

LA REVISTA DE SALUD DEL **casmu**

Leerla hace bien

# casmu**Cerca**

Publicación oficial del CASMU - Distribución gratuita - Año XIV - Nº 63 - Octubre de 2023



*Dr. Edgardo Castillo Pino*

## Diagnóstico precoz del cáncer de cuello de útero. ¿Test de HPV o Papanicolaou?

**Hablemos de Obesidad**  
*Lic. Dayana Rambalducci*

**Departamento de  
Hemoterapia y Medicina  
Transfusional**  
*Dr. Juan Ferrari*

**Policlínica de Medicina  
Cannábica  
en CASMU**  
*Dra. Ana Suárez*

Si quiere recibir nuestra revista CASMU CERCA en formato digital directamente en su correo electrónico solicítela a [carevista@casmu.com](mailto:carevista@casmu.com)

# TÓTEMS DE AUTOGESTIÓN



**ACTIVOS EN POLICLÍNICO  
Y EN 45 CENTROS MÉDICOS DE TODO EL PAÍS**

## Señores Socios

En los Tótems pueden realizar las siguientes operaciones:

-  **Pago** de todas sus prestaciones CASMU mediante medios electrónicos: Maestro, Oca, Visa, Mastercard y Lider
-  **Anuncio** a Consultas Médicas
-  **Agenda** de Citas Médicas / **Cancelación** de Citas Médicas
-  **Consulta** de Regalías
-  **Solicitud** de PIN / **Cambio** de PIN
-  Línea Atención via WhatsApp:  091.066.797

**RECUERDE ABONAR SU CONSULTA PREVIAMENTE  
A ANUNCIARSE SI LA ORDEN TIENE COSTO.**





Autoridades Consejo Directivo  
CASMU - IAMPP

Presidente: Dr. Raúl Germán Rodríguez Rodríguez  
Vice Presidente: Dra. Andrea Zumar Viquez  
Secretario General: Dr. Juan José Areosa Barcia  
Pro - Secretario: Dr. Álvaro Niggemeyer Venditto  
Tesorera: Dra. Cristina Rey

**Comisión Fiscal:**

Dr. Álvaro Arigon  
Dr. Gabriel De Feo  
Dra. Mariela Mansilla



AGOSTO de 2023

**Responsable:**

Dr. Horacio Rodríguez Dulcini  
(Gerente de Administración)

**Coordinación:**

Pilar Castro  
Tiziana Alonso

Revista CasmuCerca es una creación de OPCIÓN  
MÉDICA / EDICIONES MEDICAS S.A.

Cel. (00598) 098 263636.  
Montevideo, Uruguay  
E-mail: [revistacasmu@gmail.com](mailto:revistacasmu@gmail.com)

El editor no se hace responsable de las opiniones vertidas por los colaboradores o entrevistados en sus artículos, Los artículos periodísticos que no están firmados, son producidos por la redacción de CasmuCerca. El contenido publicitario es responsabilidad de los anunciantes.

Derechos reservados.

Prohibida su reproducción total o parcial sin el consentimiento de los autores y los editores.

Impresión.

Depósito legal N°

Próxima edición de la revista CasmuCerca:



## Sumario

### 06 PUBLINOTA CAEDOT

Una forma diferente de hacer las cosas

### 08 TELEMEDICINA

Videoconsulta en CASMU

### 11 NUTRICIÓN

Hablemos de Obesidad

### 16 1727

Avances y desafíos de 1727 como parte de una estrategia integral de atención y promoción de salud

### 18 GINECOLOGÍA

Diagnóstico precoz del cáncer de cuello de útero. ¿Test de HPV o Papanicolaou?

### 22 MEDICINA TRANSFUSIONAL

Plasma rico en plaquetas

### 24 NEUROLOGÍA

29 de Octubre: Día Mundial del Ataque Cerebrovascular. Crear conciencia y ser más activo

### 29 INFOCASMU

Uso de Enfriador de cuero cabelludo para tratamiento de prevención de caída de cabello químico inducida en Hospital de Día de CASMU - IAMPP

### 31 ENDOCANNABINOLOGÍA

Policlínica de Medicina Cannábica en CASMU

### 37 CARDIOLOGÍA

El innovador estudio, denominado MIECG 3, 5 y 7, está disponible para socios y no socios de CASMU, bajo el lema: "Un latido, una vida"

### 39 INFOCASMU

¿Qué es CIAMC?

### 43 UROLOGÍA

Noviembre azul. Mes del cáncer de próstata CASMU incorpora innovadora tecnología para el diagnóstico precoz

### 48 PUBLINOTA UDE

La juventud y qué le depara el futuro con la Inteligencia Artificial

## JEFATURAS MÉDICAS

Departamento		
Anestesia		Dr. Martín Pérez de Palleja
Cardiología		Dra. Marianela Mendez
Cirugía General		Dr. Daniel Montano (I)
Cirugía Mamaria	Coordinador	Dr. Victor Laxalt
Cirugía Pediátrica	Ex Profesor Adj. de la Clínica Quirúrgica Pediátrica de la Udelar	Dr. Alex Acosta
Cirugía Plástica		Dr. Jesus Manzani (I)
Cirugía Torácica		Dr. José Maggiolo
Cirugía Vasculuar		Dr. Juan José Martín (i)
CO.SE.PA.		Dr. Sebastián Yancev
CREAR (ex IMAE Traumatológico)		Dr. Álvaro Arsuaga
Cuidados Paliativos		Dra. Claudia Díaz
Departamento de Medicina Prehospitalaria		Dra. Lorena Giannoni
Dermatología	Coordinadora	Dra. Natalia Tula
Dirección de Medicamentos		Dr. Gustavo Burroso
Endoscopia Digestiva		Dra. Virginia López
Endoscopia ORL	Coordinador	Dr. Martín Franchini
Fisiatría		Dr. Juan Vigna
Gastroenterología		Dra. Virginia López
Ginecología		Dr. Edgardo Castillo
Hematología		Dra. Gabriela De Galvez
Hemodiálisis - IMAE	Profesor Adjunto de Medicina Preventiva	Dra. Laura Solá
Hemoterapia	Jefe de Depto. de Medicina Transfucional	Dr. Juan Ferrari
Imagenología		Dr. Pablo Ameijenda (i)
Infectología		Dra. Mariella Mansilla
Servicio de Cirugía del Día		Dr. Wolf Kohn
U.N.E.		Dr. Carlos Barozzi
Laboratorio		Dr. Carlos Russi
Medicina Intensiva		Dr. Alberto Deicas
Medicina Interna		Dr. Sebastián Irureta
Nefrología	Profesor Agregado de la Cátedra de Nefrología del HC	Dr. Alejandro Ferreiro
Neonatología		Dr. Enrique Di Lucci
Neumología		Dra. Monica Mamchur
Neurocirugía		Dr. Carlos Aboal
Neurología		Dra. Beatriz Arciere
Odontología	Especialista en Odontopediatría (UdeLaR) Especialista en Gestión de Servicios de Salud (UdeLaR)	Dra. Gabriela Brovia
Oftalmología		Dr. Rafael Costa
Oncología		Dra. Aracely Ferrari
ORL		Dr. Andrés Munyo
Pediatría	Profesor Agregado de Pediatría de Facultad de Medicina	Dra. Stella Gutiérrez
Salud Mental	Ex. Profesor adjunto de Clínica Psiquiatra	Dr. Manuel Alcalde
Salud Ocupacional		Dr. Alvaro Arigon
Servicio de Urgencia		Dr. Marcelo Nandes
S.I.D - PGU - PGUR		Dra. Alejandra Paolino
Traumatología		Dr. Jorge Tabachnik (i) Dr. Emerson Kucharski (i)
Unidad Anatomía Patológica	Grado II de la Cátedra de Anatomía Patológica del Hospital de Clínicas Facultad de Medicina	Dra. Andrea Astapenco
URAC	Especialista en Reproducción Humana	Dr. Roberto Suárez Serra
Urología	Profesor Adjunto de Clínica Urológica	Dr. Hugo Badía

# Editorial

## Construir el CASMU



Dr. Juan José Areosa  
Secretario general del  
Consejo Directivo  
CASMU - IAMPP.

**M**iles de personas pasan a diario por el Policlínico Central, otras miles por los centros médicos y cientos están internados. Somos el resultado de una construcción, nuestra identidad, nuestro aprendizaje y los resultados que vamos teniendo se construyen a lo largo de la vida y no de un día para otro. Hoy como secretario general, médico desde hace 30 años, hombre casado y con 4 hijos, mi vida fue una construcción basada en trabajo, estudio y valores.

Ejercí desde el Directorio de CASMU la función de Tesorero, Pro Secretario, y actualmente el segundo período como secretario general. Desde la minoría realizando propuestas y como contralor de la gestión. Actualmente integrando la mayoría, gestionando y poniendo en práctica nuestro programa, o sea construyendo y trabajando incansablemente para transformar al CASMU en una empresa moderna, dedicada a brindar servicios de salud de calidad y con calidez.

La construcción de como brindar estos

servicios es ardua, requiere la participación de muchos actores que ayuden en el cambio de paradigma que propones, para entender y aplicar con todo el personal nuestra máxima: El usuario es el centro de todos nuestros esfuerzos y a ellos nos debemos.

Pronto, gestión mediante de nuestro Departamento de Calidad, se empezarán a dictar cursos a nuestro personal para la adquisición de nuevos conocimientos y fortalecer la cualidad más importante de quien interactúa con sus semejantes: la empatía para quienes están vulnerables y vienen solicitando su atención.

Es importante para quienes integramos esta Institución, sean médicos, enfermería, administrativos, servicios, mantenimiento, entiendan que cuando nuestros usuarios nos llaman a su domicilio o pasan la puerta de un policlínico y o del sanatorio, son personas vulnerables y con incertidumbres, que asoman a un mundo desconocido donde nuestra guía les hará más tolerable su transcurrir dentro de él.

Nuestra responsabilidad es inmensa debido a que los pacientes depositan lo más valioso que tienen, su salud, intimidad, miedos, en suma, su confianza. Ganarse esta confianza es otra construcción, nuestro personal bien lo sabe cuándo además de lo anterior pasan a ser cuasi confesores de ellos a lo largo del tiempo.

No perdamos esa confianza, construirla nuevamente es muy difícil y la Institución hoy debe ser el cobijo para que los usuarios sientan algo más que esto, sientan que la integran plenamente, y con libertad de marcar lo bueno y lo malo, esto último para que nos hagamos cargo y lo mejoremos.

Como secretario general que integra un grupo humano muy grande de funcionarios y médicos estamos a disposición de nuestros pacientes, en la construcción de un futuro mejor para todos en CASMU.

# La Enfermería domiciliaria



## CAEDOT

*Una forma diferente de hacer las cosas*

Juan Corbalán  
Director.

Damos valor agregado a la calidad de nuestro trabajo.

Somos una empresa de enfermeros que brinda servicios dentro de un sistema de salud curativo, con objetivos claros y conscientes del rol del profesional enfermero dentro de este sistema.

CAEDOT nace hace 10 años fortaleciendo la calidad de servicios que brinda dentro del ecosistema de salud y se ha desarrollado en calidad de certificaciones a nivel nacional e internacional con las normativas UNIT - AENOR.

Es justo reconocer que no todos tenemos la misma visión sobre qué entendemos por calidad de servicios brindados y lo abarcativo de los mismos.

Por supuesto que muchas más diferencias aparecen y se tienen cuando nos preguntamos para qué es necesaria la calidad y hacia qué y quienes va enfocada.

En cualquier empresa quienes son parte

de ella además de cumplir una función por la que se les remunera hay otros que pueden pretender hacer algo más, tener ideas, hacer propuestas, generar alternativas y sumar valor indispensable en el factor de integridad de equipo como también en el desarrollo empresarial y humano.

**En resumen, dar valor agregado a su trabajo es el camino a la calidad.**

¿Cuánto valor le puedo dar como empresa a quien nos genera ese valor agregado?

Claro que la respuesta inmediata que se nos aparece es dependiendo de lo que la empresa apunte a volcar en sí misma.

**Hay solo dos formas de hacer las cosas, bien o mal en el tema salud no hay espacio a otro concepto.** Seguramente muchos hacemos un esfuerzo por hacer las cosas mejor, otros pocos lo hacen mal y otros muy mal.



CAEDOT se propone un solo camino y es el de hacer las cosas bien, pero además con nuestra propuesta desarrollada, que es a su vez una forma diferente de hacer las cosas.

También lo podemos simplificar en “una forma diferente de hacer las cosas” pero que abarca mucho más que eso.

En tiempos de pandemia supieron asumir nuestros hombres y mujeres un valor que no se entrena ni se aprende en ninguna universidad, que es el **CORAJE** frente a la **INCERTIDUMBRE**.

**EL CORAJE** lo tomamos y asumimos como uno de los motores de impulso de estos 10 años de trabajo ininterrumpido en pos de la **SALUD**.

Nos propusimos primero y luego nos comprometimos a trabajar en la calidad de nuestros procesos y servicios.

Luego y con el tiempo logramos nuestro objetivo con el agregado de certificación en calidad **UNIT-AENOR**.

Lo novedoso no es lograr la certificación, sino cómo y fundamentalmente el porqué.

**CAEDOT** es la única empresa con el total de los servicios de enfermería domiciliar que certifica sus procesos.

### ¿Cómo logramos esto?

- **Reconociendo el valor agregado** de nuestro equipo de colaboradores, aprovechando sus fortalezas y trabajando sus debilidades con capacitación permanente.
- **Invirtiendo**, sin dudas los costos son altos, pero en ningún momento esos costos permitimos que estuvieran sobre nuestro objetivo.
- Por último, nos aferramos a nuestras principales herramientas, la humildad al momento de reconocer nuestros errores.

Recordemos que nacimos desde el esfuerzo cooperativo y colaborativo de los trabajadores de la salud que nos

enseñaron un modo de vida y trabajo y seguimos cada día siendo trabajadores de la salud las 24 horas del día los 365 días del año.

**La ética** al momento de trazar los objetivos juega un rol prioritario y único al trabajar con las mejores herramientas en beneficio de la gente cueste lo que cueste.

**La transparencia** nos marca que somos una empresa de puertas abiertas, en la cual quien quiera puede venir a conocer y ver que hacemos y cómo lo hacemos.

Siempre es mejor dedicarse a conocer algo que se desconoce a aparecer minutos y volcar horas hablando por boca de otros.

