

Club de Descuentos y Beneficios para planes de Bienestar Integral

Club Privado Amalia Ruiz Entre Ríos	Fitness, niños, adultos, actividades físicas para la salud, con pileta de natación. La Paz 169, Paraná, Entre Ríos (0343) 422-9918 / 432-7382	Temporada 2009: 10% de descuento en las actividades del gimnasio.
Quality Gym & Water Córdoba	Gimnasia aeróbica, natación, musculación, solarium, yoga. Independencia 541 Barrio Nueva Córdoba (0351) 426-0600	15% de descuento en sesiones de estética. Descuento, según plan, en natación, musculación, personal training, aeróbica, spinning, sauna Kindergarten: 10% plan trimestral, 15% plan semestral, 40% plan anual.
Pilates Control Mendoza	Pilates, tratamientos faciales, relajación, shiatsu, reiki. Mariano Moreno 313, Mendoza (0261) 427-4097 pilatescontrol@hotmail.com	10% de descuento.
Escuela Modelo de Fútbol y Deportes de Claudio Marangoni	Sede Palermo: Parque General Las Heras Junca 3131 (1425) 4804-1962 / 4085-4212 Sede San Isidro: Av. Márquez 3185 (1642) 4765-9001 / 9040 / 8407 Sede Paraná, Provincia de Entre Ríos: Complejo Al Toque - Corrientes 552 (0343) 423-4800 (consultar de lunes a jueves de 17 a 20)	Sede San Isidro: 20% de descuento en: - Pilates - Clases de Tenis - Festejo de cumpleaños deportivos. 30% de descuento en: - Gimnasio (incluye Spinning) - Escuela de fútbol Sede Palermo: 10% de descuento en: - Alquiler de cancha de fútbol Sede Entre Ríos: 30% de descuento en: Escuela de fútbol
Gimnasio La Estación Rosario	Centro: Mendoza 1530 (0341) 446-4646 Fisherton: Azucnaga 8245 (0341) 452-1563	20% de descuento en abono mensual de la cuota del gimnasio.
Dra. Velia Lemel - Piel & Láser Ciudad Autónoma de Buenos Aires	Ugarteche 3001 4807-7800 www.dravelielmel.com.ar	25% de descuento por pago en efectivo, en todos los tratamientos.
Dr. Daniel Félix Centro de Estética del Sur Ciudad Autónoma de Buenos Aires	Araoz 2891 4807-8333 info@drfelix.com.ar www.drfelix.com.ar	Consulte telefónicamente por los beneficios especiales para socios OMINT.

Ingrese a www.omint.com.ar y descubra el listado completo de beneficios.

cas@omint.com.ar www.omint.com.ar

Continúa de la página 1

Mujeres embarazadas que se encuentren, durante la epidemia de gripe, en el 2º o 3º trimestre.

Requisitos para cobertura al 100%:

- Las personas mayores de 65 años, no requieren prescripción médica, sólo deberán presentar la credencial de socio.
- Las niñas y los niños de entre 6 y 24 meses de edad deberán presentar, en los centros de vacunación adheridos a la campaña, la orden médica.
- Y los socios con diagnóstico predispo-

nente y las embarazadas también deberán presentar la orden médica pero deberá figurar el diagnóstico

Le recordamos que puede consultar los requisitos y el listado de centros de vacunación en www.omint.com.ar.

Si Usted no está incluido en las categorías antes descriptas, OMINT le permite acceder a la vacuna a un precio preferencial, sin necesidad de presentar la prescripción médica, en los centros de vacunación adheridos a la campaña.

Campaña de Vacunación Antineumocócica

La vacuna antineumocócica es una de las medidas preventivas más importantes, contra infecciones que pueden sufrir adultos mayores de 65 años; niños y adultos con enfermedades crónicas que disminuyan sus defensas inmunológicas, tales como: HIV-Sida; pacientes con afecciones cardíacas o pulmonares crónicas, alcoholismo, diabetes, fallo renal y algunas enfermedades oncológicas.

