

Plan Médico & Usted

AÑO XXII

NÚMERO
257

mayo
2015

35
años



Publicación para los Socios del Plan Médico del Hospital Alemán



URGENCIAS
y pedido de
médico a domicilio
5777-5568

PLAN MÉDICO
4827-7070

CONMUTADOR
(único número)
4827-7000
(líneas rotativas)

HA Hospital
Alemán
Deutsches Hospital

147 años

Novedades en la facturación de Plan Médico

Factura electrónica

Junto con este boletín mensual Usted recibe una comunicación acerca de la implementación de la nueva modalidad de facturación. Tenga en cuenta que, como parte de estas modificaciones, **se dejará de enviar la factura por correo postal a partir del mes de julio**. Las sucesivas facturas se encontrarán a disposición en su Portal. Para acceder al mismo debe registrarse a través de: www.hospitalaleman.org.ar/portal y seguir las instrucciones que se detallan en la carta adjunta.



Abone la cuota sólo con su credencial

Ahora puede abonar su cuota **sin necesidad de contar con la factura impresa** exclusivamente en los medios de pago que se detallan a continuación.



Próximamente seguiremos sumando otros medios de pago con este sistema.

Otras formas de pago

Como alternativa usted podrá **imprimir su factura desde el Portal y abonarla en el resto de los medios de pago habituales** (Bancos Francés, HSBC, ICBC, Macro y Rapipago) o adherirse al débito automático sobre su cuenta de cualquier banco o de su tarjeta de crédito (Visa, Mastercard, Diners y American Express).

www.hospitalaleman.org.ar

GRUPE

¿Cómo proteger a los chicos?

La gripe es una enfermedad infecciosa producida por un virus denominado influenza. En líneas generales es benigna y dura aproximadamente entre 7 y 10 días, con un período previo de incubación de entre 48 y 72 horas.

El grupo conformado por los niños menores de dos años es uno de los que tiene mayor riesgo de presentar complicaciones o internaciones, ya que la respuesta del sistema inmune se encuentra disminuida frente a las infecciones.

¿Cuáles son los principales síntomas?

Los más comunes son:

- Fiebre
- Catarro
- Dolores musculares
- Bronquiolitis (fiebre, tos y agitación)

También puede sentir:

- Dolor abdominal
- Diarrea
- Cefalea
- Dolor de garganta

¿Cómo diferenciar si es gripe o resfrío?

Generalmente es muy difícil diferenciarlos ya que hay muchos cuadros virales similares a la gripe que pueden producir los mismos síntomas. Estos virus no son de tipo influenza, pero igualmente son muy frecuentes en esta época del año. Para despejar dudas lo mejor es siempre recurrir a su médico de confianza.

¿Cómo prevenirla?

Lo primordial es la **higiene**, tanto del niño como de los objetos o muebles con los que puede estar en contacto. Es fundamental enseñarle al niño la importancia del lavado de manos, y que comprenda que al toser o estornudar debe taparse la boca con el codo, no con la palma. Para la limpieza de los muebles se debe usar alcohol.

La otra forma de prevención muy eficaz es la **vacunación**.

A partir del 2011 se incorporó en el calendario nacional de vacunación la vacuna trivalente en forma gratuita, para los chicos de 6 a 24 meses. Esta los protege contra el virus influenza tipo A H1N1, el virus tipo A estacional H3N2 (el más común), y el influenza tipo B.

¿Antes de los 6 meses es recomendable vacunarlos?

Antes de los 6 meses no está recomendado, no porque sea peligroso, sino porque a esa edad la inmunidad de los niños no responde adecuadamente a la vacuna.

¿Después de los 24 meses se deben seguir vacunando?

Sí, siempre se aconseja vacunar, más si son niños que van al jardín, o conviven con personas que puedan contagiarlos.

¿Cada cuánto deben vacunarse?

Una vez al año, en la época del otoño. La campaña empieza en marzo y finaliza el 30 de junio. La primera vez que se vacunan (entre los 6 meses y los 9 años) deben darse 2 dosis con una diferencia de un mes. Luego es sólo una dosis por año.



