



## Nuevo tratamiento para tu sonrisa



+

## Credencial digital y Token



+

## Seminarios del mes



+

## MONÓXIDO DE CARBONO

### Guía para prevenir intoxicaciones



+

## Vos también podés dejar de fumar



+

Actualización del Cuerpo Médico de tu plan



## Nuevo tratamiento para tu sonrisa

Ahora junto con **KeepSmiling** te acercamos un tratamiento de ortodoncia con alineadores removibles y transparentes.\*

**¡Prácticamente invisibles!**

Este servicio es brindado por nuestros especialistas exclusivamente en **Consultorios Odontológicos Ayacucho**.

### Beneficios

#### INVISIBILIDAD:

Los alineadores son ultradelgados y transparentes, es muy difícil que se note que se llevan puestos.

#### REMOVIBLES:

Se pueden quitar para comer y para ocasiones especiales.

#### MAYOR HIGIENE:

Permite lavarse los dientes para mantener una correcta salud dental.

### ¿Cómo funciona?

Los alineadores deben usarse 22 horas al día, durante 2 semanas. Cumplido este plazo se reemplazan por otro juego que representa un nuevo movimiento dental hacia la correcta posición de los dientes.

El tiempo de uso depende de cada caso y puede durar aproximadamente entre 9 y 18 meses.

Para acceder a la consulta se requiere contar con derivación de tu odontólogo de cabecera y ser mayor de 16 años.

\*Servicio con aranceles preferenciales

**CONSULTORIOS ODONTOLÓGICOS AYACUCHO: Ayacucho 1889, CABA.**

Lunes a viernes de 8 a 13 h. y de 14 a 19 h. Sábados de 8 a 12:30 h.

#### Canales para solicitar turnos:

- ▶ App Mi Medicus o [www.medicus.com.ar](http://www.medicus.com.ar)
- ▶ Central de turnos ☎ 0800-333-3338 - Escribiendo al 📞 11 5094-1119





## Credencial digital y Token

¿Por qué es importante presentar el Token en todas tus atenciones?

### ¿Qué es el Token?

Es una clave numérica de seguridad de 4 dígitos que sirve para validar tu identidad al momento de la atención. De esta forma, cada vez que te presentes en una consulta, deberás brindarle ese número al prestador.

### ¿Por qué es tan importante presentarlo?

- Es una medida de seguridad que confirma tu asistencia
- Protege tu información personal
- Garantiza una correcta validación de la prestación
- Se verifica que no se trate de una falsificación o una captura de pantalla

### ¿Dónde lo encuentro?

Al ingresar a tu credencial digital en la app **Mi Medicus** verás el Token junto al candado. Esta clave se actualiza permanentemente por lo que en cada atención se generará un número nuevo.

### ¿Cómo accedo a mi credencial digital?

Deberás descargar la app **Mi Medicus** a través del store de tu dispositivo.

### ¿Cómo obtengo el Token si no puedo acceder a la credencial digital?

Solicítalo por Whatsapp:

1. Escribí al  115094-1119.
2. Elegí la opción 9 del menú "Consulta de Token".
3. Enviá el n° de Medicard del asociado que requiere la atención.
4. Te compartiremos el acceso a la credencial solicitada con el Token correspondiente.

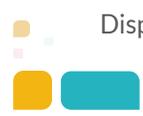
Regístrate, accedé a los beneficios y agilizá todas tus gestiones desde **Mi Medicus**.

Si todavía no descargaste la app **Mi Medicus**, podés hacerlo desde acá

Disponibile para



**Mi Medicus**





# Vos también podés dejar de fumar

Intentalo consultando con los profesionales del **PROGRAMA MEDICUS ANTITABACO**

El tabaquismo es una enfermedad crónica causada por la adicción a la nicotina y la exposición permanente a más de 7.000 sustancias, muchas de ellas tóxicas y cancerígenas.

Según la Organización Mundial de la Salud es la primera causa de muerte prevenible en los países desarrollados, y también el motivo más importante de años de vida perdidos y/o vividos con discapacidad.

Se calcula que sólo en Argentina mueren cada año 40.000 personas por esta causa.



