

SANAR

OTOÑO 2014



SANATORIO ARGENTINO
Maternidad Privada
Desde 1974

Año IX - Número 38



40 años
de amor por la vida

Chequeo Anual de Salud

Página 9

**Recomendaciones para
el alta del bebé**

Páginas 12 y 13





CLINICA PATAGONIA

Neumonología infantil: Dr. Armando Villafañe.

Nefrología infantil: Dra. Ivana Moreira.

Infectología infantil: Dra. Marcela Mengual.

Neurodesarrollo: Dra Natacha Bazán.

Otorrinolaringología y endoscopia respiratoria pediátrica: Dra Magdalena Roques.

Dermatología infantil: Dra. Romina Bueno.

Pediatría: Dr. Gerardo Carrillo, Dr Jose Luis Quintero, Dr Cristian Garcia.

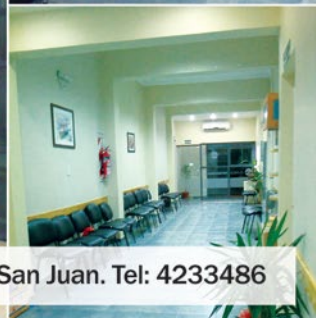
Fonoaudiología: Lic. Marisa Amaya, Lic Soledad Conti.

Psicología: Lic. Natalia Flores.

Nutricionista: Silvina Nievas.

Psicopedagoga: Lic. Marta Buso.

Kinesiología y fisioterapia: Lic Laura Polliotto.



Esteban Echeverría 883 Sur. 5400. San Juan. Tel: 4233486



Otoño en Rabbit Kids

Nueva Línea Juvenil

Ajuar - Blanquería

Ropa para bebés prematuros

Talles de 0 a 24 meses

Muebles- Cunas- Catres y más



Rabbit Kids

Av. Córdoba 1341 Oeste Capital San Juan | 0264-4221488 | Fb: Rabbit Kids San Juan


pájarapinta

ROPA PARA BEBES Y NIÑOS DE 0 A 8 AÑOS – MARCAS EXCLUSIVAS – ROPA DE DISEÑO

Editorial



SANATORIO ARGENTINO
 Maternidad Privada
 Desde 1974

Servicio con amor por la vida...

La conmemoración de los 40 años de nuestro Sanatorio Argentino, es un tiempo de agradecimiento profundo a la comunidad sanjuanina por su apoyo y afecto desde siempre. La historia de un puñado de hombres y mujeres (nuestros fundadores) valientes y emprendedores... soplo el zonda, como siempre fuerte y abrazador, pero ellos se quedaron y aprendieron de él. Plantaron la semilla de la entrega, el sacrificio y el profesionalismo. En esta etapa gestacional tuvieron sus inconvenientes y crisis; ante tales contratiempos no se empuqueñecieron; redoblaron el esfuerzo en búsqueda de un claro objetivo.

Hoy resurge para destacar el ejemplo del habitante de esta tierra, (hogar del sol y diáfano cielo) hombres pacientes y perseverantes con un alto sentido solidario y de servicio, al que se le agrega una concepción de **equipo de trabajo** muy particular que permite potenciar los talentos de cada uno de sus integrantes.

Con esta sólida base nos podemos proyectar al futuro con la

firme convicción, de que todas nuestras acciones estarán orientadas a brindar lo mejor de nosotros en beneficio de nuestros huéspedes.

Esta **armonía** necesaria nos conecta con nuestro interior y nos permite comunicar las emociones. Los sentimientos, sensibilidad, afectividad, temperamento son canalizados a través de nuestro servicio.

Estamos transitando un momento único protagónico en nuestra vida institucional, en donde el mejor mensaje que podemos dejar es el mayor profesionalismo de nuestro **capital humano** con el afecto, calidez y respeto que lo caracteriza.

Nuestra misión es presentarnos siempre pujantes y dispuestos al servicio buscando con intensidad, elaborar nuevos proyectos acordes a los tiempos que corren, sin olvidar el legado y valores de nuestros fundadores quienes confiaron a las nuevas generaciones, la antorcha del **SERVICIO CON AMOR POR LA VIDA.**

Dr. Carlos A. Buteler
 Director Médico
 Sanatorio Argentino

Gerente Institucional

Dr. Enrique Pérez Navas
Dr. Enrique Conti Martínez

Director Médico

Dr. Carlos Buteler

Gerente Administrativo

CPN Sergio Femenía

Prohibida la reproducción total o parcial por medios electrónicos o mecánicos, incluyendo fotocopia, grabación magnética y cualquier sistema de almacenamiento de información, sin autorización escrita del Editor.

Edición de 6.000 ejemplares.

Impreso en:

SANAR

OTOÑO 2014

San Luis 432 Oeste - CP 5400
San Juan - Argentina
Tel/Fax: 0264 - 4220100

1	Editorial	16	Espacio certificado 100% libre de humo
3	Internet: el desafío de acompañar a nuestros hijos	17	Acompañamiento terapéutico a la mujer embarazada
		18	"Reinventemos lo femenino cada día, todo día". Conferencia Lic. Josefina Semillán
4	Cuidar tu cuerpo y tu salud, es cuidar también a las personas que amas.	19	Planificación general 2014 Fundación
5	Día Mundial de la Salud	20	Receta: Brownie con salsa de café.
6	La fortaleza de un gran luchador: Facundo Cerdera	20	Foto del recuerdo
		21	El recuerdo afectuoso hacia un ejemplo de vida: Dr. Miguel Aglio
8	Embarazo y salud oral		
9	Chequeo anual de salud	22	La psoriasis puede afectar, tu piel pero no debe afectar tu vida
10	Nutrición en edad escolar	23	Reflexión
11	La importancia de la vacunación al ingreso escolar	23	Cumpleaños
12	Recomendaciones para el alta del bebé	24	Bebés de otoño
14	Primera reunión regional SACIL 2014, zona Cuyo		

Internet: el desafío de acompañar a nuestros hijos

A través de esta nota buscamos aportar ideas para acompañar a niños y adolescentes en el uso responsable y seguro de internet y las redes sociales, para garantizar el máximo goce de sus derechos, evitando los riesgos posibles.



Generar espacios de confianza para que los chicos puedan comentar sus dudas o las situaciones que les parezcan extrañas o incómodas.

Tratar de que Internet y los hábitos sobre su uso sean un tema de conversación habitual con los niños y adolescentes.

Conocer sus intereses en Internet, y compartir con ellos tiempo de navegación, especialmente con los más pequeños.

El diálogo un aliado fundamental.

La tarea de supervisión debe, necesariamente, ir de la mano con la construcción de un vínculo de confianza. Revisar, sin que lo sepan los chicos, los correos electrónicos o los mensajeros instantáneos es, a largo plazo, fuente de decepción para ellos que, lejos de sentirse acompañados por los adultos, perciben estas acciones como actitudes de control y vigilancia. Así, se vuelven más reservados aun y se alejan de quienes pueden ayudarlos a resolver sus ocasionales problemas.

Tanto Internet como las redes sociales pueden ser una maravillosa herramienta para la realización de los derechos de los jóvenes. Como padres es una oportunidad y un desafío acompañarlos en este camino de aprendizaje.

Conversar con ellos sobre el uso responsable de la web es el punto de partida para eso.

Las personas en mejor posición para ayudar a los niños a no tener malas experiencias en Internet son los adultos que se encargan de su cuidado y desarrollo.

Los niños, niñas y adolescentes están expuestos a grandes riesgos en Internet, ya sea como víctimas o como partícipes.

Consejos

- > **Usar** nosotros las tecnologías y navegar por Internet, experimentando y aprendiendo cuáles son sus posibilidades, servicios y funciones. Es una excelente forma de comprenderlos mejor y de facilitar el diálogo con los chicos.
- > **Conocer** las características de las redes sociales, foros y otros sitios en los que participen.
- > **Establecer** normas y pautas razonables, discutiéndolas con ellos. Una buena idea es anotarlas

y exponerlas cerca de la computadora, para no olvidarlas.

- > **Regular** el acceso a Internet, no sólo desde computadoras, notebooks y netbooks, sino también desde los teléfonos celulares y otros dispositivos móviles.
- > **Utilizar** los filtros y las funciones de control de contenido. Los proveedores de Internet ofrecen herramientas de control parental que los adultos pueden implementar para proteger a sus hijos e hijas en la navegación.
- > **Acompañar**, dentro de lo posible, sus actividades en Internet.
- > **Estar atentos** a los cambios de conducta de los niños, niñas y adolescentes.
- > **Alertar** sobre los riesgos de dar información indiscriminadamente.
- > **Conocer los contactos** con los que se comunican, y advertirles sobre los riesgos vinculados a la suplantación o robo de identidad.



Cuidar tu cuerpo y tu salud, es cuidar también a las personas que amas.

Actualmente, son muchas las mujeres que realizan múltiples tareas: hacen labores domésticas, cuidan de sus niños y a la vez trabajan. En este contexto, donde el tiempo para el cuidado personal cede a favor de las tareas laborales, familiares y domésticas, ¿es posible lograr un estilo de vida activo y saludable?



