

ENTRE NOSOTROS

Revista de la Caja de Seguridad Social para los Profesionales del Arte de Curar de la Provincia de Santa Fe

AÑO XV - NÚMERO 83 - OCTUBRE 2017



OCTUBRE Mes de la prevención del cáncer de mama

4. INSTITUCIONALES

Reuniones llevadas a cabo por el Directorio

6. JÓVENES PROFESIONALES

Actividades para hacer después del trabajo

12. MISCELÁNEAS

La jubilación con autonomía

Órganos de la Caja de Seguridad Social para los Profesionales del Arte de Curar de la Provincia de Santa Fe

Directorio

• Presidente

Méd. Carlos A. Griccini

• Vicepresidente

Odont. Leonardo L. Carnielli

• Secretaria

Farm. Cynthia N. Sevilla

• Tesorera

Farm. Maria Rosa Sartor

• Vocales

- Méd. María Cecilia Barrios

- Méd. Hugo Eduardo Camino

- Bioq. Roberto O. Casabianca

- Méd. Carlos E. Chaillou

• Vocales Suplentes

- Bioq. Sonia M. Helman

- Méd. Estela Maris Imoberdorf

- Méd. Marcelo A. Mariño

- Méd. Aníbal Gastaldi

- Odont. Silvio R. Croci

- Méd. Roberto A. Osella

- Psic. Adolfo E. Faya

- Kgló. Marcelo A. Senneke

Consejo de Representantes

• Presidenta Farm.

Rosana S. Martina – Distrito Nº 11: Constitución

• Vicepresidente Bioq.

Jorge O. Rivarossa –

Distrito Nº 6: San Jerónimo

• Secretario Zona Norte

Odont. Antonio D. Marelli –

Distrito Nº 7: San Justo, San Javier y Garay

• Secretario Zona Sur

Méd. Gustavo Carlos Adrián

Balista – Distrito Nº 14: Rosario

• Vocales Titulares

- Farm. Myriam Ferrero de Brue-

ra – Distrito Nº 1: Castellanos

- Méd. Rubén O. Pedicino –

Distrito Nº 2: Gral. Obligado

- Bioq. Alberto E. Consejero Per-

man – Distrito Nº 3: La Capital

- Dr. Roberto Jossen – Distrito Nº

4: Las Colonias

- Dr. Orlando H. Zenobi –

Distrito Nº 5: 9 de Julio, San

Cristóbal y Vera

- Méd. Carlos Alberto Salvatierra

Distrito Nº 8: San Martín

- Méd. Alfonso Alamo – Distrito

Nº 9: Belgrano

- Vet. Julio Lozano – Distrito Nº

12: Gral. López

- Méd. Fernando Esteban –

Distrito Nº 13: Iriondo

- Odont. Eleonora Dasso

Distrito Nº 14: Rosario

- Farm. Fabián Eduardo García

Distrito Nº 15: San Lorenzo

• Vocales Suplentes

- Odont. David A. Heinzmann

Distrito Nº 1: Castellanos

- Bioq. Hugo N. Dohrmann

Distrito Nº 2: Gral. Obligado

- Psicop. María Alejandra Vassallo

Distrito Nº 3: La Capital

- Odont. José Brero – Distrito

Nº 4: Las Colonias

- Bioq. Emanuel A. Dupouy Distrito

Nº 5: 9 de Julio, San Cristóbal y Vera

- Odont. Gabriel Campostrini

Distrito Nº 6: San Jerónimo

- Farm. Guillermo Domingorena

Distrito Nº 7: San Justo, San

Javier y Garay

- Bioq. Ezequiel S. Aichino

Distrito Nº 8: San Martín

- Odont. Jorge A. Alberdi – Distri-

to Nº 9: Belgrano

- Méd. Roberto E. Rodríguez

Distrito Nº 11: Constitución

- Odont. Raúl E. Allín – Distrito

Nº 12: Gral. López

- Méd. Alberto José Scarabotti

Distrito Nº 13: Iriondo

- Farm. Leonardo O. Jurado

Distrito Nº 14: Rosario

- Méd. Víctor H. Tessi – Distrito

Nº 14: Rosario

- Méd. Ovidio C. López – Distrito

15: San Lorenzo

Comisión Fiscalizadora

• Titulares

- Odont. Guillermo Gustavo Benz

- Farm. Silvia Adriana Capponi

- Fga. Graciela M. Trento

• Suplentes

- Méd. Mónica A. Prida

- Méd. Marcelo L. Fay

- Méd. Luis Alberto Gentile

PAGUE SU CHEQUERA

a través de los siguientes medios de pago

- HOME BANKING
- DÉBITO AUTOMÁTICO (a través de su gremial o cuenta bancaria)
- CAJEROS AUTOMÁTICOS DE RED LINK
- SUCURSALES DEL BANCO DE SANTA FE
- SANTA FE SERVICIOS

