

# Info personal

la revista de Accord Salud

## Seguimos creciendo

Centros médicos Accord, una familia que crece.

## Sanatorio Anchorena

Una institución abierta a la comunidad

## Accord Salud

Presente en la 24<sup>º</sup> Maratón de Mar del Plata

**A donde vayas.  
Sentite cuidado, sentite libre.**



**Accord  
Salud**

el plan privado de  
Unión Personal





**DIRECCION GENERAL:**

Lic. Liliana A. Ruggiero  
Vicepresidenta Unión Personal - Accord Salud

**DIRECCION GENERAL FENTPEA:**

Dr. Abel Hernández  
Director General

Federación Nacional de Trabajadores de Peluquerías, Estética y Afines

**COORDINACION GENERAL - DIRECCION DE DISEÑO:**

Lic. Daniela B. Tiberi  
Jefa Imágen Institucional Accord Salud  
Gerencia de Marketing

**DIAGRAMACION Y ADAPTACION:**

Lic. Daniela B. Tiberi  
Lic. Juan Pablo Fernández

**ARTE, DISEÑO GRAFICO, EDICION:**

Lic. María Laura Dal Zotto  
Imágen Institucional Accord Salud. Gerencia de Marketing

**DISEÑO GRAFICO INSTITUCIONAL**

Lic. María Laura Dal Zotto  
Lic. Andrea Silvestre  
Imágen Institucional Accord Salud. Gerencia de Marketing

**EDICION ESPECIAL:**

Lic. Juan Pablo Fernandez  
Jefe Desarrollos especiales Accord Salud. Gcia. de Marketing

**ASISTENTE DE EDICION:**

Lic. Andrea Silvestre

**RETOQUE FOTOGRAFICO:**

Lic. Maria Laura Dal Zotto  
Lic. Andrea Silvestre

**COLABORADORES:**

María Aranda  
Secretaría General Supteaba  
Lic. Jessica Laurent  
Asistente de Imágen Institucional. Gcia. de Marketing  
Lic. Alicia Muzio  
Area de Turismo Unión Personal  
Area de Centros Recreativos

**COLABORAN EN ESTE NÚMERO**

Centro Nomed. SA  
Dr. Francisco Longo. Director general Sanatorio Anchorena  
Prof. Gabriela Vasconi. Subdirectora Colonia de Vacaciones  
Sanatorio Anchorena

**CONTACTO REDACCION INFOPERSONAL FENTPEA:**

Ayacucho 838, C111AAB, Ciudad de Buenos Aires.  
Tel.: 4965-2100  
[www.peluquerosargentinos.com](http://www.peluquerosargentinos.com)

**DEPARTAMENTO COMERCIAL:**

[info@peluquerosargentinos.com](mailto:info@peluquerosargentinos.com)





# Sumario

Infopersonal

|                        |       |
|------------------------|-------|
| Editorial              | 06    |
| Infonovedades          | 07    |
| Seguimos creciendo     | 08.13 |
| La visión y las drogas | 14.18 |
| Una cuestión de piel   | 20.23 |
| Centros recreativos    | 24.25 |
| Turismo                | 26.34 |
| Sanatorio Anchorena    | 36.43 |
| Descuentos             | 44    |
| Correo                 | 48.49 |
| Agencias               | 50    |



/FeNTPEA/ FEDERACIÓN NACIONAL DE TRABAJADORES DE PELUQUERÍA, ESTÉTICA Y AFINES



Edición bimestral N° 78, 7.000 ejemplares de distribución gratuita. Superintendencia de Servicios de Salud – Organo de Control de Obras Sociales Y Entidades de Medicina Prepaga – 0800-222-SALUD (72583) – [www.sssalud.gov.ar](http://www.sssalud.gov.ar) R.N. O.S. : 1-2570-7  
El contenido de los avisos publicitarios y artículos escritos por profesionales no son responsabilidad del editor, sino de las empresas y/o firmantes. Está prohibida la reproducción total o parcial de cualquiera de los artículos, secciones o material gráfico de esta revista.  
Cierre de edición: Marzo de 2014.



Sí, GRACIAS con mayúsculas. Hemos terminado un 2013 lleno de esfuerzos, desafíos y metas cumplidas que se demuestran en el crecimiento de nuestra querida Unión Personal. Pero, si bien es un año concluido que nos llena de orgullo, el tiempo es cíclico y sabemos que un fin es también un principio.

Vienen nuevos proyectos, inversiones pero, sobre todo, la continuación de una administración eficiente que se verá plasmada en las obras, algunas muy próximas a inaugurarse, que redundarán positivamente en mejoras tangibles para la calidad de atención de la salud de los afiliados. GRACIAS a los empleados de todo el país, todos ellos que con su laboriosa dedicación construyen esta Organización en pujante desarrollo.

GRACIAS a todos nuestros afiliados que nos eligen, nos enseñan el camino, nos ayudan a mejorar permanentemente y son nuestra motivación.

Les deseamos un 2014 en armonía y prosperidad, un año más en el que podamos seguir comunicando a través de estas páginas cada objetivo cumplido para que el círculo virtuoso de confianza mutua continúe.

*Los editores*



# Info novedades



## Inauguración Sucursal Accord Salud Retiro

El día 17 de diciembre a las 15 se inauguró una nueva Agencia de atención exclusiva comercial de Accord Salud en la zona de Retiro, situada en la calle Suipacha 1151, ciudad de Buenos Aires. El horario es de 9.30 hs. a 17.30 hs. Juntos seguimos creciendo por la comodidad, la salud y el bienestar de nuestros afiliados.



## Importante distinción a nuestros profesionales en el Día del Médico

El 3 de diciembre la Facultad de Medicina de la Universidad de Buenos Aires distinguió al Doctor Francisco Suárez Anzorena Rosasco en el Día del Médico. Se le entregó una distinción en reconocimiento a su labor asistencial y cuidado del paciente  
¡Le damos nuestras felicitaciones!



## Nueva adquisición: Sanatorio Itoiz

El pasado diciembre el Sanatorio Itoiz pasó a formar parte de la Obra Social Unión Personal. Se encuentra ubicado en la localidad de Avellaneda, en el conurbano bonaerense y es uno de los principales referentes de la zona.



## Nuevos servicios en oftalmología

Nuestro Centro Oftalmológico del Callao adquirió el equipamiento necesario para realizar un nuevo estudio: tomografía oftalmológica o tomografía de coherencia óptica. Horarios: miércoles de 15.40 a 17.30 y jueves de 9 a 12. Para solicitar turno exclusivamente para este servicio, es necesario llamar al (011) 5300-8600 Interno 33007. También se incorporó desde el pasado mes de diciembre el servicio de oftalmopediatría. Turnos a través del Call Center: 0810-888-8876.



## Accord Salud en la 24ª Maratón de Mar del Plata

El pasado 8 de diciembre, 6000 corredores se largaron a recorrer la costa en la 24ª edición del Maratón de la Ciudad. Allí una vez más “Accord running team” estuvo presente con el equipo formado por Adriana Guglielmo, María Sol Laurenzano, Erica Beltramino, Silvina Santore, Jorge Acrich, Tomás Acrich y Fabio Alabarze, los atletas presentes que recorrieron el tramo de 10 km. junto a representantes de toda la Argentina y hasta de 15 países. La experiencia fué maravillosa, tanto que ya estamos pensando en la próxima edición. Para inscribirte e informarte consultá en [www.accordsalud.com.ar](http://www.accordsalud.com.ar)



Centro Médico Accord



Próximamente la obra social  
**Unión Personal de la Unión  
del Personal Civil de la  
Nación** inaugurará:

Consultorios externos | Radiología  
Tomografía computada  
Mamografía digital  
Ecografía | Laboratorio

**Obra: Rosario 862 - C.A.B.A.**  
Proyecto y dirección de obra: **INVERNIZZI - PRATS** arquitectos  
Empresa constructora: **CAPUTO**

 **Unión Personal**  
Obra Social de la Unión del  
Personal Civil de la Nación

 **Accord Salud**  
Obra Social de la Unión Personal

 **UPCH**



# Seguimos creciendo

## Centros médicos Accord, una familia que crece

Con mucho esfuerzo hemos trabajado durante 2013 y hoy podemos afirmar que en la primera mitad del 2014 estaremos inaugurando dos unidades modelo, que se sumarán a la familia de nuestros Centros Médicos Accord.

Actualmente los Centros Medicos Recoleta y Microcentro -este último inaugurado hace pocos meses ubicado en Viamonte 867, ciudad de Buenos Aires- demostraron ser una estrategia exitosa muy bien recibida por el público. Ese tipo de unidades que concentran múltiples especialidades médicas y de diagnóstico, además de satisfacer una creciente demanda ocasionada por el gran crecimiento de nuestra Obra Social, en el que se destaca el plan privado Accord Salud, también nos per-

mite cumplir un gran objetivo: acercar más salud a nuestros beneficiarios y a la comunidad en general.

Los nuevos Centros están estratégicamente ubicados: uno en el barrio de Caballito en la calle Rosario 862 y otro en el centro de la ciudad, en la calle Juan Domingo Perón 1146 y constituyen un gran esfuerzo para la Organización, dada la envergadura y complejidad de ese tipo de proyectos ya que son de exigencias de aprobación muy estrictas y con las más severas medidas de bioseguridad.

Cuentan con más de 3.600 m<sup>2</sup> cada uno y aportarán a nuestros afiliados una enorme capacidad de atención en consultorios externos, diagnóstico por imágenes, estudios de alta complejidad y laboratorio.



Seguimos  
creciendo

## Centro Medico Accord Caballito

**Rosario 862, Caba**

8 pisos

Consultorios Externos

Tomografía axial computada

Mamografía digital

Radiología

Ecografías

Laboratorio

Dos quirófanos de baja complejidad

Salas de espera sectorizadas para favorecer la privacidad

Distribución de consultorios que privilegia la luz natural



## Centro Medico Accord Montserrat

**Juan Domingo Perón 1146, Caba**

Consultorios externos

Mamografía digital

Resonancia magnética con resonador abierto

Radiología

Ecografías

Laboratorio

Salas de espera sectorizadas para favorecer la privacidad

Distribución de consultorios que privilegia la luz natural



Agradecemos la información y fotografías a Estudio Prats - Invernizzi.





ESTUDIO HERNÁNDEZ & ASOC.

A B O G A D O S

laboral . civil . comercial . penal

---

(54 11) 4815-8580 . [info@estudiohernandez.com](mailto:info@estudiohernandez.com)



**Dr. Jorge Sánchez Posleman**, Presidente Austral Salud y **Lic. Liliana Ruggiero**, Vicepresidenta Unión Personal - Accord Salud.

# Seguimos creciendo

Nueva sucursal Accord Salud Retiro





El pasado 17 de diciembre hemos inaugurado una nueva sucursal de Accord Salud, en la calle Suipacha 1151 del barrio de Retiro, muy cerca de nuestra tradicional Casa Central de la calle Arenales. La idea de sumar este local viene a satisfacer una demanda creciente que elige nuestra obra social Unión Personal, así como los planes con múltiples beneficios que ofrece a través de Accord Salud.

Queremos brindar cada día una mejor atención y en ese moderno espacio, esperamos que puedan disfrutar de una experiencia

confortable desde el primer momento.

