

“Es importante contar con un médico de confianza y controlarse con periodicidad”

Unidad de Medicina Preventiva CASMU

Anexo Policlínico
Luis Alberto de Herrera 2421



Dr. Horacio Rodríguez Dulcini

- CARNÉ DE SALUD BÁSICO LABORAL
- CERTIFICADO DE APTITUD PSICOFÍSICA PARA LIBRETA DE CONDUCIR
- ASERORAMIENTO PARA CASOS DE VIOLENCIA DOMÉSTICA
- ASERORAMIENTO PARA VIAJEROS (vacunas, prevención, etc.)
- POLICLÍNICA DE MAMA (atención inmediata)

Carné de salud básico laboral (CSBL)

El CSBL es obligatorio para trabajar a nivel público y privado y es válido en todo el territorio nacional por dos años.

Los interesados pueden agendarse telefónicamente y acceder, en un máximo de 48 horas, para realizar todas las gestiones necesarias para obtenerlo, sin demoras ni incomodidades.

Cumpliendo los requisitos que exige el MSP, el interesado concurre a la hora acordada a la Unidad de Medicina Preventiva.

Luego de anunciarse en la recepción, dentro del mismo local, entregará la muestra de orina y procederá a realizarse la extracción de la muestra de sangre correspondiente. Inmediatamente será entrevistado por el odontólogo, quién realizará la inspección de su salud bucal y luego tendrá entrevista con un médico, quién controlará sus factores de riesgo de salud, estilo de vida y alimentación, su PA. visión y audición.



Finalizado el mencionado proceso, que insume unos 30 minutos, el interesado puede pasar a retirar su carné en 48 horas.

CARNÉ SALUD BÁSICO LABORAL

Solicitar día y hora telefónicamente. Lunes a Viernes, marcando 144 opción 2 de 08 a 20 horas o personalmente de 08 a 15 horas.

Concurrir con **Foto carné, fotocopia de cédula de identidad, vacuna antitetánica, lentes si usa, 12 horas de ayuno, un tubo con primera orina de la mañana.**

Damas concurrir con **Papanicolau vigente (hasta 3 años):** si tienen entre 21 y 65 años de edad.

Mamografía vigente (hasta 2 años): si tienen entre 40 a 59 años de edad.

Certificado de aptitud psicofísica para conducir

Cualquier interesado, sea socio o no, puede obtener el mencionado certificado para solicitar libreta de conducir por primera vez o por renovación.

En este caso, cumpliendo con los requisitos que se detallan, se accede simplemente concurriendo a la Unidad en los días y horarios que se detallan en el cuadro, atendándose por orden de llegada.

Trámite rápido y amigable.

Contamos con horarios en la mañana y en la tarde para dar más comodidad.

El certificado se entrega en el acto.

El costo del mismo se encuentra regulado por la Intendencia de Montevideo, siendo de una unidad reajutable.

En la entrevista, el médico realizará un control de factores de riesgo, presión arterial, visión y audición.

CERTIFICADO APTITUD PSICOFÍSICA PARA LICENCIA DE CONDUCIR AMATEUR

Socios y no socios hasta 75 años, habilita para culminar trámites administrativos en la I.M.M. Se atiende por orden de llegada los días:

Lunes de 12 a 15.30 horas, martes y miércoles de 8 a 15,30 horas, jueves de 8 a 12 horas y viernes de 12 a 15.30 horas.

Se requiere concurrir con cédula de identidad (vigente), libreta anterior (sí es renovación) y vacuna antitetánica.

Asesoramiento al viajero

Si Ud. se dispone a viajar, por trabajo o placer, es importante asesorarse en cuanto a la prevención de enfermedades que no existen en nuestro país. Por ejemplo malaria u otras.

En ese caso, la Unidad de Medicina Preventiva le ofrece a los interesados, una entrevista con un especialista en infectología, a los efectos de que le aconseje, según los países o regiones que visitará, qué precauciones debe tomar.