Pasos a seguir para pagar a través del Home Banking de cualquier banco que opere con la Red Link:

1. Ingresar a la página de su Banco con usuario y clave
2. Seleccionar la opción PAGOS. luego OPERACIONES y por último AGENDA DE PAGOS
3. Seleccionar la opción ADHERIR A UN IMPUESTO O SERVICIO, clicar
4. Busque el ente a adherir seleccionando la opción por RUBRO Y ENTE, despliegue la flecha
5. Seleccione MEDICINA PREPAGA Y OBRAS SOCIALES
6. Aparecerá la palabra ENTE, despliegue la flecha
7. Seleccione la opción CAJA SEG SOC PROF ARTE DE CURAR
8. Ingrese el CÓDIGO LINK PAGOS
9. Seleccionar botón ACEPTAR, y automáticamente se carga la chequera en la agenda de pagos
10. Seleccionar en la agenda de pagos la chequera de LA CAJA
11. Ir al botón PAGAR LOS SERVICIOS SELECCIONADOS
12. Ir al botón CONFIRMAR Y REALIZAR PAGOS
13. Muestra el pago a realizar, y pide CLAVE para confirmar si realiza el pago
14. CLAVE de confirmación
15. PAGO realizado.



Caja de Seguridad Social para los Profesionales del Arte de Curar de la Provincia de Santa Fe

Listado de Bancos que operan con RED LINK

- Nuevo Banco de Santa Fe
- Banco de la Nación Argentina
- Banco Hipotecario
- Nuevo Banco de Entre Ríos
- Banco Municipal de Rosario
- Banco Columbia
- Banco Bica

ENTRE NOSOTROS

Dirección general

Directorio de la Caja de Seguridad Social para los Profesionales del Arte de Curar de la Provincia de Santa Fe.

Dirección editorial y redacción general

Comisión de Comunicación Institucional y Agencias:

- Director Farm. María Rosa Sartor
- Director Med. Carlos Griccini
- Consejera Farm. Myriam Bruera
- Consejera Odont. Eleonora Dasso

Coordinación y diseño

Consultora Arcadia SA

36.000 ejemplares de distribución gratuita para afiliados a la Caja de Seguridad Social para los Profesionales del Arte de Curar de la Prov. de Santa Fe.

Nuestra Caja de Seguridad Social para los Profesionales del Arte de Curar de la provincia de Santa Fe continúa transitando el camino trazado en procura de un análisis profundo para un probable cambio en las escalas aportativas vigentes.

En dicho marco, en fecha 25/08/2017 hemos celebrado una nueva y amplia reunión de trabajo con la inmensa mayoría de las entidades colegiadas, oportunidad en la cual se analizó y debatió en relación al estudio presentado por los expertos en la materia.

Es dable destacar la enorme importancia de la activa participación de las entidades involucradas, en la búsqueda constante y mancomunada de lograr efectivizar las propuestas esbozadas, respecto de una nueva categoría de aportes y su consecuente repercusión futura en los haberes de nuestros pasivos.

Convencidos de los frutos que generan las jornadas, como la descripta, es que continuamos, sin dilación de tipo alguna, en la efectiva concreción de los objetivos planteados.

El Directorio



Reuniones llevadas a cabo por el Directorio

Dentro de las actividades planteadas por este Directorio se encuentran las reuniones departamentales. Las mismas consisten en visitas a los diferentes departamentos de la provincia para intercambiar opiniones enriquecedoras e informar los avances logrados por las políticas implementadas por esta gestión.

Hasta el momento, los encuentros se hicieron en los distintos departamentos de la zona norte, en los cuales se requirió la presencia de los directores para que se informara sobre diferentes temas: Estampillado, Tercer Contribuyente, Obra Social, entre otros. La respuesta ha sido excelente y ha teni-

do la concurrencia cada vez más numerosa de los afiliados, quienes además de contribuir con valiosas opiniones que nos sirven para plantear posibles soluciones de los problemas existentes, reciben información sobre las dudas que presentan. Para los directores es muy importante

*Quedamos a disposición
de cualquier departamento
que quiera realizar
alguna reunión.*

que los afiliados conozcan el funcionamiento y la administración de los recursos en cuanto a sus ingresos y egresos. En el mismo sentido, se realizan periódicamente reuniones con todas las instituciones (colegios, gremiales y profesionales afiliados a nuestra entidad), tanto en la zona norte como en la zona sur, con el fin de comunicar las políticas llevadas adelante por esta Caja.