El neumococo es una bacteria que puede causar neumonía,

infección en la sangre (bacteremia) y meningitis. La vacuna ha demostrado ser efectiva para reducir el riesgo de complicaciones severas como: la enfermedad por neumococo invasiva, la necesidad de hospitalización por neumonía y el riesgo de mortalidad en pacientes con enfermedades cardiopulmonares crónicas.

A lo largo de todo el 2009, continuará vigente la Campaña de Vacunación Antineumocócica, sin cargo alguno para los grupos de riesgo, presentando orden médica.

Encuestas

OMINT agradece a todos los socios y socias que, por muestra aleatoria, fueron convocados y accedieron a prestar su colaboración para los distintos estudios de investigación realizados en los meses de diciembre 2008, enero y febrero 2009.

Valoramos el tiempo dedicado y la colaboración frente a esta iniciativa.

¿SABÍA QUE...

...el 24 de marzo de 1882, en Berlín, el doctor Robert Koch (1843-1910) presentó a la comunidad científica su descubrimiento del bacilo de la tuberculosis? Es por ello, que en esta fecha se conmemora el Día Internacional de la Tuberculosis.

...el 6 de marzo de 1899 se patentó la aspirina? Sintetizada por el químico alemán Felix Hoffmann.

...en 1988, la OMS acordó que el 31 de mayo de cada año se celebre el Día Mundial Sin Tabaco, para crear conciencia y desalentar el consumo del tabaco.

La importancia de la visita anual al médico

El inicio del año laboral nos permite proyectar nuestras actividades a lo largo del año. Por eso, aprovechamos para recordarle la importancia de incluir un control médico anual, como parte de la rutina del cuidado de su salud.

Tenga presente, a lo largo del año:

- Realizar una visita a su médico clínico, médico de familia o pediatra (para el caso de los niños), a fin de que lo oriente y pueda coordinar su control médico anual de rutina.
- Visitar a su odontólogo cada seis meses, para asegurar la salud bucal.
- Tener presente el calendario de vacunación, según la agenda pediátrica y según la recomendación de su médico,

especialmente para aplicar la vacuna contra la gripe y la vacuna antineumocócica.

- Visitar al oftalmólogo.
- En el caso de las mujeres, realizar al menos una consulta anual con su médico ginecólogo.
- Consultar a su médico acerca de las formas de prevención del cáncer colorrectal.
- Consultar los Programas Preventivos de OMINT y evaluar la participación en ellos.

De esta manera, al asumir un rol activo en la prevención, Usted se convierte en protagonista del cuidado de su salud.

NOVEDADES

Gallery Nights Punta del Este
Por sexto año consecutivo y durante todos los viernes de enero, OMINT fue sponsor oficial de la 6ª edición de Gallery Nights en Punta del Este 2009; el recorrido cultural gratuito más importante de la Argentina y Uruguay.

Expoagro
Comprometido con las actividades más importantes del país, OMINT estuvo presente, por quinto año consecutivo, en la tradicional exposición Expoagro 2009. Como sponsor oficial del evento, OMINT estuvo a cargo de la cobertura médica de la muestra agropecuaria más importante del país, que se llevó a cabo entre el 6 y el 8 de marzo en Villa Constitución-Theobald, provincia de Santa Fe.

Copa Davis
OMINT fue la cobertura médica oficial de la Copa Davis por BNP Paribas 2009, Argentina vs. Holanda, que se realizó en el Estadio Parque Roca de la Ciudad de Buenos Aires, los días 6, 7 y 8 de marzo. Desde el año 2005, OMINT brinda su apoyo a la Asociación Argentina de Tenis, promoviendo la realización de los torneos Future, Seniors y Menores.