La realidad se palpa en el terreno y nuestra empresa tiene abierta sus puertas a todos los actores que componen nuestras relaciones desde el usuario de servicio a médicos, profesionales y trabajadores de la salud como periodistas, etc.

**El Respeto**, característica fundamental en CAEDOT la cual no se negocia ni se pide, todos y cada uno de quienes son parte de esta empresa entienden este concepto con el que además son tratados.

Con ese mismo respeto, empatía y hu-

manismo es que cada paciente debe ser tratado. El profesionalismo se aprende y es fundamental pero el humanismo es todo.

Como empresa entendemos que los costos, el esfuerzo, y el cansancio del día a día forman parte del esfuerzo de lograr la calidad óptima de nuestro servicio.

Si así no lo entendiéramos no seríamos **CAEDOT**.

CAEDOT no es solo sinónimo de sacrificio, humildad, humanismo y respeto, hoy también suma a estos valores el sinónimo de calidad certificada.

¿Esto nos inmuniza de cometer errores o tener fallos?

En absoluto que no, pero lo importante es que nos preguntemos todos.

¿Cuánto hacemos cada uno de nosotros como sociedad y en nuestra parte como empresa por dar lo mejor de sí para la gente?

Acá en CAEDOT sin condiciones damos todo.

Nuestro camino como en estos 10 años y desde antes también seguirá siendo, con la **SALUD** y **LA GENTE**.



# Videoconsulta en CASMU



**Dra. Laura Vera**

Encargada de Telemedicina CASMU.

**E**l servicio de videoconsulta de CASMU se puso en marcha en abril del 2020 bajo condiciones de pandemia. El servicio fue creciendo y se fue consolidando a lo largo del tiempo hasta la actualidad, funcionando dentro del sistema asistencial CASMU. La videoconsulta abate la limitante de la distancia, ahora es posible que un afiliado CASMU este lejos, dentro del país o en el exterior, y pueda consultar por una afección del momento o un control.

En sus inicios se implementó una modalidad de consulta mediante agenda siguiendo el modelo tradicional asistencial y alternando presencialidad y virtualidad o solamente virtual. Diversos médicos se han sumado a esta iniciativa durante la pandemia de COVID-19, pero más allá de haber sido superado el período de limitaciones de la movilidad la videoconsulta encontró su espacio dentro de algunos procesos asistenciales dándole

valor agregado a la asistencia que CASMU brinda a sus afiliados.

Desde setiembre de 2021 se ha incorporado la modalidad de videoconsulta inmediata para adultos y en enero de 2022 la de pediatría. La videoconsulta inmediata una vez superada la pandemia necesitaba un nuevo espacio dentro del marco asistencial por lo que fue actualizada en junio de este año transformándose en una videoconsulta pre hospitalaria integrando los servicios de emergencia móvil, puerta de emergencia y medicina ambulatoria. La consulta inmediata pediátrica no tiene costo para los afiliados CASMU y 1727, buscándose de esta manera acercar el servicio a los pacientes que más lo necesitan.

La consulta inmediata de adultos funciona de lunes a domingo de 8:00 a 20:00 horas y la de pediatría de lunes a viernes de 8:00 a 20:00 horas. En febrero

de 2023 se agregó una videoconsulta de atención inmediata de psiquiatría, la que es muy requerida por los pacientes CASMU y funciona de lunes a viernes en un espacio de dos horas asiste a seis pacientes. Este proceso está liderado con el departamento de endocrinología y metabolismo, coordinado con el servicio de puerta de emergencia, la consulta inmediata de adultos y los médicos de atención ambulatoria de todas las sedes CASMU

Desde el nacimiento de esta modalidad de consulta hasta ahora se han triplicado anualmente las consultas bajo la modalidad de telemedicina. En el mes de junio de 2023 se realizaron 672 videoconsultas agendadas, 504 consultas inmediatas, involucrando a 197 médicos de 36 especialidades, 4 telemonitoreos distribuidos en 27 locales de la red CASMU de Montevideo, Maldonado, Canelones y San José.

En agosto de 2023 se implementó una policlínica de telecardiología destinada a todos los socios CASMU ya sea para tener atención de prevención o para realizar asistencia de patologías cardiológicas crónicas. Durante fines del 2022 y 2023 se han integrado varios telemonitoreos: oxigenoterapia, Hemodiálisis y neonatología. Recientemente se ha incorporado el telemonitoreo de lactancia destinado al control del binomio madre hijo en el proceso de lactancia en los primeros días del nacimiento, este servicio está coordinado con el CIAMC (Centro Integral de Atención Mamaria).

En octubre de 2023, se incorporó el telemonitoreo de diabetes destinado al control de pacientes diabéticos recién diagnosticados, en fase aguda o con descompensaciones. Este proceso está liderado con el departamento de endocrinología y metabolismo, coordinado con el servicio de puerta de emergencia,

la consulta inmediata de adultos y los médicos de atención ambulatoria de todas las sedes CASMU.

En el proceso de incorporación de consultas especializadas se ha ofrecido acceso a la videoconsulta de cuidados paliativos de adultos y pediátrico, enfermedad intestinal crónica, policlínica cannabica, medicina sexual de adultos y adolescentes e Integramas, servicio dedicado a diversidad sexual. Siguiendo este proceso CASMU incorporó diferentes servicios con la misma calidad asistencial de los médicos de referencia que tradicionalmente CASMU ofrece al grupo familiar.

**Equipo de Videoconsulta:**  
Teléfono: 2487 53 33 Interno: 2585.  
Cel/Wpp: 098 415 534.  
Email: catelemedicina@casmu.com

**¿Querés ver claro? Tus ojos se merecen lo mejor para ver el futuro sin problemas. Te podemos ayudar.**

## **Centro Oftalmológico Bulevar**

Ofrecemos consultas oftalmológicas, pre y post operatorias, realización de estudios tales como refractometría, fondo de ojo, exámenes completos con toma de presión intraocular, tomografía de coherencia óptica, pentacam, entre otros.

Por consultas y agenda comunicarse al

 **144 op. 8**

 **095 290 254**

de 8 a 20 h.

Ubicado en Br. Artigas 1309 esq. Guaná

Por más información [www.casmu.com.uy](http://www.casmu.com.uy)

 **casmu**  
estamos para cuidarte

 **1727**  
EMERGENCIA MÓVIL

 **MEDIS GROUP**  
TU SALUD A OTRO NIVEL

MÁS ENERGÍA TODOS LOS DÍAS

# NUTRISURE<sup>®</sup>

EL COMPLEMENTO NUTRICIONAL  
MÁS COMPLETO



NUEVO PRECIO  
REDUCIDO

+ ENERGÍA + FUERZA



 Servimed



# Hablemos de Obesidad



---

Lic. Dayana Rambalducci

Licenciada en Nutrición y dietoterapia.  
Jefa del departamento de Nutrición  
CASMU- IAMPP.

La Federación Mundial de Obesidad (World Obesity Federation) propuso para el presente año, reflexionar sobre el lema: “Cambiemos las Perspectivas: Hablemos de la Obesidad”.

Dicha propuesta surge con el fin de reconocer qué papel juega la obesidad en la sociedad y los múltiples factores que influyen en esta enfermedad.

### ¿Qué es la obesidad?

La obesidad y el sobrepeso, se definen como el exceso de tejido graso acumulado en el organismo que puede afectar la salud de manera negativa.

En nuestro país, las cifras de sobrepeso y obesidad son alarmantes y preocupantes en los diferentes sexos y grupos etarios, creciendo con gran rapidez en los últimos 10 años y siendo el sobrepeso infantil las más elevadas del continente (Tabla 1).

### ¿Qué la causa? ¿Por qué tenemos obesidad?

Si bien la presencia de sobrepeso u obesidad puede deberse a múltiples causas, la realidad es que se trata del resultado del desequilibrio entre las calorías consumidas y las calorías gastadas.

Por tanto, se asocia a una alimentación inadecuada con presencia de alimentos de alta concentración calórica (principalmente grasas y azúcares), así como también al sedentarismo.

Si bien comer mal y moverse poco son los principales factores ambientales para el desarrollo de la enfermedad, también contribuyen a este trastorno el estrés, la falta de horas de sueño, factores psicológicos y biológicos de cada persona. Por lo que el tratamiento debe ir acompañado de un equipo multidisciplinario.

### ¿Cómo la podemos diagnosticar?

Habitualmente una de las formas rápidas y sencillas que se utilizan para clasificar el estado nutricional de las per-

Edad	Prevalencia de sobrepeso u obesidad
0 a 4 años y 11 meses	12,3% (Encuesta de Nutrición. Desarrollo Infantil y Salud ENDIS, 2018).
Niños escolares	4 de cada 10 (Administración Nacional de Educación Pública ANEP, 2019).
Adolescentes entre 13 a 15 años	3 de cada 10 (Encuesta Mundial de Salud Escolar. EMSE 2019).
Jóvenes de 15 a 24 años	4 de cada 10 (2da Encuesta Nacional de Factores de Riesgo de Enfermedades No Transmisibles ENFRENT, MSP 2013).
Adultos entre 25 a 64 años	7 de cada 10 (2da ENFRENT, MSP 2013).

Tabla 1: Cifras de obesidad en nuestro país.

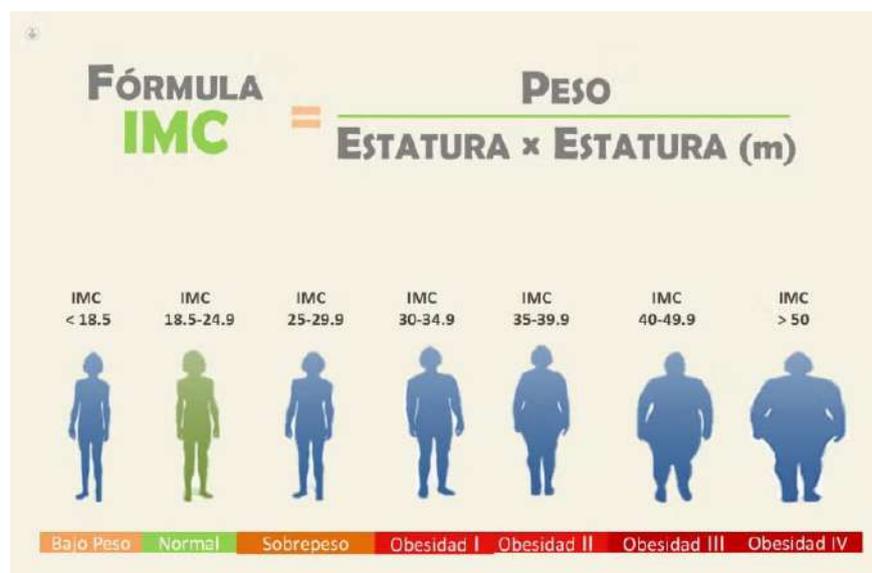


Figura 1: Clasificación OMS. Fuente: <https://www.topdoctors.com.co/articulos-medicos/como-saber-si-sufrimos-algun-grado-de-obesidad-calculando-el-indice-de-masa-corporal-imc/>

sonas adultas, es a través de lo que se llama Índice de masa corporal (IMC).

Se calcula dividiendo el peso de una persona en kilos sobre su talla al cuadrado en metros (kg/m²):

**Peso / (talla²)**

Comparamos el resultado con la clasificación de la Organización Mundial de la Salud (OMS), para observar si está o no dentro de los rangos esperados, (Figura 1).

Debemos tener en cuenta, que dicho valor es aproximado y que no siempre corresponde a los mismos niveles de grasas en todas las personas.

Otro indicador para diagnosticar el exceso de grasa abdominal o visceral es la medida de la circunferencia de la cintura.

Se utiliza con el fin de conocer el riesgo que tienen las personas de padecer una enfermedad cardiovascular.

La OMS establece mayor riesgo según los siguientes criterios:

Valores de circunferencia abdominal	
<b>Hombres</b>	
<95cm	Normal
95 a 102cm	Riesgo elevado
>102cm	Riesgo muy elevado
<b>Mujeres</b>	
<82 cm	Normal
82 a 88cm	Riesgo elevado
>88cm	Riesgo muy elevado

### ¿Qué complicaciones conlleva para la salud estar excedido de peso?

La obesidad es uno de los principales factores de riesgo para desarrollar numerosas enfermedades no transmisibles. Al ser una enfermedad silente (que no manifiesta síntomas), hace que no seamos conscientes de las alteraciones metabólicas que se presentan o que se presentarán en el futuro:

Como lo son la diabetes, las enfermedades cardiovasculares (hipertensión, infartos, varices en las piernas), colesterol o triglicéridos elevados, accidentes cerebrovasculares, así como varios tipos de cáncer (útero, mama, colon, riñón y esófago).

Además, se pueden presentar problemas osteoarticulares (artrosis, dolores de columna y en las piernas); Problemas respiratorios, apnea del sueño; Alteraciones digestivas, (cálculos en la vesícula, hemorroides); Problemas psicológico-psiquiátricos: disminución de la autoestima, depresión y ansiedad.