Esa nueva sucursal Retiro está destinada a la atención comercial exclusivamente. Los trámites que se pueden allí realizar son los relacionados con la comercialización de nuestros planes Accord Salud tales como altas de nuevos afiliados adherentes, cambios de plan y próximamente también se podrán efectuar trámites de Opción de Obra Social.

El horario de atención de la Sucursal es de 9.30 a 17.30. El call center para consultas comerciales es el 0800-333-7110.

Vicepresidencia Accord Salud - Unión Personal

# La visión y las drogas



Se considera tóxica cualquier sustancia capaz de causar daños a la salud, sea por su propia naturaleza o un medicamento por sus efectos colaterales o adversos.

Un medicamento puede tornarse tóxico si es usado por mucho tiempo o se pasa determinado límite en su dosis.

**Los síntomas siguientes son sugestivos de efectos tóxicos en el ojo:**

- Visión turbia o nebulosa
- Alteraciones en la percepción de colores  
Perturbaciones de adaptación a la luz o a la oscuridad
- Disminución gradual de la visión
- Alteraciones del campo visual
- Dolor ocular

### ALCOHOL

El consumo de alcohol lleva a numerosos estados carenciales como la deficiencia de vitaminas B1, B6, B12, que pueden acarrear la pérdida lenta y progresiva de la visión de ambos ojos, también puede resultar secundario a la exposición a otras drogas y sustancias tóxicas, aunque en esos casos las alteraciones visuales son mucho más variadas.

Existe una inflamación del nervio óptico que es muy común cuando se asocia el consumo del alcohol y nicotina (llamada ceguera alcohol-tabaco). Lleva a la pérdida progresiva de la visión de ambos ojos

en los alcohólicos crónicos y que muchas veces son también fumadores, se cree que es un trastorno del nervio óptico por carencia de las vitaminas ya citadas.

Es frecuente que el inicio de la enfermedad se dé con la pérdida de la visión de colores y posteriormente de la nitidez global.

El nervio óptico puede perder sus fibras y la mácula puede destruirse definitivamente con la consecuente ceguera irreversible.

Otras patologías que pueden presentarse son la diplopía (visión doble) y nistagmus (movimientos involuntarios de los ojos).

### TABACO

Se considera que el tabaco causa o agrava varias afecciones de los ojos. Las cataratas (opacidad del cristalino) es un 40% más frecuente en los fumadores y sucede por dos mecanismos: la irritación directa de los ojos y la liberación en los pulmones de sustancias químicas que llegan a los ojos a través de la sangre. Ese riesgo es dosis dependiente al número de cigarrillos. Al mismo tiempo numerosos estudios han puesto de manifiesto una asociación evidente del tabaco con la degeneración macular.

### CANNABIS SATIVA

El uso de esa sustancia causa en el organismo una intoxicación, más leve o más intensa según el volumen inspirado y el grado de susceptibilidad del usuario y aguda o crónica según la frecuencia. Los ojos se presentan rojos (hiperemia conjuntival), es frecuente el ojo seco. Las pupilas se muestran dilatadas y la claridad incomoda (fotofobia).





## La visión y las drogas

En casos de intoxicación aguda es posible observar nistagmus horizontal (son movimientos involuntarios rápidos de ambos ojos).

### COCAÍNA

La cocaína estimula la corteza cerebral con acción inmediata en el sistema nervioso con taquicardia, aumento de la presión arterial y pupilas dilatadas (midriasis) con intolerancia a la luz (fotofobia), aquí aparecen las infaltables gafas oscuras, combinando con ojeras y palidez.

Es frecuente la inflamación e infección de los canales lagrimales que puede presentarse en forma aguda o crónica, en los usuarios de cocaína aspirada. Puede ser unilateral o bilateral, manifestándose con dolor y edema en la región del saco lagrimal.

Por la vía aspirada puede suceder el contagio de enfermedades como la Hepatitis C, mediante el uso y contacto nasal, del mismo canuto entre varios usuarios.

Ojos vidriosos con no raras visiones de “estrellitas brillantes”, ciertamente provocadas no sólo por estimulación de centros nerviosos sino por alteraciones en la circulación de sangre por los pequeñísimos vasos de la retina. (En algunos países, la cocaína es llamada de “brillo” por ese motivo).

En casos de aumento de la presión arterial puede llevar a la ruptura de esos vasos de la malla vascular con consecuentes hemorragias y pérdida visual súbita, generalmente en un ojo. Las investigaciones han demostrado que existe una interacción potencialmente peligrosa entre la cocaína y el alcohol. Cuando se usan conjuntamente, el organismo los convierte en un nuevo compuesto, el etileno de cocaína. El efecto del etileno de cocaína en el cerebro es más prolongado y más to-

xico que cuando se usa la droga por sí sola, su efecto neurotóxico se manifiesta intensamente en el nervio óptico y retina facilitando la instalación precoz de la neuritis óptica (inflamación del nervio óptico).

### PACO

Los síntomas clínicos que provoca son los mismos que la cocaína, aunque con el paco todo es más violento y rápido.

Sumado al gran deterioro físico, a nivel oftálmico presenta disminución o pérdida de la agudeza visual.

Un importante número de pacientes presentan destrucción de áreas de la retina, posiblemente por infecciones adquiridas por la baja resistencia inmunológica producto del estilo de vida insalubre de los usuarios.

Prácticamente se observa en un examen oftalmológico la suma de todas las patologías de todas las drogas con una evolución vertiginosa.

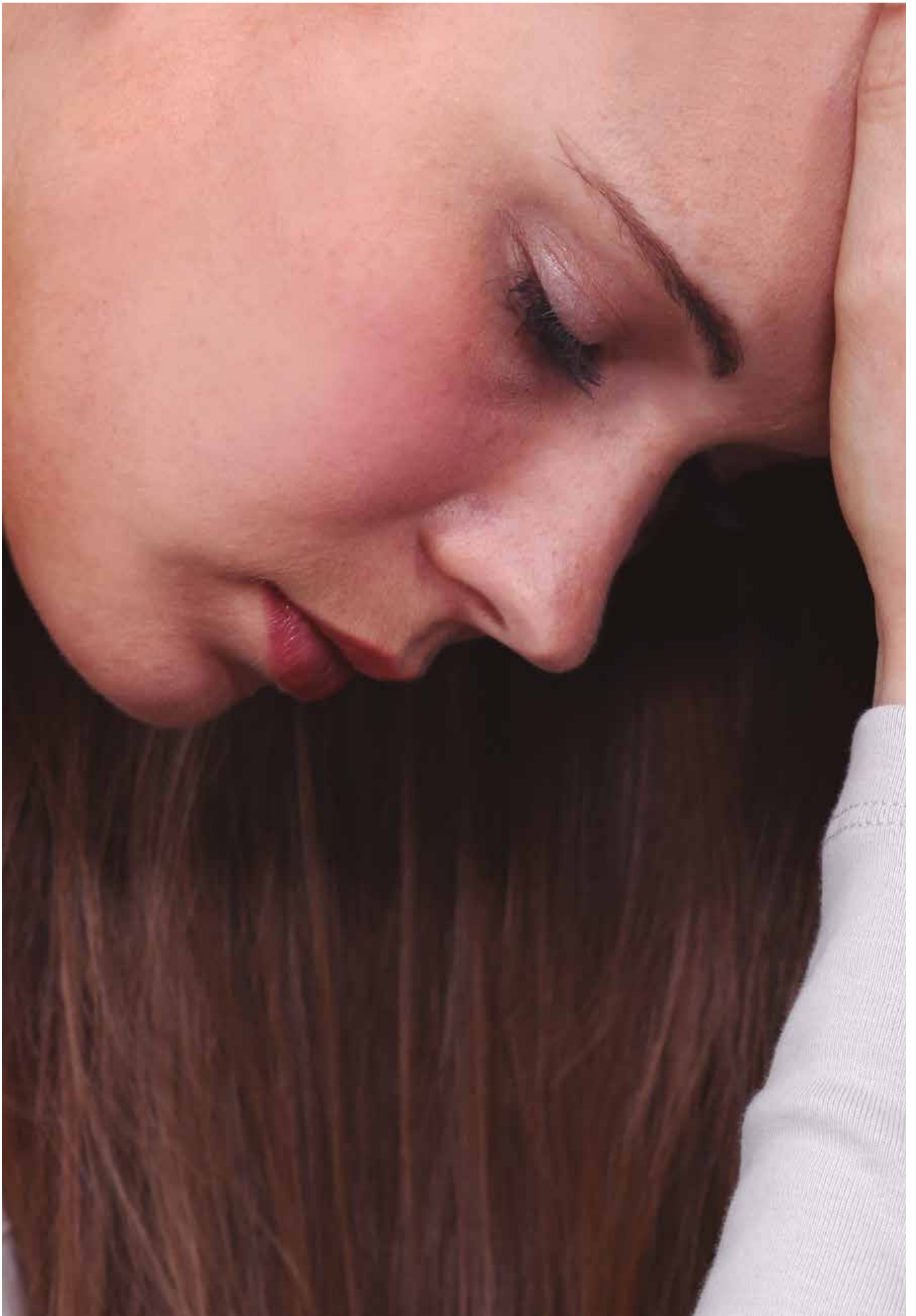
Puede decirse que un gran número de casos, el camino es el de la pérdida de la visión, en carácter irreversible.

### MORFINA, HEROÍNA, DERIVADOS DEL OPIO

Esas drogas tienen a nivel ocular efectos similares. Durante su uso las pupilas se muestran contraídas (miosis) y los ojos secos (dryeyes), mientras que en la abstinencia encontramos midriasis y lagrimeo, con intolerancia a la luz.

Las repercusiones en la visión se relacionan con los efectos neurotóxicos, con alteraciones en el campo visual.

Debido a la baja resistencia inmunológica y a las infecciones frecuentes por el uso endovenoso sin la asepsia adecuada, pueden llevar a infecciones intraoculares de graves consecuencias.





## La visión y las drogas

### TRANQUILIZANTES

El uso regular de los tranquilizantes puede disminuir la producción de lágrimas, resultando en irritación ocular provocada por ojo seco. La producción de lágrimas retorna a su normalidad cuando esas drogas son suspendidas. En casos de intoxicación podemos encontrar visión doble.

El uso prolongado de benzodicepinas puede desencadenar un glaucoma (aumento de la presión del ojo, dolor ocular y graves consecuencias para la visión).

### DROGAS DE DISEÑO (EXTASIS, LSD, ANFETAMINAS)

Los efectos a nivel oftalmológicos son graves: visión turbia, alucinaciones visuales, lesiones en la malla vascular de la retina (como consecuencia del aumento de la presión arterial), midriasis, movimientos involuntarios de los ojos, alteraciones en la musculatura ocular y ojos secos, con graves consecuencias en la calidad de la visión especialmente en la intoxicación aguda.

### LA VISION DE LOS QUE TRABAJAN O MANEJAN

Los riesgos se manifiestan en todos los ámbitos, desde la "inocente" anfetamina recetada por un médico sin la instrucción precisa que puede llevar al individuo a provocar un

accidente de tránsito o al operar una máquina en el ámbito laboral.