Sí. Con información y una buena planificación, es posible lograr un estilo de vida saludable que incluya una alimentación balanceada, actividad física, descanso y esparcimiento, controles periódicos de salud y un estado general de bienestar y equilibrio emocional. **¿Por dónde empezamos?**

Siempre activa y ocupada

La actividad, tanto laboral como personal, es muy beneficiosa para la salud. Llevar un estilo de vida activo no necesariamente significa realizar ejercicio programado con una rutina en un gimnasio, aunque implica realizar actividad física regular, aunque sea moderada. Se recomienda realizar como mínimo 30 minutos de ejercicio físico moderado, cinco veces a la semana, o 45 minutos de ejercicio físico intenso, tres veces a la semana. Incluye actividades que aumenten la respiración, el ritmo cardíaco y que fortalezcan tus músculos y huesos. Pero, lo más importante, es que el ejercicio sea del agrado de cada persona y que exista un compromiso de realizarlo.

Alimentación saludable

Recordemos que una alimentación equilibrada debe incluir las cantidades adecuadas de cereales, legumi-

nosas, frutas, verduras, lácteos, carnes, pescados, aceites y grasas, así como una adecuada hidratación. Es importante hacer siempre las 3 comidas principales (desayuno, almuerzo y cena) y de 2 a 3 meriendas pequeñas entre una comida y otra. Moderar el consumo de azúcar y de sal en tus comidas será una buena decisión para tu salud.

Descansa y relajate

Para sentirte sana y vital es necesario descansar el cuerpo y la mente. Debes dormir lo suficiente para reactivar tu organismo. Además, es muy importante que nuestra salud también resida en la cabeza. Hay que luchar contra el estrés y la ansiedad que nos provocan las situaciones diarias.



Una visita anual al médico

Es recomendable hacerse un chequeo médico al menos una vez

al año, así sabremos si hay algo que debemos mejorar en nuestra vida y descartaremos posibles enfermedades futuras. La importancia de realizar el chequeo general de salud radica en la detección y prevención de factores predisponentes como son la obesidad, la mala alimentación, el sedentarismo, el tabaquismo las cuales favorecen el padecimiento de enfermedades cardiovasculares, respiratorias y metabólicas que son las que actualmente producen mayor morbilidad. También detectar factores de riesgo para enfermedades oncohematológicas y hereditarias.

En Sanatorio Argentino disponemos de un PLAN DE ATENCIÓN EN EL DÍA para la realización de este chequeo. Para turnos o mayor información llama al teléfono: 155068144

Control ginecológico anual. La importancia de realizar el control ginecológico en forma anual, radica en la detección precoz de enfermedades ginecológicas frecuentes, tanto benignas (quistes de ovario, miomatosis uterina, endometriosis), pre malignas (HPV) y malignas (cáncer de cuello de útero, cáncer de mamas). Este chequeo lo deben realizar regularmente todas las mujeres desde que inician su actividad sexual.

Día Mundial de la Salud. 7 de Abril 2014

Pequeñas picaduras, grandes amenazas.

El Día Mundial de la Salud se celebra el 7 de abril de cada año en conmemoración del aniversario de la fundación de la OMS en 1948. El día brinda a todas las personas la oportunidad de participar en actividades que pueden mejorar la salud.

El tema para 2014 son las enfermedades transmitidas por vectores.

Los vectores son pequeños animales, como los mosquitos, las chinches, las garrapatas o los caracoles de agua dulce, que pueden transmitir enfermedades de una persona a otra y llevarlas de un lugar a otro.

Pueden poner nuestra salud en riesgo, tanto en casa como cuando viajamos. La campaña del Día Mundial de la Salud 2014 se centra en algunos de los principales vectores, en las enfermedades que transmiten y en las medidas que podemos adoptar para protegernos de ellos.

Se calcula que la enfermedad vectorial más mortífera (el paludismo) causó 660 000 muertes en 2010, la mayoría en niños africanos. No obstante, la enfermedad de este tipo con mayor crecimiento en el mundo es el dengue, cuya incidencia se ha multiplicado por 30 en los últimos 50 años. La globalización del comercio y los viajes, la urbaniza-

ción y los cambios medioambientales, tales como el cambio climático, están teniendo gran impacto en la transmisión de estas enfermedades y haciendo que aparezcan en países en los que antes no existían.

Objetivo: mejorar la protección contra las enfermedades transmitidas por vectores.

El objetivo de la campaña consiste en aumentar la concientización sobre la amenaza que suponen los vectores y las enfermedades vectoriales, y animar a las familias y a las comunidades a que adopten medidas de protección. Un elemento básico de la campaña será la difusión de información en las comunidades. Como las enfermedades vectoriales empiezan a sobrepasar sus fronteras tradicionales, es necesario que las medidas se amplíen más allá de los países en los que actualmente medran estas enfermedades.

40%
El 40% de la población mundial corre el riesgo de contraer el dengue.

1,3 millones
Cada año se producen 1,3 millones de nuevos casos de leishmaniasis.



Protégete y protege tu entorno de los vectores que transmiten enfermedades

Las enfermedades transmitidas por vectores pueden prevenirse mediante:

- > El uso de ropas que sirvan de barrera en la exposición a la picadura.
- > La utilización de mecanismos para impedir el acceso de los vectores en las viviendas (uso de mallas protectoras en puertas, ventanas y aleros).
- > La reducción de criaderos cerca de las casas o en las comunidades incluyendo:
 - el tapado de recipientes en los que se almacena agua,
 - la eliminación de charcos y drenajes de los lugares en los que acumula el agua,
 - la eliminación de recipientes inservibles donde se poza el agua,
 - el control de la basura en los patios y jardines.

Fuente:



La fortaleza de un gran luchador: Facundo Cerdera

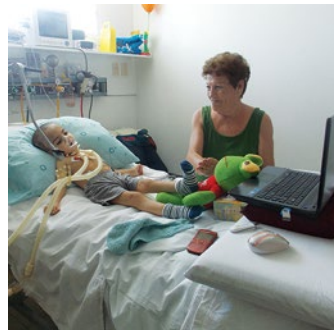
Después de tres largos meses internado en Terapia Intensiva del Sanatorio Argentino, el pequeño Facundo Cerdera, recibió el alta médica y regresó a casa de la mano de papi y mami, Sergio Cerdera y Érica Zárate.

Ese gran día fue el pasado 5 de marzo, aunque seguirá con la recuperación haciendo visitas periódicas a los profesionales de la salud que llevan el caso. Un caso atípico al que muchos médicos desconcertó, pero la búsqueda permanente de los padres sirvió para encontrar ángeles —médicos—, que le salvaron la vida a Facundo, quien ahora sonríe y se lo ve feliz después de haber padecido tanto dolor en su tan corta vida.

Finalmente, lo peor para este bebé quedó en el pasado. Logró salir adelante, dándole pelea a un mal que lo acechó cuando apenas comenzaba a dar sus primeros pasos. Un tumor de fosa posterior Astrocitoma pilocítico, de cuatro centímetros, le fue detectado en su cabecita. Es un tumor que se da en proporción de uno por mil en la población. En la Argentina han habido cuatro casos, de los cuales dos han muerto, uno está en estado vegetativo y uno vive, que es Facundo.

Operarlo era un riesgo que tendría como consecuencia alguna discapacidad y en el peor de los casos, la muerte. Pero, no operarlo era dejarlo vivir inhumanamente con mucho sufrimiento. Fue entonces que el 4 de diciembre de

2013 fue sometido a una intervención quirúrgica que duró nueve horas. Fue el tiempo más largo y difícil que pasaron Sergio y Érica. Hasta que el equipo médico, entre ellos los doctores neurocirujanos, Osvaldo Barceló e hijo y Ricardo Berjano, les informaron a los padres de Facundo que le habían extirpado un 80 por ciento del tumor, evitando el riesgo de tocar la médula espinal; y el pronóstico era reservado.



“Estamos contentos. Debemos seguir con la evolución día a día, pero Facu es fuerte.”

Las horas post quirúrgicas fueron inquietantes para los padres pero mantenían la fe de que su pequeño hijo salga adelante. Érica y Sergio nunca dejaron a Facundo solo. La guardia fue permanente. Frente a la puerta del Sanatorio los familiares, también, hacían el aguante y rezaban siempre.

A los diez días, una resonancia magnética, reveló que solo había un 2 por ciento de rastro del tumor. La noticia alegró a los padres y también a los médicos". Todo se encaminaba a una pronta recuperación, pero de pronto Facundo presentó una infección por lo que fue sometido a una nueva intervención quirúrgica, donde le extirparon un pedacito de hueso en la nuca, que es lo que presentaba infección. Pero también, los médicos descubrieron que no había rastro del tumor. Éste había desaparecido por completo

y la misión de los profesionales había concluido con éxito, además de haber actuado con ellos, la mano de Dios, confían Sergio y Érica.