### ¿Cómo podemos prevenirla o tratarla?

El agua y los alimentos saludables deben formar parte de la alimentación de niños, adolescentes y adultos. Preferir frutas, verduras, legumbres y promover el consumo de comidas caseras preparadas en base a alimentos naturales, es

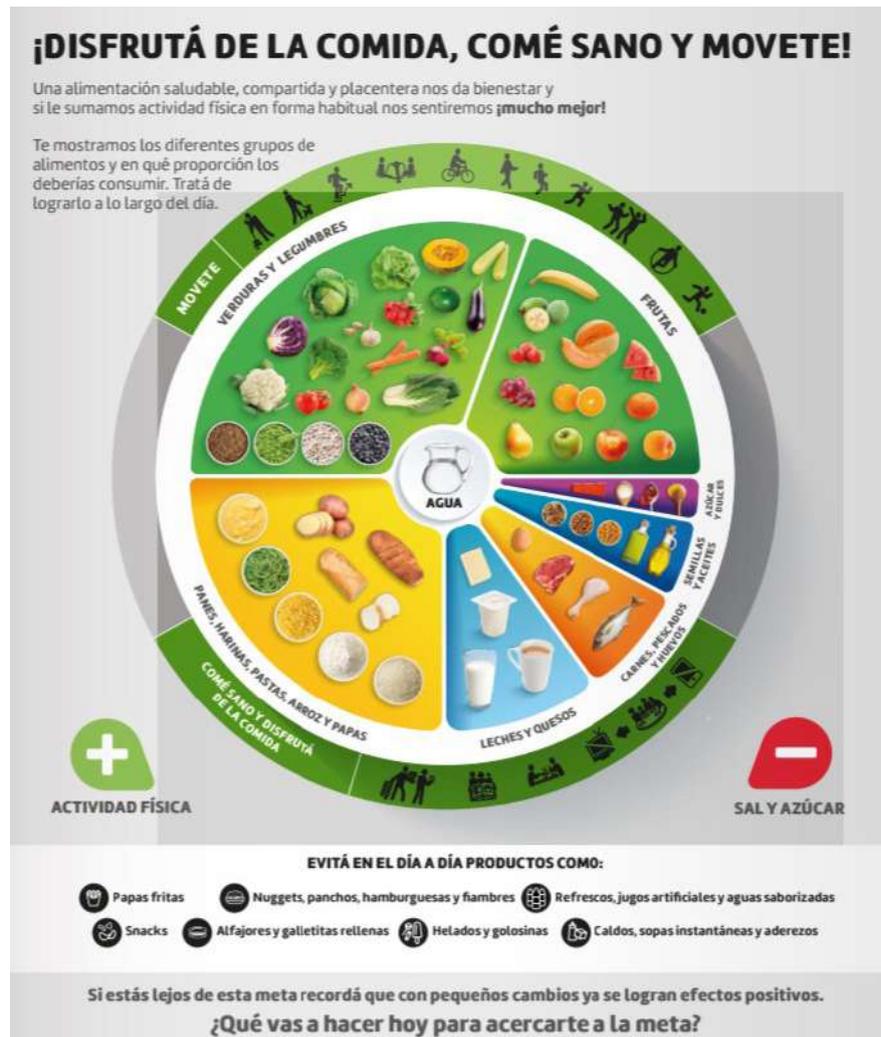


Figura 2: Recomendaciones que se brindan a nivel poblacional a través del ícono uruguayo

fundamental para la prevención o tratamiento del sobrepeso u obesidad.

Evitar el consumo de bebidas azucaradas, productos ultraprocesados (snacks, nuggets, alfajores, galletitas, hamburguesas, panchos y golosinas), fiambres y embutidos o productos elevados en grasas (aderezos, manteca, cortes de carne grasos). Son algunos ejemplos de productos de baja calidad nutricional que solo aportan exceso de azúcares, sodio y grasas.

Por otro lado, la falta de actividad física y las horas sentado/a frente a una pantalla (tv, tablet, Playstation), es otro de los motivos que agravan esta situación.

Algunas de las recomendaciones que se brindan a nivel poblacional a través del ícono uruguayo son las que se observan en la Figura 2.

### Recuerda seguir las 11 claves recomendadas para TU DÍA A DÍA:

- 1- Disfrutá la comida: comé despacio y, cuando puedas, hazlo en compañía.
- 2- Basá tu alimentación en alimentos naturales y evitá el consumo de productos ultraprocesados en el día a día, con excesiva cantidad de grasas, azúcar y sal.

3- Comenzá el día con un buen desayuno y no te saltees comidas.

4- Cocinar nuestros propios alimentos hace bien: descubrí el gusto por la cocina y que sea una actividad compartida.

5- Sé crítico con la información y los mensajes publicitarios que recibes sobre alimentación.

6- Acumulá al menos dos horas y media de actividad física por semana y disminuí el tiempo que permaneces sentado.

#### EN TU MESA:

7- Preferí siempre el agua a otras bebidas. Limitá los refrescos, los jugos arti-

ciales y las aguas saborizadas.

8- Incorporá verduras y frutas en todas tus comidas. Te ayudará a sentirte bien y mantener un peso adecuado.

9- Elegí aceite para tus preparaciones en lugar de otras grasas. Evitá comprar productos con excesiva cantidad de grasas y especialmente los que contengan grasas trans.

10- Incluí el pescado al menos una vez a la semana y disminuí el consumo de carnes procesadas, como fiambres y embutidos.

11- Disminuí la sal y el azúcar para cocinar: pequeñas cantidades son suficientes para realzar el sabor.

Adoptar un estilo de vida saludable que perdure en el tiempo, manteniendo una buena alimentación y evitando el sedentarismo son la clave para la prevención y tratamiento.

Consulta con tu Licenciado/a en nutrición para que te guíe de forma adecuada y personalizada; planifica un programa de ejercicios físicos, busca apoyo emocional si fuera necesario para reducir el estrés, mantén un buen descanso y enfócate en tus objetivos que serán la motivación para ganar en salud.

**Fixodent**  
Adhesivo para prótesis dental

— FIJACIÓN HASTA —  
**10X MÁS FUERTE\***

\*VS NO USAR ADHESIVO

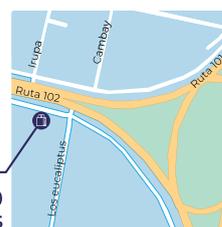


**¡VAMOS A DONDE ESTES!  
LLAMANOS Y AGENDÁ TU VISITA**

**TEL. 2924-6090**



**Montevideo:**  
Venezuela y Cuareim  
Lun a Sáb 9 a 18.30hs



**Canelones:**

Ruta 102 Km 23.500  
Lun a Dom 9.30 a 20 hs



# Teleasistencia casmu

Por consultas y/o  
contratación del servicio:  
2901 00 48  
WhatsApp 092 642 899

CASMU brinda un nuevo servicio de Teleasistencia, dirigido a todo tipo de personas, especialmente a personas con dependencia leve o moderada

El servicio de Teleasistencia permite a los usuarios mantenerse independientes, móviles, activos y seguros, dándoles tranquilidad a ellos y a sus familiares. Tan simple como pulsar un botón e inmediatamente conectarse con la central de asistencia.

### Fácil uso y visualización

Capacidad de uso en modo “manos libres” con altoparlante y micrófono incorporado.

Botón de alarma de gran tamaño, luces indicadoras.

Resistente a golpes y caídas de hasta 3 metros, resistente al agua y con batería recargable.



### Ayuda a un click de distancia

La integración con redes de telefonía, permite solicitar asistencia y establecer una llamada con solo presionar un botón en la Pulsera o Base de Comunicaciones.

Cuenta con capacidad de discado rápido y discado a destinos programables, para enviar alertas a la Central de Asistencia, familiares o vecinos.

### 24 horas todo el año

Siempre acompañado los 365 días del año a toda hora.

## BENEFICIOS DE LA TELEASISTENCIA DOMICILIARIA

### Tranquilidad

La teleasistencia brinda la tranquilidad necesaria a los adultos mayores y sus familias de poder ser atendidos rápidamente ante cualquier situación de urgencia o emergencia, caídas, angustia, soledad o simplemente a la hora de conversar o realizar consultas las 24 horas los 365 días del año.



### Autonomía

Permite a los adultos mayores poder continuar con su vida de forma independiente, activa, en su hogar, con sus afectos, más allá de los cambios que van surgiendo con el paso del tiempo, sin sentirse una carga para su entorno familiar.





# Avances y desafíos de **1727** como parte de una estrategia integral de atención y promoción de **salud**



Dra. Andrea Zumar  
Vicepresidente del Consejo Directivo CASMU - IAMPP.

Los uruguayos tenemos enormes desafíos. Sabemos que vivir bien implica una serie de acciones culturales, políticas y económicas, que se dan en un contexto social y ecológico y además, implican la toma de decisiones personales.

Nuestra vida y nuestra “buena” vida, depende en parte de las decisiones que tomamos todos los días, en lo que hacemos, en cómo nos relacionamos con los demás y con nosotros mismos, en las formas en que encaramos el trabajo, la cultura y los afectos.

Aquella noción de que “estar sano” era “no estar enfermo”, hoy es una percepción anticuada y esencialmente incompleta. Estar “sano” es vivir de la mejor manera que podamos, asumir nuestras limitaciones a la vez que desarrollamos una vida plena, en relación con los demás y nuestro entorno.

### En este marco ¿qué importancia tiene una emergencia médica?

Antiguamente podíamos pensar que la mejor Emergencia era solamente la que llegaba más rápido a atender un quebranto de salud. Para esa visión, la atención se centraba en la urgencia de una sirena prendida y la imagen de un equipo de salud corriendo hacia la salvación de un problema. Esas ideas, hoy (si bien forman parte de lo que una Emergencia Médica debe hacer), en el paradigma de una salud integral y una vida buena, son incompletas...

La emergencia tiene que estar rápidamente cuando el paciente lo necesita, pero debe ir a más. Es por eso que en Casmu asumimos el compromiso de fortalecer nuestra propuesta en 1727, como una de las áreas centrales de atención a la salud integral de nuestros usuarios. Construimos una 1727 que for-

me parte un proyecto más amplio, complementándose con los demás servicios de Casmu.

No somos solamente una ambulancia. Somos una propuesta que es capaz de atender en forma efectiva y rápida las necesidades de cada llamado, pero a su vez, también capaz de desplegar una serie de actividades y servicios que complementan integralmente la atención directa al usuario.

Es por eso que tenemos una flota de móviles actualizada, vinculada a las necesidades concretas de cada caso, ya sea para asistir al domicilio en caso de una emergencia, pero también de responder raudamente en caso de una urgencia que ponga en riesgo la vida.

El proceso de mejoras ha sido constante. Primero planificamos y ordenamos procedimientos logísticos fundamentales para el buen funcionamiento: registramos protocolos, definimos vademécum y stocks de medicamentos para los móviles y trazamos un programa de mejoramiento de autos y ambulancias. Junto a ello hicimos un programa para la capacitación de todo el personal: telefonistas, choferes, médicos y enfermeros). Sumamos profesionalidad al cuerpo médico a través de la realización de un curso de nueve meses de duración, donde se actualiza a los colegas en los procedimientos más modernos y pertinentes para la atención de urgencias y emergencias.

Pero vamos a más. Sabemos que cuando un móvil de 1727 llega a un hogar, el médico debe contar con todos los antecedentes del paciente. Es por eso que logramos la conexión digital con la historia clínica del paciente. Eso nos permite saber los resultados de sus análisis, la medicación que tiene recetada y los registros que los médicos que ya lo

atendieron, hicieron en cada una de las especialidades donde fue recibido.

La digitalización de los procedimientos también permite recetar nueva medicación, que el usuario podrá retirar en la farmacia de nuestra institución y solicitar los análisis clínicos que el médico de 1727 entienda pertinentes. Esto facilita el recorrido de cada usuario para tener la atención integral en forma rápida y agiliza los procedimientos médicos.

Gracias a esta vinculación digital, en caso de situaciones de Urgencia que necesitan la atención en sanatorio, el ser atendido por un médico de 1727 hace que apenas éste lo solicita, en la puerta de nuestro nosocomio estén los recursos prontos para recibir al usuario y se activen los protocolos necesarios para una atención con la celeridad que esta necesita.

Estos servicios de emergencia médica, hacen que la experiencia del usuario sea más eficiente y segura, redundando en una mejor atención directa. Pero como dijimos al principio, la salud es un proyecto integral. En 1727 también realizamos actividades de formación en primeros auxilios y RCP para diferentes colectivos, como forma de capacitar a la población ante situaciones de riesgo.

Finalmente queremos destacar el compromiso medioambiental y social, esto también es promoción de salud. Aposamos a la reducción del uso de papel y a avanzar en la renovación de una flota menos contaminante y ecológicamente sustentable. 1727 está presente en el apoyo a actividades comunitarias que atienden a toda la sociedad.

Invitamos a todos los usuarios a confiar en la 1727, que no es una emergencia más. Es la Emergencia del Casmu, es decir, es su propia emergencia.





# Diagnóstico precoz del cáncer de cuello de útero. ¿Test de HPV o Papanicolaou?

El cáncer cervicouterino (CCU) sigue siendo una causa de muerte en mujeres a nivel mundial. “Un pilar fundamental de la estrategia de eliminación del cáncer cervicouterino es que los países aumenten la cobertura con una prueba de alto rendimiento. La precalificación de estas pruebas permite poner a disposición de los países más pruebas de calidad. Este es un paso importante hacia la eliminación del cáncer cervicouterino”, ha comentado y publicado la directora del Departamento de Enfermedades No Transmisibles de la OMS, Bente Mikkelsen.



**Dr. Edgardo Castillo Pino**  
Médico. Ginecotólogo.  
Jefe del Departamento de Ginecología  
y Obstetricia CASMU – IAMPP.

**E**s importante conocer que el cáncer del cuello uterino (CCU) es una enfermedad prevenible y curable, siempre y cuando, sea detectado en una etapa temprana y tratado debidamente. A pesar, todo esto, sigue siendo uno de los tipos de cáncer más comunes y una de las causas de muerte por cáncer entre mujeres de todo el mundo, con una mayor frecuencia en la mujer joven.

Según el Registro Nacional del Cáncer de la Comisión Honoraria de Lucha contra el Cáncer (CHLCC) 2015-2019, el CCU es el cuarto cáncer más frecuente en mujeres y la quinta causa de muerte asociada a esta enfermedad en Uruguay, donde fallecen por año 140 mujeres por este cáncer y se registran 330 casos nuevos por año.

Para lograr que esta enfermedad sea 100 % prevenible y 95% curable los objetivos del diagnóstico precoz en la población femenina de nuestro país consisten en reducir el número de casos nuevos por año, reducir la tasa de mortalidad, alcanzar la curación gracias a un diagnóstico precoz y mejorar la calidad de vida en mujeres asintomáticas con posibilidad de CCU en etapa inicial para tratarse con efectividad. Además, es muy importante el beneficio psicológico de la paciente al saber que el resultado de un test de Papanicolaou o HPV es negativo, ya que le ofrece un intervalo de seguridad libre de enfermedad.

Hoy día existen en el mundo y en el Uruguay, dos pruebas o test de diagnóstico precoz del CCU que son el test de Pa-

panicolaou (Pap) o el test del virus del papiloma humano o VPH (o su sigla en inglés HPV).

### Prueba de Papanicolaou

La prueba de Papanicolaou o test de citología o frotis cervical es el más utilizado en el mundo desde mediados del siglo XX y ha contribuido a reducir la incidencia de este cáncer permitiendo el diagnóstico temprano de lesiones precursoras del CCU. Esta técnica se basa en el estudio de las células obtenidas por raspado o cepillado de la superficie del cuello uterino, células susceptibles de presentar alteraciones secundarias a la infección por HPV, por otros organismos, o por cambios en la flora vaginal normal. Puede informar normal o dar alguna alteración sugestiva de lesión premaligna y por tanto profundizar la investigación con un estudio colposcópico.