MEDICINA DEL VIAJERO

Asesoramiento sobre profilaxis y vacunas para viajeros en riesgo. Coordinar día y hora, telefónicamente al 2487 0822 Interno 4010 o personalmente de lunes a viernes de 8 a 15 horas.

Policlínica de atención inmediata para patología mamaria

La Policlínica de Atención Inmediata de Patología Mamaria, se encuentra ubicada en el Policlínico de 8 de Octubre y Abreu.

Nosotros aconsejamos consultar preventivamente a su médico, quien le sugerirá e indicará los controles de salud que Ud. debe realizarse.

No obstante, si detecta alguna molestia, tumefacción, induración o cualquier otro aspecto que le genere inquietud, le ofrecemos una policlínica de mama, de atención inmediata.

POLICLÍNICA DE ATENCIÓN DE PATOLOGÍA MAMARIA

Solicitar hora telefónicamente a través del 144, opción 2, de lunes a viernes de 8 a 20 horas, o personalmente en el Policlínico, primer piso mostrador C de 8 a 20 horas.

Equipo de violencia doméstica

La Unidad de Medicina Preventiva aconseja conversar con su médico de confianza, si estima que está siendo víctima de violencia doméstica. Él está capacitado para darle muy buena orientación y es además quien le conoce mejor.

Además, contamos con un equipo multidisciplinario es-

pecializado en el tema, que actúa como referente, cuando su médico así lo disponga o si Ud., por alguna razón, requiere de un asesoramiento muy especializado.

POLICLÍNICA DE VIOLENCIA DOMÉSTICA

Se solicita día y hora telefónicamente de lunes a viernes de 8 a 15 horas.
Al 2487 0822 interno 4010 o personalmente de lunes a viernes de 8 a 15 horas.



¿Qué aconseja ud., como Director de medicina preventiva, para mantenerse saludable?

Está más que comprobado que, al igual que hace muchos siglos, los mejores consejos siguen siendo los mismos: alimentación saludable, ejercicio físico, disminución del estrés, descansar adecuadamente.

No hay nada que haya podido superar esas recomendaciones.

No obstante, el avance científico, agrega muchos elementos que también pueden ayudarlo.

Además de las vacunas, a las que no nos referiremos ahora, el primer y más importante aspecto a tomar en cuenta es el de **contar con un médico generalista, de familia o pediatra, que sea de su confianza.**

Él se encuentra muy capacitado para brindarle consejos, despejar dudas y **aconsejar estudios según los riesgos de salud que se presentan en base a su edad, su sexo, sus antecedentes familiares y personales, sus hábitos, su trabajo y su momento de vida.**

Normalmente todas las personas atravesamos momentos de felicidad y paz, de estrés y presión, de tristeza o de incertidumbre.

Nuestro momento no es igual si esperamos un hijo, un nieto, un hermano. O si hemos tenido alguna pérdida. Nos puede ir bien en el trabajo. O podemos estar sometidos a mucho estrés como consecuencia de innumerables situaciones que la vida nos presenta.

Todo ello es tan importante como conocer sus cifras de presión arterial, colesterol o glicemia, prevenir el cáncer de cuello de útero, a través de la prueba de Papanicolaou (aunque se hubiere vacunado) recibir consejos sobre una vida sexual saludable, prevención de enfermedades de transmisión sexual o anticoncepción, entre otros.

Realizar pruebas para prevenir o detectar precozmente cáncer de colon y el cáncer de mama. Conversar sobre el uso inadecuado de sustancias como el alcohol, tabaco o drogas psicoactivas, cualquiera sea.

Es por todo eso que el mejor consejo que damos es el de contar con un médico de confianza y controlarse con la periodicidad que se lo recomiende.

Converse con su médico sobre sus problemas, dudas, y consúltele qué pruebas debe realizarse para mantenerse saludable.