“No fue fácil para nosotros haber pasado por todo lo que pasamos con Facundo. Ir de médico en médico y no encontrarle nada, era desconcertante y generaba desesperanza en nosotros. Desde que nació Facundo era que lloraba y nos decían que era maña. Los estudios salían bien, no tenía síntomas, pero nosotros notábamos que Facu no estaba bien”, relata Érica a Revista SANAR.

cuenta la mamá.

“Fue el Dr. Armando Luna quien pidió hacerle una resonancia magnética y ahí descubrieron que Facundo tenía un tumor en la cabeza. Y después la doctora De Giovannini nos orientó en todo lo que debíamos hacer. Ella es un ángel para Facundo como también el doctor terapeuta Cristian García, quien veló 24 horas al pie de la camilla de Facu, después de la operación. Además de los médicos que lo operaron. Estamos muy agradecidos de ellos. El trato en el sanatorio Argentino -médicos, enfermeras y personal-, ha sido muy

Los niños con tumores representan un reto terapéutico significativo. Para obtener resultados óptimos, se requiere de los esfuerzos coordinados de especialistas pediatras en campos como la neurocirugía, neuropatología, oncología de radiación, oncología pediátrica, neuro-oncología, neurología, rehabilitación, neuro-radiología, endocrinología y psicología que tengan el estudio requerido para el cuidado de pacientes con estas enfermedades.

“El 28 de noviembre del año pasado Facundo ingresó al Sanatorio Argentino con apenas siete kilos y después de varios meses volvemos con él a casa. Cumplió dos añitos el 9 de enero aquí internado. Estamos contentos. Debemos seguir con la evolución día a día, pero Facu es fuerte”, expresa la mamá mientras el pequeño juega sentado en una sillita.



El periplo en busca de un diagnóstico acertado para Facundo tuvo su hallazgo con la doctora pediatra Marina De Giovannini. “Era desesperante ver a nuestro hijo cada vez peor de salud. Tenía un año y empezó a perder peso, y la cabecita se le inclinó para la derecha. Algunos médicos le diagnosticaron una discapacidad, diciéndonos que era hipotónico - disminución del tono muscular -; otros le diagnosticaron retraso madurativo. Y hasta incluso algunos médicos cuestionaron que nosotros, los padres, habíamos descuidado al pequeño porque el cuadro que presentaba era desnutrición de tercer grado”,

Los niños con tumores representan un reto terapéutico significativo. Para obtener resultados óptimos, se requiere de los esfuerzos coordinados de especialistas.

bueno, atento, no solo con Facundo y nosotros. No hemos sido privilegiados; al contrario, en la larga estadía en el sanatorio he visto que la atención era igual para todos los pacientes”, expresa Sergio Cerdera.



Por: **Silvina Galdeano**
Periodista SANAR



Embarazo y salud oral

¿Sabes que toda embarazada debe ir al odontólogo durante la gestación?

En la vida de una mujer, los mayores cambios fisiológicos y hormonales ocurren durante el embarazo.

Éste cambia el cuerpo de la mujer en muchas formas, y una de ellas es que ocasiona ciertos cambios en la cavidad bucal.

Creemos que es imprescindible que las pacientes consulten al odontólogo antes del embarazo y al menos una vez cada trimestre durante la gestación.

Caries

En contra de la creencia popular, no se ha demostrado una relación directa entre la caries y el embarazo. Sin embargo, el embarazo propicia una serie de cambios en la conducta alimentaria y a nivel bucal que pueden promover la formación de caries. El aumento de la frecuencia y la cantidad de los alimentos, de las bacterias y de la acidez salival -así como la poca atención que se presta a la salud oral- pueden elevar el riesgo de caries de la futura madre.

Gingivitis (inflamación de las encías)

Es el hallazgo oral más frecuente en embarazadas. La gingivitis consiste

en una inflamación de las encías que se encuentran más enrojecidas, sensibles y con tendencia al sangrado espontáneo o ante estímulos como el cepillarse los dientes o masticar.

Toda mujer embarazada debe realizar un diagnóstico de su estado oral y recibir información acerca de los correctos hábitos de salud bucal, para disminuir los riesgos de enfermedades orales en ella y en su futuro bebé.

No existe ningún inconveniente en realizar tratamientos dentales durante el embarazo. En relación a la anestesia, se puede utilizar en mujeres embarazadas con total seguridad. En relación a las radiografías, el haz de rayos no se dirige hacia el abdomen y la cantidad de radiación es muy pequeña; por lo que el riesgo teratogénico (de daño al feto) de la exposición es mucho menor que el riesgo natural a padecer un aborto espontáneo.

CONSEJOS

- Cuando estés planeando un embarazo o cuando sepas que estás embarazada, visita a tu dentista para que te realice un examen bucal y te indique el riesgo de enfermedad periodontal y caries, así como las medidas preventivas a seguir.

- Si padeces de gingivitis o periodontitis antes del embarazo, esta situación se puede agravar. Debes visitar al dentista para que te indique el procedimiento a seguir.

- Si padeces de reflujo o vómitos, el esmalte de tus dientes puede erosionarse. El dentista puede indicarte diversas medidas para neutralizar los ácidos del estómago y evitar caries y/o sensibilidad dental.

- Debes mantener una higiene oral minuciosa: cepillarte después de cada comida o merienda y pasarte el hilo dental entre los molares cada noche. Si tu dentista lo indica, puedes utilizar enjuagues de flúor o clorhexidina, así como chicles a base de xilitol.

- Tu alimentación puede influir en el crecimiento y desarrollo de los dientes de tu bebé. Es muy importante mantener una dieta equilibrada y evitar el consumo de dulces, jugos industriales y gaseosas, especialmente entre comidas.



**Clínica
Odontológica**

General Acha 516 (Sur)
Tel: 4228587 · Tel/Fax: 4272679

**Dr. Miguel Mas
Dr. Sebastián Mengual
Dr. Federico Oieni**



Chequeo general de salud

Este chequeo lo deben realizar anualmente todas las personas, independientemente que no presenten síntoma alguno de enfermedad o malestar.

La importancia de realizar el chequeo general de salud radica en la detección y prevención de factores predisponentes como son la obesidad, la mala alimentación, el sedentarismo, el tabaquismo las cuales favorecen el padecimiento de enfermedades cardiovasculares, respiratorias y metabólicas que son las que actualmente producen mayor morbi-mortalidad.

También detectar factores de riesgo para enfermedades oncohematológicas y hereditarias.

Este chequeo lo deben realizar anualmente todas las personas, independientemente de que no presenten síntoma alguno de enfermedad o malestar.

En el chequeo general se realizará un interrogatorio exhaustivo y un examen clínico completo donde también se controlará el peso, la talla y la tensión arterial.

Además, se realizarán análisis de sangre y de orina y, según la edad



y la evaluación clínica que realice el médico, también se solicitan estudios complementarios.

En el caso de las mujeres, se recomienda además la visita al ginecólogo y en los hombres mayores de 50 o con antecedentes familiares de cáncer de próstata, control urológico.

Plan de atención en el día para mujeres y hombres

El objetivo de este programa de Sanatorio Argentino, es brindar un servicio de salud diferenciado para los pacientes, realizando un **PLAN DE ATENCIÓN EN EL DÍA**. De esta forma, se optimiza el tiempo y simplifica el proceso derivado del **Chequeo General de Salud**.

El procedimiento para la realización del chequeo es muy simple:

1. Póngase en contacto con la coordinadora de PLAN DE SALUD de Sanatorio Argentino llamando al teléfono 155068144
2. Coordine la fecha disponible que sea de su conveniencia. Concurra a realizarse su chequeo completo en la fecha y horario acordados, con la preparación que se le haya indicado y, si los tuviese, sus estudios anteriores.
3. El médico le realizará el examen clínico y le indicará los estudios complementarios en caso de ser necesarios.
4. El bioquímico le practicará una extracción de sangre para su análisis y recibirá su muestra de orina.
5. Retire los resultados de sus estudios en el plazo que se le informe, el cual no será mayor a 7 días.

Es muy simple utilizar el sistema de pedido de Turnos ON LINE!

Ingrese a www.sanatorioargentino.com.ar y acceda a la página de Turnos ON LINE haciendo click en este botón:



Solicite su turno ON LINE
Haga click aquí ▶

Una vez que ingrese a la página del sistema de **Turnos ON LINE**, solo debe seguir 4 pasos para obtener su turno: Ingrese su datos, seleccione especialidad y profesional, elija la fecha y horario de su conveniencia y confirme su turno.



Nutrición en edad escolar

Se necesita una numerosa cantidad de vitaminas y minerales, además de hidratos de carbono, proteínas y grasas, para cubrirlos la alimentación debe ser suficiente, completa, adecuada y armónica. ¿Cómo lo logramos?

Atención al desayuno.

Es fundamental que el niño desayune, después de dormir el cuerpo necesita energía para comenzar el día, el desayuno debe constar de:

- Lácteos: En forma de leche, yogur o queso,
- Cereales: Por ejemplo pan, galletas, cereales en copos.
- Fruta: en trozos, licuada, jugo, mermelada, o ensalada según las preferencias del niño
- También es beneficioso el consumo de una pequeña cantidad de frutas secas (almendras, nueces, avellanas, castañas, pistachos).

