD	ABIM	PLATA	AZUL	BLANCA	
Dr.Molina, Pedro	Dr.Melo 3204 - Lanús // Tel. 4249-9944	Pediatría	Baja		■	■	■
Centro Médico Canning	Mariano Castex 1925- Canning//Tel. 4295-7855/7745/7750/9995	Dermatología Adultos-Infantil	Alta Especialidad		■	■	■
Dr.Ortega Carlos Miguel	Vieytes 166 - Banfield // Tel.4248-9026	Oftalmología infantil Obstetricia Oftalmología Infantil Otorrinolaringología Infantil Pediatria	Alta Especialidad		■	■	■
CEM-Centro de Especialidades Médicas	Azcúenaga 546- Monte Grande) Tel. 4290-4460/4281-6006 Hipólito Yrigoyen 917 Tel. 4292-9546/4243-4135 Paso de la Patria 169- Ezeiza// Tel. 4232-8132 Hipólito Yrigoyen 9177 Tel. 4292-9546/4243-4135 Azcúenaga 546- Montegrande Tel. 4290-4460/4281-6006 Doyenard 208- Lavallol Tel. 4231.0234/4298-8168 Paso de la Patria 169- Ezeiza// Tel. 4232-8132 Vicente López 265- Montegrande Tel. 4290-6356 Doyenard 208- Lavallol Tel. 4231.0234/4298-8168 Hipólito Yrigoyen 9177 Tel. 4292-9546/4243-4135 Paso de la Patria 169- Ezeiza// Tel. 4232-8132 Hipólito Yrigoyen 9177 Tel. 4292-9546/4243-4135	Alergia Infantil Nutrición Oftalmología Oftalmología Adultos/Infantil Otorrinolaringología Infantil Otorrinolaringología Infantil Otorrinolaringología Infantil Otorrinolaringología Infantil Pediatria Pediatria Pediatria Urología	Alta Especialidad				■

Mod 1: Cambio de domicilio y/o Teléfono  
Mod 2: Alta Dirección  
Mod 3: Baja Dirección  
Mod 4: Baja especialidad

## El PAS va a la milonga...

La Neurociencia y la Cardiología se interesan por el tango. Estudios realizados en Canadá, Argentina, Uruguay y Estados Unidos, señalan que bailar tango genera beneficios comprobados en parkinsonianos y cardiopatas, entre otros. En un grupo de personas estudiadas después de 10 sesiones, se comprobó una mayor estimulación del sistema nervioso central, mayor actividad cerebral y mejoría en el sentido de equilibrio. Si bien cualquier danza al compás de la música es capaz de generar una mayor actividad cerebral, el tango parecería tener otras propiedades terapéuticas junto con la ventaja de poder sostener, en el tiempo, la motivación para bailar. Para el movimiento y para el equilibrio, la clave está en reconocer dónde se encuentra el centro de la gravedad de nuestro cuerpo. Normalmente se halla en un punto alrededor del cual se distribuye uniformemente el peso corporal. Al movernos, cambiamos la distribución del peso corporal y con eso la localización del centro de gravedad. Esto afecta la estabilidad y el equilibrio. El que padece Parkinson, con el avance de la enfermedad va adoptando posturas que colocan el centro de gravedad fuera de su cuerpo, arrastra los pies al caminar y tiene molestias para girar mientras camina, cosa que mejora notoriamente al ritmo del 2X4. Por otro lado, el baile produce ENDORFINAS (analgésicos naturales). Se las pudo dosar a los 20 minutos de comenzar a bailar y se vio que permanecieron en el organismo durante un tiempo más prolongado. Otros efectos demostrados: disminuye la frecuencia cardíaca de reposo; aumenta la cantidad de sangre que el corazón expulsa en cada latido y desciende el colesterol sanguíneo.

Por mi parte y sin poner en duda ninguna de las conclusiones a las que arribaron estos científicos, me animo a sugerir que el mayor valor agregado que tiene el tango, proviene de la fuerza del abrazo. Y no es poca cosa. En nuestro medio se han instalado conductas de aislamiento. No es raro ver personas bailando solas, hablando solas, viviendo solas, jugando solas... El "otro" es virtual, no existe o está lejos. En cambio -el tango- me dice "El Profe" Carlos Almirón, - se baila de a dos y CORAZÓN A CORAZÓN...-

## Síndrome Urémico Hemolítico



El Síndrome Urémico Hemolítico (SUH) es una enfermedad endémica en nuestro país.