## ¿Cómo afecta a la salud?

Esta adicción está directamente relacionada con la aparición de muchas enfermedades, como distintos tipos de cáncer, patologías cardiovasculares y respiratorias. Además, en las mujeres tiene graves consecuencias en el sistema reproductor.

El cigarrillo no sólo afecta la salud de quienes lo consumen, sino también la de las personas que, aunque no fumen, están expuestas de forma pasiva a las toxinas y sustancias nocivas del humo de tabaco.

## ¿Cómo se puede tratar?

Un escaso número de fumadores logra dejar el hábito por sus propios medios cuando ha tomado la decisión. Si esto no fuera posible, la consulta con un profesional de la salud mejora ampliamente las probabilidades de éxito.

A través del **Programa Antitabaco**, un servicio exclusivo de nuestros CENTROS MEDICUS, ofrecemos un tratamiento específico para nuestros asociados:

- ✓ Equipo interdisciplinario de profesionales.
- ✓ Técnicas y herramientas especiales orientadas a que el fumador pueda dejar el hábito.
- ✓ Abordaje y seguimiento de acuerdo a la problemática individual.
- ✓ Consultas médicas online.

## Abandonar el tabaco es lo mejor que cada uno puede hacer por su salud y la de su familia

Beneficios inmediatos, a mediano y largo plazo:



Mayor percepción de olores y sabores



Menor riesgo de enfermedad cardiovascular y cáncer



Mejora de la piel y del aliento



Mayor tolerancia al ejercicio



Menor riesgo de osteoporosis



Incremento de la autoestima



Ganancia en años de sobrevida



Aumento de la fertilidad

Si estás interesado, podés solicitar turno para una consulta médica virtual en la especialidad Programa Antitabaco a través de estos canales:

- ▶ Desde App Mi Medicus o [www.medicus.com.ar](http://www.medicus.com.ar)
  - ▶ O a través de **CENTRAL DE TURNOS CENTROS MEDICUS** de lunes a viernes de 8 a 20 h.
- ☎ 0800-333-3338    📞 11 5094-1119





# MONÓXIDO DE CARBONO

## Guía para prevenir intoxicaciones



Según datos del Ministerio de Salud, cada año se registran más de 200 muertes por intoxicación con monóxido de carbono. La mayoría de los casos se registran durante los meses más fríos.

### Se lo llama el asesino invisible porque:

-  No tiene olor.
-  No tiene color.
-  No tiene sabor.
-  No irrita los ojos ni la nariz.

### CUIDÁ TU HOGAR

Puede producirse al usar calefactores, estufas, termotanques, hornallas o braseros que no estén correctamente instalados o no tengan la ventilación adecuada.

#### 8 medidas de prevención:



Revisá las instalaciones de gas con un gasista matriculado.



Aunque haga frío, ventilá tu casa.



No calientes el auto con el garaje cerrado.



Verificá que las salidas de los artefactos al exterior estén libres.



No uses el horno ni las hornallas para calefaccionar.



No instales el calefón en el baño.



Verificá que la llama sea azul, nunca naranja o roja.



Instalá detectores de monóxido de carbono.

### SÍNTOMAS DE INTOXICACIÓN

#### Leves:

- ▶ Dolor de cabeza.
- ▶ Mareos.
- ▶ Náuseas.
- ▶ Vómitos.
- ▶ Debilidad.
- ▶ Fatiga.

#### Moderados:

- ▶ Confusión.
- ▶ Visión borrosa.
- ▶ Dificultad para respirar.
- ▶ Dolor en el pecho.
- ▶ Pérdida de coordinación.
- ▶ Debilidad muscular.

#### Graves:

- ▶ Pérdida de conciencia.
- ▶ Convulsiones.
- ▶ Coma.
- ▶ Arritmias cardíacas.
- ▶ Fallo multiorgánico.

Muchas intoxicaciones por monóxido de carbono parecen intoxicaciones alimentarias, gripes o accidentes cerebrovasculares. En niños pequeños puede simular un cuadro meníngeo por la irritabilidad, llanto continuo y rechazo del alimento.

Ante la presencia de estos síntomas hay que abrir puertas, ventanas y mantener los ambientes bien ventilados, retirando a las personas que se encuentren en el lugar contaminado, y concurrir inmediatamente a un médico informándole de la posibilidad de una posible intoxicación.