Es importante que estas instancias de diálogo abierto se sigan realizando con el objeto de lograr un intercambio fructífero en la búsqueda de objetivos comunes y la optimización de las gestiones que se realicen.



ELECCIONES DISTRITO N° 10 – CASEROS – CONSEJO DE REPRESENTANTES

A los Afiliados Activos y Jubilados

Convocatoria a elecciones para cubrir cargos vacantes de integrantes Titular y Suplente del Consejo de Representantes por el (Art. 134 y concordantes, Ley N° 12.818).

Con motivo de encontrarse sin representación, en el Consejo de Representantes, el Distrito N° 10 – Caseros, el Directorio, por Resolución N° 88.280, dispuso convocar a los afiliados activos y jubilados de la Caja pertenecientes al Distrito N° 10 - Caseros, para que dentro del período

comprendido entre los días 27/11/17 y 01/12/17 –inclusive– para elegir, mediante el voto secreto, directo y obligatorio: Un miembro Titular y su suplente para integrar el Consejo de Representantes de la Caja por el Distrito Caseros. Los candidatos electos ejercerán sus respectivos car-

gos por el período faltante que finaliza en el mes de Agosto de 2018. Período para presentación de las listas de candidatos para su oficialización por la Junta Electoral: 02/10/17 al 23/10/17, a las 12 hs.-. Lugar: 25 de Mayo 1867, Santa Fe y Delegación Rosario sita en calle Jujuy 2146.

SER MUJER... el principal factor de riesgo del cáncer de mama

Octubre es el Mes de la Sensibilización sobre el Cáncer de Mama. La doctora especialista en Diagnóstico por Imágenes, Mercedes Sañudo (M.P. 5251), informó sobre los estudios que toda mujer debe hacerse a partir de los 35 años para detectar la enfermedad. La mamografía es el estudio clave.

Octubre es un mes especial para las mujeres. Es el Mes de la Sensibilización sobre el Cáncer de Mama, enfermedad que según datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS) produce 458.000 muertes por año en todo el mundo. Mercedes Sañudo (M.P. 5251), médica especialista en Diagnóstico por Imágenes, informó sobre los estudios que toda mujer debe hacerse a partir de los 35 años con el principal objetivo de detectar el cáncer de mama, ya que diagnosticado a tiempo tiene mejor pronóstico. "Al cáncer de mama no se lo puede prevenir. El factor de riesgo más importante es ser mujer. Sí se puede diagnosticar en forma precoz. ¿Cómo?, con un estudio sencillo que dura minutos: la mamografía", manifestó Mercedes Sañudo, de Diagnóstico por Imágenes Junín.

Los 35, una edad clave

La clave para un diagnóstico temprano, que lleva a un aumento de la sobrevivencia, es la realización anual de una mamografía, siendo muy importante que ésta sea realizada con equipos de tecnología avanzada y por personal entrenado. Además, es fundamental el autoexamen mamario una vez por mes

y posteriormente al ciclo menstrual.

"A los 35 años toda mujer debe hacerse una mamografía de base. Y sí o sí a partir de los 40, una por año. Si tiene mamas densas, es decir con mucho tejido mamario, deberá hacerse además una ecografía, lo que será indicado por su médico ginecológico", explicó la doctora Sañudo. Y remarcó: "El estudio de base es la mamografía. Luego, de acuerdo al resultado, se pueden pedir estudios complementarios como son la ecografía, la tomosíntesis, técnicas mamográficas complementarias o la resonancia mamaria". Se evaluarán todos los resultados en conjunto y se definirá un control anual, semestral o una biopsia.

Recordá siempre que el objetivo primario de la mamografía es detectar el cáncer de mama antes de que sea clínico. La idea es diagnosticarlo de manera temprana y no cuando palpés un bulto en el pecho. Si tenés 35 años hacete la mamografía de base y si sos menor una ecografía mamaria. Si ya tenés más de 40, recordá que todos los años tenés que hacerte este estudio. ¿Por qué?, porque sos mujer y ese es el principal factor de riesgo del cáncer de mama.

Autoexamen mamario

1. Con los brazos abajo, observá si alguna de tus mamas está deformada, si hay cambio de color o si el pezón está desviado o hundido.
2. Colocá las manos en las caderas y presioná firmemente. Luego inclínate hacia adelante y volvé a fijarte si alguna de tus mamas está deformada, si hay cambio de color o si el pezón está desviado o hundido.
3. Luego observá lo mismo pero con los brazos extendidos hacia arriba.
4. De pie, con una mano detrás de la cabeza, explorá toda la mama con movimientos circulares, empezando por la axila hasta terminar en el pezón.
5. Efectuá todas las maniobras anteriores pero ahora acostada y con una almohada bajo tu espalda.
6. Terminá la exploración apretando el pezón y observando si hay salida de líquido anormal.



