

AÑO 36 | Nº 393 | ABRIL 2020

INFORMEDICUS

Comunicación mensual para asociados



Podés realizar una videoconsulta médica
sin moverte de tu casa

MEDICUS
CONSULTA MÉDICA ONLINE



Te facilitamos herramientas
para todas tus gestiones



Actualización
del Cuerpo Médico
de tu plan



INICIAMOS
LA CAMPAÑA
ANTIGRIPIAL

Prevení
la gripe
en otoño



Nuestras emociones en cuarentena

Podés realizar una videoconsulta médica
sin moverte de tu casa



Bajate la app en tu celular o accedé
desde www.medicus.com.ar



Te recordamos que a través de nuestra app **Consulta Médica Online** contás con la posibilidad de realizar una videollamada con un especialista los Centros Medicus en las siguientes especialidades: Clínica Médica, Pediatría, Programa Antitabaco y Medicina Preventiva.

Esta herramienta nos permite ofrecerte la posibilidad que puedas tomar contacto con un médico de nuestro plantel sin salir de tu casa y así cumplir con el aislamiento social, preventivo y obligatorio dispuesto por el Gobierno Nacional.

Para colaborar con esta disposición, hemos reforzado la atención médica a través de la **Consulta Médica Online**.

Seguí estas recomendaciones:

- . Si tenés fiebre con tos, goteo nasal, dolor de garganta o dificultad para respirar
- . Y en los últimos 14 días has estado en contacto con casos confirmados o probables de COVID-19
- . O tenés un historial de viaje fuera del país
- . O tenés un historial de viaje o residencia en zonas de transmisión local

Debés permanecer en tu casa y realizar una consulta médica online o llamar al **4129.5300** (para CABA y GBA) o al **0800-999-2064** (para interior del país).

Si reducimos el contacto, reducimos las posibilidad de contagio.



Te brindamos la información necesaria para acceder al servicio durante la cuarentena obligatoria



Realizá estas gestiones de manera rápida y sin salir de tu casa ingresando en www.medicus.com.ar

✓ Por consultas sobre tu factura

- Si necesitas acceder a tu factura o comprobante de pago, podés hacerlo ingresando en: www.medicus.com.ar > Mis facturas y comprobantes
- Si necesitas enviar un comprobante de pago realizado, u otras consultas sobre tu factura podés hacerlo por mail a contactenos@medicus.com.ar
- Para conocer los métodos de pago online disponibles ingresá en www.medicus.com.ar > Preguntas frecuentes > Facturación y métodos de pago

✓ Para autorizar órdenes médicas y recetas

- Recordá solicitar tu autorización con 72 h. de anticipación.
- Podés enviar la orden por mail a: autorizacionescua@medicus.com.ar.
- Ingresando en www.medicus.com.ar > gestión online > autorizaciones

✓ Para gestionar un reintegro

- Cargá tu factura electrónica en nuestra web: www.medicus.com.ar > gestión online > reintegros
- También podrás enviarlas por mail a: reintegros@medicus.com.ar

✓ Para solicitar turno en Centros Medicus

- Ingresa en nuestra página web www.medicus.com.ar > gestión online > turnos en Centros Medicus
- Para solicitar un turno en especialidades o estudios que no figuran en el listado, podés hacerlo a través de twitter: [@turnosmedicus](https://twitter.com/turnosmedicus), o por mail: centralturnos@medicus.com.ar

✓ Para obtener la credencial provisoria

- Si preferís no usar la credencial de plástico o la perdiste y necesitás ver un médico con urgencia, descargá una credencial provisoria para una atención inmediata ingresando en www.medicus.com.ar > gestión online > medicard
- La credencial provisoria tendrá vigencia por un mes.

Ponemos a tu disposición estas alternativas para facilitar la continuidad de tratamientos y compra de medicamentos hasta la finalización del aislamiento obligatorio:

Si sos paciente de nuestros Centros Medicus, podés solicitar tu receta de medicamentos habituales por mail siguiendo estos pasos:

- ① Enviá un correo a recetas@medicus.com.ar
- ② Detallá en el mail todos estos datos:
 - Nombre y Apellido del paciente.
 - Número de Medicard.
 - Médico de Cabecera.
 - Medicación requerida indicando: Fármaco o Nombre comercial, Dosis (mg), Forma de presentación (comprimidos, cápsulas, ampollas, etc.), Cantidad de comprimidos o cajas.
- ③ La receta la recibirás vía email.