Sabemos que las anfetaminas no sólo alteran las respuestas motoras sino que también producen una intensa dilatación de pupilas, falta de respuesta a estímulos luminosos, visión turbia, alteraciones en la acomodación de la visión, es decir, retardo en la visualización de objeto a distancias diferentes.

En relación con el alcoholismo, las patologías oculares pueden instalarse de manera lenta, con pérdida de la visión de colores, disminución de la calidad de la visión, fotofobia, contracción del campo visual. Si se trata de individuos que manejan maquinarias peligrosas o conducen, el accidente puede sobrevenir antes de que la empresa haya descubierto su adicción. Los sujetos que hacen uso de drogas fuera del ambiente laboral pueden pasar inadvertidos durante largos periodos.

El individuo puede no estar alcoholizado en el momento del accidente y ya estar padeciendo la enfermedad que originó la tragedia. ■

#### Dr. Ricardo Arturo Nassif

Centro Medico Nomed

MN 59.316

Médico cirujano - Especialista en Psiquiatría

Maestría en Neurociencias - Diplomatura en

Adicciones



Estamos.  
Contá con nosotros.

Asesoramiento jurídico

Asesoramiento gremial

Atención personalizada en consultas tanto  
gremiales como de obra social

Información al profesional sobre capacitación  
y cursos de perfeccionamiento

**/SUTPEABA/** SINDICATO ÚNICO DE TRABAJADORES  
DE PELUQUERÍAS, ESTÉTICA Y AFINES  
DE BUENOS AIRES.

Delegación La Plata, calle 8, N° 835, piso 7ª, Of. 21

Ayacucho 838, C1111AAB  
Ciudad de Buenos Aires.  
Tel.: 4965-2100

**/FeNTPEA/** FEDERACIÓN NACIONAL  
DE TRABAJADORES DE PELUQUERÍA,  
ESTÉTICA Y AFINES



# Una cuestión de piel

Un nexo entre nuestro organismo y el exterior

Por equipo de dermatología Centro Médico Accord

## *Funciones de la piel*

La piel es un órgano de vital importancia, ya que es el más grande del cuerpo: su superficie llega casi a los 2 m<sup>2</sup> y su peso representa el 30 % del peso total adulto.

### **Funciones**

**Barrera:** manteniendo el medio interno (protegiendo de agresiones físicas y químicas)

**Conserva la temperatura corporal:** mantiene el calor por medio de la vasoconstricción y enfría por vasodilatación y evaporación del sudor

**Protección para la penetración de los rayos ultravioletas,** por medio de dos barreras: la melánica (fabricada por los melanocitos) y la proteica córnea (fabricada por los queratinocitos).

Es un órgano de percepción múltiple por las grandes terminaciones nerviosas

Interviene en la síntesis de vitamina D

**Órgano de expresión:** revela estados de ánimo: vergüenza: rubor, roseola, púdica), ira (enrojecimiento), temor (palidez), ansiedad (sudor).

### **Existen variaciones del tipo de piel en:**

1. En el curso de la vida (el lactante al anciano)
2. Según el sexo (la piel masculina es más grasa y gruesa)
3. Según la región del cuerpo (mano, cara)
4. El color de la piel depende de la combinación de varios pigmentos: el más

importante de ellos es la melanina (relacionado con factores raciales y genéticos) que se puede modificar por la acción de los rayos ultravioleta y otros estímulos.

5. La piel se encuentra en estado de equilibrio dinámico: autorregulación, que asegura el espesor constante de la epidermis.

La piel está formada por tres capas superpuestas:

- 1) Epidermis
- 2) Dermis (vasos sanguíneos y linfáticos, nervios, músculos) la dermis es de 15 a 40 veces más gruesa que la epidermis
- 3) Hipodermis (tejido adiposo subcutáneo)

La epidermis: es la capa superior de la piel, la más delgada y está compuesta por varios tipos de células.

Está constantemente reproduciéndose, haciendo que las células de la base (más nuevas) empujen hacia arriba las células más viejas, generando una renovación celular permanente, que normalmente se hace en 26 días, 13 desde la base a la superficie y otros 13 días le toma a la célula muerta descamar y caer.

*Hay 4 tipos de células en la epidermis:*

- 1) Queratinocitos (90 %)
- 2) Melanocitos (5 %)
- 3) Células de Langerhans (3-5%)
- 4) Células de Merkel (0.1 %)

El queratinocito es la célula que se encuentra en mayor cantidad en la epidermis.

Su función primordial es la de otorgar estructura a la piel.

La síntesis de queratina comienza en la capa inferior de la epidermis y va en ascenso.

Esta célula tiene un proceso de muerte celular programada.

Diferentes factores externos (RUV, traumatismos) e internos afectan la proliferación epidérmica y por lo tanto el grosor de la misma.

Eso genera cambios en la piel con engrosamiento o afinamiento.

El melanocito es la célula que produce la melanina, que es la encargada de otorgarle color a la piel y que tiene acción fotoprotectora de los efectos dañinos del sol, al dispersar y absorber las RUV.

El melanocito se intercala con los queratinocitos de la epidermis y le transfiere por medio de los melanosomas el pigmento.

1 melanocito se conecta con 40 queratinocitos.

El número de melanocitos es el mismo para cada grupo étnico, la cantidad de melanina en el queratinocito y su distribución es lo que determina el grado de pigmentación de la piel.

*La Dermis:* es la segunda capa de la piel que, como los cimientos de una casa, sostiene la piel y le da forma. Su espesor es variable de 1 a 4 mm, según la región del cuerpo.

Está formada por:

- 1) Células
- 2) Fibras: colágenas y elásticas
- 3) Sustancia fundamental amorfa (de relleno)

El colágeno es el principal responsable de la resistencia y la extensibilidad de la dermis (70 %)

Las fibras elásticas son las responsables de conferir la elasticidad a la piel y la propiedad de volver a su forma original luego de un esfuerzo deformante.

La hipodermis: es la capa más profunda de la piel. Sus funciones son: protección contra traumatismos, conservar el calor corporal ya que actúa como aislante del frío, reservorio nutricional y de energía en caso de ayuno prolongado.

*Tipos de piel*

El aspecto de la piel está relacionado con el manto hidrolipídico:

1. Piel normal
2. Piel seca
3. Piel grasa
4. Piel mixta

**La piel es un órgano de vital importancia, ya que es el más grande del cuerpo: su superficie llega casi a los 2 m<sup>2</sup> y su peso representa el 30 % del peso total adulto.**





Cada parte del  
también de su

La superficie cutánea se encuentra recubierta por la llamada película hidrolipídica, una emulsión de agua (hidro) y grasas (lipos). Mantiene flexible la superficie de la piel.

La piel sana presenta un equilibrio perfecto entre grasa y humedad. La película hidrolipídica varía en cantidad y composición dependiendo, entre otros, de la zona corporal y de factores endógenos como la hora del día, la estación del año, la humedad ambiental, o la alimentación, el estrés y la enfermedad.

El análisis de la estructura de la piel y del proceso de queratinización muestra que en la superficie cutánea se encuentran las siguientes sustancias:

- 1) Sebo procedente de las glándulas sudoríparas y sebáceas
- 2) Sustancias derivadas del proceso de cornificación
- 3) Células córneas todavía adheridas pero en proceso de eliminación
- 4) Agua que, procedente de las capas inferiores, ha alcanzado el exterior

#### **Piel normal**

Color uniforme  
Suave al tacto  
Brillo mate  
Espesor fino  
Poros poco visibles  
No descama con facilidad  
Reacciona fácil al pellizcamiento  
La hidratación es perfecta  
Tolera bien los jabones y resiste temperaturas extremas

#### **Piel seca**

La cantidad de agua está disminuida al igual que la secreción grasa

Son pieles muy finas, tensas y estiradas, con tendencia a la aparición de telangiectasias

Sin brillo

Rugosas

Poros poco dilatados

Espesor disminuido

Se irrita fácilmente

Poco elástica y con tendencia a las arrugas

Superficie opaca con tendencia a la descamación fina

Las complicaciones que se observan en estos pacientes son: telangiectasias, fragilidad capilar, hiperpigmentación, arrugas, poiquilodermia del cuello y dermatosis solar crónica y en menor frecuencia rosácea.

#### **Piel grasa**

Presenta un espesor aumentado

Poros dilatados con abundante secreción sebácea y sudorípara

Piel untuosa, húmeda y brillante

La tendencia a la aparición de arrugas disminuye mientras que aumenta la predisposición a la aparición de comedones

Buena tolerancia a los agentes atmosféricos y envejecimiento tardío

La seborrea se localiza en las regiones seboreicas fisiológicas: cuero cabelludo, centro facial (frente, nariz, mentón)

#### **Piel mixta**

Es la coexistencia de diferentes tipos cutáneos en el mismo individuo

El más característico es la piel seboreica u oleosa en la zona central de la cara (zona T) y sequedad e irritabilidad en las mejillas y laterales





cuerpo envejece de manera distinta dependiendo de la exposición al medioambiente.

### ¿Por qué envejecemos?

Con la edad, se pueden observar modificaciones en nuestra piel.

Las funciones del sistema celular se perturban y la renovación de las células se ralentiza. Si la piel no está bien hidratada, se reseca y se estría.

Aparecen las arrugas y la piel pierde su firmeza.

Con nuestro cuerpo pasa lo mismo: con el tiempo, la piel se vuelve más seca, pierde firmeza y se apegamina. Si bien el proceso de envejecimiento general es el mismo, cada parte del cuerpo envejece de manera distinta dependiendo también de su exposición al medioambiente.

Las arrugas y pequeñas marcas de expresión son algunas de las lesiones más visibles del envejecimiento de la piel. A ellas se añade el relajamiento de los tejidos y se acaba formando una fina capa de piel. Con el tiempo, va profundizándose en la dermis que es el colchón de sostén de la piel. Cuando pierde su elasticidad y se relaja, se forman las arrugas profundas.

Las RUV diarias son los responsables del envejecimiento de la piel. Es el envejecimiento fotoinducido, que se superpone al envejecimiento celular natural de la piel. Por supuesto que nuestro modo de vida puede añadir también factores agravantes y provocar un envejecimiento prematuro.

### Cuidados generales

Cada tipo de piel requiere un cuidado diario con productos cosméticos específicos que se adapten mejor a cada necesidad.

Se indicarán cremas o geles que disminuyan la formación de comedones, la dilatación de los poros y el afinamiento de la

epidermis.

Es fundamental recordar que todos los productos cosméticos que se utilicen, ya sean humectantes o maquillajes deben ser “oil free” (libres de aceite para evitar barritos) e hipoalergénicos.

A lo largo del día, se van acumulando en el rostro: maquillaje, microorganismos y restos de polución, que perjudican la salud del cutis creando una capa de impurezas.

Para mantener un cutis sano es importante limpiar la piel a diario e hidratar la piel.

Finalmente, una buena hidratación diaria previene el envejecimiento y aporta elasticidad a la piel.