## SEMINARIOS DE JULIO

### DIABETES: ¿CÓMO INCREMENTAR LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LA VIDA DIARIA?

🕒 16 de julio - 16 h. 📍 Plataforma MEET

Acceder

La actividad física es uno de los pilares en el tratamiento de la diabetes, junto con la alimentación, la medicación y la educación diabetológica, pero es de los hábitos más difíciles de incorporar en la vida diaria.

Hablaremos sobre la importancia de generar prácticas saludables y encontrar alternativas para lograr sumar el ejercicio a las rutinas.

Disertantes: Lic. Laura Casparian y Lic. Macarena Coronado, educadoras en diabetes del Centro Medicus Azcuénaga.



### TRASTORNOS RESPIRATORIOS DURANTE EL SUEÑO

🕒 23 de julio - 17 h. 📍 Plataforma TEAMS

Acceder

Los trastornos respiratorios del sueño (TRS) se caracterizan por patrones anormales o pausas de respiración, así como por una ventilación insuficiente durante el descanso.

Es muy frecuente que estos no estén diagnosticados y que muchas personas no sean correctamente tratadas, incluso cuando implican riesgos para la salud y se asocian a varias enfermedades importantes.

Te invitamos a conocer cómo podemos detectarlos precozmente y prevenir complicaciones.

Disertante: Dra. Adriana Rodríguez Mieres, médica neumonóloga en el Centro Medicus Azcuénaga.



### IDENTIDAD DE GÉNERO EN EL ÁMBITO DE LA SALUD

🕒 24 de julio - 17 h. 📍 Plataforma TEAMS

Acceder

Este taller propone un espacio de formación y reflexión sobre identidad de género, con especial foco en su abordaje dentro del sistema de salud. A partir de un enfoque interdisciplinario y respetuoso de los derechos humanos, se trabajarán conceptos clave como identidad, expresión de género, orientación sexual y diversidad sexo-genérica.

Se abordarán también aspectos legales y normativos vigentes en Argentina, incluyendo el marco de la Ley de Identidad de Género. A través de dinámicas participativas, se invitará a los asistentes a revisar prácticas cotidianas y posibles sesgos, con el objetivo de promover entornos de atención inclusivos, respetuosos y libres de discriminación.

Disertante: Lic. Rodrigo Gómez Iza, psicólogo.



**¡Sumate!**

Las actividades son gratuitas, abiertas a la comunidad y no requieren inscripción previa. Se dictan bajo modalidad online. Los cupos estarán determinados por la plataforma utilizada.