El almuerzo

Habitualmente es la comida principal del día, por tal motivo es recomendable que contenga:

- Plato principal: Una porción de carne: vaca, pollo, pescado, etc., retirando la grasa visible.
- Acompañado de: Vegetales cocidos y/o crudos, de variados colores y texturas, ofrecerlos en forma de ensaladas, budines, croquetas, tortillas, tartas, empanadas, en relleno de pastas o carnes.
- Aceite: crudo, para condimentar.
- Bebida: Puede ser agua o jugo de fruta, evitando el consumo de gaseosas.
- Postre: Fruta que puede consumirse en compota, cocida en el horno, cruda, sin pelar, pelada, trozada, rallada, macedonia (con gelatina).

La merienda

En la merienda podemos ofrecer según las preferencias:

- Un vaso de leche junto con pan, galletas, tostadas con mermelada y/o queso.
- Licuado de frutas con leche.
- Yogurt con cereales en copos o con frutas trozadas.
- Sándwich de queso fresco.
- Arroz con leche.
- Postres lácteos.

Generalmente los niños llegan de la escuela y se disponen a realizar algún deporte, en estos casos es necesario reforzar con energía extra.

En la cena

Se debe complementar con lo ingerido en el almuerzo, si este se realizó en el comedor de la escuela será conveniente conocer los menús. Lo recomendado es:

- Plato principal: Cereales como arroz, pastas o polenta, junto con legumbres (garbanzos, lentejas, soja, etc.)
- Acompañado de: Vegetales de variados colores.
- Aceite: crudo, para condimentar las preparaciones servidas en el plato.
- Postre: Fruta, presentada en formas atractivas para el niño.

Las Colaciones

Ofrecer en las colaciones de ½ mañana y ½ tarde: fruta, ensalada de frutas, licuado de fruta con agua

o con leche, yogur con cereales en copos o con fruta trozada, arroz con leche, flan, sándwich de queso fresco, cereales en barra, tutuca, etc., de acuerdo a las necesidades particulares de cada niño, con el fin de evitar el consumo de snacks.

Durante esta etapa los niños crecen lenta pero continuamente, por este motivo es muy importante aportarles la cantidad y calidad de nutrientes necesarios para su crecimiento y desarrollo adecuado.

Recordar!

Los hábitos alimentarios saludables que se adquieren en la infancia, ayudan a alcanzar una buena calidad de vida en el futuro



Importante: La vacunación al ingreso escolar

La evaluación del cumplimiento de las vacunas obligatorias incluidas en el calendario nacional de inmunizaciones y otras vacunas recomendadas, permite disminuir el riesgo de adquirir y diseminar las diversas enfermedades.

¿Por qué debemos vacunar a nuestros hijos?

Las niñas y los niños son especialmente susceptibles a las enfermedades. No suelen lavarse las manos con frecuencia, comparten utensilios y objetos personales, y se llevan todo a la boca.

Al ingresar a la escuela, entran en contacto con muchos otros chicos y adultos, y por lo tanto están más expuestos a diferentes enfermedades. Frente a estas situaciones, las vacunas son la mejor medida de prevención.

Además, al vacunarlos beneficiamos a toda nuestra familia y a la comunidad, ya que contribuimos a disminuir la circulación de dichas enfermedades.

Según el Calendario Nacional de Vacunación de nuestro país, a los 6 años (o ingreso escolar) están indicados los refuerzos de las siguientes vacunas:

- **Triple Bacteriana (DPT):** que otorga inmunidad frente a la Difteria, el Tétanos y la Tos Convulsa (o Coqueluche).
- **Triple Viral (SRP):** que otorga inmunidad frente a Sarampión, Rubéola y Paperas (o Parotiditis Urliana).
- **Antipoliomielítica oral (OPV o Sabín):** que otorga inmunidad frente a la Poliomielitís. En algunas situaciones especiales puede indicarse la vacuna Antipoliomielítica Parenteral (IPV o Salk).

A los 11 años, el esquema se completa con las siguientes aplicaciones:

- **HPV para niñas:** otorga inmunidad para grupos oncogénicos del papiloma humano. Son 3 dosis para obtener la inmunidad necesaria.



El ingreso escolar es una buena ocasión para revisar la historia de vacunación del niño, ya que los esquemas son actualizados frecuentemente y con el tiempo van sufriendo modificaciones.

- **Triple bacteriana acelular (dTpa)** tiene igual cobertura que DTP pero es acelular y se aplica a niños mayores y adultos.
- **Triple viral:** quienes no tengan 2 dosis documentadas.
- **Hepatitis B:** quienes no tengan 3 dosis documentadas, iniciar o completar esquema.

Fuente: Ministerio de Salud. Presidencia de la Nación



El Servicio de Vacunatorio de Sanatorio Argentino cuenta con todas las vacunas oficiales y extraoficiales y se adhiere a las campañas nacionales de vacunación. Para la compra de vacunas extraoficiales se aceptan obras sociales, tarjetas de crédito y tarjetas de débito.



VACUNATORIO



Horario de Atención

Lunes a Viernes de 8 a 13 y de 17 a 21 hs.
Sábados de 9 a 13 hs.

Tel.: 4220100 Int. 410 - 411

Recomendaciones para el alta del bebé

Se recomienda realizar la primera consulta con un Neonatólogo posterior al alta, a las 48 hs. de vida.

En la misma se realiza la exploración y valoración del recién nacido, haciendo hincapié en signos tales como ictericia, letargia, irritabilidad, dificultad respiratoria, cianosis u otras alteraciones en el color de la piel, hipotonía, hipertonia, succión pobre, etc. También se verifica el peso y porcentaje de pérdida respecto al peso al nacimiento y se realizan las indicaciones necesarias.

Screening Neonatal de Enfermedades Endócrino - Metabólicas ✓

Analizando unas pocas gotas de sangre del bebé, se previenen enfermedades congénitas irreversibles. Por eso es muy importante la realización de los análisis específicos con el fin de detectar las enfermedades en forma precoz y aplicar un tratamiento eficaz.

La ley nacional n°26.279 determina la obligatoriedad de realizar las determinaciones de TSH, FENILALANINA, TRIPSINA INMUNOREACTIVA, GALACTOSA, 17 OH PROGESTERONA y BIOTINIDASA

Entre las enfermedades que se pueden detectar a través de estos análisis se encuentran:

HIPOTIROIDISMO CONGÉNITO:

Se produce por el desarrollo anormal o ausencia de la glándula encargada de producir la hormona TIROIDEA (T4). La falta de esta hormona en las primeras semanas de vida, produce retraso mental.

FENILCETONURIA:

Se produce por la incapacidad del organismo de metabolizar la FENILALANINA, que se encuentra en las proteínas de los alimentos. Se acumula en los tejidos y provoca trastornos neurológicos.

GALACTOSEMIA:

Es una enfermedad hereditaria, que se caracteriza por la imposibilidad de degradar la GALACTOSA, un azúcar contenido en la leche. Su tratamiento consiste en eliminar de la dieta del bebé todo elemento que contenga galactosa, a fin de evitar trastornos graves a nivel hepático y retraso mental.

DEFICIENCIA DE BIOTINIDASA:

Enfermedad genética en la que se encuentra limitada la reutilización de la BIOTINA. Los síntomas característicos son convulsiones, alteraciones en la piel y caída del cabello. El tratamiento con biotina revierte los síntomas y previene el daño irreversible.

FIBROSIS QUÍSTICA:

Es una enfermedad hereditaria y crónica, que produce discapacidad, afectando funciones de páncreas y pulmón.

Es muy importante concurrir a este control para confirmar la correcta evolución de su bebé y evacuar sus dudas con respecto a la lactancia, sueño seguro, peso, fenómenos fisiológicos, comportamiento y reflejos normales, signos vitales y demás factores que le puedan generar inquietud.

HIPERPLASIA SUPRARRENAL CONGÉNITA:

Es una enfermedad hereditaria que afecta las glándulas suprarrenales y provoca alteraciones en el crecimiento y el desarrollo, y conduce a la deshidratación.

→¿Cuándo? Entre las 48 hs. y el 7º día de vida.

¿Cómo? Extracción de sangre del bebé en Laboratorio.

Otoemisiones Acústicas ✓

Dos a cuatro de cada mil recién nacidos tienen problemas de audición. Y son los padres los más indicados para descubrir a tiempo la posible sordera, controlando a su hijo.

La deficiencia auditiva priva al niño de experiencias acústicas que no sólo van a incidir en las aptitudes lingüísticas posteriores, sino que traen asociadas un desajuste afectivo emocional a causa de la falta de anticipación a las situaciones del mundo exterior.

Es de suma importancia lograr una identificación precoz de los trastornos auditivos a fin de comenzar de inmediato el tratamiento y por ende tener mejores posibilidades.

El estudio de las Otoemisiones Acústicas es rápido, no invasivo, objetivo y se realiza en menos de 10 minutos.