### LA PIEL SANA PRESENTA UN EQUILIBRIO PERFECTO ENTRE GRASA Y HUMEDAD.



#### Cuidados básicos obligatorios

1. Limpiar la piel (aunque no se aplique maquillaje, ya que los poros se ocluyen con el polvo ambiental)
2. Aplicar una crema adecuada para cada tipo de piel por la noche
3. Aplicar crema humectante por la mañana con FPS 15
4. Ingerir entre 2-3 litros de agua por día
5. Evitar la exposición solar en la cara

#### Filtro solar

El filtro solar absorbe el 85 % de las RUV. El FPS: es un índice del tiempo que podremos permanecer expuestos al sol

#### Pantalla solar

La función de una pantalla es que ningún tipo de radiación llegue a la piel.

Tiene que ser de amplio espectro: contra los UVA y UVB. ■

# Centros Recreativos

n a t u r a l e z a y d i v e r s i ó n

## **Ezeiza Centro Recreativo Ezeiza**

Avenida Fernández García (a 800 mts. de Ricchieri, frente al ex zoo de Cuttini) 4480-0234

Valor de la entrada  
30/11/2013 al 30/11/2014

|   |          |
|---|----------|
| Afiliado a UP/accord Salud                  | \$ 25,00 |
| Menores de 10 años                          | s/ cargo |
| Invitados mayores (2 por afiliado titular)  | \$ 70,00 |
| Ingreso de vehículo                         | \$ 15,00 |
| Bonos alquiler cancha fútbol 11 por 2 horas | \$110,00 |

## **San Vicente Centro Recreativo 4 de Octubre**

San Pedro al 700 (02225)-424022

Valor de la entrada

|   |          |
|---|----------|
| Afiliado a UP/accord Salud                  | \$ 25,00 |
| Menores de 10 años                          | s/ cargo |
| Invitados mayores (2 por afiliado titular)  | \$ 70,00 |
| Ingreso de vehículo                         | \$ 15,00 |
| Bonos alquiler cancha fútbol 11 por 2 horas | \$110,00 |
| Bonos alquiler canchas de pádel por 1 hora  | \$ 30,00 |

## **Isla de Tigre Centro Recreativo Vicente Sánchez**

Río Carapachay 270 1era. Sección de Isla - 4728-0020

Valor de la entrada

|  |          |
|--|----------|
| Afiliado UP/accord Salud                   | \$ 25,00 |
| Menores de 10 años                         | s/ cargo |
| Invitados mayores (2 por afiliado titular) | \$ 70,00 |

## **Pasaje de lancha:**

Estación fluvial El Jilguero Tigre

Consultas: 4749-0987 o 4731-0281





## Cómo llegar

### Ezeiza

Avda. Fernández García (a 800 mts. de Ricchieri frente al Ex Zoológico de Cuttini)  
1º opción, en auto: Avda. Gral Paz, a Tte. Gral. P. Ricchieri, Ruta Nac. 210, Avda. Fernández García  
2º opción, en auto: camino de cintura, a Tte. Gral. P. Ricchieri, Ruta Nac. 210, Avda. Fernández García.  
3º opción, en colectivo: línea 86, carteles: Barrio 1 o aeropuerto, bajar en Barrio 1.  
4º opción, en colectivo: línea 86 diferencial, desde: Facultad de Ingeniería. Estación Liniers.

### San Vicente

Recreo 4 de Octubre. San Pedro al 700  
1º opción, en tren: Constitución hasta Glew, desde allí colectivo línea 404 ó 79 (Expreso San Vicente) hasta Avda. J.D. Perón y San Nicolás, a 100 mts. está el camping.  
2º opción, en tren: Constitución hasta Glew, desde allí el tren hasta Alejandro Korn y allí cualquier línea de colectivo 404 ó 79 hasta San Vicente.  
3º opción, en auto: desde Capital, Puente Pueyrredón, Pavón, Hipólito Yrigoyen, Ruta Nac. 210 hasta cruce San Vicente, doblar a la derecha 1 kilómetro.  
4º opción, en auto: desde Capital, Camino de Cintura, Ruta Nac. 210 hasta cruce San Vicente doblar a la derecha 1 kilómetro.

### Isla de Tigre

Recreo Vicente Sánchez  
Río Carapachay 270, 1ª Sección de Isla  
1º opción, en colectivo: líneas 60, 720, 721, 343.  
2º opción, en tren: línea Mitre, ramal Tigre. Tren de la Costa.  
3º opción, en auto: por Panamericana Autopista del Sol, Acceso Norte, ramal Tigre.

En todos los casos: En la Estación Fluvial tomar Lancha El Jilguero, Escalera N°2.

## HORARIOS DE PARQUES

### Marzo y Abril

Lunes : cerrado

Feridos nacionales: cerrado

Martes a viernes: de 8 a 18.

Sábados y domingos de 8 a 19.

### Mayo

Cerrado todo el mes.

### Tigre

Martes a domingos de 8 a 19 ( Los horarios se encuentran supeditados al horario de las lanchas)

Nota: El beneficio de acceso a parques no contempla los planes PMO, PMO monotributista, Personal doméstico y UP 10.



# Turismo

h o t e l e r í a

temporada baja 2014



TARIFAS SUJETAS A MODIFICACIONES, EXPRESADAS POR DÍA Y POR PERSONA, ALOJÁNDOSE EN HABITACIONES DOBLES, TRIPLES O CUÁDRUPLES, NO SINGLES.  
APLICABLES A FECHAS ESPECÍFICAS DE TEMPORADA ALTA, SEGÚN POLÍTICA DE CADA HOTEL.  
PARA AMPLIAR INFORMACIÓN [WWW.ACCORDSALUD.COM.AR](http://WWW.ACCORDSALUD.COM.AR).  
CONTRATACIÓN: PRESENTARSE EN MISIONES 26 1° PISO DE LUNES A VIERNES DE 10:00 A 16:30.



## MAR DEL PLATA HOTEL VERSAILLES

Hasta 31/03

\$ 245 con desayuno base hab. doble  
\$ 190 con desayuno base hab. tpl/ dto x4  
Del 01/04 al 16/04 y del 21/04 al 30/04  
\$ 195 con desayuno base hab. doble  
\$ 152 con desayuno base hab. tpl/ dto x4

## HOTEL AOMA

Mínimo 7 noches ingresando domingos

Abril a Junio

\$ 160 con desayuno base hab. doble  
\$ 259 con media pensión base hab. doble

## HOTEL DOS REYES

\$ 419 con desayuno base hab. doble

Incluye cochera

## HOTEL PANAMERICANO

A partir del 05/03

\$ 218 con desayuno base hab. doble  
\$ 185 con desayuno base Dto x 4

## BRISTOL CONDOMINIO APART HOTEL

Abril a Noviembre

\$ 276.50 con desayuno base doble city std.  
\$ 196.25 con desayuno base dto x 4 std

## HOTEL SPA REPÚBLICA

\$ 467 con media pensión base hab. doble  
\$ 371 con media pensión base Dto x 4

## MAR DE AJO HOTEL SHELTER

Del 01/03 al 15/12

\$ 133 con desayuno base doble/ triple  
\$ 107 con desayuno base cuádruple

## CARILÓ PUERTO HAMLET

Desde \$ 319 con desayuno doble en fin de semana  
(min. 2 noches)

## SAN CLEMENTE HOTEL SAVOIA

Del 05/03 hasta el 15/04 (min. 3 noches)

\$ 207 con desayuno habitacion doble  
\$ 168 con media pensión base triple / Dto.x4

## VILLA GESELL COMPLEJO CAPARCONA

Hasta el 20/04

\$ 405 con desayuno base hab. doble Std  
\$ 385 con desayuno base Dto x 4

## HOTEL ALFIL

Hasta el 20/04

\$ 254 con desayuno base hab. doble  
\$ 229 con desayuno base hab. Dto x 4

## ENTRE RIOS FEDERACIÓN HOTEL TERMAS DEL ESTE

De Abril a Junio

\$ 307 con desayuno base hab. doble

\$ 182 con desayuno base hab. cuádruple  
Consultar por paquetes 4 y 7 noches con media pensión.

## CABAÑA LA LOMA

De Abril a Junio

\$ 210 con desayuno base doble  
\$ 148 con desayuno base cuádruple

## COLÓN LA MORA

Hasta el 30/06

\$ 243.50 sólo alojamiento base doble  
\$ 153 sólo alojamiento base cuádruple 2 amb.

## TANDIL CABAÑAS MI DESCANSO

De Abril a Junio

Fin de semana:

\$ 265 con desayuno base doble  
\$ 165 con desayuno cuádruple 1 dormitorio  
Entre semana:  
\$ 180 con desayuno base doble  
\$ 113 con desayuno cuádruple 1 dormitorio

## SAN LUIS VILLA DE MERLO HOTELES CLIMA 3 CLIMA SOL. ALTOS DEL RINCÓN HOTELES PARQUE Y SOL FLAMINGO - SIERRAS DE MERLO

Del 05/03 al 11/07

\$ 151 con desayuno base hab. doble





# Turismo.hotelaría

temporada baja 2014

CONSULTAR RECARGOS POR SINGLE, DESCUENTOS A MENORES Y TARIFAS POR HABITACIONES TRIPLES O CUÁDRUPLES. NO INCLUYEN TRANSPORTE. NO REVISTEN CARÁCTER CONTRACTUAL. APLICABLES A FECHAS ESPECÍFICAS SEGÚN POLÍTICA DE CADA HOTEL.



\$ 200 con media pensión base hab. doble

## COMPLEJO REFUGIO DE LOS PÁJAROS

Del 05/03 al 11/07

\$ 155.50 sólo alojamiento base doble

\$ 122.25 sólo alojamiento base cuádruple

## CARLOS PAZ HOSTERÍA LOS ESPINILLOS

A partir del 05/03

\$ 279 con desayuno base hab. doble Premium

\$ 344 con m.pensión base hab. doble Premium

## HOTEL AOMA

De Abril a Junio

\$ 210 con desayuno base hab. doble

\$ 309 con media pensión base hab. doble

## HOTEL SPA SANTA CECILIA I

A partir del 04/03

\$ 306 con media pensión base hab. doble Std

\$ 378 con desayuno base hab. doble Sup

## HOTEL SANTA CECILIA II

A partir del 04/03

\$ 250 con media pensión base doble/triple

## VILLA GRAL. BELGRANO HOTEL BLUMIG

Marzo a Mayo

\$ 356 con desayuno hab. doble

\$ 244 con desayuno base hab. cuádruple

consultar promos

## SALTA PLAZA HOTEL

hasta el 30/06

\$ 249. con desayuno base hab. doble Sup.

\$ 156. con desayuno base hab. cuádruple Sup.

Consultar Promos.

## LAS PECANAS APART HOTEL (TRES CERRITOS)

\$ 218 con desayuno base doble

\$ 151 con desayuno base cuádruple

## HOTEL SALTA

\$ 404 con desayuno base hab. doble Std

\$ 391 con desayuno base hab. cuádruple Ejec.

## HOTEL BOUTIQUE AYBAL

De Abril a Junio

\$ 210 con desayuno base hab. doble

\$ 309 con media pensión base hab. doble

## JUJUY

### HOTEL TERMAS DE REYES

Hasta el 30/06

\$ 547 con desayuno base doble Sup.

\$ 331 con desayuno base Dto x 4

## LA RIOJA NAINDO PARK

\$ 576 con desayuno base hab. doble Std.