¿Qué hacer si ya tiene gripe?

Como primera medida hay que consultar al pediatra de cabecera. Para la fiebre se sugieren antitérmicos como el paracetamol o el ibuprofeno. No se deben dar descongestivos o antitusivos, ya que algunos están contraindicados para determinado tipo de pacientes. Luego de un par de días hay que estar atento a las posibles complicaciones. Si el niño persiste con mucha fiebre (38, 39 grados), sigue con dificultades para respirar o está agitado, hay que consultar rápidamente.

¿Deben variar su alimentación?

No. Tienen que comer la comida habitual, tal como lo venían haciendo. Si son bebés, hay que mantener la lactancia materna. En caso de que se sientan mal y no quieran comer, no se debe obligarlos, pero si es fundamental mantenerlos hidratados.

¿Es preocupante si la fiebre se repite todos los años?

No, es totalmente normal.

¿Es normal que tenga fiebre varias veces al año?

Depende de la edad del paciente. Si es un nene pequeño que recién empieza el jardín, lo más probable es que todos los meses tenga fiebre y se enferme, por el hecho de que en el colegio tiene mayor exposición a los gérmenes.



AGENDA

TALLERES GRATUITOS



DESAFÍO ILVEM PARA SOCIOS PENSANTES

● Alimentación para el embarazo

13 de mayo | 5 de agosto | 4 de noviembre
de 16 a 17.30 h.

● Alimentación en los primeros tres años de vida

20 de mayo | 19 de agosto | 18 de noviembre
de 16 a 17.30 h.

DISERTANTE: Lic. Graciela Pinto
DIRIGIDO A: Embarazadas, padres y toda persona a cargo de la alimentación de niños de hasta 3 años.
LUGAR: Salón de Actos del Hospital Alemán
INSCRIPCIÓN: Servicio de Alimentación - Tel. 4827-7000 ints. 2200 y 7049

ILVEM presenta este espacio para jugar y ganar resolviendo problemas de su carrera de Técnicas de estudio, Lectura Veloz, Memoria, Oratoria e Inteligencia.

Consigna:

Si el pavo del Señor García pusiera un huevo en el jardín del Señor Pérez ¿quién sería el dueño legal del huevo?

Respuestas: a concursos@ilvem.com o por teléfono al 4821-5411

Resultados del desafío Plan Médico & Ud. mes de Abril '15:

Consigna:

Todos los días el contrabandista cruzaba la frontera con una carretilla llena de pasto. El guardia sospechaba que llevaba contrabando, revisaba la parva de pasto pero no encontraba nada. ¿Cuál era el contrabando?

Respuesta:

Carretillas.

Ganadores: Joaquín Rebollo, Albino Gómez, Clara Velcov, Amira Ntr, Augusto César Buraschi, Ricardo Bustamante, Cecilia Forgnone, Patricio Tula y Luis Sandjian.

Premio para todos los que aciertan y resultan sorteados: Media beca en cualquier curso a elección.

Premio general: Todos los que participaron se hicieron acreedores a un demotest gratuito para medir su rendimiento intelectual y el potencial de desarrollo.

Informes sobre premios: Tel. 4821-5411

● Dermatitis atópica

16 de mayo | 27 de junio | 8 de agosto
9 h.

Este taller, destinado a padres, pacientes, médicos tratantes y público en general, tiene como objetivo informar acerca de las características clínicas, diagnóstico y especialmente manejo de la dermatitis atópica.

DISERTANTES: Prof. Dra. Margarita Larralde y Dra. Paula Luna
LUGAR: Salón de Actos del Hospital Alemán
INFORMES: Servicio de Dermatología - Tel. 4827-7000 interno 2313

Adhiera su factura a MasterCard y obtenga más beneficios!



Estimado Socio: Adhiera su Plan Médico del Hospital Alemán al débito automático con su tarjeta MasterCard y recibirá una acreditación del 20% en su primer débito automático presentado y aprobado (tope de devolución de \$ 300.-).