→**¿Cuándo?** A partir de las 48 hs. de nacido, siendo lo ideal realizarlo dentro del primer mes de vida.

¿Cómo? El estudio lo realiza la Fonoaudióloga, colocando un micrófono muy sensible en la oreja del bebé que emite sonidos y a su vez, recoge las respuestas de las células ciliadas del Órgano de Corti (encargado de la audición).

Vacunación ✓

Las vacunas se elaboran con versiones debilitadas o “muertas” de las bacterias o virus que producen una enfermedad en particular. Cuando se inyectan o se dan oralmente estos virus y bacterias en el cuerpo, el sistema inmunitario prepara un ataque que estimula la producción de anticuerpos. Una vez producidos, estos anticuerpos permanecen activos en el cuerpo y, si alguna vez su hijo está expuesto a la enfermedad real, los anticuerpos estarán listos para hacerle frente.

→**¿Cuándo?** Antes de recibir el alta en el Sanatorio se les coloca a todos los bebés:

- BCG (Única dosis). Previene la Tuberculosis.

- 1º dosis de la vacuna contra la Hepatitis B (HB).

A los 2 meses de vida, se debe colocar:

- 1º dosis de Neumococo Conjugada, que previene la meningitis, neumonía y sepsis por neumococo.

- 1º dosis de Pentavalente (DTP-HB- Hib), previene difteria, tétanos, tos convulsa, Hep B, Haemophilus influenzae b

- 1º dosis de Sabin (OPV), previene poliomielitis.

Ecografía de caderas ✓

Este estudio permite un diagnóstico y tratamiento precoz de la Displasia de Cadera o Enfermedad Luxante de la Cadera, lo cual es muy importante para un desarrollo normal de la misma. Esta patología osteoarticular es la más frecuente en la edad neonatal.

La osificación de estas estructuras se produce, aproximadamente, entre el tercer y octavo mes de vida, pudiendo recién a esta edad determinar las relaciones correctas a través del método radiográfico. La ecografía se recomienda entonces, como estudio de elección para la evaluación de los recién nacidos y de los lactantes, sumando a esto los beneficios de ser este un estudio sin radiación, la repetición del mismo las veces que sea necesario y la posibilidad de observar inclusive el movimiento de la articulación.



→**¿Cuándo?** Luego de las 6 semanas de vida.

¿Cómo? Ecografía de la cadera del bebé realizada por especialista en Diagnóstico por Imágenes Infantil.

Reflejo rojo ✓

La evaluación de la visión y el examen ocular son fundamentales para la detección de situaciones que puedan distorsionar o suprimir la imagen visual normal.

La exploración del reflejo rojo es esencial para la detección precoz de anomalías de la visión, y que potencialmente amenazan la vida, como cataratas, glaucoma, retinoblastoma, anomalías retinianas, enfermedades sistémicas con manifestaciones oculares y errores de refracción altos.

→**¿Cuándo?** Durante el primer mes de vida.

¿Cómo? Lo realiza un médico oftalmólogo o pediatra en consultorio con un oftalmoscopio directo.

Farmacia
Las Flores
Perfumeria

Primera Reunión Regional SACIL 2014, Zona Cuyo

Cirugía Mini Invasiva y Endoscopia Quirúrgica Ginecológica

El encuentro estuvo dirigido a médicos ginecólogos, urólogos, cirujanos generales e instrumentadoras quirúrgicas a fin de actualizar información y conocimientos sobre este tipo de procedimientos quirúrgicos.

La apertura estuvo a cargo del Senador Nacional Ruperto Godoy y la Decana de la Facultad de Medicina de la UCCuyo, Dra. Mercedes Gómez de Herrera.

Las jornadas se dividieron en una teórica, desarrollada en la Sala de Vicegobernadores de la Legislatura Provincial y una jornada práctica con cirujías transmitidas en vivo desde los quirófanos de Sanatorio Argentino, asistieron cerca de 100 profesionales de la salud, y alumnos de la facultad de medicina de la UC Cuyo cursantes de Ginecología.

El coordinador médico de las jornadas fue el Dr. Constantino Mattar quien es miembro de la Comisión Directiva SACIL y del equipo de cirugía laparoscópica de Sanatorio Argentino.

El cuerpo de disertantes estuvo compuesto por miembros de la Comisión Directiva SACIL de Córdoba y Buenos Aires, Instrumentadoras Quirúrgicas de la institución y un Especialista en Energías de la empresa Johnson & Johnson Argentina. Fueron coordinadores de tema los integrantes del equipo de cirugía laparoscópica de Sanatorio Argentino.

Entre los disertantes, cabe destacar la presencia del reconocido especialista Dr. Humberto Dionisi, presidente de SACIL, quien dialogó con **Revista SANAR** y resaltó la importancia de realizar por primera vez un encuentro científico en el interior del país.

¿Qué valor adquiere este primer encuentro?

-La idea de los organizadores, no solo de SACIL sino también de la Fundación del Sanatorio Argentino y de la UCCuyo fue salir de los grandes centros donde generalmente se realizan estos eventos y llevarlos a las distintas regiones del país. Es así, que estamos asistiendo al primer encuentro fuera de Capital Federal sobre cirugía mini invasiva en materia ginecológica. Con esto hemos llevado los docentes hacia los alumnos. Lo



interesante es que nos estamos volviendo a encontrar con varios profesionales que ya realizan esta práctica pero también se suman nuevos interesados en el tema.

Durante los días 28 y 29 de marzo, Fundación Sanatorio Argentino y SACIL (Sociedad Argentina de Cirugía Laparoscópica), con el respaldo de la Facultad de Medicina de la Universidad Católica de Cuyo, organizaron la 1º Reunión Regional SACIL 2014 Zona Cuyo, sobre Cirugía Mini Invasiva y Endoscopia Quirúrgica Ginecológica.

¿Cómo los profesionales contrarrestan la reticencia de los pacientes a practicarse una intervención que es mínimamente invasiva?

- Eso depende de dónde. En el mundo ya no solo no hay temor sino que se solicita cirugía mini invasiva. En nuestro país hay zonas, especialmente en las grandes ciudades, que piden este tipo de procedimientos únicamente; pero en provincias más chicas o zonas alejadas de la urbe, existe cierto resquemor, y no es mantenido por los propios pacientes sino por los

mismos profesionales médicos que no realizan el método.

Es importante comunicarle al paciente que la mini invasión con laparoscopia es ya aceptada y



aprobada, y ha demostrado suficientes ventajas ante la cirugía convencional, que también es una buena forma de operar, pero obviamente tiene las contras como lo son el mayor tiempo de internación, mayor dolor y tardía recuperación a las tareas habituales.



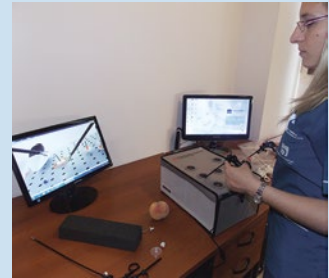
El doctor Dionisi comentó que en San Juan, esta práctica se hace con destacados profesionales certificados por SACIL. Esto demuestra el creciente desarrollo e interés en esta práctica que existe entre los profesionales de nuestro medio.

Por: **Silvina Galdeano**

Durante la mañana del 2º día de encuentro se realizaron 6 cirugías que fueron transmitidas en vivo desde los quirófanos a la sala de ateneos de Sanatorio Argentino. Durante el desarrollo de las mismas, y a través de un sistema de sonido de doble vía, los cirujanos fueron describiendo los procedimientos y respondiendo las preguntas que realizaban los asistentes desde la sala.

De forma simultánea, se realizaron entrenamientos con **PELVITRAINER**, actividad que fue coordinada por los residentes de Tocoginecología de Sanatorio Argentino y su instructora, la Dra. Sonia Molina.

¿Qué es PELVITRAINER? Es un simulador que se utiliza para practicar y desarrollar las habilidades que se requieren para llegar a dominar las técnicas de cirugía laparoscópica, como los son la visión bidimensional, habituarse al material laparoscópico, etc.



Todo Médica
SAN JUAN S.A.

Representante de las principales marcas nacionales e importadas

INSUMOS PARA CIRUGÍA | INSUMOS PARA EL CONFORT DEL DIABÉTICO
FAJAS POST-PARTO | FAJAS MATERNALES | APÓSITOS IMPERMEABLES Y PARA DESCANSO
MEDIAS IMPORTADAS PARA VÁRICES Y DESCANSO | INSUMOS PARA TERAPIA INTENSIVA NEONATAL Y ADULTOS

Gral. Acha 529 (s) - 4200321



Institución certificada 100% Libre de Tabaco



Esta certificación tiene como fin apoyar las Empresas e Instituciones que colaboran en mantener y propulsar Ambientes Libres de Humo de Tabaco.

El Ministerio de Salud de la Nación, en el marco de su Plan Argentina Saludable, certificó durante el mes de enero de 2014 como Libres de Humo de Tabaco a tres sedes del Sanatorio Argentino, (Fundación, Internación y Consultorios externos), ratificando el trabajo realizado por el bienestar de toda la familia que compone la institución.