### Prueba de HPV

Las pruebas o test de HPV usan una muestra de células del cuello uterino para buscar signos de infección por papilomavirus humano de alto riesgo que pueden causar cáncer de cuello uterino mediante una tecnología de biología molecular que detecta la presencia de ADN de los tipos de HPV de alto riesgo cancerígeno en las células del cuello uterino. Existe una alta asociación ya demostrada entre el HPV y cancer.

Los múltiples estudios transversales y longitudinales en el mundo y en el Uruguay han demostrado consistentemente que el test de HPV confiere una mayor y mejor eficacia preventiva para el cáncer de cuello uterino que la citología de Papanicolaou, debido a su mayor sensibilidad para detectar lesiones premalignas de cuello uterino.

Se estima que 8 de cada 10 personas (mujeres y varones) tendrán contacto con el virus en algún momento de su vida sexual. Se han identificado alrededor de 40 tipos de HPV que afectan a la zona genital donde algunos tipos son capaces de facilitar el desarrollo de lesiones de alto grado o malignas.

La muestra para el test de HPV puede ser obtenida de dos maneras. Una manera es que la muestra sea obtenida por un técnico del personal del equipo de salud (nurse, partera o medico) y otra que la muestra sea obtenida por la propia paciente en forma de autotoma vaginal previa educación tal cual se demuestra en un instructivo educativo diseñado y difundido este año por el MSP que se puede acceder por web ([www.gub.uy](http://www.gub.uy)).

La autotoma vaginal pretende facilitar la participación de las mujeres en los programas de detección precoz, ya que la mayoría de los CCU se producen en mujeres que nunca han realizado un test de detección (OMS, 2021).

### Colposcopia

Es un estudio complementario de los test anteriormente mencionados que debe considerarse de manera imprescindible en aquellas mujeres con resultados anormales en las pruebas de Papanicolaou o test de HPV, también en los casos de dudas diagnósticas que requieran complementar con una biopsia. El tiempo de espera del estudio colposcópico dependerá del resultado citológico, pero oscila entre 2 y 6 semanas con promedio de 4 semanas.

### Edad y test de detección precoz del cáncer de cuello uterino (CCU)

El test de HPV para detección precoz del CCU ha demostrado tener un nivel alto de evidencia científica y ser una recomendación fuerte como método de detección del HPV en las mujeres mayores de 30 años hasta los 69 años con una periodicidad cada 5 años.

Entre los 21 y los 29 años se debe promover el test de Papanicolaou con una periodicidad de 2 años.

Por debajo de los 26 años el porcentaje de CCU es extremadamente bajo, independiente de la edad de inicio de las relaciones sexuales y del estado de la vacunación. Antes de los 26 años se recomienda la vacunación contra HPV, así como difundir medidas de salud

destinadas a la planificación familiar y la prevención de otras enfermedades de transmisión sexual. El test de HPV y el de Papanicolaou finalizan habitualmente a los 69 años, considerando los antecedentes de los test previos siendo una condición que el test haya sido negativo durante los 10 últimos años (dos pruebas de HPV o tres citologías negativas).

### En resumen:

El cáncer de cuello de útero es una enfermedad prevenible y curable, por tanto el control ginecológico es imperativo para lograr el diagnóstico precozmente. El test del virus papiloma humano o HPV, permitirá una mayor efectividad para reducir la incidencia y mortalidad por esta enfermedad en nuestro país sobre todo en mujeres mayores de 30 años hasta 70 años. El método de detección precoz del CCU entre los 21 y los 29 años sigue siendo el test de Papanicolaou y luego de los 30 años de edad el test de HPV es una recomendación fuerte en el Uruguay y el mundo.

El CASMU cuenta no sólo con el test de Papanicolaou sino que cuenta actualmente con el test de HPV para brindar

la cobertura del diagnóstico precoz de este cáncer.

### Bibliografía:

Ferlay J, Ervik M, Lam F, Colombet M, Mery L, Piñeros M, et al. Global Cancer Observatory: Cancer Today. Lyon, France: IARC-WHO; 2018. [Internet]. [citado 15 may 2020]. Disponible en <https://gco.iarc.fr/today/home>  
 Guía de Práctica Clínica de Tamizaje de Cáncer De Cuello de Utero" del MSP 2014  
 Koliopoulos G, Nyaga VN, Santesso N, Bryant A, Martin-Hirsch PPI, et al. Cytology versus HPV testing for cervical cancer screening in the general population. Cochrane Database Syst Rev. 2017. doi: 10.1002/14651858.CD008587.pub2.  
 Adriaensen WJ, Matheï C, Buntinx FJ, Arbyn M. A framework provided an outline toward the proper evaluation of potential screening strategies. Vol. 66, Journal of Clinical Epidemiology. 2013. p. 639–47.  
 Ronco G, Dillner J, Elfström KM, Tunesi S, Snijders PJF, Arbyn M, et al. Efficacy of HPV-based screening for prevention of invasive cervical cancer: Follow-up of four European randomised controlled trials. Lancet. 2014;383(9916):524–532.  
 Rodríguez G, García L, Beracochea A, Alon-

so R, Caserta B, Pérez N, Larrosa D, María Vero M, Ardao G, Santos MN, Hernández ML, Almonte M, Herrero R y grupo ESTAMPA Uruguay\* Tamizaje del cáncer de cuello uterino con test de HVP. Primeros resultados en el sistema público de Uruguay. Rev Méd Urug 2019; 35(4):267-280 doi: 10.29193/RMU.35.4.3

Castle PE, Bulten J, Confortini M, Klinkhamer P, Pellegrini A, Siebers A, et al. Age-specific patterns of unsatisfactory results for conventional Pap smears and liquid-based cytology: Data from two randomised clinical trials. BJOG An Int J Obstet Gynaecol. 2010;117(9):1067–73.

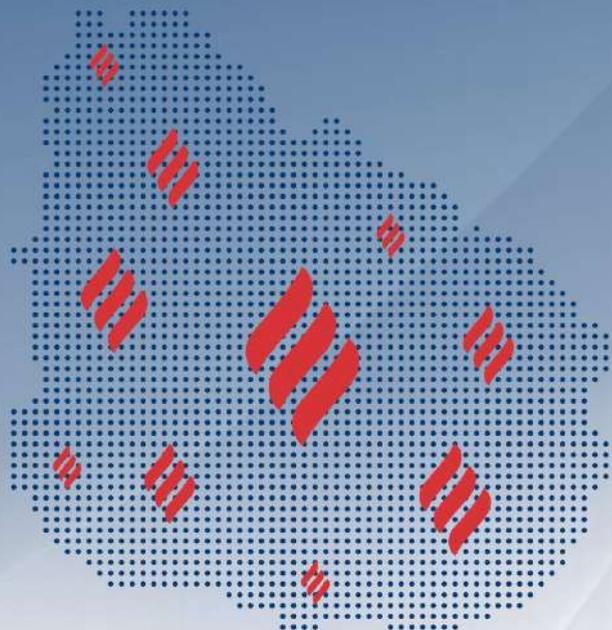
Castellsagué X, Iftner T, Roura E, Vidart JA, Kjaer SK, Bosch FX, et al. Prevalence and genotype distribution of human papillomavirus infection of the cervix in Spain: The CLEOPATRE study. J Med Virol. 2012;84(6):947–56.

Moscicki AB, Cox JT. Practice improvement in cervical screening and management (PICSM): Symposium on management of cervical abnormalities in adolescents and young women. J Low Genit Tract Dis. 2010;14(1):73–80.

The World Health Organisation. WHO Guideline on Self-Care Interventions for Health and Well Being [Internet]. 1st ed. Geneva: CC BY-NC-SA 3.0 IGO; 2021. 186 p. Available from: <https://www.who.int/publications/item/978924003090>.



**Por consultas de espacios publicitarios Cel: 098 263 636**  
**[revistacasmu@gmail.com](mailto:revistacasmu@gmail.com)**



# OFICINA DE COORDINACIÓN PARA AFILIADOS DEL INTERIOR

**ESTAMOS PARA CUIDARTE ESTÉS DONDE ESTÉS**

Atendiendo las necesidades de nuestros afiliados, hemos creado este nuevo servicio que nos permite seguir cuidando tu salud y brindarte una atención de calidad.

Si vivís en el interior te coordinamos\* para el mismo día las consultas y estudios no urgentes que tengas indicados.

**PARA SOLICITAR EL SERVICIO DEBES COMUNICARTE AL MAIL**  
**[coordint@casmu.com](mailto:coordint@casmu.com)**

**Servicio opcional:** Traslado dentro de Montevideo hasta Casmu.

\*se realizará un máximo de 3 coordinaciones por día

 **casmu**  
estamos para cuidarte

# Plasma rico en plaquetas



**Dr. Juan Ferrari**  
Jefe del Departamento de Medicina  
Transfusional - CASMU - IAMPP

**E**l área puso a disposición de los usuarios el acceso a colirios autólogos, a su vez, se han obtenido importantes avances en relación al tratamiento con células progenitoras y se ha comenzado con la aplicación de plasma rico en plaquetas (PRP).

En el Departamento de Hemoterapia y Medicina Transfusional, se cuenta con diversas áreas con capacitación y tecnología del más alto nivel, trabajo desarrollado por más de 100 funcionarios dedicados al departamento, colocándonos en la vanguardia del país.

El uso del plasma rico en plaquetas (PRP) ha captado en los últimos años el interés de profesionales ligados al área de la salud y la población en general, no solo de traumatólogos y deportólogos que tratan a deportistas de élite, sino de toda la ortopedia en general. Las plaquetas, son fragmentos celulares de la sangre, contienen en su interior gránulos con proteínas, ricos en factores de crecimiento y otras proteínas bioactivas, estas influyen en la curación de tendones, ligamentos, músculo, hueso y cartílago.

El potencial curativo de estas proteínas, luego de haber sido concentradas y aplicadas al lugar lesionado, está siendo actualmente usado no solo para el tratamiento de lesiones en deportistas de élite sino de la población gene-

ral, para la reparación de los tejidos.

El Plasma rico en plaquetas (PRP) ha sido utilizado en cirugía ortopédica durante más de dos décadas. Durante los últimos años ha habido un creciente interés en el uso de PRP y otras terapias biológicas no solo en el tratamiento de las lesiones deportivas, sino también en patologías degenerativas como la osteoartritis.

A la aplicación de PRP se le atribuyen diversos efectos positivos en áreas como: Ortopedia y Traumatología, odontología, dermatología, medicina estética, medicina reconstructiva, oftalmología, medicina del deporte, medicina vascular, entre otros. Una de sus principales ventajas, es que la obtención de la materia prima proviene del propio paciente, por lo cual no ocasiona problemas de alergias ni de rechazos.

Se realiza una evaluación mediante un equipo conformado por médicos especialistas de diversas áreas, y se realiza su aplicación dependiendo de la necesidad y objetivo del paciente.

Como verán, sus aplicaciones y efectos deseados son variados, por lo cual el CASMU se propone en la vanguardia de su aplicación contando con la excelencia de su equipo profesional. Garantizar la máxima calidad de servicio, nos per-

mite obtener los beneficios esperados por los socios y allegados.

### ¿Que es y cómo se obtiene el Plasma Rico en Plaquetas?

El plasma rico en plaquetas (PRP) es un hemoderivado con alto recuento de plaquetas, que puede ser producido a través de varias centrifugaciones sucesivas o por aféresis. La definición del PRP indica al menos 2,5-1000 x10<sup>3</sup> plaquetas/ $\mu$ L suspendidas en plasma (de 2 a 7 veces el valor basal); menor concentración no tendrá efecto y más concentración no incrementará la respuesta biológica, o bien, podría tener efectos inhibitorios en la regeneración de heridas y disminuir la angiogénesis.

Posteriormente, este concentrado plaquetario puede ser activado, con trombina, cloruro de calcio, gluconato de calcio, entre otros, para que las plaquetas liberen su contenido, una mezcla de péptidos y proteínas de señalización intercelular o factores de crecimiento (FC), citoquinas y otras moléculas con actividad biológica.

Una vez activado, el PRP puede ser inyectado en su forma líquida, o bien, pasados 10 minutos se formará un hidrogel, el cual puede aplicarse directamente en el tejido dañado, o puede utilizarse en conjunto con células.

Estudios in vitro han demostrado que el PRP secreta citoquinas que intervienen en el proceso de regeneración a través de la inducción de neovascularización, proliferación de fibroblastos, miocitos, condrocitos, así como inmunomoduladoras y regenerativa.

Debido a lo mencionado, es que se propone al PRP como tratamiento a lesiones agudas y crónicas, por ejemplo: úlceras de piel, quemaduras, alopecia, lesiones músculo-esqueléticas, daños óseos, fines estéticos, entre otros.

En ocasiones, se pretende que este tipo de terapias sustituyan las convencionales, pero en otros casos se utiliza como tratamiento coadyuvante





# 29 de Octubre: **Día Mundial del Ataque Cerebrovascular.** **Crear conciencia y ser más activo**



Dra. Beatriz Arciere  
Jefa del Departamento de  
Neurología CASMU - IAMPP.

Cada año, el 29 de octubre se convierte en un día de suma importancia para el mundo de la neurología y la salud global, ya que se conmemora el “Día Mundial del Ataque Cerebrovascular” (ACV).

Este evento anual, que comenzó en 2008, no solo nos invita a reflexionar sobre la gravedad de esta patología, sino también a unir esfuerzos en pos de informar y concientizar a la comunidad sobre la prevención a través del control de los factores de riesgo, así como sobre el reconocimiento de síntomas con el objetivo de poder abordar eficazmente esta afección que pone en peligro la vida y la calidad de vida de millones de personas en todo el mundo.

### El Arte de la Prevención

El ACV es una de las principales causas de discapacidad y mortalidad en todo el mundo. Pero, ¿cómo podemos prevenirlo? La prevención comienza mucho antes del evento en sí. Implica una comprensión integral de los factores de riesgo que contribuyen a la ocurrencia de un ACV. Entre estos factores se encuentran la hipertensión arterial, la diabetes, la obesidad, el tabaquismo y el colesterol alto. Abordar y controlar estos factores es fundamental para reducir significativamente la probabilidad de sufrir un ACV.