## IGUAZÚ HOTEL TOURBILLÓN

\$ 394 con desayuno base hab. doble Sup



# Turismo.hotelera

temporada baja 2014 ←





### MENDOZA ALTEZZA SUITES

\$ 262 con desayuno base doble std  
\$ 189 con desayuno base cuádruple

### HOTEL SAVOIA MENDOZA (GUAYMALLÉN)

\$ 312 con m. pensión base habi. doble sup.  
\$ 267 con m. pensión base hab. triple o Dto sup.  
\$ 235 con m. pensión base hab. doble std.  
\$ 190 con m. pensión base hab. triple o dto. std.

### BARILOCHE HOTEL RUCA CHELI

\$ 379 con media pensión base hab. doble Std  
\$ 416 con media pensión base hab. doble v. Lago

### BUNGALOWS RUCA PIREN

Hasta el 05/07  
\$ 198.50 sólo alojamiento base doble  
\$ 141.75 sólo alojamiento base cuádruple

### AYRES DEL LAGO

Hasta el 20/06  
\$ 184 sólo alojamiento base doble  
\$ 106.25 sólo alojamiento base cuádruple

### EL BOLSON LA POSADA DE HAMELÍN

Hasta el 30/06  
\$ 239 con desayuno base hab. doble  
\$ 183 con desayuno base hab. cuádruple

### VILLA LA ANGOSTURA CABAÑAS QUETRIHUE

Del 21/04 al 03/07  
\$ 440 con desayuno base doble  
\$ 289 con desayuno base cuádruple

### CABAÑAS LANCUYÉN

Del 23/04 al 04/07  
\$ 355.50 sólo alojamiento base doble  
\$ 177.75 sólo alojamiento base cuádruple

### HOSTERÍA MAITÉN ESCONDIDO

De Abril a Junio  
\$ 210 con desayuno base hab. doble  
\$ 329 con media pensión base hab. doble

### HOSTERÍA PORTAL DE PIEDRA

Del 22/04 al 27/06  
\$ 213 con desayuno base doble  
\$ 133 con desayuno base cuádruple

### SAN MARTIN DE LOS ANDES HOTEL INTERMONTI

Hasta el 20/06  
\$ 242 con desayuno base hab. doble  
\$ 207 con desayuno base hab. triple

### CABAÑAS ROSE GARDEN

Hasta el 20/06  
\$ 217 sólo alojamiento base doble  
\$ 135.75 sólo alojamiento base cuádruple

### PENINSULA VALDES TRELEW

HOTEL RAYENTRAY  
Hasta el 31/03  
\$ 276 con desayuno base hab. doble

### PUERTO MADRYN HOTEL RAYENTRAY

Hasta el 31/03  
\$ 400 con desayuno base hab. doble  
\$ 360 con desayuno base hab. cuádruple

### USHUAIA HOSTERÍA ROSA DE LOS VIENTOS

\$ 480 con desayuno base hab. doble  
\$ 312 con desayuno base hab. cuádruple





## Paquetes temporada baja 2014

# Salidas especiales en bus charter

Programas sujetos a condiciones especiales, corresponden a salidas grupales en bus charter con coordinador, que incluyen transporte (sin elección de butaca), alojamiento y excursiones según itinerario. Confirmación del lugar, horario de salida y entrega de documentación dentro de las 48 horas anteriores al inicio del viaje. Tarifas expresadas por persona alojándose en habitaciones dobles, triples o cuádruples, no singles, con impuestos y gastos de reserva incluidos, sujetas a modificaciones sin previo aviso. Temporada baja 2014, excepto feriado de carnaval. Emisión: marzo 2014.

Contratación: presentarse en Misiones 26 de lunes a viernes de 10 a 16.30 SUJETO A DISPONIBILIDAD.

### VILLA CARLOS PAZ

Bus Semicama.

7 días / 5 noches

Media Pensión

\$1550 Hotel Turin - hasta Abril

\$1715 Hotel Turin - Mayo a Junio

\$1700 Hotel El Mirador - hasta Abril

\$1770 Hotel El Mirador - Mayo y Junio

### MERLO - SAN LUIS

Bus Semicama. 7 días 5 noches.

Media Pensión

\$1700 Hotel Clima 36 Parque y Sol - Marzo y Abril

\$1800 Hotel Clima 36 Parque y Sol - Mayo a Junio

### BARILOCHE - ESQUEL - EL BOLSÓN

Bus Semicama. 9 días 6 noches. Media Pensión

Visitando: Circ. Chico, El Bolsón, Parque Nac. Lago

Puelo y Parque Nac. Los Alerces

\$3110 Marzo a Mayo

### IGUAZÚ

Bus Semicama. 7 días 4 noches.

Media pensión.

Visitando: Ruinas de San Ignacio, Minas de Wanda,

Cataratas Lado Argentino y Lado Brasileiro, Hito

3 Fronteras.

(No Incluye entradas a Parques)

\$2035 Hotel Lider // Marzo y Abril

\* Incluye percepción RG. N° 3550

\$2070 Hotel Latino // Marzo y Abril

### NORTE ARGENTINO

Bus Semicama. 9 días 6 noches.

Media Pensión.

Exc: Humahuaca, Jujuy, Salta, Cafayate, Tafí del

Valle, Tucumán. Incluye Cobertura Médica

\$3410 Hoteles de Categoría Std en Salta// Abril

a Junio

\$3850 Hoteles de Categoría Sup en Salta// Mayo

a Junio



# Argentina Clásicos y Termas

TARIFAS CON IMPUESTOS INCLUIDOS, EXPRESADAS POR PERSONA ALOJÁNDOSE EN HABITACIONES DOBLES, NO SINGLES. SUJETAS A MODIFICACIÓN SIN PREVIO AVISO SEGÚN POLÍTICA TARIFARIA DE TRANSPORTE

## CATAMARCA

5 Días / 3 Noches

Bus Semicama

Traslados

Desayuno.

Excursiones: Cuesta del Portezuelo c/ Dique Las Pirquitas

\$3210 Hotel Amerian Park base doble Std

Bus Cama: Adicionar \$265

## POTRERO DE LOS FUNES

5 Días/ 3 Noches

Bus Semicama,

Traslados

Desayuno

Excursion: Circuito Serrano Chico

\$ 2430 Hotel Potrero de los Funes base doble Std.

Bus Cama: Adicionar \$ 170

## COLÓN CLÁSICO

4 Noches

Bus Semicama

Traslados

Desayuno.

Excursión Parque Nacional. El Palmar + Palacio San José

Hotel Plaza 3\* en hab. clasica \$ 2500

Bus cama: adicionar \$ 60

## ESTEROS DEL IBERÁ

3 noches

Bus Semicama

Traslados

Pensión Completa

Programa Rélax

Excursiones: 2 Safaris en Lancha por los Esteros +1 Cabalgata

Hotel Irupe Lodge \$ 7400 en hab. doble std.

## CATARATAS

Bus Semicama Crucero del Norte

Traslados

Media pensión

Excursiones: Cataratas Argentinas/ Brasileras, Hito 3 Fronteras, Minas de Wanda, Ruinas San Ignacio (no incluye entrada a parques).

Las butacas serán asignadas el día anterior a la salida (Sábado).

Hotel El Libertador 3\* \$ 2180 en hab. doble std

Hotel Saint George 3\* \$ 3765 en hab. doble std

Bus cama adicionar: \$ 280





# Uruguay

## Paquetes temporada baja 2014

### COLONIA WEEKEND

3 días / 2 noches

Barco lento a Colonia i/v + traslados  
+ alojamiento con desayuno

\$ 2320 Febrero - Hotel Posada del Ángel 3\*

\$ 3125 Febrero - Hotel Italiano 3\* (MAP)

Diferencia por barco rápido por tramo \$ 216.

### ESCAPADA MONTEVIDEO

3 días / 2 noches

Barco lento Eladía Isabel a Colonia i/v

Bus en conexión a Montevideo i/v + Traslados  
terminal de bus / hotel / terminal de bus

+ alojamiento con desayuno

\$ 2260 Hotel Crystal Palace 4\*

\$ 2460 Hotel NH Columbia 4\*

Diferencia por barco directo por tramo \$ 486.

### PUNTA DEL ESTE PROMOCIONAL WEEKEND

3 días / 2 noches

Barco lento a Colonia ida y vuelta + Bus en  
conexión

a Punta del Este + traslados de entrada y salida  
+ alojamiento con desayuno

\$ 3829 Hotel Salto Grande 3\*

\$ 3400 Hotel Azul 3\*

Diferencia por barco directo a Mvd + Bus a Pta.  
Del Este \$ 486 por tramo.

### URUGUAY

TARIFAS SUJETAS A MODIFICACIONES, EX-  
PRESADAS EN PESOS ARGENTINOS, POR  
PERSONA ALOJÁNDOSE EN HABITACIO-  
NES DOBLES, NO SINGLES. CONSULTAR  
POR RECARGOS POR SINGLE Y TARIFAS  
EN HABITACIÓN TRIPLE.

LOS PAQUETES NO INCLUYEN 35% DE  
RESOLUCION R.G. 3550 AFIP



### Condiciones y requisitos

Las tarifas indicadas no revisten carácter contractual y están sujetas a modificaciones sin previo aviso. Son válidas para afiliados Accord Salud (todos los planes) y Unión Personal (Planes Classic y PMO). Se encuentran exceptuados PMO Monotributo, Personal Doméstico y UP10. En "Servicios de Hotelería" están expresadas por día y por persona sobre la base de habitación doble, salvo en los casos especificados y no incluyen transporte. En "Salidas especiales en bus charter" son por persona y por paquete sobre la base de habitación doble, triple o cuádruple. Las imágenes utilizadas en la sección Turismo no pertenecen a ninguno de los destinos publicados en la presente.

### Para ampliar información y consultar sobre otros destinos y servicios ingresar en [www.accordsalud.com.ar](http://www.accordsalud.com.ar).

Formas de pago **Contado efectivo:** 5% de descuento

Financiación con **tarjetas de crédito** VISA, MASTERCARD y AMERICAN EXPRESS hasta 24 cuotas.

Tarjetas de débito: Electrón y Maestro en 1 (un) pago en pesos únicamente, no se efectúa el 5% de descuento con este medio de pago.

Turismo Unión Personal - Accord Salud  
Misiones 16/20/26 1º Piso - Of.: 1. Ciudad de Buenos Aires.  
Tel.: 4865-2803. horario: lunes a viernes de 10 a 16.30  
Secretaría de Turismo. Legajo 9675. Disp. 1077  
[turismoup@unionpersonal.com.ar](mailto:turismoup@unionpersonal.com.ar) - [www.accordsalud.com.ar](http://www.accordsalud.com.ar)

Financiación con tarjetas de crédito hasta 24 cuotas, (Visa, Mastercard y American Express) . (consultar intereses)





# Centro Oftalmológico del Callao



- Atención en consultorios totalmente renovados
- Oftalmología general, oftalmología pediátrica y todas las subespecialidades
- Urgencias oftalmológicas (de 8 a 20hs. de Lunes a Viernes)
- Cirugías oftalmológicas de alta complejidad
- Estudios de diagnóstico

Atención de Lunes a Viernes de 8 a 20 hs.