Podés realizar la receta de psicofármacos con tu médico tratante:

- ✓ El profesional podrá enviarte, por mail o whatsapp, una foto de la receta impresa. La misma tendrá validez de 7 días corridos y debe contener los siguientes datos de acuerdo a la resolución 696/2020 de la SSSalud:
 - Membrete, fecha, firma y sello del profesional.
 - Datos completos del asociado: nombre, apellido, documento y Medicard.
 - Medicamentos por nombre genérico y cantidad no superior al tratamiento mensual crónico.
 - Incluir la leyenda “RECETA DE EMERGENCIA COVID-19”.
 - Nombre de la farmacia donde se comprará y dirección.
 - Por duplicado y estar numeradas por el profesional.

Requisitos para la compra de medicamentos en farmacias de cartilla:

- ✓ Contar con receta impresa enviada por el médico mediante mail o WhatsApp.
- ✓ Exhibir la receta desde tu celular. La farmacia tomará una foto o te pedirá que se la envíes por mail.
- ✓ Debe constar: Nombre completo del asociado, fecha, firma y sello del profesional.

Órdenes digitales para estudios y prácticas médicas:

- ✓ Tu médico puede indicarte la realización de un estudio y enviarte por mail o whatsapp la orden médica correspondiente que luego podrás presentar en los centros de diagnóstico.

Si sos paciente diabético, Pronadia te facilita las siguientes vías de comunicación para atender tus consultas y solicitar recetas:

- ✓ Vía email:
 - callcenter@pronadia.com.ar (para pacientes de CABA)
 - autorizaciones@pronadia.com.ar (para pacientes de GBA e interior del país)
- ✓ Tené en cuenta que una vez recibida la receta por mail, debés autorizarla reenviándola a:
 - autorizacionescua@medicus.com.ar
 - o ingresando a: [www.medicus.com.ar/gestiones Online](http://www.medicus.com.ar/gestionesOnline)

Reintegros de medicación crónica:

- ✓ Cuando finalice la restricción por cuarentena, estos reintegros podrán volver a gestionarse de manera habitual en nuestras agencias, presentando ticket original de compra junto a la copia de la receta.

Modalidad de atención en Salud Mental:

- ✓ A partir del momento cero del aislamiento, resolvimos que puedas darle continuidad a tu tratamiento con tu terapeuta de forma online y con la frecuencia que lo venías realizando.
- ✓ En el caso de una Urgencia Psiquiátrica, comunicate a los siguientes teléfonos:
 - 4129-5300 para CABA y GBA
 - 0800-999-2064 para interior del país
- ✓ Por consultas sobre la atención en Salud Mental escribinos a recepcion.salud.mental@medicus.com.ar

INICIAMOS LA CAMPAÑA ANTIGRIPAL.

Enterate como acceder
a la vacunación.



Este año, adecuándonos al lineamiento dispuesto por el Ministerio de Salud de la Nación, la campaña está enfocada, en su inicio, a la vacunación de los asociados incluidos dentro de los grupos de riesgo o más vulnerables.

BENEFICIO CON COBERTURA AL 100% DE LA VACUNA

Comprende a los siguientes grupos de asociados:

- Adultos mayores de 65 años, presentando DNI y Medicard.
- Niños desde los 6 meses hasta los 2 años, presentando DNI y Medicard.
- Niños mayores de 2 años y adultos hasta los 64 años con factor de riesgo(1), deben presentar la orden médica que indique diagnóstico.
- Embarazadas, con orden médica
- Puérperas hasta los seis meses del parto, pueden presentar orden médica, certificado de nacimiento del bebé o DNI del mismo.

TE FACILITAMOS LA PRESENTACIÓN DE LA ORDEN MÉDICA DIGITAL

Para evitar que tengas que salir de tu casa, tu médico puede confeccionarte la receta y enviarte una foto por email o WhatsApp para presentar en el momento de la aplicación de la vacuna.

CENTROS Y FARMACIAS HABILITADOS EN CABA Y GBA:

> EN CENTROS PROPIOS

Realizaremos la vacunación con turno previo.