Además, mantener un estilo de vida saludable, que incluya una dieta equilibra-

da, la práctica regular de ejercicio físico y la atención constante a la presión arterial, desempeña un papel crucial en la prevención. Los avances en la medicina preventiva, como la administración de anticoagulantes en casos de fibrilación auricular, también han demostrado ser efectivos en la prevención de ciertos tipos de ACV isquémicos.

Ser activo en el control de los factores de riesgo marca una diferencia.

### Descifrando los Enigmas: Síntomas y Signos

Reconocer los síntomas y signos de un ACV es una destreza vital, ya que actuar con rapidez puede marcar la diferencia entre la vida y la muerte, entre la recuperación y la discapacidad permanente.

Los síntomas de un ACV pueden variar según el tipo y la ubicación del evento cerebral, pero algunos signos comunes incluyen debilidad o entumecimiento en un lado del cuerpo, dificultad para hablar o comprender el habla, visión borrosa, mareos y pérdida de equilibrio.

### El acrónimo “FAST” se utiliza con frecuencia para recordar los signos clave de un ACV:

**F (Face):** Pérdida de fuerza en un lado de la cara, generalmente manifestada como una sonrisa torcida.

**A (Arms):** Incapacidad para levantar ambos brazos por igual.

**S (Speech):** Dificultad para hablar o comprender el habla.

**T (Time):** Tiempo esencial. Si alguien muestra estos síntomas, es crucial llamar a emergencias de inmediato.

Ser activo en el reconocimiento de síntomas es responsabilidad de todos, ya sea personal de salud como pacientes y familiares.

### Tipos de ACV

El ACV es una entidad clínica compleja que se desglosa en varios subtipos, pero los dos más comunes son el ACV isquémico y el ACV hemorrágico. El ACV isquémico ocurre cuando un coágulo obstruye una arteria cerebral, reduciendo el flujo de sangre y privando a las células cerebrales de oxígeno. Por otro lado, el ACV hemorrágico resulta de la ruptura de una arteria en el cerebro, lo que lleva a una hemorragia intracraneal. El enfoque y el tratamiento varían según el tipo de ACV, lo que subraya la importancia de un diagnóstico preciso.

### La Carrera Contra el Tiempo

Una vez que se ha reconocido un ACV, la rapidez en la atención médica es crucial. Desde que aparecieron tratamientos de perfusión farmacológica y endovascular avalados por la evidencia, el ACV se



Dr. Pedro Grille - Médico intensivista



Dra. Beatriz Arciere Jefe del departamento de Neurología CASMU- IAMPP.



dicho “el tiempo es cerebro” es una realidad en la medicina de los ACV. Cada minuto cuenta, ya que la falta de flujo sanguíneo en el cerebro puede causar daños irreparables. La rápida administración de tratamiento, como medicamentos trombolíticos o procedimientos de desobstrucción arterial, puede marcar la diferencia entre la recuperación y la discapacidad permanente.

### La Semana del ACV en CASMU - IAMPP

CASMU se une este año a la conmemoración del Día Mundial del ACV, con un compromiso inquebrantable con la mejora de la atención de los pacientes afectados por esta enfermedad. En colaboración con el Departamento de Neurología y los Departamentos de Imagen y CTI, se ha organizado la Semana del ACV. Este evento no solo demuestra el

compromiso con la educación médica continua, sino que también fomenta la adquisición de nuevas herramientas para el personal médico que asiste a estos enfermos.

La Semana del ACV se dividió en dos partes significativas. En primer lugar, se llevó a cabo una Jornada Académica el viernes 20 de octubre, la cual se caracterizó por una serie de ponencias que abordaron diversos aspectos del proceso de asistencia del ACV. Estas presentaciones estuvieron a cargo de colegas con una amplia experiencia en la Institución.

Durante la misma, se expuso sobre la experiencia de CASMU en el tratamiento de reperfusión del ACV isquémico agudo, siguiendo el protocolo institucional a cargo del Dr. Pedro Grille.

También se presentó el Proyecto NORA, una aplicación de seguimiento de pacientes ambulatorios después de un ACV. Este proyecto es una colaboración entre la Dra. Florencia Brunet, neuróloga de la Institución, y el Hospital Vall de Hebrón de Barcelona. NORA representa un avance significativo en la atención post-ACV, proporcionando seguimiento y cuidado continuo a los pacientes que han experimentado un ACV.

En una segunda fase de la Semana del ACV, que tuvo lugar los días lunes 23, miércoles 25 y viernes 27 de octubre, los participantes tuvieron una valiosa oportunidad de realizar entrenamiento práctico. Utilizando la plataforma Body Interact, se sumergieron en simuladores de ACV, que ofrecieron una experiencia de aprendizaje inigualable. Estos simuladores permitieron a los profesionales de la salud enfrentar situaciones similares a las que se presentan en la atención del ACV, mejorando sus habilidades y preparándolos para una respuesta efectiva en situaciones reales.



Una colaboración particularmente destacada durante esta semana fue la de Angels, una iniciativa internacional con el noble propósito de preparar hospitales en todo el mundo para brindar un tratamiento adecuado a las personas que sufren un ACV. La alianza con Angels representa un compromiso adicional y global en la mejora de la atención de los pacientes con ACV, ampliando el impacto y la calidad de los servicios ofrecidos.

En resumen, la Semana del ACV en CASMU fue una experiencia enriquecedora y transformadora, que unió a profesionales de la salud en la búsqueda de una atención más efectiva y compasiva para aquellos afectados por el ACV. Desde la formación y la educación hasta la colaboración internacional, esta iniciativa refleja el compromiso inquebrantable de CASMU IAMPP en la lucha contra esta enfermedad y en la mejora constante de la calidad de atención brindada a los pacientes con ACV.



Disponible en Vademécum CASMU

Bajo la modalidad de ticket diferencial

Nuevo  
y exclusivo

# Milorix<sup>®</sup>

Prucaloprida 2 mg

30  
comprimidos  
ranurados

Indicado en:

→ Tratamiento sintomático  
del Estreñimiento Crónico  
en adultos.



# PRESERVACIÓN DEL CABELLO POR ALOPECIA QUIMIO INDUCIDA

## ¿POR QUÉ LA QUIMIOTERAPIA PROVOCA LA CAÍDA DEL CABELLO?

La quimioterapia actúa afectando las células que se dividen rápidamente en nuestro cuerpo. El cabello es la segunda célula que mas rápido se divide en nuestro cuerpo y por este motivo muchos fármacos para quimioterapia provocan su caída. Los folículos pilosos en fase de crecimiento son atacados provocando que el cabello caiga en dos semanas.

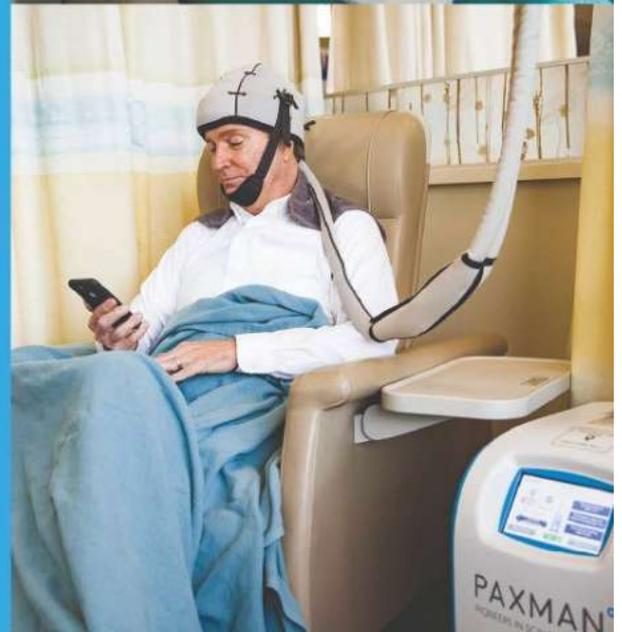
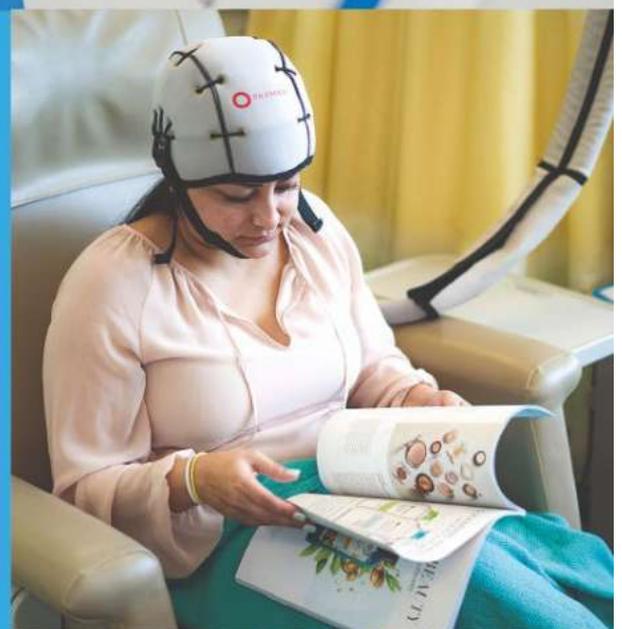
## ¿QUÉ ES EL ENFRIAMIENTO DEL CUERO CABELLUDO?

Es un tratamiento simple que puede evitar la caída del cabello causada por ciertos fármacos para quimioterapia. El uso del enfriamiento del cuero cabelludo ha demostrado ser efectivo para combatir la alopecia provocada por la quimioterapia y puede lograr un alto nivel de conservación de cabello.

## ¿CÓMO FUNCIONA EL ENFRIAMIENTO?

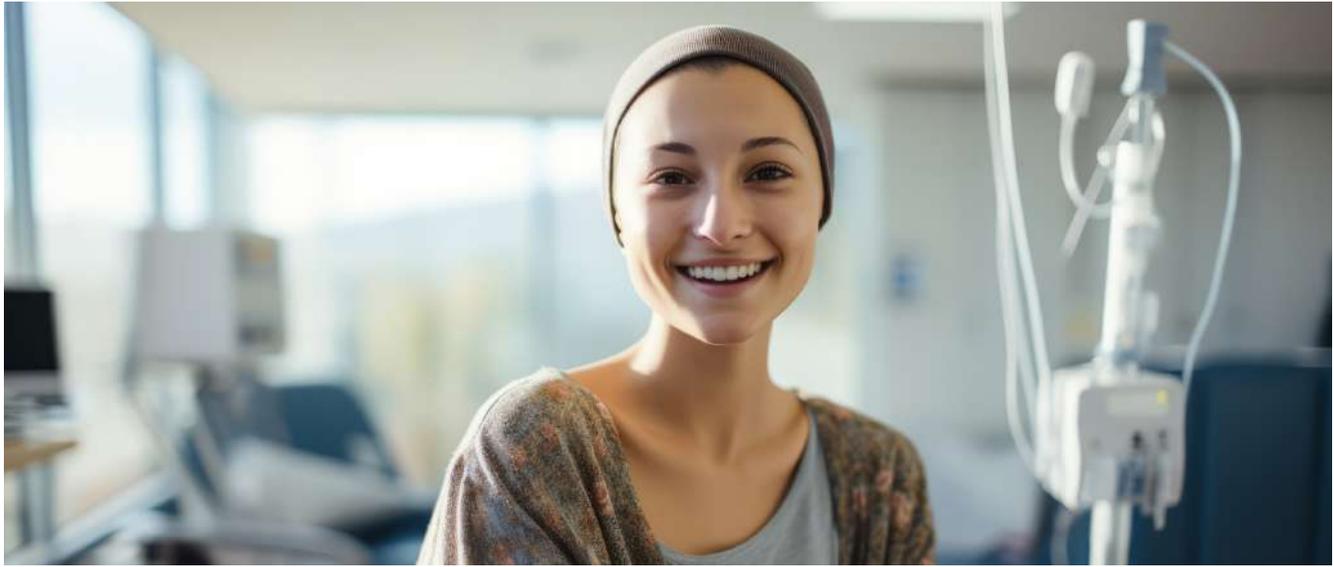
El enfriamiento reduce en unos grados la temperatura del cuero cabelludo inmediatamente antes, durante y tras la administración de la quimioterapia. Esto reduce el flujo sanguíneo a los folículos pilosos lo que puede prevenir o minimizar la caída de cabello.

**GUÍA PARA  
LA TOMA DE  
DECISIONES**



**PAXMAN**<sup>o</sup>  
PIONEERS IN SCALP COOLING

**arcos**  
BIOMEDICAL



# Uso de Enfriador de cuero cabelludo para tratamiento de prevención de **caída de cabello quimio inducida** en Hospital de Día de CASMU - IAMPP



**Dr. Walter Álvarez**  
Encargado complejo asistencial  
García Otero.

**S**i bien una parte considerable de los efectos secundarios de la quimioterapia se han logrado tratar con una eficacia elevada, el progreso en la prevención de la caída de cabello (alopecia) no ha sido tan significativo.

La forma en que habitualmente se ha tratado la alopecia en tratamientos de quimioterapia ha sido el empleo de pelucas o coberturas de la cabeza que, invisibili-

zando los efectos de la misma, reducen el riesgo de sufrir los efectos negativos psicosociales asociados a la pérdida de cabello.

Más del 75% de las mujeres ve la caída del cabello como el efecto secundario más temido de la quimioterapia.

El 10 % de las mujeres consideraría rechazar la quimioterapia o preferiría un

tratamiento menos efectivo para evitar la caída del cabello.

La alopecia inducida por quimioterapia es más prominente en el cuero cabelludo, con predilección por las áreas con baja densidad total de cabello, donde la recuperación del cabello es más lenta.

Es un efecto secundario frecuente de los tratamientos utilizados en cáncer de mama presente en un 60 a 70 % de los mismos.

Afortunadamente es un efecto generalmente transitorio, pero es generador de un importante impacto emocional en el transcurso del tratamiento del cáncer, muchas veces responsable del rechazo a distintas maniobras terapéuticas.

## Un poquito de historia

Desde comienzos de la década de los 70, se avanza en la prevención y el tratamiento de la alopecia quimio inducida mediante el desarrollo de diferentes tratamientos.

Entre los tratamientos preventivos para este tipo de alopecia el enfriamiento del cuero cabelludo es el que cuenta con un uso más extendido y con un mayor número de investigaciones sobre su efectividad.