OMINT



OMINT habla con Usted

Otoño 2009
Año 12
Número 45

Trayectoria - Calidez Humana - Calidad Médica



40 años de vida

TEMARIO

CAMPAÑA DE VACUNACIÓN ANTIGRIPIAL 2009: DEL 31 DE MARZO AL 15 DE JUNIO **pág. 1**

CAMPAÑA DE VACUNACIÓN ANTINEUMOCÓCCICA **pág. 2**

ENCUESTAS **pág. 2**

LA IMPORTANCIA DE LA VISITA ANUAL AL MÉDICO **pág. 2**

¿SABÍA QUE...? **pág. 2**

SERVICIO DE CUIDADOS ESPECIALES DOMICILIARIOS **pág. 3**

PROGRAMA ANTITABACO **pág. 3**

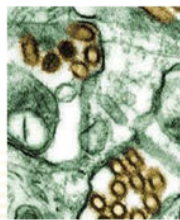
PROGRAMA DE PESO SALUDABLE **pág. 3**

CARTILLAS Y ABM EN LA WEB **pág. 3**

CLUB DE DESCUENTOS Y BENEFICIOS **pág. 4**

NOVEDADES **pág. 4**

Campaña de Vacunación Antigripal 2009: del 31 de marzo al 15 de junio



Comprometidos con la protección de su salud y la de su familia, OMINT le acerca información sobre la importancia de la vacunación antigripal.

La infección originada por el virus de la influenza es la causa más importante (en todas las edades) de esta enfermedad respiratoria, que requiere atención médica. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la gripe provoca la muerte de 250.000 a 500.000 personas por año, en el mundo. Los que tienen mayor riesgo de complicaciones son: las niñas y los niños de poca edad, los pacientes con enfermedades crónicas y los mayores de 65 años.

Le detallamos tres recomendaciones para combatir la gripe:

1 Vacunarse
La vacuna antigripal contiene tres cepas de virus de la gripe: fraccionado, inactivado y purificado, que anualmente se actualizan según una red mundial de vigilancia epidemiológica. La vacuna puede protegernos de enfermarnos por influenza o de contraer alguna enfermedad gripal más grave. Por ello, es importante que se vacunen todas aquellas personas con mayor riesgo de complicaciones.

2 Evitar el contagio
Para evitar el contagio, recomendamos tener en cuenta las siguientes medidas preventivas:

- Cubrirse la boca y la nariz al toser o estornudar.
- Utilizar pañuelos de papel tissue descartables.
- Lavarse las manos con agua y jabón, luego de estornudar o toser.
- Evitar el contacto cercano con personas enfermas.
- Si se enferma de gripe es recomendable quedarse en casa y sin visitas, para evitar el contacto con personas a las que pueda contagiar.

3 Prevenir las complicaciones

Para prevenir complicaciones, es

importante tener en cuenta:

- Consultar a su médico si contrajera el virus de la gripe.
- Realizar un tratamiento adecuado, a fin de que la enfermedad sea menos severa, y Usted se recupere más rápido.
- Las personas que tienen mayor riesgo deben consultar a su médico sobre la vacuna contra el neumococo.
- OMINT, dentro de su Campaña de vacunación antigripal 2009, brinda cobertura total sin cargo a aquellos asociados que se encuentren dentro de los siguientes grupos (identificados en virtud de las recomendaciones de la OMS y del Center for Disease Control and Prevention -CDC- de Atlanta, Estados Unidos):
 - Personas mayores de 65 años.
 - Niños y niñas de entre 6 y 24 meses de vida.
 - Personas con enfermedades cardíacas y/o pulmonares crónicas, incluso asmáticos.
 - Niños y niñas que reciben tratamiento con aspirina.
 - Personas con alteraciones de sus defensas inmunológicas, producidas por enfermedades o por la utilización de medicamentos (corticoides). También están incluidos los pacientes diabéticos o con insuficiencia renal crónica.

Continúa en la página 2

cas@omint.com.ar www.omint.com.ar

Servicio de Cuidados Especiales Domiciliarios

OMINT cuenta con un servicio de Cuidados Especiales Domiciliarios (CED), que se encarga de coordinar la asistencia de enfermería y provisión de insumos que requiera la atención del paciente en su domicilio.