Central de Turnos: 0810-888-8876

Av. Callao 499 - Ciudad Autónoma de Buenos Aires



**Instituto Quirúrgico  
del Callao**

*Cirugía de Corta Espera y Diagnóstico*





# Sanatorio Anchorena

una institución abierta  
a la comunidad

2013 fue el tercer año consecutivo que organizamos en el Sanatorio Anchorena charlas a la comunidad sobre temas médicos comunes, frecuentes o que preocupan a nuestros afiliados. La elección de los temas fue hecha sobre la consulta a los concurrentes a las diferentes charlas y tratamos de priorizar los que la mayoría de los consultados propuso.

En abril de 2013 nuestra presentación se basó en gripe y virosis invernales, desarrollada por el Servicio de Infectología y control de infecciones del Sanatorio. Como resumen podemos decir que se informó que las infecciones virales respiratorias pueden ser causadas por diferentes virus, con un cuadro clínico similar. Por lo tanto, los cuadros gripales pueden ser producidos por diferentes virus y el de la influenza (o gripe) el más común y el único prevenible por vacunación (que debe renovarse anualmente por la permanente mutación de esos virus). La transmisión es de persona a persona, a través de las microgotas que se expelen al toser o estornudar, al tocar superficies contaminadas con el virus (picaportes, barandas) o a través de las manos de personas que tienen el virus. Las personas en riesgo de sufrir complicaciones de la influenza son: pacientes asmáticos, con enfermedad pulmonar crónica, cirrosis, diabetes, enfermos cardíacos, enfermos neurológicos, pacientes con enfermedad neoplásica, pacientes inmunosuprimidos, HIV, insuficiencia renal. Además otras poblaciones susceptibles son las embarazadas, niños menores de 5 años y en especial los menores de 2 años y adultos mayores de 65 años. La vacuna contiene 3 tipos de virus de influenza, los cuales se seleccionan basados en la información sobre la circulación viral reciente y protegen contra las cepas que serán prevalentes en cada año. La vacunación no previene completamente la presencia de enfermedad (la cual puede ser producida por otras cepas no incluidas en la vacuna), pero fundamentalmente disminuye en gran medida la posibilidad de complicaciones graves.

En el mes de mayo, el tema fue la patolo-

gía mamaria tanto benigna como maligna y fue presentada por la doctora Sandra Guscelli, especialista en patología mamaria. Se dio una explicación de la patología mamaria benigna más común: displasias, mastitis, ginecomastias, complicaciones de los implantes mamarios. Se explicó que las displasias son alteraciones funcionales de la glándula mamaria, con diferentes estadios según la edad de cada paciente y su tenor hormonal, en cuanto a la patología mamaria maligna (cáncer) se explicó que existen diferentes factores de riesgo: edad, factores hormonales, hereditarios, radiaciones, lesiones proliferativas precancerosas y estilo de vida (obesidad, sedentarismo, tabaquismo). Se hizo referencia a la prevención que incluye: dieta pobre en grasas, peso adecuado, ejercicios, diagnóstico precoz. En cuanto a este último punto, es de suma importancia el autoexamen mamario periódico, mamografía y ecografías de control. La propia mujer es la principal ayuda para la detección precoz de lesiones en la glándula y la consulta con el especialista. Los tratamientos son combinados con cirugía, hormonoterapia y cuando es necesario, radio y quimioterapia.

En junio fue el turno del ataque cardíaco, presentado por el doctor Leandro Rodríguez, médico de Unidad Coronaria del Sanatorio Anchorena. En esa reunión se comentó que se producen unos 40.000 ataques cardíacos por año en la República Argentina. Las enfermedades cardiovasculares son la primera causa de muerte en nuestro país y en el mundo. ¿Por qué se produce un infarto? Las arterias coronarias se van ocluyendo paulatinamente por el depósito de sustancias grasas y otros elementos, lo cual va disminuyendo paulatinamente su luz, lo cual puede dar lugar a síntomas premonitorios (angina de pecho) pero, muchas veces, la obstrucción no es tan severa, se produce una pequeña "rotura" de la capa interna de la arteria, lo cual genera que el organismo trate de repararla con la formación de un coágulo sanguíneo, el cual puede ocluir completamente y en forma brusca dicha arteria coronaria y producir un infarto agudo de miocardio en la zona irrigada por dicha arteria (todos habrán escuchado algún caso en que el día anterior se encontraba perfectamente y, de repente, comenzó con un dolor intenso, opresivo en el pecho, característico del dolor coronario). Hay factores de riesgo que



aumentan la posibilidad de tener un infarto de miocardio: edad, sexo masculino, herencia, diabetes, tabaquismo, dislipemias, hipertensión arterial, sedentarismo, obesidad, estrés. Controlando y modificando los factores de riesgo, disminuimos en gran medida la posibilidad de tener un infarto. Pero si ya se está produciendo el infarto, lo más importante es consultar a la brevedad, porque si logramos abrir la arteria obstruida en las primeras horas de producida la oclusión, el daño ocasionado puede ser minimizado. ¿Cómo se logra eso? A través de un cateterismo cardíaco y la realización de una “angioplastia”, que esquemáticamente significa atravesar dicha obstrucción con un catéter con un globo en la punta, dilatarlo para destapar la arteria y colocar un “stent” (que es una malla o resorte que recubre la arteria por dentro para evitar que se vuelva a obstruir). Pero, insistimos, como en toda la medicina: ¡más vale prevenir que curar!, así que cuidemos nuestros factores de riesgo coronario.

En el mes de junio repetimos algo dado el año anterior, a pedido de la gente que concurre a las charlas. Se trató el tema de las demencias, que fue dado por el equipo de neurología de la doctora Gatto del Sanatorio Anchorena. En ese encuentro se explicó que la demencia es un trastorno cognitivo o de la conducta, progresivo y adquirido, que implica una pérdida de la autonomía de la persona y de la independencia en las actividades de la vida diaria. Por lo tanto las demencias implican compromiso en los tres niveles: cognitivo, conductual y funcional. La demencia tiene es una enfermedad, no un proceso normal del envejecimiento. Las demencias tienen varias etiologías: enfermedad de Alzheimer (50%), demencia vascular (20%), demencia mixta (20%), otras (10%). Además las podemos dividir en:

## DEGENERATIVAS

**Enfermedad de Alzheimer**

**Demencia frontotemporal**

**Demencia con cuerpos de Lewy**

**Degeneración corticobasal**

**Otras**

## NO DEGENERATIVAS

**Vascular**

**Trauma**

**Hidrocefalia**

**Esclerosis múltiple**

**Infecciones**

**Depresión (seudodemencia)**

**Medicamentos**

**Tóxicometabólica**

Como en toda enfermedad hay factores de riesgo o predisponentes: edad, factores genéticos, traumatismos de cráneo, factores de riesgo vascular, nivel educativo e inteligencia, estrés y depresión. Por ese motivo es importante realizar medidas preventivas que reduzcan el riesgo: control de factores vasculares, interacción social, desafío intelectual, estimulación cognitiva, actividad social y recreativa. La forma más común y conocida de las demencias es la enfermedad de Alzheimer. Sus primeras manifestaciones pueden ser: olvidarse para qué fueron a determinado lugar de la casa, pérdida de objetos comunes (llaves, billeteras), desorientación en lugares conocidos, olvidarse de eventos importantes, los pacientes se vuelven reiterativos, dificultad para razonar o realizar tareas complejas, incapacidad para darse cuenta de sus propias fallas, dificultad para reconocer caras conocidas, alteraciones progresivas del lenguaje (hablado o escrito), alteraciones de la conducta y el estado de ánimo. Es importante, ante algunos de estos síntomas o ante la duda, consultar con el especialista, para realizar un diagnóstico correcto y, si es necesario, comenzar con tratamientos que pueden ser medicamentoso y no farmacológico (estimulación cognitiva, terapia ocupacional, fonoaudiología, musicoterapia, kinesiología, apoyo familiar).

En agosto el tema tratado fue obesidad, síndrome metabólico y dislipemias. El síndrome metabólico es un conjunto de varias enfermedades y/o factores de riesgo en un mismo individuo, lo cual aumenta la probabilidad de padecer enfermedades cardiovasculares, diabetes, insuficiencia renal. Los componentes del síndrome metabólico son: alteración en el metabolismo de los hidratos de carbono, hipertensión arterial, dislipemias, obesidad central, alteraciones inflamatorias, microalbuminuria (pérdida mínima de albúmina por orina), hígado graso. Se realiza el diagnóstico de





síndrome metabólico con la combinación de esos criterios.

La obesidad es una enfermedad, y ser obeso significa padecer la enfermedad de obesidad. Para determinar cuándo una persona es obesa, utilizamos el índice de masa corporal, que es la relación entre el peso y la altura al cuadrado ( $IMC = \text{peso} / \text{altura al cuadrado}$ ). Peso normal IMC entre 18 y 25; sobrepeso IMC entre 25 y 30, obesidad cuando el IMC es superior a 30; cuando el IMC supera 40 se habla de obesidad mórbida. Se hicieron consideraciones especiales sobre lo que llamamos obesidad central y que se refiere al perímetro de la cintura en centímetros y se define como un valor superior a los 94 cm. en los hombres y a los 80 cm. en las mujeres (esas medidas tienen alguna variación según diferentes asociaciones de obesidad y diabetes en el mundo). Lo que resulta incontestable es que la obesidad central se asocia con mayor riesgo de hipertensión, diabetes y dislipemia. La obesidad afecta la integridad física de la persona, compromete su salud física y emocional, afecta la

valoración personal, predispone a la discriminación, afecta la capacidad del individuo de relacionarse con el mundo que lo rodea y la autoestima.

Definimos la salud metabólica como: colesterol normal, triglicéridos normales, sensibilidad a la insulina normal, sin hipertensión, sin intolerancia a la glucosa y con una dieta armónica, completa y saludable. Se recomienda privilegiar las frutas y vegetales sobre los alimentos grasos, que no son saludables. Tratar de no cocer ó hervir demasiado las verduras, no retirar la piel a la fruta, incluir en la dieta cereales integrales, como así también pan y arroz integral.

El mes de septiembre fue el turno de las enfermedades hepáticas más frecuentes: hepatitis virales, inflamatorias y tóxicas. La disertante fue la doctora Margarita Anders, nuestra consultora en hepatología. El hígado es un órgano que procesa nutrientes, fabrica sustancias y desintoxica la sangre de productos finales del metabolismo. El hígado cuando se enferma puede: inflamarse (las hepatitis), no eliminar bilirrubina (obstrucción biliar, ictericia); y



se llena de cicatrices (cirrosis), o deja de funcionar (insuficiencia hepática). Cuáles son las causas más frecuentes que pueden enfermar el hígado: virus, abuso de alcohol, otros tóxicos, dietas con exceso de grasas, enfermedades autoinmunes.

Los virus que pueden afectar el hígado son los de la hepatitis A, B, C, D, E y una serie de otros virus que cuando afectan al hígado también producen una “hepatitis” (inflamación hepática). La hepatitis A es la clásica que suele contagiarse en los primeros años de vida, puede ser asintomática, no se transforma en crónica, aunque la mayoría de los casos se superan puede haber formas graves, la transmisión es por contaminación con secreciones o desechos de pacientes enfermos o portadores hacia personas sanas. La hepatitis B se trasmite por vía sanguínea o sexual (es 50 a 100 veces más contagioso que el HIV), tiene formas agudas y crónicas, el 95 % de las formas agudas se curan, el resto pasa a crónica. Las crónicas hoy tienen tratamiento, y lo más importante es que existe una vacuna efectiva para prevenir el contagio. La hepatitis producida por el virus C tiene una transmisión por vía sanguínea, la mayoría de ellas sí se transforman en crónicas, en general cursan asintomáticas, no existe vacuna para dicho virus, pero sí tienen tra-

tamiento, dependiendo su eficacia de los diferentes serotipos de virus C.