La incidencia en Argentina es la más alta del mundo; se registran entre 300 y 350 casos nuevos por año.

Predomina en verano y suele afectar a niños pequeños (es más frecuente entre los 5 y 30 meses), aunque se ha registrado en niños mayores.

La enfermedad comienza con diarrea mucosa o mucosanguinolenta que tiñe de color rosado la materia fecal, vómitos, palidez intensa, dolor abdominal y disminución de la diuresis (disminución de la cantidad de orina). Pueden los signos y síntomas presentarse todos juntos o aislados.

La enfermedad puede afectar distintos órganos como los riñones, el cerebro y las células sanguíneas.

Son varias las causas que la provocan, pero, la más frecuente (90% de los casos) es la provocada por una bacteria, la *Escherichia Coli* productora de una toxina (Verotoxina). Hay que tener presente que esta bacteria es sensible al calor (por cocción o pasteurización).

La fuente de contagio principal es la carne vacuna insuficientemente cocida, leche no pasteurizada, productos lácteos manufacturados con leche no pasteurizada, y el agua contaminada.

### Por todo esto se recomienda:

1. Asegurar la correcta cocción de la carne, la bacteria se destruye a los 70° C.
2. Tener especial cuidado en la cocción de carne picada, ya que generalmente se cocina la parte superior, quedando el interior crudo (permaneciendo la bacteria en su interior).
3. Utilizar distintos utensilios de cocina para cortar la carne cruda y para trozarla antes de ingerirla.
4. Evitar el contacto de las carnes crudas con otros alimentos.
5. Controlar el uso de leche y derivados lácteos correctamente pasteurizados y conservar la cadena del frío.
6. No consumir jugos de fruta no pasteurizados.
7. Lavar cuidadosamente verduras y frutas (utilizar distintos utensilios para cortar verduras y frutas; no debe ser el mismo que se utilice para cortar carne cruda. Lavar la tabla de corte de carne para no contaminar).
8. Lavarse las manos con agua y jabón antes de preparar los alimentos y luego de cada preparación.
9. Lavarse las manos luego de ir al baño.
10. Respetar la prohibición de bañarse en aguas del Río de la Plata o en natatorios no habilitados para éste fin.
11. Consumir agua potable, ante la duda hervirla.

UAI SALUD es un proyecto integral de salud, en búsqueda constante de soluciones a sus necesidades con el objetivo de generar personas sanas. En esta sección, profesionales médicos de nuestro hospital universitario desarrollarán temas dedicados a la prevención y el cuidado de su salud y la de su familia.

### ▲ Teléfonos Útiles...

#### Atención al Socio

Tel: 4918-0622 / 0523 / 2112

#### Atención en Domicilio de Emergencias:

Tel: 4860-7100

#### Centros Médicos

##### Centro Médico Lomas de Zamora

Tel: 4244-6772 / 6792 / 6813

##### Consultorios Médicos UAI Salud Flores

Tel: 4632-3334 / 2835 / 3043

### ▲ Sucursales...

#### Casa Central

Av. F. de la Cruz 3175

Capital Federal

Tel: 4918-0622 / 0523 / 2112 / 0486

#### Centro

San Juan 914, Capital Federal

Tel: 4307-1008 / 7765 / 7778

#### Lomas de Zamora

Sanchez de Loria 355

Lomas de Zamora

Tel: 4244-6772 / 6792 / 6813

#### Castelar

C. Casares 947 / 969, Castelar

Tel: 4627-2194 / 4627-2186

#### Hospital Universitario

Ponola 2975

Capital Federal

Tel: 4918-7561 / 62 / 63 / 64

#### Flores

Donato Alvarez 43

Capital Federal

Tel: 4632-3334 / 2835 / 3043

▲ Dra. Laura Visceglie  
Médica pediatra del  
Hospital Universitario