Puede adherirse al débito automático MasterCard a través de su PORTAL PLAN MÉDICO www.hospitalaleman.org.ar/portal, telefónicamente al 4827-7070 o personalmente en las oficinas del Plan Médico, Av. Pueyrredón 1640 PB, de lunes a viernes de 8 a 18 h. y en la Agencia Zona Norte, Belgrano 333 Galería Queen's Village local 24, San Isidro, de lunes a viernes de 10 a 18 h.

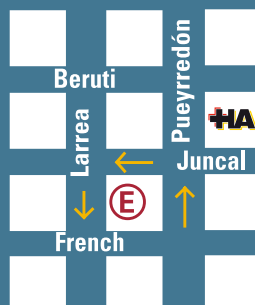
Las características y condiciones de esta promoción podrán ser consultadas en nuestra página web www.hospitalaleman.org.ar

Parking Larrea

TARIFAS ESPECIALES
para Socios del Plan Médico del
Hospital Alemán, familiares y amigos

Contra la presentación de su credencial de socio y luego hacer sellar su ticket en la Recepción del Hospital Alemán

Larrea 1344 - Cap. Fed. - Tel.: 4821-8320



Centro Optico Lunette

Planes Especiales
Hospital Alemán

* Av. Dorrego 2646 - Cap. Fed.
Tel/Fax: 4775-5485
* Juncal 2744 - Cap. Fed.
Tel/Fax: 4821-3756
* Av. Caseros 1899 - Cap. Fed.
Tel/Fax: 4304-2303

Correo de Lectores



NOTA **Sra. Elba Barabino** *Socia del Plan Médico*

Llego de estar internada durante una semana y lo primero que debo hacer es agradecer al Servicio de Traumatología, Dr. Ernesto Catalá, Dr. Ricardo Caldara y a todo su equipo, a la Klga. Verónica Aguilera, a las enfermeras por toda la contención, al servicio que se ocupa de la comida y a todos ustedes. Son superlativos. Gracias, muchísimas gracias por todo.

NOTA **Sra. Teresa Domínguez de Benedossi e hijos** *Socios del Plan Médico*

Por la presente reciban nuestro reconocimiento y total agradecimiento hacia el Departamento de Cirugía Coloproctológica y en particular al Dr. Alejandro Sánchez Ruíz, que con el equipo de esos jóvenes cirujanos tan criteriosos, operaron con éxito a mi esposo Luis Rolando Benedossi, en el pasado mes de septiembre.

Cuando la vida de nuestros seres queridos quedan en sus manos, valoramos no sólo su excelencia quirúrgica, sino que también su calidez humana con la que sostuvieron a nuestra familia.

NOTA **Sr. Osvaldo Morselli y familia** *Socios del Plan Médico*

Evidentemente la elección del personal del Hospital Alemán es un acierto. Y de eso se trata. Queremos destacar a uno de sus integrantes, a quien cualquier calificativo le queda pequeño. Cuánto sabe de medicina. Qué dedicación y esmero hacia sus pacientes. Sólo hablar con él, bajan los decibeles de ansiedad y preocupación. Esa calidad y disposición de atender siempre que uno lo requiere, es propio de un gran profesional, pero sobre todo de una gran persona que ostenta su diploma como médico y nosotros sus pacientes le otorgamos el título de humano excepcional. Gracias Dr. Alejandro García Aguirre.

Por razones de espacio y de estilo, Plan Médico & Usted® podrá seleccionar el material y editarlo. La fecha de publicación está supeditada al espacio disponible en el boletín. Los mensajes deben enviarse a: lberzon@hospitalaleman.com

CURSOS ILVEM

Ilvem dicta cursos presenciales, por e-Learning e In-Company de Marketing digital, Lectura veloz, memoria, métodos de estudio, concentración, oratoria, inteligencia, Diseño Web y Multimedia (Flash, Dreamweaver, Premiere, Director); Diseño gráfico (CorelDRAW, Illustrator, Photoshop, QuarkXPress, 3D Studio Max, AutoCAD); Gestión Comercial Web (e-Commerce, e-Mail Marketing); Ofimática (Office, Dactilografía, Microsoft Project, Writer OpenOffice.org); Programación (Visual Basic, ASP.NET, PHP); Sistemas (Windows, Linux, Redes); Internet y redes sociales. Clases demostrativas gratuitas. Descuentos para Socios del Plan Médico del Hospital Alemán.