Realizamos la inversión en imágenes para la salud más grande de la historia de la región, para que encuentres en tu ciudad, la atención de primer nivel que necesitás.
Hoy, 25 años después, nuestro compromiso sigue vigente.




SEDE CENTRO JUNÍN 2474 | SEDE SUR GRAL. LÓPEZ 2876 | TEL (0342) 4 827 827 | FAX (0342) 4 827 884
 WHATSAPP 342 5522912 | MAIL contacto@diagporimagenes.com.ar | www.diagporimagenes.com.ar

Profesionales con vida saludable

¿Qué hacer en los tiempos libres, fuera del consultorio o del ámbito laboral, para llevar un estilo de vida saludable? En esta nota, las recomendaciones de diferentes profesionales.

TIEMPO AL AIRE LIBRE

Disfrutar de la luz natural y del sol no sólo aporta placer y vitalidad. También previene numerosas dolencias y facilita la recuperación de otras. Pero... ¿Por qué cuesta tanto llevarlo a cabo? La licenciada en psicología, Lucía Legé (M.P. N° 932) considera que “el principal foco es la falta de tiempo, además de la cultura del facilismo, de lo mágico de las pastillas para adelgazar, de lo cómodo de hacer tratamientos estéticos, y de lo incómodo, que es para algunos, el salir a la calle”.

“Si bien es sumamente destacable que podamos dedicar parte de nuestro día al ejercicio físico en un gimnasio, al desenchufe con una película, al descanso con una siesta; también sería ideal que incorporemos el aire libre a nuestra rutina diaria. Pasar tiempo en el espacio abierto, no solo aporta, a través del sol, serotonina y vitamina D, ambos reguladores del estado de ánimo. Además, el salir de casa nos obliga a tomarnos un tiempo para nosotros, sin interrupciones, sin excusas, y sin tanto límite. Salir nos permite conectarnos con nosotros mismos y también con la naturaleza y con otros.

En definitiva, pasar más tiempo al aire libre nos brindará más momentos agradables que nos obliguen a desenchufarnos de la vida rutinaria y nos permita cuidarnos un poco más”, señala la licenciada en psicología.



STRETCHING, UNA BUENA OPCIÓN

Ya es sabido que el ritmo de vida de hoy, acelerado, trae complicaciones a la salud. Por eso, stretching es una buena actividad para “bajar un cambio”, relajarse y descontracturarse. La tensión muscular que puede llegar a provocar el ámbito laboral, sobre todo a nivel cervical y lumbar, es la razón por la que muchos profesionales hacen esta actividad. Lucila Godoy, instructora de pilates de la ciudad de Santa Fe, explica que el stretching, que en castellano significa estiramiento, es una actividad de flexibilidad que pueden realizar todas las personas de cualquier edad, sean deportistas o no. Es algo que puede hacer cualquiera que quiera aumentar su flexibilidad corporal o mejorar su postura y estabilidad. Es una clase relajante, que consiste en hacer posturas de estiramiento sostenidas en un tiempo que va desde los 10 a los 25 segundos. El propósito es estirar los diferentes grupos musculares.

CONSUMIR BATIDOS ENERGÉTICOS Y NUTRITIVOS

Una buena y correcta alimentación es clave en una vida saludable. Y para una inyección de energía, los batidos son excelentes opciones. Te sugerimos dos preparados fáciles y muy sabrosos para cualquier momento del día:

Banana y avena:

- 150 gr. de banana (una pieza grande)
- 50 gr. de copos de avena (unas 5 cucharadas soperas)
- 10 gr. de cacao en polvo (1 cucharada sopera)
- 200 ml. de leche descremada.

Espinacas y manzana:

- 40 gr. de espinacas crudas (1 taza)
- 1 manzana verde con cáscara
- Jugo de ½ limón
- 200 ml. de agua



ZUMBA Y ARTES MARCIALES PARA DESPEJAR LA MENTE

Las mujeres de la actualidad eligen divertirse y dejar de lado el sufrimiento a la hora de ir al gimnasio. Ponerse en forma ya no depende de las tradicionales rutinas estructuradas. Bajo esta premisa nace la Zumba, una disciplina de origen colombiano que acopla el baile con el fitness, combinando métodos de entrenamiento interválico que mezclan fases intensas y rápidas junto con períodos de recuperación. El objetivo es lograr que las alumnas se pierdan en el ritmo y sientan la clase como una verdadera fiesta.