*Actualización del Cuerpo Médico de tu plan*

	LAZUL	BLANCA	CELESTE	CORPORATE / FAMILY	MC / INTEGRAL / MZ ZONAL	INTEGRA 2	IMET / TEM	CENTROS MEDICUS
<b>HAN SIDO INCORPORADOS A MEDICUS EN:</b>								
<b>CABA</b>								
<b>CIRUGÍA PLÁSTICA Y REPARADORA</b>								
COTTER, NICOLÁS EZEQUIEL								
RIOBAMBA 429 PISO 12° DPTO. 4								
15-4056-8334								
<b>CLÍNICA MÉDICA</b>								
ALONSO, IARA TATIANA LARISA								
PARAGUAY 3607								
4824-2490 / 15 2554-6814 (WHATSAPP)								
<b>GINECOLOGÍA</b>								
CINCOTTA, OCTAVIO								
AZCUÉNAGA 870								
4965-2900								
<b>PEDIATRÍA</b>								
MARTÍNEZ DE MARAÑÓN, ANALÍA								
ECUADOR 1465								
15 4917-7352 (WHATSAPP)								
<b>TRAUMATOLOGÍA Y ORTOPEDIA</b>								
ISRAEL, MARCELO HERNÁN								
VIRREY DEL PINO 2684 8° B								
15 5847-2410								
<b>ZONA NORTE</b>								
<b>DERMATOLOGÍA</b>								
PROSPERI, CECILIA MABEL								
PJE. DE LAS CIENCIAS 75 - NORDELTA								
15 5502-3419								
<b>DERMATOLOGÍA INFANTIL</b>								
TRUPPIA, LAURA BEATRIZ								
AV. CAAMAÑO 1103 - PILAR								
15 3780-3810								
<b>ZONA NOROESTE</b>								
<b>CARDIOLOGÍA - NEUROLOGÍA - NEUMONOLOGÍA - CLÍNICA MÉDICA - NUTRICIÓN - FLEBOLOGÍA - DERMATOLOGÍA - GINECOLOGÍA - GASTROENTEROLOGÍA - OTORRINOLARINGOLOGÍA</b>								
SANATORIO OTAMENDI Y MIROLI								
DOMINGO FAUSTINO SARMIENTO 1870 - SAN MIGUEL								
4965-2900								
<b>PEDIATRÍA</b>								
MARTÍNEZ, MARÍA LAURA								
ISLA BELGRANO 562 - FÁTIMA								
15 3914-8225 (WHATSAPP)								
<b>ZONA SUR</b>								
<b>KINESIOLOGÍA</b>								
BACIGALUPE, MARIANO								
ROSALES 1187 - ADROGUE								
4214-6397								
NIEVA, CLAUDIA MABEL								
PAYSANDÚ 24 - WILDE								
15 2700-4659								
OMAR, DIEGO HERNÁN								
PAYSANDÚ 24 - WILDE								
15 2700-4659								
<b>TRAUMATOLOGÍA Y ORTOPEDIA</b>								
COLOMBO, NICOLÁS								
C.158 5258 - HUDSON								
15 2691-0093								
AV. 21 4415 - BERAZATEGUI								
15 3144-5498 (WHATSAPP)								
<b>HAN DEJADO DE PERTENECER A MEDICUS:</b>								
<b>CABA</b>								
<b>CIRUGÍA PLÁSTICA Y REPARADORA</b>								
ANGHEBEN, EDUARDO								
ARENALES 2644 3° M								
4822-3473								
<b>DERMATOLOGÍA</b>								
KVITKO, ELENA								
SARMIENTO 2318								
4952-7921								
LÓPEZ BERTRÁN, JOSÉ MANUEL								
ARENALES 1560 PISO 6° E								
4811-8948								
<b>GINECOLOGÍA</b>								
ABESZYC, DANIEL								
AV. DÍAZ VÉLEZ 5268								
4982-8969								
ZEIGUER, NORA JUDITH								
URUGUAY 1280 PB A								
4812-2904								
<b>NEFROLOGÍA</b>								
SEREBRINSKY, ROBERTO JULIO								
LARREA 933								
5239-3104								
<b>OFTALMOLOGÍA</b>								
RUGGIERO, JESSICA VALERIA								
NAZARRE 2843								
4502-9798								
<b>PEDIATRÍA</b>								
TRIPICCHIO TORRES, ALBERTO RAFAEL								
SAN LUIS 2660 PB A								
4961-6375								
<b>PEDIATRÍA / NEUROLOGÍA INFANTIL</b>								
SCHUR, GISELA DALINA								
ARMENIA 2374 1° A								
4832-6622								
<b>REUMATOLOGÍA</b>								
SCHINES, EDUARDO JULIO								
AV. SANTA FÉ 3553								
4832-3744 / 4832-3700								
<b>TRAUMATOLOGÍA</b>								
MIGUENS, FEDERICO HERNÁN MARÍA								
CALLAO 875 4° H								
4815-9002								
<b>TRAUMATOLOGÍA Y ORTOPEDIA</b>								
GÓMEZ, LEONARDO JAVIER								
AV. BELGRANO 42								
15 2311-6954								