Informes: Tel. 4821-5411 - info@ilvem.com / www.ilvem.com



Recordatorio de fechas

- 1/5** **Día Internacional del Trabajador**
Día de la Constitución Nacional
FERIADO*
- 3/5** Día Mundial de la Libertad de Prensa
- 5/5** Día Mundial del Asma
- 7/5** Día del Trabajador Gráfico
- 8/5** Día de la Cruz Roja Internacional
Día de Nuestra Señora de Luján, Patrona Argentina
- 10/5** Día del Ahijado
- 11/5** Día del Himno Nacional Argentino
Día Nacional del Actor
- 12/5** Día de la Enfermería
Día de la Fonoaudiología
¡Muchas Felicidades a nuestros profesionales en su día!
Día del Nieto
- 15/5** Día Internacional de las Familias
- 17/5** Día Internacional de las Telecomunicaciones
- 18/5** Día de la Escarapela Nacional
Día Internacional del Museo
- 25/5** **Primer Gobierno Patrio**
FERIADO*
- 27/5** Día del Marketing
- 28/5** Día de los Jardines de Infantes y de la Maestra Jardinera
- 30/5** Día Nacional de la Donación de Órganos
- 31/5** Día Mundial sin Tabaco

* Las oficinas del Plan Médico permanecerán cerradas y en el Hospital Alemán se atenderán sólo urgencias.

FUENTES: www.me.gov.ar
www.ideasexpress.com.ar/fechas.htm
www.elportaleducativo.com.ar

**CUMPLIR UN SUEÑO.
ESO ES LO QUE MEJOR TE HACE SENTIR.**

rodobensarg

rodobensarg

@rodobensarg

www.rodobens.com.ar/plandeahorro

**PLAN DE AHORRO
INMOBILIARIO**

RODOBENS

Empezá a ahorrar hoy para comprar tu casa mañana

Por partes y citación: Administra Empresas Rodobens S.A. de ahorro para fines determinados, sito en Av. Montes de Oca 1470, Capital Federal. Plines Aprobadas por Resolución N° 090920 de fecha de junio 2014 de la Inspección General de Justicia de la Nación.

Lemouton bebe

15% de descuento
Socios del Plan Médico
del Hospital Alemán

www.lemoutonbebe.com
Av. Pueyrredón 1719 - Tel: 48263020

Actualizaciones de cartilla



profesionales

CIUDAD DE BUENOS AIRES

• CARDIOLOGÍA

Modificación de número telefónico:

Dr. Alvarez, José A.

Juncal 2431 - 4° "A"

Tel. 5219-4196

Lunes y jueves 17 a 20 h.

• CLÍNICA MÉDICA

Modificación de consultorio:

Dra. Di Stilio, Gisela

Anula: French 2741

Nuevo: Av. Santa Fé 3242 - 9° "F"

Tel. 4821-8738

Miércoles 16 a 19 h.

Baja de profesional:

Dr. Kroyer, Heriberto

• KINESIOLOGÍA

Alta de consultorio:

Klgo. Parabué, Emilio M. RPG

Manuel Ugarte 2548 - 5° "A"

Tel. 2056-8797

Lunes a viernes 8 a 21 h.

MAYO 2015

• NUTRICIÓN

Modificación de departamento de consultorio:

Dr. Casávola, César

Arenales 2438 - 9° "E"

Tel. 4821-1621 / Cel. (15) 5579-0201

ZONA NORTE

• SALUD MENTAL PEDIÁTRICA

Modificación de consultorio:

Lic. Durlach, Carol

Anula: Entre Ríos 661 - MARTÍNEZ

Nuevo: Av. Santa Fé 316 - 1° "B"

ACASSUSSO

Cel. (15) 6658-1006

Solicitar turno

ZONA NOROESTE

• CLÍNICA MÉDICA

Alta de profesional:

Dra. Frey, Viviana

Marengo 4552 3° "D" - VILLA BALLESTER

Tel. 4847-0019

Lunes y viernes 16 a 19 h.