Esta certificación, llevada a cabo por el Programa Provincial de Control del Tabaco (Ministerio de Salud Pública de la provincia), tiene como fin apoyar las Empresas e Instituciones que colaboran en mantener y propulsar Ambientes Libres de Humo de Tabaco, incorporando los beneficios que acarrea a los trabajadores y al público en general.

En nuestro país se ha avanzado en materia de políticas antitabáquicas, contando ya con una Ley Nacional (26687) promulgada en 2011 y reglamentada en 2013, a la cual adhirió San Juan en noviembre de 2013. Esto ha permitido reducir (a nivel nacional y provincial) significa-

tivamente la tasa de fumadores adultos desde un 40% (Encuesta SEDRONAR - 1999) hasta un 22,3% (Encuesta Mundial de Tabaquismo en Adultos - 2013). Con respecto a los adolescentes entre 13 y 15 años, al contrario de lo que se piensa, también se ha reducido dicha tasa, de un 24,5% (Encuesta Mundial de Salud Escolar - 2007) a un 19,6% (Encuesta Mundial de Tabaquismo en Adolescentes - 2012).

El estudio "Radiografía del Tabaquismo en Argentina" de marzo de 2013 nos muestra que en nuestro país:

- Se gastan 20.863 millones de pesos en la atención de sus patologías.
- Fallecen 40.591 personas al año (111 personas por día).
- Entre las enfermedades más frecuentes, tenemos:
 - Enfermedades Cardíacas (9.710)
 - EPOC (Enfisema y Bronquitis Crónica - 7.882)
 - Cáncer de Pulmón (7.447)
 - Otros cánceres (5.329)
 - Tabaquismo Pasivo (4.670)
 - Neumonía (2.967)
 - ACV (Accidente Cerebro Vascular - 2.587)
- En total, cada año, se pierden 926.878 años de vida por Muerte Prematura y Discapacidad.

PeÑeños

San Luis pasando Alem
(Frente a Sanatorio Argentino)
Te.: 0264 4229643

Indumentaria para bebés y niños (Talles del 00 al 12)

Regalos de Nacimiento · Peluches · Cuneros

Perfumería · Rodados · Lactancia





Acompañamiento terapéutico a la **mujer embarazada**



Cuando tomamos contacto con la mujer embarazada nos encontramos con un conjunto de emociones y sentimientos nuevas que se van desarrollando a lo largo del proceso de gestación.

Cada mama vivencia esta, etapa, de diferentes formas, nutriéndola con su historia de vida personal, sellándola con una carga emocional especial que la hace única.

Cada Mama manifiesta su capacidad para dar vida a un nuevo ser, genera muchas expectativas presentes y futuras, descubriendo su posibilidad de trascender. Algunas veces por factores multicausales, los sentimientos de dolor y angustia que acompañan este proceso, muchas veces sobrepasan la capacidad de tolerancia y frustración disminuyendo la capacidad de

resignificar dichos momentos de temores y angustias.

Recibir contención emocional adecuada durante el periodo de embarazo, y durante el parto (acompañamiento en internación y en quirófano), les permite tomar conciencia de los temores y angustias, y fortalecer la capacidad de autoconocimiento y de amor que toda mujer posee...



MATER DEI

CONSULTORIOS

LABORATORIO

GINECOLOGÍA Y OBSTETRICIA

- Dr. Enrique Antequeda
- Pablo Antequeda
- Esteban Herrero
- Daniela Riquelme
- Juan Pablo Gimenez
- Federico Antequeda

CLÍNICA MÉDICA

- Dr. Enrique Aguilar

ENDOCRINOLOGÍA Y DIABETES

- Dra. Laura Otiñano
- Dr. Sergio Antequeda

PSICOLOGÍA

- Lic. Teresita Laría

CARDIOLOGÍA

- Dr. Mariano Luna

NUTRICIÓN

- Lic. Ivana Oliveros

LABORATORIO

ECOGRAFÍAS

CUIDAMOS Y DEFENDEMOS
LA VIDA

“Reinventemos lo femenino cada día, todo día”

El 27 de marzo, en el Salón del Museo Provincial Franklin Rawson, la destacada licenciada en Filosofía, Josefina Semillán de Dartiguelongue, disertó sobre “Los nuevos roles de la mujer construyendo felicidad”. Analizó algunos cambios culturales que influyen en el modo de vivir los roles femeninos; también hizo un replanteo de la dignidad humana y cómo aprender de los errores y de los dolores, en función de “madurar” y “ser”.

La especialista, invitada especial de la Fundación Sanatorio Argentino y Canal 8 de San Juan, en su discurso, llevó a los más de 100 asistentes por el pasaje evolutivo de la relación femenino-masculino y considera que en la actualidad “estamos en un punto de inflexión, de cambios muy valiosos; cambios simétricos que sirven para la potenciación de la diversidad. En este sentido, encaró el tema de lo femenino-masculino como un logro de unidad en la diversidad. Lo diverso cuando se une provoca riqueza, provoca felicidad y provoca novedad. El aburrimiento es lo monocorde”.

Explicó que en las relaciones se debe admirar uno mismo y al otro. “Admirar viene de mirar desde un lugar de valoración”. Al respecto, sostuvo que la base del amor es el respeto, y el respeto es la valoración del otro en tanto que otro, aun cuando a uno no le guste mucho algunos aspectos y modos de vida.

Actualmente, el matrimonio o la forma de vida de pareja -todas las que puedan existir-, es un modo de empalmar lo diferente para hacer algo que tenga un sentido superador de cada uno. Y eso es un proyecto de vida”. Continuó diciendo que “en general, cuando se establecen las relaciones formales son pocas las parejas que discuten el proyecto de vida, qué quieren lograr, a dónde se dirigen. En cambio, si es muy común el tironeo por los límites, lo que puedo y no puedo hacer, lo que sanciono, lo que gratifico y la cristalización de los roles de cada uno”.

En cuanto si en la actualidad el respeto existe en el rol de la mujer, Dartiguelongue consideró que “en general hay una falta de respeto sociológico comunitario, desde el modo de conducir, de no respetar las normas, las reglas. Está de moda ser trasgresor; y ser trasgresor, según los matices, implica arrasar a alguien o quitarle espacio,



“Admirar viene de mirar desde un lugar de valoración.”

o no valorarlo. Esto es por ejemplo cuando uno dice ‘y bueno si me quiere, me tiene que aguantar’. Aguantar no es el proyecto. Podemos hablar, polemizar, discutir los límites para que cada uno siga siendo un ser, y no soportar para durar”.

Entonces, ¿cuáles serían esos cambios?

“Fundamentalmente los grandes cambios culturales, la mutación del trabajo, la conceptualización y rol de la mujer; lo que se entiende por familia, los roles de la crianza, la salida de la mujer masiva a trabajar para transformar el mundo, los roles de liderazgo que una mujer ocupa y que antes eran impensados; por el estado de capacitación constante, cosa que antes tenían un ciclo de preparación, primario y secundario, y ahora si no aprende constantemente se queda en la prehistoria y ese rol de capacitación



se lo daban más al varón, y la mujer quedaba haciéndose cargo del hogar; hoy nos hacemos cargo del mundo los dos”.

Finalmente, Josefina Semillán de Dartiguelongue afirmó que “somos un misterio que pregunta construyendo felicidad. Es un arte saber acompañar, sin dirigir, sin presionar; cada uno debe hacer el proceso de admiración por quien somos. Y somos la totalidad de un ser que se junta y se enamora de la totalidad de otro ser. No somos dos incompletudes que se encastran para tener sentido”.

Y a las mujeres y hombres presentes en el salón les dijo:

“Reinventemos lo femenino cada día, todo día; no como forma de manifestación quimérica sino como descubrimiento de la grandeza de haber sido creadas.”

Ser felices no es que me vaya bien. El piso filosófico de la felicidad es la paz. No la ignorancia de los conflictos. Tampoco ser conformistas. Uno puede discernir, no estar de acuerdo, pero desde la paz”.

Por último, la licenciada destacó la labor de las pioneras que llevaron adelante la Fundación Sanatorio Argentino, porque fueron ellas que se animaron a cambiar y superar los desafíos impuestos. Y el público la despidió con cálidos aplausos.

Por: **Silvina Galdeano**



Planificación Fundación 2014

Continuando con su misión, Fundación Sanatorio Argentino tiene programado para este año una serie de actividades tendientes a contribuir con la salud de mujeres y niños de nuestra comunidad.

Entre otras actividades se destacan:

- Campañas de salud ginecológica;
- Campañas de salud pediátrica;
- Charlas de prevención dirigidas a adolescentes en temas tales como: adicciones, bullying y salud femenina;
- Jornadas científicas dirigidas a médicos;
- Programas de investigación sobre conductas de riesgo en adolescentes;
- Otro tipo de eventos abiertos a toda la comunidad de San Juan como la Charla del mes de la Mujer, Desfile de niños, Cena Anual, Maratón a favor de la lucha contra el cáncer de mama, entre otros.

