



# INFORMEDICUS

Comunicación para asociados

**Estomatología,  
nueva especialidad  
en Centro Medicus  
Odontológico.**



**La atención cardiológica  
más completa**



**Certificados escolares  
en nuestros Centros**



**Tramitá tus  
autorizaciones  
online**



**Consejos para una vuelta  
saludable a clases**





## Estomatología, nueva especialidad en Centro Medicus Odontológico.

Para brindarte una atención más completa en el cuidado de la salud bucal, ampliamos el Servicio de Odontología en nuestro Centro Azcuénaga.

### ¿Qué es la Estomatología?

Esta especialidad se ocupa de la prevención, estudio, diagnóstico y tratamiento de las enfermedades de la cavidad oral y estructuras adyacentes, sean estas patologías locales o manifestaciones de enfermedades sistémicas.

### Algunos motivos de consulta son:

- Lesión / ulceración / ampollas.
- Ardor / picazón.
- Cambios en la percepción del sabor.
- Manchas o cambio de color.

Para acceder a la atención es necesaria la derivación de un odontólogo.

📍 **Centro Medicus Odontológico:** Azcuénaga 910, 5° piso - CABA.

Canales para turnos:

▶ A través de CENTRAL DE TURNOS CENTROS MEDICUS de lunes a viernes de 8 a 20 h.

☎ 0800-333-3338 📞 11 4029-5500





## Encontrá en Centros Medicus la atención cardiológica más completa

El Servicio de Cardiología de nuestros Centros Azcuénaga y Belgrano cuenta con tecnología y equipamiento de última generación, permitiendo arribar a diagnósticos certeros y brindar al paciente el tratamiento médico específico.

Contamos con un staff de especialistas y consultores médicos de reconocida trayectoria.



### Podés recibir las siguientes atenciones y estudios específicos:

- CONSULTA PROGRAMADA GENERAL
- ATENCIÓN POR DEMANDA ESPONTÁNEA (\*)
- CONSULTAS DE SEGUIMIENTO EN:
  - . ENFERMEDAD CORONARIA
  - . HIPERTENSIÓN ARTERIAL
  - . ARRITMIA
  - . INSUFICIENCIA CARDÍACA
- APTO FÍSICO PARA ACTIVIDAD DEPORTIVA
- CARDIOLOGÍA INFANTIL
- ESTUDIOS COMPLEMENTARIOS(\*\*):
  - . ECOCARDIOGRAFÍAS:
    - . ECO BIDIMENSIONAL
    - . ECO DOPPLER COLOR
    - . ECO ESTRÉS
  - . ECOCARDIOGRAMA PEDIÁTRICO
  - . ERGONOMETRÍAS DE 12 DERIVACIONES
  - . HOLTER DE 3 CANALES
  - . PRESUROMETRÍA

(\*) En Centro Medicus Azcuénaga de lunes a sábados de 8 a 20 h.

(\*\*) Con turno previo y presentando la orden médica al momento de la realización.

### Programa de insuficiencia cardíaca

Este programa tiene como objetivo ayudar a la persona con insuficiencia cardíaca a darle continuidad a los tratamientos, cumplir con las indicaciones médicas y detectar precozmente las descompensaciones propias de su afección a través de consultas presenciales y también de seguimiento telefónico y videollamadas.

### Te esperamos.

- 📍 Centro Medicus Azcuénaga: Azcuénaga 910, CABA
- 📍 Centro Medicus Belgrano: Cuba 1886, CABA

### Canales para solicitar tu turno:

- ▶ Turnos online desde App Mi Medicus o [www.medicus.com.ar](http://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

## ¿Sabías que podés realizar los certificados escolares en Centros Medicus?

Como cada año, necesitarás presentar un certificado que indique que tu hijo está en condiciones de realizar las actividades escolares normales. Para obtenerlo, deberás pedir uno o varios turnos combinados de acuerdo al requerimiento de la escuela y a la edad del niño.

Para realizarlos contás el Servicio de Pediatría de:  
**CENTRO MEDICUS AZCUÉNAGA, BELGRANO, MORÓN,  
y LOMAS DE ZAMORA.**

Asesorate y solicitá turno contactándote con:

▶ CENTRAL DE TURNOS CENTROS MEDICUS de lunes a viernes de 8 a 20 h.