Las clases son tan alegres y llevaderas que, además de generar que la persona se olvide que se está ejercitando, ayuda a liberar el estrés acumulado como consecuencia de la descarga de endorfinas que produce el baile. Los beneficios del baile como actividad física son: quema calorías, tonifica el cuerpo, disminuye la producción de ácido láctico y funciona para todas las edades.

Para los hombres, las artes marciales son una buena alternativa a la hora de “bajar los niveles de estrés”. El profesor de Educación Física José Miranda menciona al karate, jiu jitsu, taekwondo y kickboxing como actividades desestresantes. “Las artes marciales, y, en general, cualquier disciplina que fomente la lucha y la competitividad, se han convertido hoy en día en lo mejor para ponerse en forma y mejorar el tono muscular. Sin embargo, su mayor ventaja no es esa, sino la liberación de endorfinas al torrente sanguíneo. La práctica de este tipo de deportes, supone toda una descarga para el organismo, que contrarresta de manera eficaz las tensiones acumuladas durante el día en el trabajo”, manifiesta el profesor.



La explicación de “pensar en nada”

No es posible pensar en nada porque el cerebro trabaja continuamente. Lo que ocurre es que lo hace a escondidas. La mayoría de las veces el cerebro activa de manera inconsciente la “red neuronal por defecto”.

Con distinta frecuencia puede sucederle que deja de mirar algo en concreto, disminuye la percepción de su entorno y pasa algunos minutos sin saber en qué estaba pensando. Si le preguntan “¿en qué pensás?” y responde “en nada”, puede tener una sutil y difusa sensación que se cruzaron muchos pensamientos, pero no logra definir ninguno.

La mayoría de las veces esto ocurre porque su cerebro activó de manera inconsciente la “red neuronal por defecto” (“default mode network”). Esta activación se da más a menudo cuando no hay tareas en nuestro entorno que demanden su atención.



Durante los primeros experimentos que se realizaron para investigar esta red neuronal, se indicaba a los voluntarios que se relajaran y que no pensarían en algo en particular. Al mismo tiempo se medía con resonancia magnética su nivel de actividad cerebral. Estos estudios señalaron que durante el reposo el cerebro no está ocioso, sino que muestra una enorme cantidad de actividad espontánea entre múltiples regiones neuronales. En las últimas tres décadas un gran número de investigaciones científicas han adjudicado que este “modo automático” del cerebro se inicia para:

- Revisar memorias.
- Evaluar alternativas para el presente.
- Relacionar experiencias personales con pensamientos sobre el futuro.
- Planificar acciones.

Este proceso mental interno desconectado del mundo exterior, se asemeja a tener unos “secretarios” dentro de nuestro cerebro. Cuando tenemos mucha información les pedimos que nos den una mano para procesarla, ordenarla y valorar su utilidad. Si estos secretarios hablaran en voz alta mientras trabajan para que estemos conscientes de ello, tardarían más que si lo hacen concentrados, callados y sin las distracciones de los estímulos externos. Por ello que el ambiente óptimo para realizar su tarea es en las “oficinas del inconsciente”. Claro que una vez terminado su trabajo, intentan llamar al sector consciente para darnos sus reportes y conclusiones.

Como si esto fuese poco, en este “modo automático” revisa vivencias sin presiones exteriores que determi-

nen cuál priorizar. Dispone de recuerdos de todo tipo y las asociaciones creadas entre ellos suelen ser tan o más creativas, que cuando está concentrado en un problema puntual. Es por ello, puede suceder que al salir del “modo automático” tenga la solución a un problema sin entender como se le ocurrió.

Su cerebro recibe tantos estímulos, que el mayor procesamiento lo hace de manera inconsciente. Lo cual no quita que luego en forma consciente, preste atención, se capacite y ejercite para poder actuar en forma más eficaz sobre lo procesado en contextos cambiantes. Ambos procesos trabajan como equipo, la clave está en el balance más efectivo.

Las neurociencias aportan datos no solo sobre el funcionamiento normal de estas redes neuronales en reposo, sino que también sobre la alteración de este balance. Dentro las causas multifactoriales de enfermedades como Alzheimer, autismo, esquizofrenia y depresión, avanzan los estudios sobre una clara relación en la capacidad de entrar, permanecer o salir de estas redes neuronales automatizadas en reposo. Estos avances nos permitirán entender además desórdenes psicológicos y desarrollar posibles terapéuticas para todas estas afecciones.

No es posible pensar en nada. Nuestro cerebro trabaja continuamente, pero muchas veces a escondidas.

