

AÑO 34 | Nº 374 | SEPTIEMBRE 2018

INFORMEDICUS

Comunicación mensual para asociados



¿Conocés
el nuevo
PlanMujer?



**APTO FÍSICO PARA
ACTIVIDAD DEPORTIVA**

Realízalo en Centros Medicus



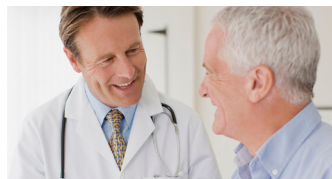
Actividades del mes

 INSCRIPCION GRATUITA.



**Actualización
del Cuerpo Médico
de tu plan**





**Servicio de evaluación
prequirúrgica**





Acompañamos la

**CAMINATA
AVON**

PARA GANARLE
AL CÁNCER DE MAMA





¿ NECESITÁS UN APTO FÍSICO PARA ACTIVIDAD DEPORTIVA ?

Realízalo en 2 horas en Centros Medicus

Un apto físico es ideal para conocer el nivel de condición física de la persona y detectar de manera precoz patologías cardiovasculares, lo que te permite realizar actividad deportiva de forma segura y cuidando tu salud.

Así mismo, el gimnasio o club, de acuerdo a las reglamentaciones vigentes, te requerirá presentar un apto físico al momento de iniciar una práctica y renovarlo al año.

¿En qué consiste?

El apto físico consta de 3 pasos:

- un interrogatorio médico.
- un examen físico.
- estudios complementarios: laboratorio, electrocardiograma y otros estudios cardiológicos en caso que el cardiólogo lo crea necesario.

¿Dónde podés hacerlo?

Realízalo a través de un circuito ágil y coordinado en CENTROS MEDICUS AZCUÉNAGA y BELGRANO. Te retirás con tu apto físico.

Solicitá turno en:

CENTRAL DE TURNOS CENTROS MEDICUS / Lunes a viernes de 8 a 20 h.

☎ 0800-333-3338 ó 4129-5066 ✉ centralturnos@medicus.com.ar 🌐 @turnosmedicus



PONÉ TU CUERPO EN MOVIMIENTO

La práctica regular de actividad física proporciona múltiples beneficios a tu salud:

- Disminuye el estrés y contribuye al bienestar anímico.
- Favorece la masa ósea.
- Tonifica los músculos.
- Mejora la función cardio-respiratoria y muscular.
- Colabora en mantener un peso corporal adecuado.
- Ayuda a controlar el colesterol y los triglicéridos.
- Regula los valores de presión arterial.

Elegí la disciplina que más se adapte a tu edad y condiciones físicas



¿Conocés el nuevo PlanMujer?

El primer plan pensado especialmente para la mujer que te permite sumar un plus de beneficios únicos y exclusivos a tu cobertura actual de salud:

- * Cuidados ginecológicos
- * Estética odontológica
- * Tratamientos estéticos
- * Extras en maternidad
- * Cirugía estética
- * Depilación definitiva

Más información sobre el plan en www.medicus.com.ar

También podés comunicarte con nuestro Centro de Atención al Asociado:
0800-333-7624 / contactenos@medicus.com.ar / Lunes a viernes 8 a 20 h.
o acercarte a cualquiera de nuestras agencias.



SERVICIO DE EVALUACIÓN PREQUIRÚRGICA EN LOS CENTROS MEDICUS AZCUÉNAGA Y BELGRANO

Te brindamos la posibilidad de realizar el chequeo previo y requerido para una cirugía, estudio endoscópico, parto o cesárea, todo en un mismo lugar y de manera coordinada.

Contando con las siguientes ventajas:

- Sos evaluado clínica y cardiológicamente por profesionales del servicio de evaluación prequirúrgica.
- Podés traer los estudios complementarios realizados en los últimos 12 meses para evaluar y así evitar tener que repetir alguno.
- Se realiza un electrocardiograma que es informado por el médico de prequirúrgico.
- Si se debe repetir un resultado de laboratorio, se realiza la extracción y el médico accede al resultado a través del sistema.
- La vigencia de la vacuna antitetánica es controlada y, de ser necesario, podés aplicarte una nueva dosis en el Consultorio de Vacunación del centro y en el momento.
- Recibís las indicaciones prequirúrgicas necesarias para poder cumplir de manera supervisada los requisitos previos al procedimiento.
- Te entregan un informe completo de tu evaluación para presentar ante el médico solicitante.