Aprovechando la oportunidad, Fundación Sanatorio Argentino agradece profundamente a todas las empresas, organismos e instituciones que colaboran para que podamos seguir adelante con esta **misión compartida:**

Prevención y Detección de enfermedades de la MUJER de bajos recursos (cáncer ginecológico haciendo hincapié en los más frecuentes: cáncer de mama, cáncer de cuello de útero y otro tipo de enfermedades no oncológicas), a fin de aplicar criterios preventivos y diagnosticar precozmente enfermedades que tienen alto índice de morbilidad y/o mortalidad. Para llevarlo a cabo se cuenta con Equipos para la detección, diagnóstico y seguimiento con un departamento multidisciplinario de alta Sensibilidad Social. Nuestra Misión se completa con el desenvolvimiento de proyectos y servicios que contribuyan al desarrollo psico - físico de los niños y jóvenes de la Provincia de San Juan.



Compartimos las recetas de nuestra cocina

Brownies con salsa de café

INGREDIENTES (para 12 porc.)

Brownies

- Manteca 115 g.
- Chocolate cobertura semiamar- go 115 g.
- Azúcar 240 g.
- Sal fina 1/2 cda.
- Huevos 3 unidades
- Harina leudante 110 g.
- Nueces picadas grueso 80 g.
- Cacao amargo en polvo 15 g.
- Nueces para decorar antes de hornear 6 unidades

Salsa

- Café 750 cc.
- Azúcar 500 g.
- Extracto de vainilla c. n.

PREPARACIÓN

Brownies

1. Fundir el chocolate cobertura junto con la manteca y dejar templar.

2. Mezclar y pasar por tamiz la harina, la sal, el cacao amargo y reservar.

3. Mezclar el azúcar con el chocolate fundido integrando bien. Añadir los huevos de a uno, hasta formar una pasta homogénea.

4. Volcar a la preparación los elementos secos y las nueces con movimientos envolventes.

5. Enmantecar y forrar con papel manteca una placa rectangular de 30 x 40, y volcar la preparación. Marcar 12 porciones rectangulares sobre la superficie de la pasta y en el centro de cada uno de los rectángulos colocar la mitad de una nuez.

6. Hornear a 180 °C durante 12 minutos.



Salsa

1. Cocinar en una cacerola el azúcar hasta formar un caramelo rubio, añadir inmediatamente el café caliente paulatinamente fuera del fuego.

2. Calentar nuevamente hasta formar un jarabe homogéneo.

3. Enfriar en la heladera, añadir la esencia.

Preparación final

1. Salsear los brownies con la salsa y servir.



Foto del recuerdo

Dr. Julián Battistella y Dr. Carlos Alberto Buteler Celis en el almuerzo aniversario de Sanatorio Argentino, 25 de Mayo 2008.

CÓMPRELE A SAN JUAN

La Platense s.a.

Convence!!

Industria Sanjuanina de Gases Medicinales e Industriales
• Ferretería Industrial •

Suministro seguro las 24 horas los 365 días.

Emergencias al 4313147

El recuerdo afectuoso hacia un ejemplo de vida: **Dr. Miguel Agliozzo**

Miguel Agliozzo, un querido colaborador de Sanatorio Argentino, reconocido médico obstetra y ginecólogo cordobés radicado hace 40 años en San Juan, falleció en la Ciudad de Mar del Plata, donde se encontraba vacacionando con su familia.

El **Dr. Miguel Agliozzo** se recibió en la Universidad Nacional de Córdoba en 1965. Se radicó en San Juan en la década del '70, cuando se inauguró el Sanatorio Brown. Se desempeñó como profesor en la carrera de Medicina de la Universidad Católica de Cuyo y fue docente de la Universidad Nacional de Córdoba. Además publicó varios libros sobre salud sexual y reproductiva, entre ellos "Información para la mujer. Estaba casado con Marta Iturbe y tenía tres hijos: Juan Miguel, Aníbal y María Paula.

En noviembre de 2003, la Cámara de Diputados declaró de interés legislativo el libro "Información para la mujer" y el entonces diputado y también médico, Ricardo Peñate,

se refirió de esta manera respecto al autor y el libro:

Sobre un hombre que interpreta la salud en su forma global y así por su interés profundo en estos temas escribió un libro que se llama "**Información para la Mujer**".

Un libro de una simpleza y de un conocimiento profundo que hace mucho bien, porque él interpreta la promoción como la prevención de la salud, junto a la parte asistencial y a la rehabilitación una cuestión indivisible, una cuestión conjunta que realmente aporta a la mujer el conocimiento adecuado para que pueda prevenir, el cáncer de endometrio y aquellas dificultades que la mujer pueda tener.

Su figura siempre fue muy valorada por todo el Capital Humano de Sanatorio Argentino. Además de su profesionalismo técnico lo que siempre se destacó fue su humildad, respeto y el excelente trato para con los pacientes y con cada uno de los integrantes de esta casa.



Su gesto y actitud siempre fue además de la atención profesional al paciente, brindar calma ante la desesperanza.

UN GRANDE CON MAYÚSCULAS
¡HASTA SIEMPRE MIGUELITO!



gráficacentral
somosdiferentes

La psoriasis puede afectar tu piel pero no debe afectar tu vida

La psoriasis es una enfermedad inflamatoria, de naturaleza inmunológica, que puede afectar la piel, mucosas, uñas y ocasionalmente comprometer articulaciones. Tiene un curso crónico con exacerbaciones y remisiones. NO CONTAGIA. Afecta a hombres y mujeres por igual, pudiendo aparecer a cualquier edad.

Clínicamente se caracteriza por presentar lesiones rojas y sobre elevadas, cubiertas por una escama blanquecina que se desprende fácilmente. Puede picar, sangrar, y/o doler. Compromete cualquier parte del cuerpo siendo los codos, rodillas, región sacra y cuero cabelludo las zonas más comúnmente afectadas. La severidad de esta patología depende de la extensión de las lesiones, área afectada y enfermedades asociadas. La mayoría de los pacientes presentan formas leves o moderadas.

Se describen distintas variantes siendo la Psoriasis Vulgar la forma más frecuente de observar en adultos y la Guttata en los niños (lesiones con clínica similar pero más pequeñas y diseminadas).



En los últimos años ha sido demostrada la asociación de psoriasis con otras enfermedades como diabetes, patologías cardiovasculares, dislipemias (colesterol y triglicéridos), y obesidad. Por este motivo es indispensable el trabajo multidisciplinario, con médicos de distintas especialidades, para evitar y prevenir complicaciones y disminuir factores de riesgo. La elección del tratamiento es individual para cada paciente y puede combinarse, rotarse o suspenderse a

La psoriasis tiene un alto impacto en la calidad de vida de los pacientes pudiendo provocar ansiedad, angustia y aislamiento.

lo largo de la vida, según la evolución de la enfermedad. Por lo general las formas leves se controlan con tratamientos tópicos (cremas, ungüentos, lociones) y en los cuadros moderados o graves pueden estar indicados tratamientos sistémicos (medicamentos por boca, inyectables o fototerapia). Es de suma importancia que una vez que se inicia el tratamiento concorra a los controles y siga las indicaciones prescriptas por su médico tratante.



dermatología

Dra. Yamila Amicarelli
Dra. Eleonora Battistella

Dra. Romina Bueno
Dra. Carolina Marchesi

Decálogo para Padres

Ayúdame Señor a comprender a mis hijos, a escuchar pacientemente lo que quieren decirme, y a responderles todas sus preguntas con amabilidad. Evítame que los interrumpa, que les dispute o contradiga. Hazme cortés con ellos, para que ellos sean conmigo de igual manera. Dame el valor de confesar mis errores, y pedirles perdón cuando comprenda que he cometido una falta. Impídeme que lastime los sentimientos de mis hijos. Prohíbeme que me ría de sus errores, o que recurra a la afrenta y a la burla como castigo. No me permitas que induzca a mis hijos a mentir o a robar. Guíame hora tras hora para que confirme, por lo que digo y hago, que la honestidad es fuente de felicidad. Modera, te ruego, la maldad en mí. Evítame que los incomode, y cuando esté malhumorado, ayúdame, Dios mío, a callarme. Hazme ciego ante los pequeños errores de mis hijos, y auxíliame a ver las cosas buenas que ellos hacen. Ayúdame a tratar a mis hijos como niños de su edad, y no me permitas exigirles el juicio y convicciones de los adultos. Facúltame para no robarles la oportunidad de confiar en sí mismos, pensar, escoger o tomar decisiones. Oponte a que los castigue para satisfacer mi egoísmo. Socórreme, para concederles todos los deseos que sean razonables, y apóyame, para tener el valor de negarles las comodidades que yo comprendo que les harán daño. Hazme justo y ecuánime, considerado y sociable para con mis hijos, de tal manera que ellos sientan todo mi amor.