☎ 0800-333-3338 📞 11 4029-5500





# Tramitar tus autorizaciones con Mi Medicus es muy fácil

Ingresando a la app desde dónde estés, podés gestionar tus autorizaciones en pocos pasos.

Accedé a **Autorizaciones** desde la sección Gestiones. Seleccioná "Nueva solicitud", completá los campos, clickeá en "enviar" y ¡listo!

Desde el mismo apartado podés hacer el seguimiento de la gestión.

También podés chequear si tu práctica o estudio requiere autorización.

Recordá hacer el pedido con 96 h. de anticipación.

**Mi Medicus** también te permite:

- ✓ Realizar tus gestiones administrativas.
- ✓ Pedir turnos para Centros Medicus.
- ✓ Acceder a una Consulta Médica Online.
- ✓ Consultar tu cartilla.
- ✓ Acceder a tu Medicard digital y la del grupo familiar.
- ✓ Ver tu factura y pagar.
- ✓ Y mucho más.



Descargá Mi Medicus y llevá tu cobertura médica con vos.

Disponible para



**Mi Medicus**

## Consejos para una vuelta saludable a clases

Al comenzar el año escolar, grandes y chicos debemos reorganizarnos en función de las nuevas rutinas y actividades. Te acercamos algunos consejos para que el día a día sea más ordenado y saludable.



### Descanso

Para afrontar las exigencias escolares es fundamental que los chicos descansen un promedio de 10 horas por día.

Lo ideal es reorganizar algunas rutinas familiares y considerar el horario de la cena para permitir acostarse temprano.



### Alimentación

El desayuno es una de las principales comidas del día. Es importante fomentar el hábito de desayunar con jugo de frutas, leche o derivados y cereales.

Planificar el menú semanal contemplando que la dieta sea variada, equilibrada y nutritiva.



### Higiene

La presencia de piojos es muy común durante los meses cálidos y en época escolar, pudiendo provocar síntomas molestos como picazón, ronchas y/o dermatitis.

Es ideal recoger el pelo largo y no compartir toallas, peines y gorros.

No olvidar pasar el peine fino de metal, después del lavado y con el pelo mojado. Si hay piojos adultos y liendres, colocar un pediculicida adecuado.



### Controles de salud

El control pediátrico y el apto físico nos dan la seguridad de que los menores están preparados para realizar todas las actividades escolares, recreativas y deportivas, que correspondan a su edad.

Cumplir con las vacunas del calendario.

También es recomendable acudir al odontólogo para el control de la salud bucal.



### Cuidados estacionales

Continúa el verano: sol, calor y mosquitos. Es necesario seguir usando protector solar, repelente de insectos y prestar atención a la hidratación enviando botellitas con agua en la mochila.



### La vianda

Es importante guardar los alimentos en conservadores para evitar que se pierda la cadena de frío.

Ser creativos en el armado variado de las comidas y colaciones. Optar preferentemente por frutas en lugar de golosinas que son de bajo valor nutritivo.

Si los chicos concurren al comedor escolar, estar atentos a complementar el menú escolar con otros alimentos en la casa.



### La mochila

Para evitar complicaciones de columna, el peso de la mochila no debe exceder el 5% del peso del niño si es de colgar y el 10% si es con carrito. Controlar la carga que llevan y enseñarles a usar una tira de cada hombro para repartir el peso.



### Tiempo de adaptación

En el inicio del jardín de infantes hay períodos de adaptación, estos tiempos pueden prolongarse o acortarse según las características de cada niño. Habitualmente la adaptación es progresiva.

Tengamos en cuenta que si hay cambios de escuela, de compañeritos o nuevos maestros, los chicos pueden experimentar temor, ansiedad o curiosidad.

Ante estas nuevas situaciones es importante estar presentes y acompañarlos.

Si los niños tienen fiebre no deben concurrir a clases. Es mejor esperar la evolución. Evitemos llevar el contagio a otros y resguardemos a los propios con reposo y el tratamiento adecuado en casa.