El abuso de alcohol también afecta el hígado, produciendo primero una acumulación de grasa en el hígado, hepatitis alcohólica, que puede llevar a la cirrosis hepática y predisponer al cáncer de hígado. Muchos otros tóxicos pueden afectar el hígado: intoxicaciones alimentarias, medicamentosas, venenos animales o vegetales, parásitos.

Algunos mitos y leyendas para desterrar: el hígado NO da dolor de cabeza, no existe la “patada al hígado”, el chocolate no le hace mal al hígado, no existen los “protectores hepáticos” y hepatitis no es sinónimo de reposo absoluto. Finalmente, cómo cuidar mi hígado: evitar el alcohol, el sobrepeso, los tóxicos, vacunarse contra la hepatitis B, consultar si aparecen síntomas.

En el mes de octubre, el doctor Diego Halac, médico de Clínica médica del Sanatorio nos habló sobre medicina preventiva. Definió la salud como un “estado de bienestar biopsicosocial y no solamente la ausencia de enfermedad”. La OMS define la medicina preventiva como la “ciencia y arte de prevenir la enfermedad, alargar la vida, mejorar la salud física y mental y conseguir un mayor grado de bienestar. Por lo tanto, hay dos enfoques diferentes:



la medicina preventiva está centrada en el riesgo y el objetivo es la población en general. En cambio, la medicina curativa está centrada en el síntoma o enfermedad y en una persona individual.

Con respecto a la medicina preventiva el interrogante sería ¿todas las enfermedades se pueden prevenir?

**Los criterios de la OMS para programas de prevención son:**

1. Problema de salud importante
2. Debe existir tratamiento efectivo para los casos diagnosticados
3. Recursos para diagnóstico y tratamientos disponibles
4. Fase asintomática reconocible
5. Test de exactitud aceptable
6. Historia natural conocida
7. Método consensuado sobre quién debe ser tratado
8. Costo de screening aceptable
9. El tratamiento en la etapa presintomática debe ser mejor que en la etapa sintomática (habitual)
10. El daño potencial de la intervención debe ser menor que el del tratamiento precoz

Las causas más importantes de muerte en el mundo son: enfermedades cardiovasculares, cáncer y accidentes. Por eso, debe-

mos hacer hincapié en prevenir esos flagelos. Son fundamentales: control de la TA (30 % de la población sufre de algún grado de hipertensión, de los cuales la mitad todavía no lo sabe, de los que sí lo saben la mitad no está tratada y de los que están tratados, la mitad no tiene cifras tensionales adecuadas), prevención de enfermedades metabólicas: obesidad, dislipemias, diabetes, prevención de las causas conocidas de cáncer: suprimir el tabaco, prevenir el cáncer de piel cuidándose de la exposición a rayos ultravioletas, prevención del cáncer de colon realizando colonoscopías diagnósticas a partir de los 50 años, mamografías y autoexamen mamario, papanicolau para prevenir el cáncer de cuello de útero, vida saludable con actividad física regular.

Tampoco sirve la búsqueda indiscriminada (el famoso: “doctor, pídamelo todo, para ver”): “El que no sabe lo que busca, no entiende lo que encuentra”. Además, lo más difícil de la prevención es demostrar el beneficio producido por las medidas adoptadas ante la hipótesis de qué le hubiera sucedido al individuo de no respetar la prevención. Hay que establecer factores de riesgo de enfermedades, definir si son prevenibles o detectables y hacerlo. Por eso es muy importante escuchar, escuchar, escuchar y luego educar, educar, educar.





Como reflexiones: tener un médico de cabecera, verlo periódicamente, entender el porqué de las indicaciones, trabajar en equipo con el médico y ver la medicina como un medio para una mejor calidad de vida y no como un modo de vida. Y, finalmente, recordar que somos responsables de nuestro cuerpo y cuanto mejor o peor lo tratemos, diferente será el resultado.

Finalmente llegamos a noviembre, la última charla de 2013, en donde la psiquiatra doctora Valeria Varas habló de ansiedad, fobias y depresión. La ansiedad es una respuesta emocional normal frente a un estímulo amenazante (real o no). Produce un sentimiento de intranquilidad, nerviosismo, incertidumbre, impotencia. Cuando la respuesta es desproporcional al estímulo estresante, estamos frente a un trastorno de ansiedad, que puede manifestarse por rasgos de preocupación, miedo, inquietud motora, comportamiento de hiperalerta, bloqueo afectivo, dificultad para concentrarse, miedos irracionales.

Cuáles son las diferencias entre miedos y fobias:

## MIEDO

**Respuesta emocional normal ante situaciones que implican peligro**

**Respuesta diferenciada ante un objeto o situación específica**

**Fenómeno evolutivo transitorio**

## FOBIA

**Forma especial de miedo y reacción desproporcionada, fuera del control voluntario**

**Respuestas de evitación**

**Persistente en el tiempo.**

La depresión es un trastorno de estado de ánimo, que presenta una tríada clínica: hipertimia displacentera (sentimiento de tristeza; angustia), hipobulia (falta de ganas) y anhedonia (incapacidad para sentir placer o disfrutar). Se da principalmente en mujeres, con un pico en la edad media de la vida, afecta todas las áreas del individuo: afectiva, cognitiva, volitiva y somática. Puede ser primaria (depresión endógena), o secundaria (enfermedad orgánica – depresión sintomática- o por situación específica –depresión reactiva-). Los síntomas más comunes son: la tríada clínica, falta de concentración, agitación o enlentecimiento psicomotor, fatiga o pérdida de energía, visión negativa de uno mismo con sentimientos de inutilidad, culpa, autocompasión, lástima, aumento o descenso pronunciado del peso/apetito, insomnio o hipersomnia, visión negativa y desesperanza, ideas de muerte. El tratamiento debe ser interdisciplinario, temprano, psicoterapéutico y psicofarmacológico.

En esta breve reseña tratamos de dar un pantallazo de los temas tratados durante el año pasado. Creemos que con esas charlas aportamos para la mejor salud de la población, la educación, prevención y conocimiento, que son los pilares para una vida plena y saludable. A partir del mes de abril de 2014, comenzaremos nuevamente con nuestras charlas mensuales, a las cuales quedan formalmente invitados. ■

**Dr. Francisco Longo.**

Director General Sanatorio Anchorena

Con vos por  
más salud



**Charlas a la comunidad 2013**  
Gripe y virosis invernales

Con vos por  
más salud



**Charlas a la comunidad 2013**  
Patologías mamarias en general

Con vos por  
más salud



**Charlas a la comunidad 2013**  
Ataque cardiaco, infarto de miocardio

Con vos por  
más salud



**Charlas a la comunidad 2013**  
Demencias en general, demencia senil

Con vos por  
más salud



**Charlas a la comunidad 2013**  
Obesidad, síndrome metabólico, dislipemia

Con vos por  
más salud



**Charlas a la comunidad 2013**  
Enfermedades hepáticas más comunes:  
• hepatitis virales • inflamatorias • tóxicas •

Con vos por  
más salud



**Charlas a la comunidad 2013**  
Medicina Preventiva

Con vos por  
más salud



**Depresión, Pánicos y Fobias**

# DESCUENTOS!

EXCLUSIVOS PARA AFILADOS A UP y ACCORD SALUD



## EQUITACIÓN

Clases, asesoría y entrenamiento en rienda  
Exposiciones y competencias.  
Prof. Paola de Armas 15-6042-7690/ Palermo.  
Desc. UP15%  
paodearmas@yahoo.com.ar

## ESTÉTICA

Rejuvenecimiento facial / Belgrano  
www.ultraderm.com.ar / 4654-8611  
Tecnología francesa. Lifting sin riesgos.  
Descuento UP : 20%

## GIMNASIA

GIMNASIA A DOMICILIO  
Personal triner / Instructora de fitness  
Prof. María Julia Carlomagno.  
4709-1571 / 15-5652-4208  
Consultar descuentos

## IDIOMAS

### FRANCÉS

Francés. Cursos y Talleres. Dto.: 20% - 4372-5792 / 15.6122.0973 Prof. Rubén Ponzio  
Visite nuestra página.  
www.frcontemporaneo.com.ar

### INGLÉS

Niños y adultos. opcional a domicilio en la  
Cdad. de Bs. As./Prof. Liliana Ciadamidaro/4503-8551. Descuento UP: 20%

## PROFESIONALES

### ARTE Y FOTOGRAFÍA -VIDEO

Lic. UBA Malena Correa . Historia de las Artes  
Pintura-Escultura-Literatura y Cine Clases  
Individuales-Grupales-Exámenes. Fotografía-  
Cine-Video-Edición.  
Te: 4343-4813/ 4307-3768 Desc. 50% UP

### VARIOS

Asociación Criolla Argentina. 4322-0711 – Via-  
monte 869, 2º. Cursos capacitaciones: platería  
talabartería, sogas y telar. Descuento UP%

### IMPORTANTE:

La Obra Social Unión Personal no se responsabiliza ante falta alguna o incumplimiento de cualquiera de los servicios ofrecidos por los anunciantes.



Vení a ejercitarte a los **bosques de Palermo**



**Running**



**Gimnasia aeróbica**



**Caminata**

**Gimnasia + Aire libre =**

**VIDA SANA**

### **Requisitos**

Certificado de apto médico

Credencial de afiliación Accord Salud o Unión Personal

Abonar el arancel por única vez

### **Participantes**

Afiliados UP y Accord Salud \$30

Afiliados Plan 310 s/ cargo

Invitados (máximo 2 por afiliado) \$50 c/u

### **Inscripción**

Sin inscripción previa, presentarse en el punto de encuentro cumpliendo con los requisitos

### **Punto de encuentro**

Planetario Galileo Galilei, sector izquierdo sobre Av. Figueroa Alcorta

**TODOS los sábados**

**CLASES de**

**9 a 10 hs y 10 a 11 hs**

**¡Actividades dirigidas por profesores de educación física!**

**Más información en:**

[www.accordsalud.com.ar](http://www.accordsalud.com.ar) | [gimnasia@unionpersonal.com.ar](mailto:gimnasia@unionpersonal.com.ar)



**Accord  
Salud**  
el plan privado de  
Unión Personal



¡Tecnología  
para todos!

Unión Personal en  
tu teléfono y tablet



Un nuevo servicio para nuestros afiliados  
que les acerca lo último en materia de tecnología

[www.unionpersonal.com.ar/apps](http://www.unionpersonal.com.ar/apps)



¡Descargá la app  
escaneando el código QR!

Disponible para

 BlackBerry

 Disponible en el  
App Store

 Google play

 Unión  
Personal  
Obra Social de la Unión del  
Personal Civil de la Nación

/FeNTPEA/ FEDERACIÓN NACIONAL  
DE TRABAJADORES DE PEDIATRÍA,  
ORTODONCIA Y AFINES

Sentite libre,  
Accord Salud te cuida.



