

Cómo evitar los golpes de calor



Reservá lugar en la guardia antes de acercarte al Centro Medicus

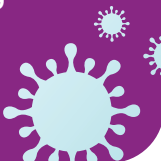


Mi Medicus



Actualización
del Cuerpo Médico
de tu plan

SEGUIMIENTO MÉDICO POR CASOS POSITIVOS DE COVID-19



TE CUIDAMOS EN VACACIONES





Con Mi Medicus podés reservar lugar en la guardia antes de acercarte al Centro Medicus

- ▶ Con **Guardia - Espera Virtual** podés llegar cuando estés próximo a ser llamado.^(*)



Seguí estos pasos desde la home de app:

- ▶ Ingresá a **Guardia - Espera virtual**.
- ▶ En el caso de que tengas a tu cargo menores de edad, marcá quién recibirá la atención.
- ▶ Elegí la especialidad que necesites.
- ▶ Reservá y confirmá el lugar tocando sobre el Centro.
- ▶ Podrás hacer seguimiento del tiempo de demora estimado y la cantidad de personas en espera.

^(*) La atención no se encuentra disponible para pacientes que presenten síntomas compatibles con Covid-19.



**Descubrí Mi Medicus
y todas las funcionalidades.**

Descargala en:





INFORMACIÓN IMPORTANTE

SEGUIMIENTO MÉDICO POR CASOS POSITIVOS DE COVID-19

Debido a la situación sanitaria y al gran número de casos, estamos dando atención de la siguiente manera:

Modalidad de atención de acuerdo a tu edad o condición:

SEGUIMIENTO MÉDICO TELEFÓNICO:

- Mayores de 60 años.
- Personas con factores de riesgo.
- Ante signos de alerta (fiebre persistente, dificultad respiratoria o empeoramiento de los síntomas).

ENCUESTA DE SEGUIMIENTO VÍA MAIL:

- Si presentás un cuadro leve, solo debés completar la encuesta a diario.
- Si tu cuadro cambia o empeora, el médico te llamará; o podés ir a la guardia más cercana o llamar al 4129-5300.
- Cuando tu evolución fuera estable, el médico se contactará para darte el alta.

Cómo manejarte de acuerdo al lugar de hisopado:

SI REALIZASTE EL HISOPADO EN CENTRO MEDICUS:

Estás registrado AUTOMÁTICAMENTE en el sistema de seguimiento y recibirás la encuesta por mail.
(En este caso te pedimos no enviar un nuevo correo pidiendo seguimiento).

SI REALIZASTE EL HISOPADO EN OTRO CENTRO DE SALUD:

Envía un mail a seguimiento.covid@medicus.com.ar indicando:

- Nombre y apellido completo.
- Medicard y DNI.
- Teléfono celular y fijo.
- Dirección y localidad.
- Adjuntá el resultado de PCR o antígeno (con fecha y nombre del centro).
- Si estás vacunado contra el Covid-19, adjuntá también una foto del carnet de vacunación.

Recibirás el seguimiento de acuerdo a tu caso.



PREVENCIÓN

Cómo evitar los golpes de calor ante las altas temperaturas



El golpe de calor es un tipo de deshidratación causada por una exposición prolongada a temperaturas altas con poca ingesta de agua o por hacer actividad física intensa en un clima caluroso.

Aunque puede sufrirlo cualquier persona, es más frecuente que afecte a bebés, adultos mayores y deportistas.

Cuáles son los principales síntomas

- > Mucha sed y sequedad en la boca.
- > Temperatura mayor a 39° C y sudoración excesiva.
- > Piel seca y calambres.
- > Agotamiento, sensación de calor sofocante, cansancio o debilidad.
- > Náuseas o vómitos.
- > Dolor de cabeza (sensación de latido u opresión), mareos o desmayo.

Recomendaciones para evitar el golpe de calor



Tomá mucha agua durante todo el día, sin esperar a tener sed.



Reducí la actividad física.



Aumentá el consumo de frutas y verduras.



No te expongas al sol entre las 10 y 16 h.



Evitá las comidas elaboradas y las infusiones calientes.



Cuidá especialmente a niños y ancianos.



Permanecé en espacios ventilados.



Amamantá e hidratá a los bebés con más frecuencia, refrescales el cuerpo con agua.



Usá gorro, anteojos de sol, ropa clara y suelta. Colocate protector solar.



Evitá las bebidas alcohólicas o muy azucaradas.

