



INFORMEDICUS

Comunicación para asociados

**Violencia de género
en entornos digitales**



**Un nuevo servicio de
Asistencia al Viajero
disponible para vos**



**Actualización
del Cuerpo Médico
de tu plan**



**Elijamos prevenir
el dengue**



Día Mundial de la Diabetes

**No descuides
los controles médicos**





MEDICUS + pa assistance

Un nuevo servicio de Asistencia al Viajero disponible para vos



A partir de diciembre contamos con Pax Assistance, una nueva cobertura para tu asistencia al viajero. Este servicio opcional nos permite ofrecerte el acompañamiento más completo para tus viajes al exterior.

Principales beneficios^{(*)(**)}

- › Asistencia médica^(**).
- › Asistencia médica por enfermedad pre-existente.
- › Práctica de deportes amateur.
- › Telemedicina / Consultas médicas online.
- › Soporte emocional.
- › Medicamentos ambulatorios y en internación.
- › Protésis y ortesis.
- › Odontología de urgencia.
- › Gastos de hotel por convalecencia.
- › Traslado sanitario.
- › Acompañamiento de menores o mayores.
- › Regreso anticipado.
- › Asistencia en caso de robo o extravío de documentos.
- › Pérdida de equipaje.
- › Localización de equipaje.

(*) Servicio disponible para asociados que tienen el beneficio incluido en su plan.

(**) Servicios operados por Pax Assistance a partir del 01-12-2024.

(***) No atribuibles a causas preexistentes.

Canales de contacto

Para activación de cobertura 96 h. antes del inicio del viaje:

- +54 9 11 7133-1172 | Todos los días de 9 a 2 h. am.
- sociosmedicus@paxassistance.com | De lunes a viernes de 9 a 18 h.
- www.paxassistance.com/es-ar/medicus | Las 24 h. todos los días.

Para conocer los productos exclusivos y contratar el servicio:

- +54 9 11 7133-1172 | Todos los días de 9 a 2 h. am.
- www.paxassistance.com/es-ar/medicus | Las 24 h. todos los días.

A partir del 1-12-2024 podés solicitar asistencia desde el exterior:

- +1 (305) 775-6915 | Las 24 h.



Violencia de género en entornos digitales

Las situaciones de violencia contra niñas, jóvenes, mujeres y diversidades no se despliegan solamente en la presencialidad, sino que también se profundizan en los entornos digitales. Abarca desde el ciberacoso hasta los discursos de odio y discriminatorios.

Es un comportamiento que se repite y que busca atemorizar, enfadar o humillar a otras personas.



Podemos identificarla a través de estas categorías:

Vigilancia digital

Revisión de historiales, últimas horas de conexión o exigir mostrar la ubicación son algunos ejemplos.

Ciberbullying

Descalificación pública de una persona mediante mensajes, videos, fotos o información falsa.

Difusión de material íntimo

Reenvío sin consentimiento de fotos o videos recibidos a partir del sexting u obtenido a partir del robo de imágenes.

Ciberacoso

Puede adoptar numerosas manifestaciones, desde el envío de mensajes intimidantes por mail o redes sociales, insinuaciones inapropiadas o amenazas.

Deepfake

El uso de programas de software para intercambiar la cara de una persona con la de otra permitiendo videos y fotos falsas que parecen reales.

¿Qué hacer en estos casos?

- » Guardá todas las pruebas que tengas: chats, correos electrónicos, capturas de pantalla y cualquier tipo de contenido que aporte información para presentarlas en el momento que decidas o sea necesaria hacer una denuncia.
- » Contás con el derecho a solicitar que bajen videos o fotos que involucren tu imagen.
- » Si fuiste víctima de un ciberdelito, denuncialo, conocé cómo en esta página web:
<https://www.argentina.gob.ar/justicia/convosenlaweb/denuncia>





Actuemos contra el mosquito. Elijamos prevenir el dengue.



El dengue es una enfermedad viral transmitida por la picadura del mosquito *Aedes aegypti*. Este mosquito se caracteriza por ser de color negro con franjas blancas en sus patas y abdomen.

Todas sus etapas del ciclo de vida transcurren en entornos estrechamente asociados a la actividad humana, por eso la medida más eficaz para cortar el ciclo de transmisión del dengue y las enfermedades transmitidas por el *Aedes aegypti* es la eliminación o neutralización de los criaderos.



La hembra del mosquito pone sus huevos en lugares que tengan agua quieta y fresca, por ejemplo, macetas, bebederos de animales o baldes.

A los pocos días de hacerlo, nacen muchos mosquitos que no vuelan más de 100 metros de distancia. Es decir, probablemente no se alejen de tu hogar.



Por eso, lo mejor para prevenir es descacharrar con estas simples acciones:



LAVÁ

bebederos, rejillas, canaletas y floreros con agua y cepillo.



TAPÁ

tanques, tachos y depósitos de agua.