**Accord110.**  
Medicina Privada de Unión Personal

**Accord210.**  
Medicina Privada de Unión Personal

**Accord310.**  
Medicina Privada de Unión Personal



**Accord  
Salud**  
el plan privado de  
Unión Personal

[www.accordsalud.com.ar](http://www.accordsalud.com.ar)

0800-333-7110

# nuestros lectores dicen Correo



Buenos Aires, 1 de Octubre de 2013

A la Obra Social de Peluqueros y Clínica Bazterrica:

Gracias a todo el personal de la clínica Bazterrica por la atención, es muy buena y la calidez humana de todos los que trabajan ahí. Desde el personal de seguridad que atiende en la entrada hasta las enfermeras que están siempre para lo que se necesita. Mi marido se operó y la buena onda y actitud del enfermero, hicieron más llevaderos los días de internación.

Gracias a la Obra Social y al Sindicato por ayudarnos en momentos tan difíciles. Que dios los bendiga.

Saludos

Berta Fuentes  
Estética: Tu Bienestar

Buenos Aires, 15 de Enero de 2014

A la Clínica Santa Isabel:

Quiero agradecer por la atención recibida el pasado Diciembre en la clínica Santa Isabel, a todo el personal médico, enfermeras y administrativo por el muy buen trato que le dan a los pacientes.

Muchas gracias

María Castro  
Peluquería: Salón Susan

Buenos Aires, 27 de Enero de 2014

Al Sanatorio Anchorena:

Estoy muy contenta y agradecida por la atención que brindan en el Sanatorio Anchorena. La atención de los médicos, enfermeras y de todo el personal es excelente.

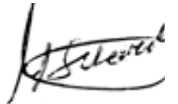
Celia Martínez  
Peluquería: Pablo Estilista

Buenos Aires, 5 de Febrero de 2014

A la Clínica Bazterrica:

Quería Agradecer por la atención que tuve en la clínica Bazterrica.  
Fuí muy bien atendida, también agradezco a la Obra Social de Peluqueros por la buena atención que me brindan siempre.

Muchas gracias



Marta Suarez  
Peinados Dante

Buenos Aires, 17 de Febrero de 2014

Al Sanatorio Itoiz (Avellaneda):

Quiero expresar mi más profundo agradecimiento al personal del Sanatorio Itoiz por la atención recibida durante el nacimiento de mi hijo Thiago Villaverde. Una especial mención a la partera "Cocha Suarez".

Muchas gracias



Eliana Ortiz  
Peluquería: HAZAMI

Envíenos su carta a  
federacion@  
peluquerosargentinos.com



**Ciudad de Buenos Aires****CENTRO**

Tucumán 949 - (011) 0810-888-8646

**ONCE**

Misiones 26 - (011) 4959-4934 / 4935

**RETIRO**

Sede Central: Arenales 884

(011) 0810-888-2226

**LINIERS**

Carhué 171 - (011) 4644-2766 / 1439

**BELGRANO**

Federico Lacroze 1816 / 18 (011) 0800-777-7000

**Gran Buenos Aires****MORÓN**

Brown 1007 - 4628-7341-9890

**LOMAS DE ZAMORA**

Sarmiento 12 - (011) 4292-8800

**LUJÁN**

Alem 1302 - (02323) 43-0747

**PILAR**

Sarratea 75 (ex Tratado de Pilar)

(0230) - 4426040 / 4421981 / 4421999 / 4426062

**QUILMES**

Almirante Brown 666 - (011) 4224-8001

**SAN MIGUEL**

Sarmiento 1037 - 4451-6005 / 4068

**TIGRE**

Av. Cazón 1310 - (011) 4005-0260

**SAN ISIDRO**

25 de Mayo 113 - 4742-6673 / 6650

**SAN MARTIN**

Moreno 3504 . Tel.: 4752-4321

**AVELLANEDA**

Alsina 126 - Avellaneda (011) 4222-6446 / 6495

**OFICINA COMERCIAL RAMOS MEJÍA**

Bolívar 354 - Ramos Mejía - (011) 4654-2218

**Costa Atlántica****MAR DEL PLATA**

Moreno 2967 - (0223) 493-8428 / 492-2447 /

**NECOCHEA**

Calle 57 N° 2980 Edificio Rivadavia P.B.

(02262) 43-4742

**Provincia de Buenos Aires****AZUL**

Yrigoyen 603 - (02281) 43-4237 / 42-9427

**BAHIA BLANCA**

Rodríguez 239 - (0291) 453-2209

**BALCARCE**

Calle 22 N° 776 - (02266) 43-1483

**BARADERO**

San Martín 1223 - (03329) 486189

**CAMPANA**

Belgrano 211 B - (03489) 46-8669 / 43-2433

**JUNÍN**

Rector Alvarez Rodríguez 105 / 107

(0236)-4422484 / 4443398 / 0236-4434642

**LA PLATA**

Calle 47 N° 766 (entre 10 y 11) (0221) 4227252 -

4216601 - 4215335.

**PERGAMINO**

Merced 690 - (02477) 426549

**SAN NICOLÁS**

25 de Mayo 172 -(0336) 4454422 / 4455921

**SAN PEDRO**

E. Arnaldo 80 (03329) 427320 / 428748

**TANDIL**

9 de Julio 244 - (0294) 441639 / 434268

**ZÁRATE**

19 de Marzo N° 533 - (03487) 42-6827 / 43-1389

**Interior del país****CATAMARCA**

Rojas 574 - (0383)-4432458

**CÓRDOBA (CAPITAL)**

Calle La Tablada 343

Tel. (0351) 4223046 Fax: (0351) 4232584

**CÓRDOBA (EMBALSE)**

Gral. Pistarini 63 - (03571) 48-5544

**CÓRDOBA (MARCOS JUÁREZ)**

Belgrano 745 - (03472) 42-5010

**CÓRDOBA (ONCATIVO)**

Vélez Sársfield 228 - (03572) 46-2528

**CÓRDOBA (RÍO TERCERO)**

Alberdi 44 - (03571) 42-2518

**CÓRDOBA (RÍO CUARTO)**

25 de Mayo 235 Local 1 P.B. - (0358) 463-9066

**CÓRDOBA (SAN FRANCISCO)**

Independencia 1910 loc. 1 - (03564) 42-2456

**CÓRDOBA (VILLA MARÍA)**

San Juan 685 -(0353)- 461-0444

**CORRIENTES**

Av. 3 de Abril 346 - (0379) - 442-2986

**CHACO (RESISTENCIA)**

Juan B. Justo 70 Edificio Plaza (0362) 444-0869

**CHACO (SÁENZ PEÑA)**

Superiora Palmra 342 (0364) 442-3291

**CHUBUT (COMODORO RIVADAVIA)**

Sarmiento 473 - (0297) 4442901 4472341

**CHUBUT (ESQUEL)**

Rivadavia 1168 PB - (02945) 45-4828

**CHUBUT (PUERTO MADRYN)**

Sarmiento 356 - (0280) -4450570 / 4454475

**CHUBUT (TRELEW)**

San Martín 330 - (0280) - 44-21052 / 44-22008

**ENTRE RÍOS**

(CONCEPCIÓN DEL URUGUAY)

14 de Julio 386 (03442) 42-5565

**ENTRE RÍOS (CONCORDIA)**

Pellegrini 744 - (0345)-4219105

**ENTRE RÍOS (PARANÁ)**

Pje. Baucis 412 (0343) 43-12427 / 43-15250

**FORMOSA**

Pringles 245 - 0370-4432550 / 4437380

**JUJUY**

Alvear 582 - (0388) 423-4400

**LA PAMPA (GENERAL PICO)**

Calle 17 Nro. 645 - (02302) 43-1443

**LA PAMPA (SANTA ROSA)**

25 de Mayo 162 - (02954) 42-8479

**LA RIOJA**

Urquiza 478 -(0380) -4436326

**LA RIOJA (CHAMICAL)**

Montonero Riojano 81 - Barrio Peñaloza

(03826) 42-3190

**MENDOZA**

Perú 1593/95 esq. General Paz - (0261) 429-9265

**MENDOZA**

Atención al afiliado exclusiva para planes Accord Salud

Amigorena 98 - (0261) 4252071 / 2037

**MENDOZA (SAN RAFAEL)**

25 de Mayo 27 -(0260) 4436576

**MISIONES (IGUAZU)**

Av. Misiones 288 - (03757) 420198/493727

**MISIONES (EL DORADO)**

Cuyo 171 Local 2 (03751) 42-3322

**MISIONES (POSADAS)**

La Rioja 2285 (0376)442-9823/443-2946

**NEUQUÉN**

Salta 226 - (0299) 448-7400

**NEUQUÉN (SAN MARTÍN DE LOS ANDES)**

General Villegas 1061 - (02972) 42-2977

**RÍO NEGRO (BARILOCHE)**

Av. Angel Gallardo 350 - (02944) - 44-29127

**GRAL. ROCA (RIO NEGRO)**

Buenos Aires 1595 Fax (0298) - 44-25604 / 44-

28951

**SALTA**

Catamarca 390 - (0387)-431-2259 / 431-9306

**SAN JUAN**

Santa Fe 398 ( Oeste ) - (0264) 422-9175

**SAN LUIS**

Chacabuco 683 -(0266) - 4424663 / 44-47672

**SAN LUIS (VILLA MERCEDES)**

Córdoba 88 - (02657) 424176

**SANTA CRUZ (RÍO GALLEGOS)**

Av. San Martín 477 - (02966) 43-6555

**SANTA FE (SANTA FE)**

Mendoza 2853 - (0342) 455-9801

**SANTA FE (ROSARIO)**

Buenos Aires 847 PB - (0341) 44-00217 / 44-00362

**SANTA FE (VERA)**

Belgrano 1346 - (03483) 42-0502

**SANTIAGO DEL ESTERO**

Avenida Belgrano 760 - (0385) 424-0253

**TIERRA DEL FUEGO (RIO GRANDE)**

Moreno 1020 (02964) 42-4850

**TIERRA DEL FUEGO (USHUAIA)**

Gobernador Paz 208/210 (02901) 433349

**TUCUMÁN**

Santiago del Estero 799 - (0381) 431-0605

**/FeNTPEA/**

FEDERACIÓN NACIONAL  
DE TRABAJADORES  
DE PELUQUERÍA,  
ESTÉTICAS Y AFINES

**/FeNTPEA/** FEDERACIÓN NACIONAL  
DE TRABAJADORES DE PELUQUERÍA,  
ESTÉTICA Y AFINES

[ AYACUCHO 838 ]

+ osppea

 Unión  
Personal

 Accord  
Salud

Nuestra nueva sede lo está esperando

**/FeNTPEA/** FEDERACIÓN NACIONAL  
DE TRABAJADORES DE PELUQUERÍA,  
ESTÉTICA Y AFINES

4965 . 2100 (líneas rotativas) . Ayacucho 838  
Ciudad de Buenos Aires



**/FeNTPEA/** FEDERACION NACIONAL  
DE TRABAJADORES DE PELUQUERÍA,  
ESTÉTICA Y AFINES