Publicado por el Papa Francisco el 06/04/2014

ABRIL



- 1 CARRIZO GRACIELA LILIANA
- 1 SCARSO CARLOS BAROLO
- 1 CONTI GANACIAS SEBASTIÁN
- 2 LOZANO MARIANA INES
- 2 NORIEGA MARIA ANTONIA
- 2 ABALLAY JUAN PABLO
- 3 CAMARGO BUENO CECILIA
- 3 GOMEZ STORNILO SILVINA
- 5 SAMPER PAEZ SUSANA BELEN
- 5 CIARI EMILIANO JOSE
- 6 DEUSEDAS, MARTIN G.
- 7 JOFRE CONTRERAS VALERIA
- 8 MENGUAL MARCELA
- 10 AGLIOZZO JUAN MIGUEL
- 10 AGUILAR MARIA EUGENIA
- 11 LUCERO IVANNA EMILSE
- 11 CRUZ GIMENA ALEJANDRA
- 14 KERMAN MARIANA
- 15 GORDILLO MONICA
- 18 MANRIQUE CRISTIAN
- 18 VIDELA ADRIANA
- 20 ORIZ MARIA LAURA
- 20 CEPEDA CECILIA
- 20 SAVATSKY ANDREA
- 20 FERNANDEZ ELIANA MARIA
- 21 ARAYA MARIA PAMELA
- 21 VARELA DIEGO IVAN
- 23 MONTERO ANDREA IVANA
- 23 SOBERBIO FRANCISCO
- 24 CANTARELLI LETICIA
- 25 FERNANDEZ O. VICTOR
- 25 BOIERO ADRIAN HECTOR
- 27 BERBARI EMILIO JAVIER
- 29 VELAZQUEZ MIRTA ISABEL

MAYO

- 1 ZALAZAR ROSA
- 1 DELGADO PATRICIA
- 1 SASTRE ANIBAL
- 1 LARA MARIA JOSE
- 3 CORIA JOFRE OSVALDO
- 3 STUSEK GASTON M.
- 5 URIZAR MARIA CRISTINA
- 5 ALCALA VARAS HUGO
- 6 PAREDES CLAUDIO FABIAN
- 6 PAEZ SILVIA
- 10 PEREZ YANINA
- 10 PIZARRO JUNIOR
- 10 ROMANO PABLO
- 10 ZAPATA VERONICA
- 11 ANTEQUEDA PABLO
- 12 ROQUES MAGDALENA
- 13 MONUTTI FACUNDO
- 15 CARVAJAL ANA MARIA
- 15 ABALLAY CLAUDIO

- 18 RIOS SILVANA DEL VALLE
- 19 ARREDONDO LORENA
- 19 POSATINI MARIA FERNANDA
- 20 MARTIN MARIO
- 20 CASTRO ENRIQUE
- 21 LEON MARIA CELINA
- 22 ABALLAY RITA
- 23 FIORAVANTI ELVIRA
- 23 USIN RAUL
- 25 PORTILLO FERNANDO
- 26 RAMOS MARTA
- 26 PEREZ ROS FERNANDA
- 27 DIAZ CECILIA BELEN
- 27 MARTINEZ ALFREDO OS
- 28 MOLINA ANA
- 30 BUSO PAULA
- 30 FELDMAN JORGE
- 31 WILLIAMS GERARDO
- 31 YANZON CAROLINA

JUNIO

- 1 BOIERO NESTOR
- 1 FLORES ELEONORA
- 4 FERRANDIZ ANDREA
- 4 CARLETTI ANA LUZ
- 6 PICCO ALEJANDRA
- 8 AGUILERA CLARA
- 10 FEMENIA SERGIO
- 10 DUFOUR ANA INES
- 10 YANZI ALVARO
- 12 DIAZ PATRICIA
- 12 MARABILLA MIRIAM
- 13 CASTRO MARIA GABRIELA
- 14 ABALLAY LORENA
- 14 CORIA NAVARRO PABLO
- 14 MUÑOZ NATALIA
- 14 GARCIA SANCHEZ CRISTIAN
- 15 MERY DIAZ CECILIA
- 15 DI CARLO GRISELDA
- 16 MADRAGON CLAUDIA
- 17 CASAS MARIA LAURA
- 17 DIAZ MANTOANI MARCELO
- 19 OLIVERA DANIEL
- 19 VARGAS MARIA ESPERANZA
- 19 MORAN PATRICIA
- 20 NAVARRO VANESA
- 20 YURCIC RICARDO
- 22 GIL SEGOVIA RODOLFO
- 22 GARCES INES ADELINA
- 23 REINA RAUL OSVALDO
- 24 PUERTA RODRIGUEZ NATALI
- 24 BUTELER MARIA AGUSTINA
- 24 NACIF BOCCA JULIO
- 25 SOSA VANINA
- 26 CHAPARRO MARIELA
- 26 CONTI GANACIAS ANA
- 30 PALMA PATRICIA



**Fátima Ernestina
Correa Romero
30/01**



**Aldana María Paz
Castro Gomez
20/01**



**Francisco Emanuel
Perez Moreno
15/01**



**Milo Benicio
Camacho Chulia
08/01**



**Mateo Benicio
Monla Barboza
20/01**



**Santino Agüero
Cortez
14/01**



**Josefina Valentin
Diaz
14/01**



**Ludmila Deusedas
Salomon
24/01**



**Mia Indiana
Alcalde
18/01**



**Emiliano Sebastián
Campoy Tavera
26/01**



**Geremias Uriel
Rueda Montealegre
04/02**



**Ana Victoria
Nuñez Figueroa
05/02**



**Juan Bautista
Castro Calvo
13/02**



**Juan Bautista
Ochoa Ruz
10/02**



**Martina Sol
Rimayhuaman Arena
04/02**



Mauricio Godoy Videla
24 / 02



Emma Tiziana Ontiveros Marinero
10 / 02



Renatta Regalado
20 / 02



Clara Salvatore Diaz
19 / 02



Ignacio Adrián Peralta Parada
28 / 02



Ian Gabriel Andrada Dominguez
03 / 03



Emma Paulina Zeballe Melián
23 / 03



Lautaro Fernández Tejada
19 / 03



Katia Belén Jofré Aguilera
06 / 03



Paula Daniela González Moreno
25 / 03



Juan Pablo Salviori Aguilera
10 / 03



María Lujan Mallea Montañez
05 / 03



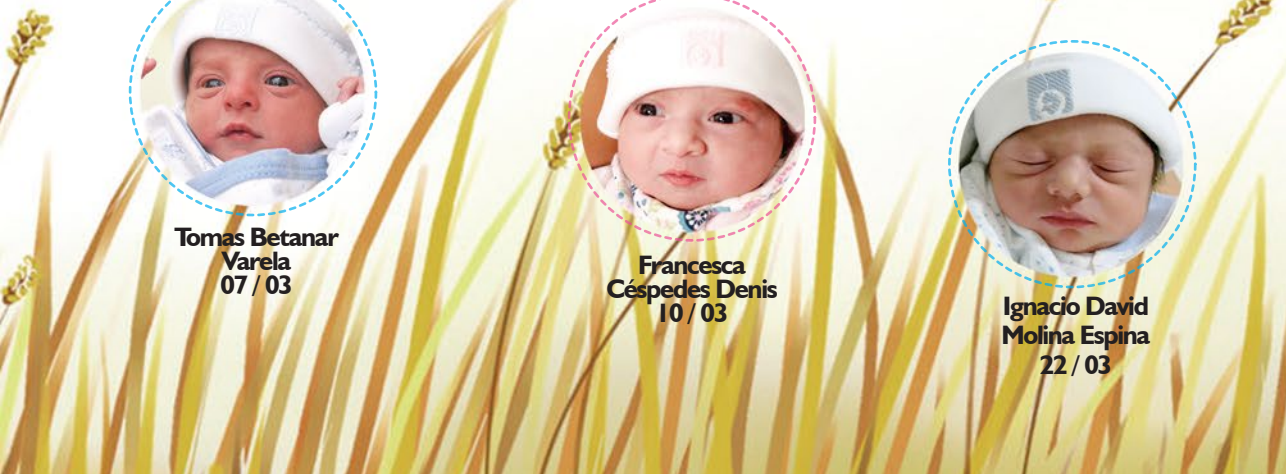
Tomas Betanar Varela
07 / 03



Francesca Céspedes Denis
10 / 03



Ignacio David Molina Espina
22 / 03





SANATORIO ARGENTINO
Maternidad Privada
Desde 1974



FUNDACION
SANATORIO ARGENTINO

Agradecen la permanente colaboración de las siguientes empresas e instituciones



Buscanos en Facebook

Ingresá a nuestra página y hacé click en "Me gusta"

Te podrás enterar de nuestras novedades y noticias, informarte, conocer las actividades y eventos que organizamos y ver todas las fotos, comentar y compartir. ¡Seguinos!



www.facebook.com/sanatorioargentino



Alcance del Certificado: Servicio de enfermería de internados, cirugía y neonatología. Hotelaría y gestión de turnos. Servicio de Laboratorio de Análisis Clínicos. Servicios de Medicina Transfusional y Banco de Sangre. Servicio de Diagnóstico Ecográfico y Mamario.