ITAES Acreditación Plena

La Comisión Directiva del Instituto Técnico para la Acreditación de Establecimientos de Salud (ITAES) resolvió hacer acreedor a nuestro Hospital de la "Acreditación Plena" por los siguientes tres años.

Queremos agradecer a todos nuestros colaboradores, ya que la acreditación se logró mediante la evaluación exhaustiva de las distintas áreas y sectores que componen nuestra Institución. Entre los aspectos examinados se encontraron el nivel de mantenimiento de la estructura, el cumplimiento de procesos de atención sanitaria y los resultados de los indicadores de gestión.

REGLAMENTO GENERAL Y CARTILLA DE PRESTADORES

Recordamos a los Socios que pueden consultar el Reglamento General del Plan Médico y su cartilla de Prestadores en nuestra página web: www.hospitalaleman.org.ar

DONANDO SANGRE DOS O TRES VECES AL AÑO, SENTÍ EL ORGULLO DE FORMAR PARTE DE UN GRUPO EXCLUSIVO: EL DE LOS QUE SALVAN VIDAS.

¡SUMATE!

SERVICIO DE HEMOTERAPIA

Lunes a Viernes de 7 a 12 h. - Sábados de 7 a 9.30 h. sólo con turno previo
Tel. 4827-7000 interno 7600 - shemoterapia@hospitalaleman.com

PORTAL PLAN MÉDICO

Así de fácil!

Aprovechá el Portal del Plan Médico. Lo hicimos pensando en vos.



Ahora todo es mucho más fácil y cómodo desde tu computadora o dispositivo móvil. Ingresá a:

www.hospitalaleman.org.ar/portal

Registrate muy sencillamente y accedé a estos servicios:

Reserva de Turnos

Consulta | Estudios solicitados a través de la historia clínica informatizada | Cancelar turno | Mi agenda de turnos

Resultados de estudios

Pagos y facturación

Imprimir orden de pago | Consultar estado de cuenta | Adherir al débito automático

Datos del Socio

Consultar datos | Modificar datos

Credenciales

Imprimir credencial provisoria

Cartilla on-line

Newsletter

Comentarios y sugerencias

COBERTURA DE

maternidad

Recuerde que la cobertura de maternidad en el Hospital Alemán está limitada únicamente a la titular o a la cónyuge de un titular del plan.

Para ampliar esta cobertura al resto del grupo familiar, comuníquese con nuestros asesores al

4827-7070.



Beneficios Adicionales

Las actividades aquí detalladas son aranceladas e incluyen descuentos especiales para los Socios del Plan Médico del Hospital Alemán, contra la simple presentación de su credencial:

COMPUTADORAS

Servicio Técnico especializado en Windows. Detección y limpieza de Virus, Spyware, Malware, Spybots, Trojans, etc. Actualizaciones de seguridad. Cambio de Sistema Operativo. Cambio de Disco Rígido. Backup completo de archivos. Armado, Reparación y Venta de computadoras a medida, con los mejores componentes de cada marca. Atención a domicilio y urgencias. Socios del Plan Médico: precios especiales.

Informes: Sr. Carlos Nava
Lun. a vie. 12 a 20 h.
Tel. 4807-0522 - Cel. (15) 6935-2933

CURSOS DE INGLÉS

Prof. Elizabeth A. Gudly
Profesora Nacional Superior del Joaquín V. González. Profesora competente. Amplia experiencia. Todos los niveles. Especialista en exámenes de la Universidad de Cambridge, Inglaterra. Conversación.
Former teacher: William Blake Institute. At present: TUTOR in IADEI Institute.
Informes: Tel. 4831-4742
Cel. (15) 3693-0854 - Arenales 3651 8° "C"
Mail: lizazzimonti@hotmail.com