Los primeros sistemas de enfriamiento de cuero cabelludo estaban basados en la aplicación de bolsas de hielo picado o de criogel sobre el cuero cabelludo de los pacientes. Posteriormente, se comenzó a unir y moldear las bolsas de criogel de forma que cubriesen todo el cuero cabelludo, apareciendo los primeros gorros de enfriamiento. Estos sistemas son refrigerados generalmente a temperaturas inferiores a los  $-18^{\circ}\text{C}$  y renovados cuando la temperatura aumenta.

En los últimos años han surgido sistemas automatizados, tecnologías de punta que emplean un equipo para enfriar y hacer circular un fluido, a una temperatura de entre  $3$  y  $5^{\circ}\text{C}$ , por canales dentro de un gorro, permitiendo mantener el cuero cabelludo a una temperatura constante de unos  $19-20^{\circ}\text{C}$  durante toda la sesión de tratamiento.

Entre los sistemas automatizados disponibles comercialmente se encuentra el Paxman Scalp Cooling System (PSCS), desarrollados por Paxman, equipamiento adquirido por CASMU, la primer mutualista en ponerlo a disposición para sus usuarios. Este dispositivo tiene la certificación de la FDA (Food and drug administration) y del certificado de marcado CE.

## Procedimiento de aplicación

Consiste en la colocación de una gorra sobre el cuero cabelludo de silicona, ajustada y conectada a una unidad de refrigeración y control. El enfriamiento reduce en unos grados la temperatura del cuero cabelludo inmediatamente antes, durante y después de la administración de la quimioterapia. De esta manera se logra reducir el flujo sanguíneo que llega al cabello. Se pretende lograr así que sea menos probable la caída del cabello.

## Paxman en el Hospital de Día Oncológico de CASMU

En el mes de diciembre del año 2022 nuestros usuarios comenzaron a recibir las primeras aplicaciones del Enfriador de Cuero Cabelludo Paxman.

Los profesionales del Hospital de Día están capacitados por la empresa proveedora del equipo, instancias formativas que se realizaron en el propio servicio. El equipo de salud trabaja bajo un riguroso protocolo de Tratamiento de Prevención de caída de cabello quimioinducida.

## Procedimiento de coordinación y ejecución del tratamiento de prevención

En la consulta nuestros oncólogos ofrecen a sus pacientes la posibilidad de acceder al tratamiento de prevención de caída de cabello, evaluando que no tengan contraindicaciones para su aplicación.

Se explica entonces el procedimiento y se educa acerca de la preparación pre-

via del cabello y se recaba un consentimiento informado.

## En el Hospital de día

El procedimiento comienza 30 minutos antes del inicio de la quimioterapia.

El personal de enfermería le explica al paciente el procedimiento a realizar y se procede a la elección del tamaño adecuado del casco.

Una vez preparado el cabello se procede a la colocación del casco de silicona, y posteriormente se agrega un casco de neopreno realizando la fijación correspondiente. En este momento se programa el equipo Paxman.

## ¿Cómo se prepara el cabello?

Es importante preparar debidamente el cabello del paciente el día del tratamiento, previo a colocar el gorro. A los efectos de la aplicación de este procedimiento podemos diferenciar dos tipos de cabellos: los lisos y ondulados y los rizado o crespos. Fundamentalmente se trata de humedecer ligeramente el cabello acompañado de una pequeña cantidad de acondicionador.

Otros aspectos fundamentales que se deben considerar: asegurarse que el gorro sea de tamaño adecuado, ni demasiado grande ni demasiado pequeño, y que cubra toda la línea de nacimiento del cabello, desde la frente hasta la nuca.

## Cómo ha sido la experiencia de los pacientes CASMU:

Un total de 59 pacientes accedieron al tratamiento preventivo con Paxman, significando más de 300 aplicaciones en total. Actualmente 36 de ellos lo están usando. La mayoría de los pacientes obtuvieron una prevención de caída de cabello con una satisfacción muy alta.

Los usuarios de CASMU tienen a disposición tecnología de punta que pretende humanizar más el acompañamiento terapéutico en aspectos tan sensibles como la autopercepción y el autoestima.



# Policlínica de Medicina Cannábica en CASMU



---

**Dra. Ana Suárez**  
Experta en endocannabinología - Encargada  
de la policlínica de medicina cannábica.

**E**l 2 de agosto del 2021 CASMU inauguró la primera policlínica de medicina cannábica del sistema mutual, fiel a sus valores y continuando con la práctica de ser pionero en nuestro país de múltiples servicios como refleja la apertura de esta prestación tan novedosa dentro del sistema mutual.

La policlínica está disponible para usuarios de CASMU y para la población que no está afiliada a CASMU pero desea contar con asesoramiento, acompañamiento, seguimiento y tratamiento en nuestra policlínica.

### Un poco de historia:

El cannabis es originario de Asia se comenzó a cultivar en el neolítico (7000 a 3000 A.C). Fue usado con fines medicinales, religiosos, recreativos y manufactura de velas, papel y otros productos. En el siglo XX producto del abuso del cannabis y por temas socio culturales se prohibió el uso del cannabis catalogándolo como la causa de la “depravación”.

En EEUU el magnate de la prensa William Randolph utilizó medios de comunicación para publicar artículos desarrollando la teoría de que los negros y mexicanos se convertían en bestias bajo los efectos de la marihuana.

Estos preconceptos y mitos infundados se fueron transmitiendo de generación en generación. Hoy en día muchos países desarrollados volvieron a prestar

atención al cannabis y sus beneficios dando el puntapié inicial para el desarrollo de la investigación de los cannabinoides y usos medicinales creando así conocimiento con abal científico.

### ¿Cómo surge esta policlínica?

Tras la legalización de la producción y venta de marihuana en nuestro país comenzó la comercialización artesanal de productos a base de cannabis.

Estos productos son manufacturados sin controles estrictos de calidad, indispensable para que un producto sea considerado medicinal. Dicha sustancia puede estar contaminada con elementos tóxicos como hongos, bacterias y metales que va produciendo un potencial daño a nuestra salud.

Concomitantemente son dispensados por personas que no tienen conocimiento de medicina.

Dicho de otra manera, personas que no tienen ningún conocimiento de patologías ni de un correcto tratamiento farmacológico y no farmacológico. Esto se ha convertido más allá de un problema moral, un tema ético.

Es común escuchar hasta hoy que los cannabinoides son inocuos, que como salen de las plantas son naturales y por ende no hacen daño, que cualquier persona puede usarlo, que no tiene contraindicaciones ni tampoco interactúa con

otros medicamentos. Todo esto es falso, es un mito, el hecho de que salga de una planta no quiere decir que no se trate de un medicamento, es más muchos de los medicamentos que usamos habitualmente indicados por médicos provienen de plantas.

La mayoría de los usuarios de cannabis son personas añosas, con patologías crónicas y polifarmacia (toman muchos medicamentos). Muchas veces sentían vergüenza de contarle a su médico tratante que estaban consumiendo productos artesanales a base de cannabis producto de la estigmatización en la que se vio envuelta por mucho tiempo la planta de cannabis. Eso los hacía recurrir a un mercado gris obteniendo productos de dudosa calidad y siendo asesoradas por personas no idóneas.

Debido a eso estas personas sufrían múltiples descompensaciones de sus patologías crónicas lo que puede ocasionar un círculo vicioso teniendo como cómplice la vergüenza, la estigmatización y el ocultismo.

Al evidenciar esta realidad no pudimos permanecer ajenos a las necesidades de los pacientes.

Eso nos motivó a abrir la primera policlínica del sistema mutual.

### ¿Con que objetivo se creó el servicio?

- Desmitificar el uso de los cannabinoides. Consideramos que la existencia de esta policlínica dentro de una mutualista ayuda a cambiar esa percepción de culpabilidad y permita efectivamente que el paciente pueda abrirse con su médico tratante, cosa indispensable para obtener buenos resultados.
- Derribar conceptos erróneos producto de fantasías por desconocimiento dentro de la comunidad médica y los pacientes.
- Practicar la escucha activa y estar atentos a las necesidades que surgen por parte de nuestros pacientes y la sociedad.



- Brindar asesoramiento, acompañamiento y tratamiento de calidad con profesionales expertos, con vasta experiencia en el tema.

- Trabajo multidisciplinario en donde el médico tratante pueda participar y aportar sus conocimientos

- Brindar productos de calidad farmacológica, CASMU brinda a los pacientes un medicamento de alta calidad y seguro.

- Formación y capacitación del cuerpo médico de CASMU mediante cursos de capacitación, asegurando así la excelencia, pensamiento crítico y trato humanitario.

### ¿Quiénes pueden usar cannabis medicinal?

Existen contraindicaciones para el uso de cannabinoides un ejemplo claro es el caso de mujeres embarazadas y en periodo de lactancia. Por eso es importante que se indique por un médico para que sea realmente medicinal. Es importante que quede claro que solo puede ser indicado por un médico.

### ¿Qué patologías pueden ser tratadas con cannabinoides?

Se puede usar cannabinoides para abordar la sintomatología de múltiples patologías y tratar:

- Dolor
- Insomnio
- Ansiedad
- Anorexia
- Parkinson
- Vómitos
- Esclerosis Múltiple
- Epilepsia refractaria
- Autismo
- Otros

Con el objetivo de que el servicio sea accesible para los pacientes contamos con servicio de medicina cannábica en varias policlínicas

- Policlínico de 8 de octubre

- Centro Médico Sur y Palermo
- Centro Médico Agraciada
- Centro Médico Cerro
- Centro Médico Paso de la Arena
- Centro Médico Portones
- Centro Médico Paso Carrasco
- Centros Médicos en ciudad de la costa
- Próximamente también en otros centros médicos

Pueden acceder a ella afiliados a CASMU y no afiliados a CASMU. El objetivo de este servicio es acercarse a toda la comunidad para que puedan contar con el mejor asesoramiento y el tratamiento de mayor calidad.

Los usuarios CASMU pueden agendarse sin necesidad de pase por el 144 opción 2 o en mostradores. Los que no son afiliados de CASMU pueden comunicarse a Ventas de Servicio al 2487 3710 o al celular 092 135 254.

**OPCIÓN MÉDICA**

Suscribite a nuestra edición en papel

informate en [opcionmedica.com.uy](http://opcionmedica.com.uy)

# MEDIS

TU SALUD A OTRO NIVEL

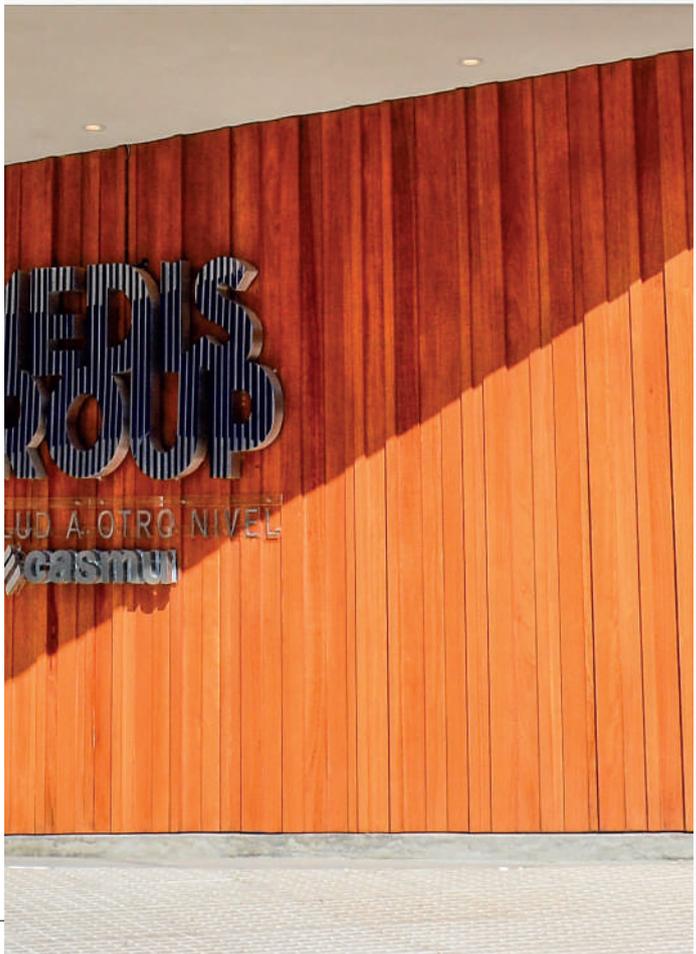
LOS ESPERAMOS EN

📍 FRANCISCO GARCÍA CORTINAS 2404,  
PUNTA CARRETAS, MONTEVIDEO - URUGUAY

☎ 2716 16 17 🌐 [WWW.MEDISGROUP.UY](http://WWW.MEDISGROUP.UY)



**casmu**



# YO



## **TRIBUFF**

Protección cardio y cerebro vascular



UN COMPRIMIDO DIARIO

**TRIBUFF 100 mg.**  
30 y 60 comprimidos  
**TRIBUFF 325 mg.**  
14 y 28 comprimidos

[www.urufarma.com.uy](http://www.urufarma.com.uy)



Urufarma

# El innovador estudio, denominado **MIECG 3, 5 y 7**, está disponible para **socios y no socios** de CASMU, bajo el lema:



CASMU apoya la prevención de enfermedades cardíacas con monitoreo en su domicilio



---

Dra. Marianela Méndez Guerra  
Jefa del Departamento de Cardiología CASMU.  
Coordinadora del Programa de Insuficiencia Cardíaca.

**E**n Uruguay, las enfermedades cardiovasculares son la principal causa de muerte. Para prevenirlas es necesario llevar una vida cardiosaludable, que incluya la realización de actividad física, evitar el consumo de tabaco y bebidas alcohólicas, controlar el estrés, la hipertensión y la diabetes.

Es importante acompañar estos hábitos con un riguroso control médico, como la realización de ciertos estudios al corazón que permitan detectar tempranamente estas dolencias.

CASMU incorporó a los servicios ofrecidos por su Departamento de Cardiología el estudio MIECG 3, 5 y 7 (nombre derivado de "mi electrocardiograma", y tres, cinco y siete por la cantidad de días en que se realiza el monitoreo), que permite detectar frecuencias cardíacas irregulares que no son reveladas en otros estudios convencionales.

Lo innovador de este estudio es que el paciente lo puede realizar de forma ambulatoria, desde la comodidad de su hogar, en su oficina o, incluso, si está de viaje.

El estudio está aconsejado para pacientes con eventos cardíacos frecuentes, pero no permanentes, como palpitaciones fuertes, sudoración intensa, dolor punzante en el pecho, entre otros síntomas, que pueden no presentarse al mo-

mento de realizarse otros estudios.