GIRÁ

y dejá boca abajo todos los recipientes que puedan juntar agua.



TIRÁ

botellas, bidones, latas, tapitas y todos los objetos que no uses.



14 de noviembre - Día Mundial de la diabetes

No descuides los controles médicos

**1 de cada 2 personas
tiene diabetes y no lo sabe.**

Casi la mitad de las personas que tienen diabetes lo desconocen. Es una enfermedad silenciosa que no diagnosticada o mal controlada puede conducir a problemas graves de salud, se manifiesta cuando el páncreas no produce insulina suficiente o cuando el organismo no utiliza eficazmente la insulina que produce.

La Diabetes tipo 2 es la más común (existen también la tipo 1 y la gestacional), la mayoría de las personas que la sufren tienen sobrepeso u obesidad y realizan poca actividad física. En consecuencia, suele diagnosticarse varios años después de sus primeros síntomas.

No obstante cuando se detecta en forma temprana y junto a un tratamiento adecuado es posible evitar sus complicaciones.

Recomendaciones para prevenirla

- Mantener un peso corporal saludable.
- Realizar actividad física.
- Distribuir la alimentación en 4 comidas.
- Consumir lácteos descremados, cereales integrales, legumbres, frutas, verduras, aceite de oliva, semillas y frutos secos.
- Disminuir el azúcar y las grasas saturadas.
- Disminuir los alimentos ultraprocesados.
- Moderar el consumo de sal.
- Evitar el tabaco.
- Realizar los chequeos médicos de rutina.

PODEMOS BRINDARTE UNA ATENCIÓN INTEGRAL EN DIABETES

El Servicio de Diabetes de nuestro Centro Medicus reúne un staff de médicos especialistas, licenciados en nutrición y enfermeros formados para brindar una atención exclusiva orientada a la prevención y seguimiento de la enfermedad.

Canales para solicitud de turnos en DIABETOLOGÍA y CONSULTORIO DE PIE DIABÉTICO:

- ▶ Desde App Mi Medicus o www.medicus.com.ar
- ▶ O a través de CENTRAL DE TURNOS CENTROS MEDICUS de lunes a viernes de 8 a 20 h.
☎ 0800-333-3338 📞 11 4029-5500

Actualización del Cuerpo Médico de tu plan

HAN SIDO INCORPORADOS A MEDICUS EN:			AZUL	BLANCA	CELESTE	CORPORATE / FAMILY	IMC / INTEGRA	INTEGRA 2	IMET / TEM	CENTROS MEDICUS
CABA										
ANATOMÍA PATOLÓGICA										
DK LAB S.A.	GALLO 1518 PB B	4826-5040								
CLÍNICA MÉDICA										
TAGLIAPIETRA, VALERIA	AYACUCHO 1246	4824-5892								
PEDIATRÍA										
CARLETTI, KARINA VALERIA	SANTO TOMÉ 6207 1° PISO	2541-8800								
ZONA NORTE										
DERMATOLOGÍA										
MILLER ROVTAR, ROMINA SILVIA	CORRIENTES 1115 - OLIVOS	15-3852-1101 (WHASTAPP)								
ZONA SUDOESTE										
LABORATORIO										
SÁNCHEZ, MARÍA VALERIA	ADOLFO ALSINA 1152 - BURZACO	4299-1568								
HAN DEJADO DE PERTENECER A MEDICUS:										
CABA										
CARDIOLOGÍA										
AGOFF, JORGE FEDERICO	MONSEÑOR MAGLIANO 3041	4961-2504								
CLÍNICA MÉDICA										
CASTRO, CLAUDIA ALEJANDRA	FRENCH 401	4202-7411								
PARODI ZORRILLA, ANA MARÍA	PRESIDENTE PERÓN 302	4451-5435								
GINECOLOGÍA										
CERISOLA, MARÍA VALERIA	PARANÁ 1097 4° "D" Y "F"	15-5114-5194 (WHATSAPP)								
KINESIOLOGÍA Y FISIATRÍA										
LAGO DE NALLY, ALICIA CECILIA	AV. GERMÁN WERNICKE 2729	4843-9253								
LABORATORIO										
LABORATORIO LEMA	ANCHORENA 1510	4826-6292								
ORTOPEDIA Y TRAUMATOLOGÍA										
GUYOT, JUAN PABLO	HUERGO 366 6° A	4772-7679								
ZONA SUDOESTE										
PEDIATRÍA										
SUJOVOLSKY, SARA VIVIAN	MARIANO CASTEX 1277 - CANNING	5075-0030								

Actualización del Cuerpo Odontológico de tu plan

HA DEJADO DE PERTENECER A MEDICUS:			POM	POC	POT
ZONA NORTE					
ODONTOLOGÍA					
LÓPEZ, ANDREA FABIANA	BOULEVARD DEL MIRADOR 220 - TIGRE	4730-2172			