Fue desarrollado con la finalidad de brindar asistencia y contención al paciente y a su familia, en caso de enfermedades terminales, y de supervisar y controlar las prestaciones que

se brindan en el domicilio.

El acceso a este servicio debe ser solicitado por el médico, para luego ser evaluado por Auditoría Médica o por el Grupo de Cuidados Especiales Domiciliarios.

Para obtener mayor información, comuníquese al 4891-4908, o envíe su solicitud por fax al 4808-2077 (interno 2199).



Programa Antitabaco

¿Por qué es importante dejar de fumar? Si alguna vez Usted se ha hecho esta pregunta, le sugerimos algunas respuestas que pueden convertirse en buenas razones para concretarlo:

- Mejora la capacidad aeróbica en caso de realizar actividad física.
- Disminuye el mal aliento, el dolor de garganta y el oscurecimiento de los dientes.
- Disminuye la tos e infecciones respiratorias.
- Mejora el gusto y el olfato.
- Previene el riesgo de enfermedades cardiovasculares.
- En mujeres embarazadas, disminuye el riesgo de aborto espontáneo, muerte fetal

o de bajo peso del bebé al nacer.

OMINT relanzó su Programa Antitabaco; acceda a consultas médicas individuales o bien participe en grupos coordinados por profesionales, compartiendo experiencias y estrategias para trabajar las circunstancias físicas y emocionales que llevan a la dependencia del tabaco.

Estos grupos están coordinados por profesionales especialistas que lo podrán guiar y comprender en sus necesidades particulares.

Para mayor información, comuníquese con el Centro de Atención al socio o vía e-mail a: antitabaco@omint.com.ar

Programa de Peso Saludable



OMINT retomó el Programa de Peso Saludable. A través de encuentros grupales de aprendizaje se trabaja la formación de un plan alimentario, incorporando pautas básicas para una alimentación saludable. Los grupos son coordinados por un equipo interdisciplinario formado por un médico, un psicólogo y un terapeuta físico.

¡Todavía está a tiempo de incorporarse

a los grupos!
Solicite una entrevista de admisión con la Dra. Nadia Sauane, llamando al 4802-0070 o al 4805-6666.
Para mayor información sobre el programa, comuníquese con el Equipo de Coordinación de Cuidados Médicos de OMINT al 4891-4922, de lunes a viernes de 9 a 17:30 o bien vía mail a pesosaludable@omint.com.ar

Cartillas, altas, bajas y modificaciones en la web

Ingresando a www.omint.com.ar, y registrándose como usuario, en la sección "Cartilla", podrá consultar su cartilla personalizada y las altas, bajas y modificaciones (ABM) vigentes. Le indicamos los pasos a seguir para registrarse:

- Ingrese a "Registrarse", ubicado en el margen superior derecho de la pantalla.
- Complete los datos solicitados y recibirá al instante un e-mail (en la casilla previamente informada por Usted) con el nombre de usuario y clave designados por OMINT.
- Presionando sobre su nombre, sobre el lado superior derecho de la pantalla, Usted podrá modificar la contraseña que se le ha asignado y volver a modificarla la cantidad de veces que

considere necesarias.
Esta contraseña es única e intransferible y le recordamos la importancia de mantenerla en reserva.

- Ingrese en "Entrar", en el margen superior derecho. Allí deberá completar su usuario y clave, luego verá su nombre en la esquina superior derecha.
- Diríjase al menú y haga click en "Cartillas"; allí podrá consultar su cartilla, bajarla a su PC o bien visualizar la información sobre altas, bajas y modificaciones (ABM).
- Para finalizar la consulta, haga click en "Cerrar Sesión", ubicado en el margen superior derecho.

cas@omint.com.ar www.omint.com.ar

cas@omint.com.ar www.omint.com.ar