Preparamos ambientes exclusivos y salas de espera con asistencia controlada para tu seguridad.

CENTRO MEDICUS AZCUÉNAGA: Azcuénaga 910, CABA

CENTRO MEDICUS BELGRANO: Cuba 1886, CABA

Te facilitamos el acceso al turno mediante:

CENTRAL DE TURNOS CENTROS MEDICUS - Lun. a vie. de 8 a 20 h.

☎ 0800-333-3338 ó 4129-5066

✉ centralturnos@medicus.com.ar

📱 @turnosmedicus

NUESTRA WEB - www.medicus.com.ar

❶ Ingresá en Gestión online.

❷ Cliqueá en Turnos en Centros Medicus.

❸ Seleccioná: Vacunación / Integrante del grupo familiar / Elegí Centro / Adulto o Pediátrico / Fecha y horario / Elegí la opción (*).

(*) Deberá acreditar los requisitos enunciados para edad y orden médica para grupos de riesgo en el momento de la aplicación.

> EN CENTROS DE VACUNACIÓN PROTEGER

Solicitá turno previamente por whatsapp al 112 314 8136

RECOLETA: Av. Callao 850, CABA

BELGRANO: Vuelta de Obligado 2453, CABA

RAMOS MEJÍA: Moreno 288, GBA

SAN ISIDRO - SANATORIO LAS LOMAS:

PILAR: Complejo Hey's - Las Magnolias 533 Local 212, GBA

LOMAS DE ZAMORA: Sarmiento 6 esq. Laprida, GBA

QUILMES: Sarmiento 660, GBA

> FARMACIAS ADHERIDAS

Consultá el listado ingresando a nuestra web.



VACUNATORIOS HABILITADOS EN CIUDADES DEL INTERIOR DEL PAÍS:

BUENOS AIRES

FARMACIA EL INDIÓ: Calle 10 N° 780 - La Plata - (0221) 4831213/4233453.

FARMACIA WALCZUK: Camino Gral. Belgrano 1906 - La Plata - (0221) 4715118.

FARMACIA FERRANDO: Calle 33 N° 596 - La Plata - (0221) 4257449 / 4832746.

FARMACIA BAUZA /PHARMADIET S.C.S: Güemes 3102 - Mar del Plata - (0223) 4518563.

FARMACIA RIADIGOS JULIO: Castelli esq. Güemes 1302 - Mar del Plata - (0223) 4862749 / 4518537.

GRIMALDI: Rodríguez Peña 1289 - Mar del Plata - (0223) 4516552.

CÓRDOBA

VACUNATORIO MEGA SALUD: Mayor Arruabarrena 1978 - (0351) 4812233.

MENDOZA

CIPPI: Colón 284 - Mendoza - (0261) 4298017.

9 de julio 147 - San Martín - (0261) 4298017.

Montecaseros 798 - San Rafael - (0261) 4298017.

VACUNATORIO INMUNE: feliciani 1940 - Godoy Cruz - (0261) 6166228.

NEUQUÉN

LA NATIVIDAD: Córdoba 164 - (0299) 4470606.

RÍO NEGRO

VACUNATORIO CENTRO PEDIÁTRICO MELIPAL:

Lonquimay 3920 - S.C. de Bariloche - (02944) 442266.

Albarracín 1332 - S.C. de Bariloche - (02944) 433517.

VACUNATORIO MIC: 9 de Julio 316 - Cipolletti - (0299) 4777137.

SAN JUAN

SANATORIO ARGENTINO: San Luis (oeste) 432 - (0264) 422422.

SANTA FÉ

SANATORIO DE NIÑOS **(3)(4)**: Alvear 863 - Rosario - (0341) 4204427 (WhatsApp).

SANATORIO DE LA MUJER **(3)**: San Luis 2493 - Rosario - (0341) 448700.

INSTITUTO DEL NIÑO **(3)**: Entre Ríos 1647 - Rosario - (0341) 4212808.

TUCUMÁN

VACUNATORIO FUNCEI:

San Juan 885 - San Miguel de Tucumán - (0381) 4221390.

Avellaneda 174 - Concepción - (03865) 427325.

Av. Aconquija 560 - Yerba Buena - (0381) 4350904.

Santiago del Estero 118 - San Miguel de Tucumán - (0381) 4978433.