Actualización del Cuerpo Médico de tu plan

HAN DEJADO DE PERTENECER A MEDICUS: (cont.)			AZUL	BLANCA	CELESTE	CORPORATE / FAMILY	MC / INTEGRAL / MZ ZONAL	INTEGRA 2	MET / TEM	CENTROS MEDICUS
<b>ZONA NORTE</b>										
<b>CIRUGÍA GENERAL</b>										
DURAND FIGUEROA, LUIS FERNANDO	MONSEÑOR MOGLIANO 3041 - SAN ISIDRO	4735-4004 / 4735- 4411	■	■	■	■	■	■	■	■
<b>DERMATOLOGÍA</b>										
GISBERT, SILVINA VIVIANA	BROWN 262 - SAN ISIDRO	4747-1154	■	■	■	■	■	■	■	■
<b>DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO</b>										
HEPTA CONSULTORIOS EXTERNOS	AV. FONDO DE LA LEGUA 577 - MARTÍNEZ	4763-7700	■	■	■	■	■	■	■	■
<b>GINECOLOGÍA</b>										
ABESZYC, DANIEL	AV. CAZÓN 1355 - TIGRE	4982-8969	■	■	■	■	■	■	■	■
<b>OFTALMOLOGÍA</b>										
INSTITUTO OFTALMOLÓGICO SAN ISIDRO	AV. SIR ALEXANDER FLEMING 590 - SAN ISIDRO	4127-8833	■	■	■	■	■	■	■	■
<b>ZONA NOROESTE</b>										
<b>CLÍNICA MÉDICA</b>										
BIANCHINI, KARINA ANA	ALVEAR 2675 - VILLA BALLESTER	4768-5164	■	■	■	■	■	■	■	■
DIEGO, ANDREA PAULA	PANAM. KM 43,5 - LAS AMAPOLAS 325 ED.SKYGLASS 2 OF. 03 - DEL VISO	(02320) 409730	■	■	■	■	■	■	■	■
<b>KINESIOLOGÍA</b>										
CAMPOS, CRISTIAN MARTÍN	AV. NEMESIO ÁLVAREZ 966 - GENERAL RODRÍGUEZ	15 5056-4732	■	■	■	■	■	■	■	■
<b>ZONA OESTE</b>										
<b>CLÍNICA MÉDICA</b>										
LIBANIO, ALBERTO ANTONIO	GARIBALDI 2128 - SAN JUSTO	4659-0059	■	■	■	■	■	■	■	■
<b>GASTROENTEROLOGÍA</b>										
CEMEGED OESTE	INT. NORBERTO GARCÍA SILVA 362 - MORÓN	4659-0059	■	■	■	■	■	■	■	■
<b>GINECOLOGÍA</b>										
RUSSO, MARÍA ANUNCIACIÓN	AV. GAONA 2550 DPTO B - RAMOS MEJÍA	4656-6742	■	■	■	■	■	■	■	■
<b>PEDIATRÍA</b>										
POMBO, FERNANDO PABLO	ARDOINO 140 - RAMOS MEJÍA	4654-1027	■	■	■	■	■	■	■	■
<b>ZONA SUR</b>										
<b>CLÍNICA MÉDICA</b>										
LOZANO, SILVIA RITA	CATAMARCA 616 - QUILMES MITRE 1965 - QUILMES	7527-2968 7527-2968	■	■	■	■	■	■	■	■
<b>KINESIOLOGÍA</b>										
GERVASI, CARLA ESTEFANÍA	LORIA 285 - LOMAS DE ZAMORA	15 6481-6504	■	■	■	■	■	■	■	■

Actualización del Cuerpo Odontológico de tu plan

HAN SIDO INCORPORADOS A MEDICUS:			POM	POC	POT
<b>CABA</b>					
<b>CIRUGÍA MAXILOFACIAL</b>					
OLIVERA, BRUNELLA AILÉN	CALLAO 1103 PISO 3° D	15 2482-0421	■	■	■
<b>RADIOLOGÍA EXTRAORAL</b>					
IDENT IMÁGENES DENTALES	CARHUE 48	0810-362-7000	■	■	■
<b>ZONA NORTE</b>					
<b>ODONTOLOGÍA GENERAL</b>					
MARTINS, DANIEL ALBERTO	GOLF CLUB NECOCHEA 3113 - MANUEL ALBERTI - PILAR	15 6224-1095	■	■	■
MAUAD, VERÓNICA BEATRIZ	CALLE DEL CAMINANTE 20 PISO 2 DPTO.16 - NORDELTA	15 2181-7514 (WHATSAPP)	■	■	■
<b>ZONA NOROESTE</b>					
<b>ODONTOLOGÍA GENERAL</b>					
IDOY, CECILIA ANDREA	BARTOLOMÉ MITRE 3871 PISO 5 DPTO. A - SAN MARTÍN	4752-6738	■	■	■
<b>HA DEJADO DE PERTENECER A MEDICUS:</b>					
<b>CABA</b>					
<b>ODONTOLOGÍA GENERAL</b>					
VIALE, FEDERICO ANDRÉS	THAMES 2479	4772-9195	■	■	■