Dr. Hugo D. Valderrama

Médico Neurólogo

Máster en Neurociencias

Mat. Prov. N° 5010 R.E. 02405562

10 de septiembre

Día del Terapeuta Ocupacional

La terapia ocupacional es una profesión que se ocupa de la promoción de la salud y el bienestar a través de la ocupación. El principal objetivo es capacitar a las personas para participar de las actividades de la vida diaria. Los terapeutas ocupacionales logran este resultado mediante la habilitación de los individuos para realizar aquellas tareas que optimizarán su capacidad para participar o mediante la modificación del entorno para que este refuerce la participación. (Federación mundial de terapia Ocupacional, WFOT). La terapia ocupacional interviene con personas que sufren o tienen riesgo de sufrir una disfunción ocupacional y sus principales campos de actuación son: discapacidad intelectual, física o sensorial, marginación social, salud mental y trastornos relacionados con sustancias, trastornos neurológicos, procesos post-

quirúrgicos, proceso de envejecimiento, trastornos de aprendizaje y/o problemas del desarrollo, rehabilitación laboral, intervención comunitaria

Los orígenes de esta profesión se remontan en nuestro país, a la década de 1950, cuando se padeció los efectos de epidemia de poliomielitis, una situación desencadenante de la necesidad socio-sanitaria de formar recursos humanos para atender las secuelas de la enfermedad.

En 1959 se crea la primera Escuela de Terapia Ocupacional Argentina según los principios básicos de la Federación Mundial de Terapeutas Ocupacionales y en 1985 fue creada la carrera de terapia ocupacional en la Universidad Nacional del Litoral.

Luciana Riberi

*Terapeuta Ocupacional
Mat. S0141*



17 de septiembre

Día del Psicopedagogo

Pensar en Psicopedagogía es inevitable si amasamos la idea de que en la vida todo tiene un sustrato: el aprendizaje. Un proceso que supone adquirir cambios relativamente permanentes en la com-



presión; la actitud; el conocimiento; la información; capacidad y la habilidad. Siempre por medio de una experiencia, que es esencialmente humana y social. Implica a otro que media, facilita, provoca la oportunidad y la posibilidad de aprender. El 17 de septiembre se celebra el día del Psicopedagogo, en recuerdo a Jean Piaget, en memoria de su fallecimiento en esa misma fecha del año 1980. Se valora así su contribución científica a nuestra disciplina, transformándose en una de sus fuentes teóricas más importantes. Todos los que abrazamos esta profesión hacemos consciente en esa fecha nuestro rol y nuestras incumbencias, pero cada día, en el ejercicio profesional, renovamos nuestra convicción de asumir el desafío y sostener la espe-

ranza de que cada uno logre descubrir el placer de aprender.

En esa búsqueda intensa también nos transformamos nosotros, aprendemos a creer, a ponernos en el lugar del otro, a comprender la dificultad y potenciar la fortaleza de ese ser que tenemos delante. El espacio del consultorio se vuelve infinito, y todo sueño empieza a ser posible. Cada vez que miro a los ojos a un pacientito, entiendo lo importante que es para él transitar el camino de aprender... y solo resta tenderle mi mano y confiar en él. Es por eso, que vuelvo a elegir esta profesión, hoy y siempre... de nuevo.

Veronica Cravero

*Psicopedagoga
Mat. 381*

25 de septiembre

Día mundial del farmacéutico

Como cada año desde el 2010, la Federación Internacional Farmacéutica (FIP) convoca a celebrar, el 25 de Septiembre, el Día Mundial del Farmacéutico. El lema elegido, este año, es “De la investigación a la asistencia sanitaria: El farmacéutico está a tu servicio”.

El objetivo es destacar las numerosas y diversas contribuciones que la Profesión Farmacéutica hace a la Salud de las comunidades: desde la investigación y desarrollo de medicamentos, la distribución y dispensación responsable de los mismos, la atención farmacéutica para garantizar el cumplimiento estricto de los tratamientos, el seguimiento fármaco terapéutico y todo lo que favorezca el uso racional de esta fundamental herramienta sanitaria. También, la educación y la actualización permanente de los integrantes de nuestro colectivo es un compromiso que hemos asumido los Farmacéuticos para mejorar permanentemente la calidad de nuestros servicios y la mejor atención de las renovadas demandas de la población.

Además, los actuales modelos de atención sanitaria otorgan al Farmacéutico nuevos roles al centrar la atención de nuestra profesión en el paciente y no solo en el medicamento, ampliando, así, su participación a otras tareas como la esterilización y el cuidado de todos los productos médicos.

Por otra parte, la Prevención de las enfermedades y la Promoción de la salud son objetivos siempre vigentes para quienes abrazan con pasión y responsabilidad esta milenaria profesión.