ACCESO POR SISTEMA DE REINTEGRO EN INTERIOR DEL PAÍS

Aquellos que no opten por alguno de los vacunatorios habilitados, podrán acceder a la vacuna gestionando el reintegro **(2)** de la siguiente manera:

- Presentar ticket de compra, troquel y orden médica.
- En el caso de los pacientes de riesgo deberán presentar ticket de compra, troquel y pedido médico con diagnóstico que acredite alguno de los factores de riesgo. La solicitud de este reintegro será autorizada por Auditoría Médica.

MÁS INFORMACIÓN: contactenos@medicus.com.ar

(1) Para este grupo de asociados, la orden médica debe contener diagnóstico que acredite alguno de los siguientes factores de riesgo: Obesos mórbidos. Retraso madurativo severo. Síndromes genéticos, enfermedades neuromusculares con compromiso respiratorio y malformaciones congénitas severas. Enfermedad respiratoria crónica. Asma severo. Cardiopatías congénitas. Trasplantados de órganos sólidos o tejido hematopoyético. Enfermedad Oncohematológica hasta 6 meses posteriores a la remisión completa. Tumor de órgano sólido en tratamiento. Insuficiencia renal crónica en diálisis o a dializar en 6 meses. Inmunodeficiencia congénita o adquirida. Pacientes con HIV. Utilización de medicación inmunosupresora o corticoides a altas dosis. Diabéticos. Insuficiencia cardíaca, enfermedad coronaria o reemplazo valvular o valvulopatía.

(2) Valor del reintegro 100% según valor Manual Farmacéutico.

(3) Se debe autorizar la orden para la vacuna enviando mail a: autorizacionesrosario@medicus.com.ar Ingresando en www.medicus.com.ar > gestión online > autorizaciones.

(4) Excepto los planes MC y MET.

Las emociones durante la cuarentena

La dificultad que presenta el COVID-19 es no tener desarrollada la inmunidad contra él. Por eso son tan importantes los cuidados, los hábitos de prevención y el cumplimiento obligatorio del aislamiento social. Pero aún así, no debemos subestimar los daños que producen el exceso de miedo, la falta de solidaridad, la discriminación, el aislamiento psicológico y la falta de diálogo con interlocutores que lleven tranquilidad y serenidad a las personas y las familias.



Durante la cuarentena es normal que tengamos emociones como miedo, frustración, enojo, tristeza, sentimiento de desorganización.

También son comunes estos pensamientos:

- Pensar que se está exagerando: Esto nos puede llevar a tomar conductas que nos pongan en riesgo a nosotros y a otros.
- Sentir desesperanza: Es importante identificar este sentimiento para poder establecer una rutina que nos permita estabilizarnos y respetar las normas sociales.
- Sentir la exigencia de aprovechar el tiempo para hacer todo lo pendiente en casa. Pensamiento que nos puede llevar a la hiperactividad y al sentimiento de fracaso.

Recomendaciones a tener en cuenta:



Establecer metas posibles y realistas para no frustrarnos. La cuarentena ya es un gran esfuerzo en si misma para sobreexigirnos.



Mantener horarios de sueño y sacarnos la ropa de dormir durante el día.



Consultar solo fuentes confiables (organismos oficiales) y en momentos del día establecidos tratando no llenarnos de info apenas nos despertamos o justo antes de dormirnos.



Acceder a luz natural cuando sea posible.



Mantenernos bien alimentados e hidratados.



Propiciar la comunicación con familiares, amigos y personas de confianza.



Ser "piadosos" y considerados con nosotros mismos y con nuestros distintos estados de ánimo.



Hablar con los hijos del tema con un lenguaje adecuado a su edad y compartir momentos de juego.



Buscar ayuda adicional y/o profesional cuando la situación genere ansiedades o miedos excesivos.

El Centro Medicus de Salud Mental ofrece

- A partir del momento cero del aislamiento, resolvimos que puedas darle continuidad a tu tratamiento con tu terapeuta de forma online y con la frecuencia que lo venías realizando.
- En el caso de una Urgencia Psiquiátrica, comunicate a los siguientes teléfonos:
4129-5300 para CABA y GBA
0800-999-2064 para interior del país
- Por consultas sobre la atención escribinos a recepcion.salud.mental@medicus.com.ar