MASAJE COMPARATIVO

Relación causa-efecto
Técnicas de relajación de cráneo a pies, según los síntomas y/o diagnóstico. Tratamiento puntual del dolor y de contracturas musculares. Testeo ergonómico. Ejercicios propioceptivos que incrementan la flexibilidad de la columna vertebral y mejoran la actitud postural y el alineamiento. Conéctese con su bienestar, no sostenga dolores, obtenga elasticidad en sus músculos, fluidez y seguridad en sus movimientos.
Socios del Plan Médico, 20% de descuento.
Informes: Lic. Patricia V. Snaiderman (UBA - MN 8700)
Tel. 4962-8990 - Cel. (15) 5659-8056
Mail: psnaiderman@yahoo.com.ar

Cálido SPACio

Presentamos el nuevo tratamiento de Masaje Biomecánico Energético, para hombres y mujeres a cargo de la Lic. Liliana Beatriz Castelli - MN 2610 (UBA), Profesora Nacional de Educación Física UBA (experiencia en el ballet estable del Teatro Colón).
Es un masaje holístico en donde se evalúa y se trabaja todos los músculos del cuerpo, desde la cabeza hasta los pies y se logra elongar, revitalizar y restablecer el orden biomecánico y energético del cuerpo.
Informes: Tel. 4823-9951
Cels. (15) 6870-0963 / (15) 6456-1298
Anchorena 1449
www.calidospacioestetica.com

PROFESORA DE INGLÉS

Amplia experiencia
Clases de Conversación: todos los niveles. Exámenes: nivel, regulares-secundarios, universitarios, internacionales. Inglés para profesionales, empresas y otros. Traducciones. Español para extranjeros. Spanish for foreigners.
A domicilio o en mi casa - Zona Palermo. Descuentos especiales para Socios del Plan Médico.
Informes: Sra. Norma
Tel. (011) 4803-7568
Cel. (15) 5052-1859
E-mail: normabar@fibertel.com.ar

YOGA Y MÁS

Prof. Silvia Habib
1- Posturas, respiración y relajación para una mejor calidad de vida. Flexibiliza y alinea la columna. Movilizando caderas, rodillas, tobillos y hombros se liberan tensiones, dando al cuerpo más libertad. Serena la mente, incrementa la concentración y genera contento. Clases suaves y fuertes.
2- Encuentros para crecer: ¿querés aprender a usar la mente para mejorar tu vida?
La relación mente, palabra, creación. Trabajamos con conocimientos de Raja Yoga, meditación. Clases a domicilio, grupo familiar, amistades, empresariales. Descuento a Socios del Plan Médico.
Informes: Tel. 4554-1730

Se deja constancia de que el Plan Médico del Hospital Alemán no avala, en modo alguno, los servicios publicados en este boletín y, consecuentemente con ello, cualquier reclamo que quiera realizarse respecto de su calidad deberá dirigirse, exclusivamente, a los respectivos anunciantes.



Plan Médico & Usted® es una publicación mensual del Hospital Alemán, Av. Pueyrredón 1640 - Cap. Fed. Cualquier sugerencia sobre temas generales o específicos a tratar en PM & Usted será considerada y agradecida. En tal caso, contactarse con el Depto. de Promoción y Publicidad, Laura Berzón al tel.: 4827-7208 o por e-mail: lberzon@hospitalaleman.com

Superintendencia de Servicios de Salud 0-800-222-SALUD (72583) - www.sssalud.gov.ar - R.N.E.M.P. N° 1086

“Willkommen zu Hause”
“Bienvenido a casa”

www.residencialospinos.com.ar

En el Hogar Los Pinos contamos con el confort, la seguridad y la experiencia que hacen que nuestros mayores sientan el calor de hogar.

- Residencias adaptadas a la condición de cada persona.
- Servicios pensados para cada necesidad.
- Actividades recreativas que favorecen la integración.
- Instalaciones para una grata estadía.

Un lugar para que nuestros mayores se sientan como en casa.

☘ **Consulte por estadias temporales en época estival, fiestas y vacaciones** ☘