Hoy, es innegable que los farmacéuticos desde sus Redes de Farmacias, comunitarias y hospitalarias, constituyen una columna fundamental de los servicios sanitarios porque ellas se encuentran distribuidas en toda la geografía, muy cerca de la gente, constituyendo habitualmente la puerta de



acceso al sistema de atención de la salud. Obviamente, estamos hablando de las Farmacias profesionales y no de los simples supermercados que, también, venden medicamentos y que en los últimos tiempos se han instalado en grandes centros urbanos para satisfacer exclusivamente intereses comerciales ajenos absolutamente a la prestación de un servicio de Salud.

En su convocatoria a esta celebración, la Farmacéutica española Carmen Peña, Presidenta de la FIP, afirmó que “los farmacéuticos somos la columna vertebral de la salud en muchos niveles pero, no obstante ello, somos conscientes que la atención de esta problemática no comienza en la puerta de la farmacia o del hospital y, por ello, estamos siempre dispuestos a

trabajar junto a todo el equipo de salud y a las autoridades del sector para generar y aplicar políticas que garanticen a toda la población este fundamental Derecho Humano que es el derecho a la Salud”.

Por todo ello, desde nuestro Colegio, en consonancia con las instituciones representativas de los farmacéuticos de todo el mundo, invitamos a los profesionales de la Salud, autoridades, medios de comunicación y público en general a apoyar la celebración del Día Mundial del Farmacéutico, difundiendo el lema de este año, y reivindicando el rol fundamental del farmacéutico en la atención de la salud.

**Colegio de Farmacéuticos
de la provincia de Santa Fe**

3 de octubre

Día del Odontólogo

Todo comienza el 3 de Octubre de 1917 cuando un grupo de odontólogos de latinoamérica se reúnen en Santiago de Chile y crean la Federación Latinoamericana de Odontología (F.O.L.A.). En 1925 se realiza el 2º Congreso internacional de F.O.L.A. y, por iniciativa del delegado argentino, Dr. Raúl Loustalan, se decidió instituir esta fecha como día de la Odontología latinoamericana. También ese día fue tomado como día del odontólogo en países como Uruguay, Paraguay, Bolivia, ya que en otros países como México, Guatemala, Panamá y Nicaragua, es el 9 de Febrero (día de Santa Polonia, patrona de los Odontólogos).

En la actualidad y desde hace ya dos décadas aproximadamente, la preven-

ción por sobre el asistencialismo es de vital importancia. De esta manera concientizar a la población que la higiene bucal y el control periódico son las armas más importantes con que se cuenta para evitar enfermedades del sistema estomatognático o en su defecto tratarlas a tiempo.

Esta fecha es un momento propicio utilizado para fomentar todas las acciones de educación para la salud bucal, para en un futuro tener una población sana con menor índice de caries y con buenos hábitos y costumbres desde el punto de vista estomatológico.

Eleonora Dasso

Odontóloga
Mat. 3901/02



13 de octubre

Día nacional del Psicólogo

El 13 de Octubre se celebra el DIA NACIONAL DEL PSICÓLOGO en conmemoración al Primer Encuentro Nacional de Psicólogos y Estudiantes que se realizó del 1 al 13 de octubre de 1974 por Confederación de Psicólogos de la República Argentina (COPRA) en la Universidad Nacional de Córdoba. El objetivo principal del encuentro fue la necesidad de constituir a la floreciente profesión como una disciplina específica, con una identidad propia, ya que debía insertarse en un espacio dominado por los médicos. En la reunión plenaria final, el día domingo 13 de octubre fue aprobada la moción leída por uno de los promotores del evento y de la COPRA, el licenciado Delfín Gialluca, para que se instituya todos

los años ese día como el "Día Nacional del Psicólogo".

Para mí, la Psicología es el arte de acompañar a otra persona en el encuentro de sí mismo.

Nuestro campo de estudio es el alma, la conducta humana tan compleja. Intentamos leer cada detalle de los pensamientos y darle lucidez a las mentes perplejas. Somos "grandes exploradores de universos infinitos". Por eso elijo todos los días mi profesión, para acompañar al otro en su búsqueda personal, respetando sus tiempos y la ética profesional.

Melina Toni

Lic. en Psicología
Mat. 1354.



La jubilación con autonomía

Cuando una persona se jubila se encuentra frente a una situación de cambio en una de las áreas prioritarias de la vida como es el trabajo a partir de la perspectiva de la jubilación, de ahí que el retiro laboral puede constituirse como un momento de rupturas para personas que apoyan su vida en un rol laboral. Cuando se jubilan no sólo su vida cambia rotundamente, sino también la vida de los que lo rodean que se hará notar por reclamos:

- 1) Lo que ya no son;
- 2) Por los desajustes familiares que provoca la búsqueda de ese nuevo lugar.