Para acceder al análisis, el paciente debe acudir a una consulta con su cardiólogo, quien le indicará si es recomendable realizárselo y, en caso afirmativo, le prescribirá una receta.

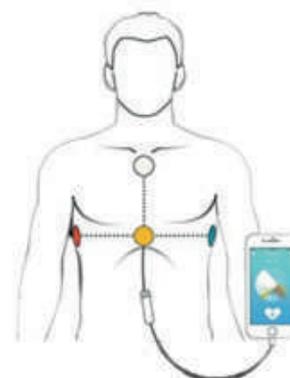
El Departamento de Cardiología de CASMU, junto a la empresa BambusLife, proveedora de la tecnología, le explicarán cómo debe hacer los registros y coordinarán el envío del kit para efectuarse el examen.

El mismo consta de un dispositivo electrocardiográfico personal, un celular, electrodos descartables y un manual de uso.

Durante el período de tres, cinco y siete días en los que tendrá el dispositivo, el paciente podrá efectuarse la cantidad de registros que estime convenientes y en el momento en que se le presenten los síntomas.

Al instante, el dispositivo emite un resultado fácil de interpretar, a través de un sistema semáforo, donde cada alerta de color (blanco, amarillo o rojo) responde a la situación cardíaca en la que se encuentra el paciente.

Si el paciente recibe una alerta blanca, significa que tuvo un resultado normal y debe agendar una cita con su cardiólogo tratante para control. Si la alerta es

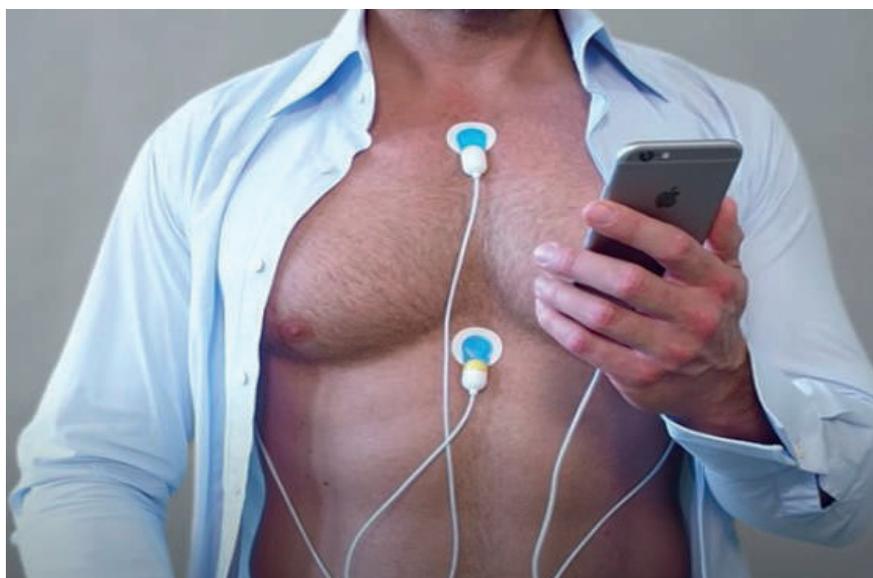


amarilla, el equipo médico le coordinará una cita con prioridad. En caso de que se detecte alguna alerta roja, el paciente deberá acudir a la puerta de emergencia de su prestador de salud o llamar a su emergencia móvil.

Como respaldo a dicho evento rojo, el médico Coordinador del Servicio de Emergencia Pre-hospitalaria 1727 se comunicará con el paciente, y coordinará la asistencia correspondiente.

Los resultados son enviados a la aplicación del celular y al Departamento de Cardiología de CASMU. A su vez, son incluidos en la historia clínica del paciente. Además, en todo el proceso el paciente contará con el apoyo y soporte del equipo médico de CASMU en tiempo real.

Tanto socios como no socios de la institución que deseen obtener más información sobre estos servicios pueden comunicarse al 092 59 59 59 o por WhatsApp al 092 135 254 / 094 672 648. También es posible enviar un mail a [caventadeservicios@casmu.com](mailto:caventadeservicios@casmu.com) o acceder a la página web de la institución [www.casmu.com.uy](http://www.casmu.com.uy)



# ¿Qué es CIAMC?



**Dr. Victor Laxalt**  
Coordinador de CIAMC.  
Coordinador de Cirugía Mamaria.

**E**l CIAMC, por sus siglas, es el centro integral de atención Mamaria de CASMU. El mismo fue creado con el fin de promover la salud mamaria, así como brindar una atención completa y personalizada a aquellas personas con patología mamaria.

## ¿Por qué se creó CIAMC?

CASMU busca brindar una atención de excelencia y personalizada a las pacientes y sus familiares con la creación de CIAMC. La misma contempla la coordi-

nación de estudios y consultas con especialistas de forma rápida, accesible y en un mismo lugar; logrando la realización de estudios con resultado y valoración por especialista en el día o en pocos días, evitando largas esperas y desplazamientos innecesarios.

## ¿Por qué es importante contar con CIAMC?

Promover la salud mamaria y realizar un diagnóstico oportuno en caso de alteraciones, permite realizar tratamientos a

tiempo ante la presencia de enfermedades como el cáncer de mama.

### ¿Por qué es importante conocer sobre el cáncer de mama?

El Cáncer de Mama es el tumor maligno más frecuente en la mujer. El mismo presenta un aumento en su incidencia, tanto en nuestro país como en el mundo. Se diagnostican 5 cánceres nuevos de mama diariamente.

Una de cada 11 mujeres, tuvo, tiene o tendrá cáncer de mamá a lo largo de su vida. Diariamente mueren 2 mujeres por cáncer de mama, que corresponde a 700 mujeres al año aproximadamente.

### ¿Se puede prevenir el cáncer de mama?

Existen factores que predisponen a desarrollar este tipo de tumor, siendo algunos modificables y otros no. Los factores en los que podemos incidir están dados fundamentalmente por hábitos saludables: alimentación balanceada, ejercicio físico regular, evitar el consumo de tabaco, alcohol y alimentos ultraprocesados. En cuanto a los factores de riesgo no modificables se encuentran: ser mujer, la edad, las alteraciones genéticas, entre otras.

Es fundamental el examen anual con especialista y examen físico mamario a partir de los 20 años, mamografía y ecografía en caso de indicación médica y autoexamen mamario mensual. De esta manera se logra un diagnóstico oportuno y un tratamiento a tiempo, lo que supone un cambio en el pronóstico de las pacientes con posibilidad de curación.

### ¿Es realmente importante la mamografía?

Si, es tan importante como el examen físico oportuno.

Conocemos aquellos factores que predisponen o no a la aparición del cáncer de mama. Si bien contamos con tratamientos para disminuir el riesgo de su aparición, no contamos hoy en día con

un tratamiento específico para prevenir la enfermedad.

Lo que sí sabemos es que si diagnosticamos en estadios iniciales el tumor (visible solo por mamografía u otras imágenes) las posibilidades de curación y supervivencia son drásticamente mayores. Por eso en CIAMC contamos con mamógrafo de última generación con un alcance diagnóstico de alta precisión para el screening mamario, lo que permite un porcentaje de detección mayor.

### ¿Por qué CIAMC?

En CIAMC contamos con infraestructura y tecnología de avanzada con estándares de primer nivel regional e internacional. Reunimos los mejores recursos humanos contemplando todas las especialidades para la atención holística de la paciente.

### ¿Con qué especialistas cuenta el centro?

Mastología (ginecólogos-mastólogos y cirujanos-mastólogos), ginecología, oncología, imagenología, psicología, medicina reproductiva y oncofertilidad, cirugía plástica, genetista, anatomía patológica, fisioterapia, enfermería, citología, nutricionista y área de gestión y administración; todos ellos con capacitación específica en la patología y salud mamaria.

### ¿Con qué infraestructura especial cuenta el centro?

Mamógrafos y ecógrafos de última ge-

neración con una calidad de imagen superior y detección de lesiones pequeñas, estudio citológico y biopsias de aspiración al vacío dirigidas bajo imagen, resonancia magnética pronto contaremos con un equipo especial para biopsias de aspiración al vacío por estereotaxia, evitando cirugías en un porcentaje importante de pacientes).

### ¿Qué tipo de procedimientos realizan frecuentemente?

Asesoramiento, procedimientos diagnósticos y seguimiento por imagen y/o biopsia, punciones citológicas, controles, cirugías menores ambulatorias, cirugías mayores mínimamente invasivas con alta en el día, mastectomías, cirugía oncológica y reconstructiva, cirugías de reafirmación de género, tratamientos oncológicos medicamentosos y radioterapia, interconsultas, entre otros.

### ¿En dónde queda y cómo puedo comunicarme CIAMC?

El centro se ubica desde setiembre del año 2022 en avenida Bulevar Batlle y Ordóñez 2881. Cuenta con un amplio horario para mayor accesibilidad, contacto telefónico directo y personal administrativo capacitado específicamente para la gestión de estudios y consultas del centro.

Te podés comunicar con nosotros por el teléfono 2487 0421 interno 7630 o acercarse de lunes a viernes en el horario de 07.00 a 20.00, y con gusto aclararemos todas las dudas.



  
SALINAS  
DEL  
ALMIRÓN  
HOTEL  
RESORT TERMAL



TARIFAS A PARTIR DE USD 70 POR PERSONA  
EN BASE DOBLE, CON DESAYUNO, ALMUERZO Y CENA.



UBICADO EN EL DEPARTAMENTO DE PAYSANDÚ, EN LAS ÚNICAS TERMAS DE AGUA SALADA DEL URUGUAY, SALINAS DEL ALMIRÓN OFRECE LA COMBINACIÓN PERFECTA DE NATURALEZA Y CONFORT PARA UN DESCANSO TOTAL.

CON UN RÉGIMEN DE PENSIÓN COMPLETA QUE INCLUYE DESAYUNO, ALMUERZO Y CENA Y UN EQUIPO DE RECREACIÓN QUE CONTEMPLA ACTIVIDADES PARA TODAS LAS EDADES, ES EL LUGAR IDEAL PARA ESCAPADAS CORTAS O LARGAS.

SUS AGUAS TERMALES SALADAS, CON UNA CARGA ÚNICA DE SALES Y MINERALES COMO CLORUROS Y SULFATOS, TIENEN INNUMERABLES PROPIEDADES PARA LA PIEL, LAS ARTICULACIONES, LA RELAJACIÓN Y LA SALUD EN GENERAL QUE LAS HACEN RECOMENDADAS POR MÉDICOS DEL MUNDO ENTERO.

UNA OPCIÓN IDEAL PARA COMBINAR EL DESCANSO, LA DESCONEXIÓN Y EL BIENESTAR.



A APENAS 350 KM DE MONTEVIDEO  
POR UNA RUTA TOTALMENTE RENOVADA

**ÚNICAS**  
termas de agua salada del Uruguay

RUTA 90 KM 82.300  
TEL: +598 47 42 36 20  
WP: +598 95 201 010  
RESERVAS@SALINASDELALMIRON.COM  
WWW.SALINASDELALMIRON.COM  
TERMAS DE ALMIRÓN - PAYSANDÚ, URUGUAY



# Maquet Meera Family Mobile Operating Table

Cost-effective flexibility in the OR

GETINGE 

SIEMPRE LAS MEJORES MARCAS  
NUNCA SÓLO ESO

bioerix

# Noviembre azul Mes del cáncer de próstata

## CASMU incorpora innovadora tecnología para el diagnóstico precoz



Dr. Hugo Badía  
Jefe Departamento de Urología  
CASMU - IAMPP.



Dra. Laura Mouro  
Subjefe del Departamento de  
Urología de CASMU- IAMPP.



**D**urante el mes de noviembre, en Uruguay y varios países del mundo se desarrolla la campaña “Noviembre Azul”, para concientizar sobre la salud masculina y el cáncer de próstata, el más frecuente en hombres luego de los 50 años.

Anualmente se diagnostican aproximadamente 1.500 casos de este tipo de cáncer, falleciendo 600 hombres a causa de la enfermedad en Uruguay. Sin embargo, la detección temprana es clave, ya que la mayoría de los pacientes tiene un muy buen pronóstico.

Una de las dificultades para el diagnóstico temprano es que los síntomas se manifiestan en un estado avanzado de la enfermedad. Así como las mujeres se realizan controles obligatorios anuales para la detección precoz del cáncer de mama o de cuello uterino, los urólogos insisten en que los hombres deberían visitar a su médico para realizarse chequeos periódicos a partir de los 50 años, cuando comienza a aumentar la prevalencia de este cáncer, que tiene una mayor incidencia, en promedio, a los 70 años.

En cuanto a los diferentes tipos de cáncer de próstata, la mayoría de los que se detectan, alrededor del 90%, tienen células tumorales de aspecto similar a las sanas.

Se trata de los adenocarcinomas, que se denominan “bien diferenciados”.

En cambio, cuando tienen un aspecto más diferente al de las células sanas se denominan “de alto grado”, “mal diferenciado” o “indiferenciado”. Estos tienen un pronóstico más negativo, ya que este tipo de tumores presentan una independencia en el organismo que los vuelve más agresivos.

A su vez, hay un porcentaje más pequeño de tumores que se originan a partir las células nerviosas de la próstata, o los sarcomas, en el tejido conectivo o fibras musculares.

Una vez diagnosticado este tipo de cáncer, existen varios tratamientos disponibles en el país.

CASMU, reconocida por brindar un servicio de vanguardia a sus socios y no socios, es pionera en incorporar un equipo para realizar biopsia por fusión, que permiten el diagnóstico precoz del cáncer de próstata y en el correr del próximo año focalizar el tratamiento.

Este proceso consiste en aplicar energía sobre los focos de cáncer dentro de la próstata y llevarlos a la muerte celular del mismo, permitiendo controlar la enfermedad sin generar grandes secuelas. La institución también se ha adelantado al incorporar la cirugía laparoscópica en 3D, que proporciona a los cirujanos una visión óptima en tres planos. Esto ofrece un campo de visión amplio y una calidad elevada de las imágenes, se reduce el tiempo de operación, al tiempo que se incrementa la seguridad de los pacientes y la comodidad de los cirujanos.

Otro de los tratamientos convencionales es la radioterapia. Mientras en aquellos pacientes con un tumor bien diferenciado y localizado se puede realizar una vigilancia activa, con la actual tecnología incorporada es posible realizar las biopsias prostáticas funcionadas con una excelente definición.