Cómo actuar ante un cuadro grave

- > Llevá inmediatamente a la persona afectada a un lugar fresco y ventilado.
- > Quitale el exceso de ropa y mojale el cuerpo con agua fría para bajar la temperatura.
- > Si está consciente, dale de beber agua.
- > Llamá al servicio de emergencia o asistí sin demora al centro de salud más cercano.



TEMPORADA DE VERANO

TE CUIDAMOS EN VACACIONES

Conocé los centros de atención
médica en ciudades turísticas
haciendo [click aquí](#).





Actualización del Cuerpo Médico de tu plan

HAN SIDO INCORPORADOS A MEDICUS EN:			AZUL	BLANCA	CELESTE	CORPORATE / FAMILY	MC / INTEGRA	INTEGRA 2	MET / TEM	CENTROS MEDICUS
CABA										
CLÍNICA MÉDICA										
DR. GALTIERI, JULIO JOSÉ LUIS	FRANKLIN D. ROOSEVELT 5065 PISO 9 DTO "A"	5711-8783								
SIGUE VIGENTE EL CONSULTORIO DE: PROGRESO 3118, JOSÉ LEÓN SUÁREZ - TEL: 4729-3275										
PEDIATRÍA										
DRA. YANEZ, MÓNICA ELISA	AV. RIVADAVIA 5889 PISO 4° DTO "B"	4988-1784 / 1549367560								
ZONA NOROESTE										
ORTOPEDIA Y TRAUMATOLOGÍA										
DRA. BENGOCHEA, NORA CRISTINA	AV. SAN MARTÍN 1392 - BELLA VISTA	4007-5744								
SIGUE VIGENTE EL CONSULTORIO DE: SARMIENTO 1339, SAN MIGUEL - TEL: 5284-4181										
HAN CAMBIADO DE DOMICILIO Y/O TELÉFONO EN:										
CABA										
DIABETOLOGÍA Y NUTRICIÓN										
DR. JORGE, ENRIQUE ANTONIO	AV. INDEPENDENCIA 3889 PISO 7° DTO "4"	1523071422								
KINESIOLOGÍA Y FISIATRÍA										
LIC. GRECO, ALEJANDRO RICARDO	ESTADO DE ISRAEL 4735 PISO 6° DTO "A"	4824-8124 / 4822-9462								
PEDIATRÍA										
DRA. SEILLANT, MAITEN LETICIA	CHARCAS 2737 PISO 3° DTO "D"	1559464066								
DRA. SELIGRA, CECILIA ANDREA	CHARCAS 2737 PISO 3° DTO "D"	1553874947								
HAN DEJADO DE ATENDER EN:										
ZONA SUDOESTE										
TRAUMATOLOGÍA Y ORTOPEdia: ARTROSCOPIAS										
DR. ÁLVAREZ, CLAUDIO GUSTAVO	RIVERA 335 - LOMAS DE ZAMORA	4245-8066								
SIGUE VIGENTE EL CONSULTORIO DE: 25 DE MAYO 23, 4° "A", TEMPERLEY - TEL: 1522383845										
KINESIOLOGÍA Y FISIATRÍA										
CIMEK	RIVERA 335 - LOMAS DE ZAMORA	4245-8096								
SIGUE VIGENTE EL CONSULTORIO DE: ITUZAINGÓ 1588, LANÚS. TEL: 4240-7652 / 1550258896										
HAN DEJADO DE PERTENECER A MEDICUS:										
CABA										
CIRUGÍA GENERAL										
DR. FULLONE, PEDRO	AV. RIVADAVIA 10444	4644-4649								
CIRUGÍA VASCULAR PERIFÉRICA										
DR. ETCHEVERRY, RICARDO MIGUEL	VIRREY DEL PINO 2428 PISO 4° DTO "28"	4783-2730 / 4788-9190								
DIABETOLOGÍA Y NUTRICIÓN INFANTO JUVENIL										
DR. EIBERMAN, GABRIEL FELIPE	AV. PUEYRREDÓN 1361 PISO 4 DTO "F"	4825-6861								
INFECTOLOGÍA INFANTIL										
DR. SAIDMAN, GABRIEL CARLOS	OTAMENDI 629	4982-8184								
ZONA OESTE										
KINESIOLOGÍA										
LIC. FONTANA, GUILLERMO IGNACIO	SANTA FÉ 820 PISO 1° DTO "A" - MORÓN	5193-7073								
ZONA SUDESTE										
CIRUGÍA GENERAL										
DR. FULLONE, PEDRO	RIVADAVIA 437 - QUILMES	4253-1770								
	CALLE 143 1357 - BERAZATEGUI	4256-2429								