Un estudio realizado por un equipo de investigadores españoles indagó acerca de cómo el retiro laboral modificaba los niveles de satisfacción y bienestar de los nuevos jubilados a través de las distintas fases que conforman el proceso.

Se comprobó que la mayoría pasaba por las fantasías de la jubilación, por una euforia transitoria acompañada por un período de descanso o de aumento de las actividades de ocio. En ciertos casos se pasa a una etapa de desencanto o directamente a la de reorientación para lograr la estabilidad.

El estudio concluyó que:

- El 50% se adaptaba en 6 meses.
- El 20% lo hacía al año.
- Y el 30% necesitaba por lo menos un año y medio.

Respecto a las reacciones emocionales más frecuentes ante la jubilación suelen

ser en muchos casos de incertidumbre, vacío, falta de sentido. Sucede cuando el trabajo constituía el único bastón o el principal en el que se basaban el sentido de su vida, así como su autoestima y su único “ideal” irremplazable.

La consecuencia de vivir de este modo, el trabajo y por lo tanto la perspectiva jubilatoria, es el desencadenamiento de un amplio espectro de patologías (denominadas “jubiladopatías”) que pueden ir desde la depresión hasta distintas manifestaciones somáticas, pasando por la propensión a las caídas enmarcando todo esto en conflictos familiares o de pareja.

En otras personas se diversifican los apoyos a lo largo de su vida: pudieron desplegar diferentes ideales y es así que fueron anticipando este evento preparándose mentalmente y desarrollando otros sentidos en sus vidas, otras maneras de enriquecerse y de seguir siendo productivos. De ahí se deduce que el cambio jubilatorio no debería vivirse de manera brusca.

Si bien es necesario que las políticas previsionales eliminen la llamada “jubilación garrote” o “guillotina” por su efecto traumático, ya que está preestablecida de acuerdo a la edad sin posibilidad de apelación por parte del interesado, lo importante es que mediante programas preventivos sea posible tomar conciencia anticipada de esta perspectiva para que les permita producir cambios a tiempo.

La adaptabilidad ante la jubilación no depende tanto del grado de responsabilidad laboral que se tuvo, como el vínculo que la persona haya establecido con su rol laboral. Es importante que no lo haya adoptado como máscara, como coraza inamovible, como única definición de su identidad, si no que haya sido flexible y que pueda jugar a ser y abrirse al cambio. En síntesis, que cuente con la riqueza psíquica para que le permita compensar pérdidas con ganancias y renovar el sentido de su vida con nuevas metas.

De ahí que si se logra hacer de una jubilación una etapa de desarrollo y satisfacción personal, se podrá redefinir la identidad a través del rescate de “asignaturas pendientes”, aficiones artísticas, nuevos vínculos y redes de apoyo.

La jubilación constituye así la oportunidad para cambiar, como el objetivo que logran muchas personas que vivieron siempre para sí y para sus familias y que en su vejez pueden mirar hacia afuera o encontrar “alguien o algo” por quién o por qué luchar, o ayudar desarrollando un aspecto solidario que desconocían de sí mismos. Son distintas formas de revincularse, de tender nuevos lazos, de ayudarse “ayudando”. Es un modo de valorar lo que se tiene, la oportunidad de seguir estando activos y no asumir el nombrado como la “clase pasiva”.

Colaboración de Fany Teitelman de Jeifetz. Jubilada de CPAC

Odont. Mateo Pablo Zaninovic

22/06/1948 – 19/07/2017

Los integrantes de los Órganos de Gobierno de la Caja, expresan su profundo pesar por el fallecimiento del Dr. Zaninovic, acaecido el 19 de julio del corriente.

Miembro Titular del Consejo de Representantes de la Caja, por el Distrito Nº 10 – Caseros, desde el mes de mayo de 2016, participó además activamente en su Comisión de Presupuesto e Inversiones. Fue Miembro Titular del Consejo Asesor de la Caja (órgano reemplazado por el Consejo de Representantes) por el período 2004-2008.

Resultó electo Consejero Suplente tanto del Consejo Asesor como del Consejo de Representantes en diversas oportunidades.

Asimismo, destacamos su dilatada actuación en el campo gremial

–llegando a ejercer la Presidencia de la Asociación Odontológica del Dpto. Caseros por el período 1998 a 2000– y colegiada –como Delegado Titular del Consejo Asesor y como Miembro Titular del Tribunal de Ética del Colegio de Odontólogos de la Segunda Circunscripción.

Quienes tuvimos oportunidad de trabajar con él, sabemos por sobre todas las cosas de su calidad humana y hombría de bien. Por todo ello le decimos que siempre estará en nuestros corazones y hacemos votos por su descanso eterno.

RECORDATORIO