SOLO ES NECESARIO SOLICITAR TURNO PREVIO PARA REALIZAR TU EVALUACIÓN PREQUIRÚRGICA

CENTRAL DE TURNOS CENTROS MEDICUS / Lunes a viernes de 8 a 20 h.

☎ 0800-333-3338 ó 4129-5066 ✉ centralturnos@medicus.com.ar 🐦 @turnosmedicus



Estamos convencidos de la importancia de la prevención,
por eso nos sumamos acompañando a la Fundación Avon
en esta iniciativa.

 **CAMINATA**
AVON **DOMINGO**
30 **8:30HS**
SEPTIEMBRE PALERMO

PARA GANARLE AL CÁNCER DE MAMA

Podés inscribirte hasta el 26 de septiembre,
ingresando en <http://www.fundacionavon.org.ar/caminata2018/>
o personalmente en el Club de Corredores, Monroe 916, CABA.

ACTIVIDADES DEL MES

Encuentro dirigido a familiares y pacientes con diabetes

Actividad física: lo ideal vs. lo posible

La actividad física se convierte en uno de los pilares del tratamiento y la educación diabetológica. El ejercicio brinda muchos beneficios, mejorando el control de la diabetes, disminuyendo el nivel de azúcar en sangre y en algunos casos conlleva a una disminución de la medicación específica.

Antes de comenzar cualquier actividad física, el paciente debe ser evaluado por su médico de cabecera, quien determinará según el estado de salud, cuál es el plan adecuado a seguir. Invitamos a compartir un momento distendido, tratando de encontrar la forma de incorporar el movimiento a la vida diaria.



Lic. Laura Casparián
Lic. Constanza Machain Barzi



Martes 18 de septiembre



17.00 a 18.30 h.



IADT, Auditorio, Larrea 955 - CABA

Dislexia: mitos y verdades

La dislexia es una condición que causa dificultad con la lectura, la ortografía, la escritura e incluso el habla. Se considera una dificultad específica del aprendizaje pero a menudo se la confunde con otras problemáticas de la atención que causan inconvenientes similares.

¿Cómo darnos cuenta si nuestros hijos son disléxicos? ¿Cuáles son los indicadores que debemos tener en cuenta cuando un niño comienza el aprendizaje de la lectoescritura? ¿Cuáles son las dificultades que causa la dislexia?

La dislexia no desaparece cuando los niños crecen. ¿Qué se puede hacer para ayudarlos?



Lic. Patricia Rodríguez
Lic. Andrea Spinosa



Miércoles 19 de septiembre



18.00 a 19.30 h.



CENTRO MEDICUS DE SALUD MENTAL,
Juncal 2184 - CABA

Trastornos respiratorios durante el sueño

Los trastornos respiratorios del sueño tienen globalmente una prevalencia de 40% en la población general. Son entidades frecuentes, pero lamentablemente, el retraso en el diagnóstico lleva a los pacientes a convivir con esta condición -y sus consecuencias- durante años. Existen factores de riesgo prevenibles y otros que son de índole fisonómica y, por tanto, escasamente modificables. Suelen desencadenar con el tiempo, trastornos cognitivos, deterioro cardiovascular y de la calidad de vida, entre otros efectos deletéreos. Cabe destacar también que son causa de accidentes de tránsito e infortunios laborales, producidos por la excesiva somnolencia de quienes los padecen. La detección y tratamiento precoz por un equipo de especialistas, resultan de vital importancia para prevenir las complicaciones que atañen, pudiendo restituir, además, un descanso saludable para los pacientes en la mayoría de los casos.



Dra. Adriana Rodríguez Mieres



Jueves 27 de septiembre



18.00 a 19.30 h.



IADT, Auditorio, Larrea 955 - CABA



Inscríbete desde el 3 de septiembre telefónicamente (contestador) al **4129-5253**.
Enviando un mail a prevencion@medicus.com.ar | Ingresando a www.medicus.com.ar