### Repercusiones en la calidad de vida

El seguimiento de la enfermedad depende del tipo de tratamiento y del estadio del paciente.

Si bien la mayoría de los tumores son de un mismo tipo histológico, no todos tienen la misma evolución. “Los más diferenciados en general responden mejor a los tratamientos, incluso en los casos de metástasis, con una supervivencia de diez o 15 años”, comentó la doctora Laura Mouro, subjefa del Departamento de Urología de CASMU.

En cuanto al estilo de vida, indicó que algunos tratamientos “podrían dejar algún tipo de disfunción eréctil, a excepción de las terapias focales o la vigilancia activa”, por lo que el innovador tratamiento que comenzará a utilizarse en CASMU generará beneficios para la calidad de vida de los pacientes.

En el caso de la radioterapia y las cirugías, en cualquiera de sus presentaciones hay entre 60% y 70% de posibilidades de que los pacientes tengan como secuela disfunción eréctil, siempre esto dependiente de si el paciente presentaba esta patología previa o no.

Otras consecuencias a raíz de los tratamientos por cirugía es la incontinencia, mientras que la principal secuela de la radioterapia es la cistitis rádica, una complicación derivada de este tratamiento que afecta a las células de la vejiga, dejando sintomatología como síndrome miccional, dolor o presencia de sangre en la orina.

“Es importante que los hombres vayan a realizarse chequeos con su urólogo de forma periódica. Cuanto antes se diagnostica ese tumor, más posibilidades tiene de curarse el paciente. Además, generalmente cuando el tumor se manifiesta es tarde, por lo cual la única manera de actuar es mediante el control temprano”, concluyó Mouro.

### Cáncer de Próstata - Noviembre AZUL

Como ya lo mencionó la Dra. Laura Mouro, el Cáncer de Próstata es el más frecuente en el hombre por encima de los 50 años, con la excepción de los tumores cutáneos.

Anualmente fallecen alrededor de 600 personas por esta enfermedad en nuestro país.

El Cáncer de Próstata resulta de la interacción de varios eventos que incluyen factores hormonales, genéticos, ambientales y alimentarios. La asociación del Cáncer de Próstata con la Testosterona se conoce desde hace mucho (Charles Huggins, canadiense, ganó el premio Nobel de Medicina en 1966 al identificar la dependencia de las células tumorales prostáticas a esta hormona).

Se sabe que la testosterona no induce el Cáncer de Próstata, pero estimula su crecimiento, de ahí que las terapias hormonales están dirigidas a detener la producción de testosterona, a impedir la

acción de esta hormona sobre las células tumorales o ambas.

Los factores genéticos son relevantes en la génesis de este tumor, habiendo mayor riesgo de ocurrencia en familias de pacientes con cáncer de próstata. De esta manera, si existe un familiar de primer grado con cáncer de próstata se eleva el riesgo X 2,5; si son dos los familiares en primer grado que padecen la enfermedad X 5 y si son tres X 11.

Hay fuertes indicios de que la alimentación influye en el riesgo de padecer Cáncer de Próstata. Dietas ricas en grasa e hipercalóricas están asociadas a un mayor riesgo.

La ingesta de vegetales, particularmente soja, rica en isoflavonoides; tomate, rico en licopeno; Té verde, rico en polifenoles tienen un aparente efecto protector.

Bajos niveles de Selenio han sido asociados a mayor riesgo de Cáncer de próstata así como niveles bajos de Vitamina D (vitamina que tiene potente efecto anti proliferativo), de tal manera que suplementos alimentarios que contengan estas sustancias pueden ser beneficiosos.

Si bien no conocemos totalmente la historia natural de la enfermedad, ni podemos impedir su aparición, sí sabemos,

como lo mencionó la Dra. Mouro, que cuanto más precoz sea el diagnóstico las probabilidades de curabilidad son mayores.

De ahí la importancia del control periódico con el urólogo de los hombres a partir de los 50 años en la población general y de los 45 años en aquellos con antecedentes familiares de cáncer de Próstata o pacientes afroamericanos (en estos últimos por factores que se desconocen los tumores de próstata pueden aparecer a etapas más tempranas y tener mayor agresividad).

El diagnóstico de Cáncer de Próstata se basa en la información obtenida del interrogatorio, examen digital de la próstata (Tacto Rectal) y datos de laboratorio, dentro de los cuales se destaca la dosificación del Antígeno Prostático Específico (PSA por sus siglas en inglés).

Estos datos no determinan la existencia de un cáncer de próstata, pero son los elementos empleados en la indicación de una Biopsia de Próstata, la cual definirá la existencia o no de cáncer.

Hoy disponemos además de otros marcadores tumorales en sangre y orina (PCA3, Select Med, 4K Score) o bien estudios imagenológicos como la Resonancia Multiparamétrica de Próstata,

que pueden ser empleados para afinar el diagnóstico en casos dudosos o pacientes con antecedentes de biopsias prostáticas negativas, en los que hay que definir una nueva biopsia.

CASMU dispondrá en los próximos meses de la Biopsia por Fusión, última tecnología que permite la biopsia precisa de una lesión sospechosa de cáncer identificada en la Resonancia Multiparamétrica, con lo que aumenta significativamente la posibilidad de diagnosticar un tumor que de otra manera pasaría inadvertido.

El tratamiento del Cáncer de próstata debe ser individualizado. La elección del tratamiento debe tener en consideración no sólo las características del tumor, sino también la edad del paciente, los niveles de PSA, las patologías médicas asociadas, la expectativa del paciente en relación a su enfermedad y calidad de vida después del tratamiento.

En tumores localizados a la Próstata se abre un gran abanico de posibilidades terapéuticas que van desde la Vigilancia Activa ( en tumores poco agresivos se vigila mediante exámenes la evolución del tumor y si este avanza o se vuelve más agresivo se cambia a otro plan terapéutico); Braquiterapia ( técnica de radioterapia local, en la cual se aplican "semillas radioactivas" dentro de la glándula eliminando el tumor); Radioterapia Externa, Prostatectomía Radical ( Robótica, Laparoscópica, Convencional).

A este abanico de probabilidades se le agrega hoy la Terapia Focal, técnica innovadora, actual, moderna, que permite el tratamiento sólo del sector de la próstata donde se encuentra el tumor, disminuyendo entonces las posibles consecuencias o eventos adversos secundarios a otros tratamientos.

Como bien lo manifestó la Dra. Laura Mouro. CASMU dispondrá seguramente a partir del correr del próximo año de este tipo de tratamiento, y ofrecerlo a disposición tanto para usuarios de la Institución como para todos aquellos pacientes que lo requieran.



Dra. Laura Mouro, Subjefe del Departamento de Urología de CASMU- IAMPP.  
Dr. Hugo Badía, Jefe Departamento de Urología CASMU - IAMPP.

LA REVISTA DE SALUD DEL **casmu**

# casmuCerca

*Leerla hace bien*



**14° año de impresión**

**Revista impresa en alta calidad gráfica**

**Disponible en forma gratuita en todos los sanatorios**

**Versión digital enviada a socios**

**Disponible en el home de la web del CASMU**

En sus páginas encontrará información destacada de todos los Departamentos Médicos, promoviendo que la revista permanezca junto a la familia todo el año y sea coleccionable.

**Contacte en forma directa a miles de usuarios y funcionarios del CASMU**



**Ediciones  
2024**

• Febrero • Abril • Junio • Agosto • Octubre • Diciembre

Por consultas de espacios publicitarios  
Cel. 098 263 636  
revistacasmu@gmail.com

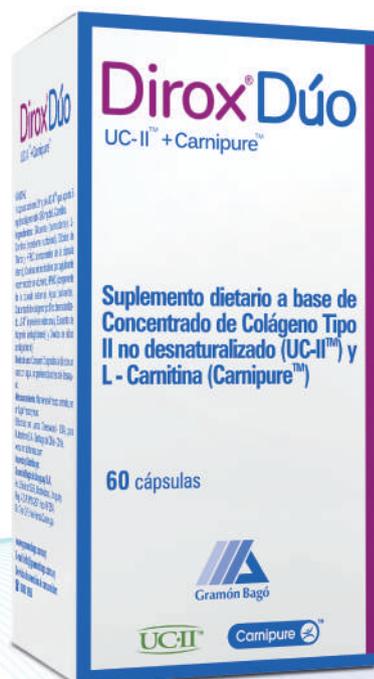
Disponible en Vademécum CASMU

Bajo la modalidad de ticket diferencial

NUEVO

# Dirox<sup>®</sup>Dúo

UC-II<sup>™</sup> + Carnipure<sup>™</sup>



## Innovación tecnológica

Cápsula externa

L-Carnitina

+

Cápsula interna

Dirox<sup>®</sup>



UC II

El colágeno tipo II es componente proteico esencial del tejido conectivo y en especial de la matriz cartilaginosa de las articulaciones

Carnipure

Se trata de un aminoácido, constituyente natural de las células el cual posee un rol fundamental en la producción de energía en la musculatura esquelética y cardíaca

Presentación **60 cápsulas = 1 mes de tratamiento**



# La juventud y qué le depara el futuro con la Inteligencia Artificial



Mag. Carolina Abuchalja. Directora de Facultades y Miembro del Rectorado de la Universidad de la Empresa.

Los jóvenes se encuentran muy desorientados a partir de la aparición de la inteligencia artificial generativa, ya que con ella se empezó a hablar de la posible desaparición de carreras y trabajos debido a avances tecnológicos.

Esto les genera ansiedad, angustia, estrés y hasta depresión, ya que esta situación los lleva a repensar el futuro que tenían delineado, porque la pregunta que se hacen es: ¿para que voy a estudiar tal carrera si va a desaparecer? o aún peor, ¿para que estoy estudiando esta carrera que va a dejar de existir?.

Sin duda son preguntas acertadas ya

que estudian con la finalidad de un futuro laboral próspero y hoy está todo en duda, no existen las certezas, pareciera que la única cosa segura es que la tecnología seguirá avanzando. Estas son manifestaciones diarias que nos tocan enfrentar por parte de los estudiantes, y nosotros tenemos la obligación de escucharlos y orientarlos de una manera que les permita adaptarse a las demandas cambiantes del mercado laboral.

Vale decir que ninguno de nosotros sabemos que nos depara el futuro con la inserción de la IA generativa, pero si podemos darles algunas certezas para que su mundo no se vuelva un mundo sin piso firme. Aquí hay algunas sugerencias sobre cómo podríamos hacerlo:

1. En lugar de enfocarse en carreras y trabajos específicos, es importante desarrollar habilidades y competencias transferibles que sean valiosas en cualquier campo laboral. Esto incluye habilidades como el pensamiento crítico, la resolución de problemas, la creatividad, la comunicación efectiva y la colaboración.
2. Los jóvenes deben entender que el mundo laboral está en constante cambio y que deben estar dispuestos a aprender y adaptarse a nuevas tecnologías y situaciones laborales. Fomentar la mentalidad de aprendizaje continuo y la capacidad de adaptación les permitirá enfrentar cualquier cambio en su carrera profesional.
3. Promover la formación en tecnología y STEM: A medida que la tecnología avanza rápidamente, es fundamental que los

jóvenes adquieran habilidades en ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas (STEM, por sus siglas en inglés). Estas habilidades son especialmente valiosas en campos emergentes como la inteligencia artificial, la robótica y la programación.

4. Animar a los jóvenes a desarrollar sus habilidades creativas y emprendedoras puede ayudarles a generar oportunidades profesionales por cuenta propia. Esto podría incluir incentivar proyectos personales, la creación de startups o el desarrollo de productos y servicios innovadores.

5. Aunque ciertos empleos pueden ser automatizados, existen trabajos que requieren habilidades interpersonales y de servicio. Brindar oportunidades para desarrollar habilidades sociales, como la empatía, la capacidad de trabajar en equipo y la atención al cliente, puede ser una ventaja competitiva en un mercado laboral en constante cambio.

En resumen, la orientación de los jóvenes debe centrarse en el desarrollo de habilidades transferibles, la adaptabilidad, el enfoque en tecnología y STEM, la creatividad y el emprendimiento, así como las habilidades sociales. Esto les proporcionará una base sólida para enfrentar los desafíos futuros y aprovechar las oportunidades que surgirán en el cambiante mundo laboral.

Mag. Carolina Abuchalja  
Directora General Eduschool.  
Miembro del Rectorado de UDE.

# UDE 2024

Campus  
Virtual

Facultad de  
Ciencias Jurídicas

Facultad de  
Ciencias Agrarias

Facultad de  
Ingeniería

Facultad de  
Ciencias  
de la Salud

Facultad de  
Ciencias  
Empresariales

Facultad de  
Ciencias de  
la Educación

Facultad de  
Diseño y  
Comunicación

Escuela de  
Desarrollo  
Empresarial

Tu carrera  
**Tu futuro**

[info@ude.edu.uy](mailto:info@ude.edu.uy)

**UDE**  
UNIVERSIDAD DE LA EMPRESA

EduSchool



Para todo el  
**CAMINO**

INSCRIPCIONES ABIERTAS

**2024**

Educación Inicial, Primaria,  
Secundaria, Preuniversitario  
y Bachillerato por Tutorías.

**Cupos limitados**

Bonificaciones especiales por  
inscripción anticipada.

    [info@eduschool.edu.uy](mailto:info@eduschool.edu.uy)



## ¿CÓMO PUEDO SOLICITAR MEDICAMENTOS A DOMICILIO?

Previo a efectuar la solicitud, te sugerimos:

- ❖ Tener las recetas en tu poder y disponibles.
- ❖ Si fuiste atendido a través de fonoconsulta o videoconsulta, recién a partir de las 24 horas podrás realizar la solicitud de medicamentos.
- ❖ Si tienes una “pauta o indicación prolongada”, te agradecemos tener claramente definido qué medicamentos necesitas.
- ❖ El costo del envío a domicilio (\*) deberá ser abonado, junto con el costo del medicamento, al momento de la entrega.
- ❖ El plazo de entrega será de 24 horas.

**CASMU te ofrece dos posibilidades para  
solicitar tus medicamentos a domicilio:**

- 1) Solicitarlos por WhatsApp al 092 144 144 donde un idóneo en farmacia te contactará en un plazo máximo de 24 horas.
- 2) Llamando a nuestra línea telefónica exclusiva 1445, de lunes a sábado de 07:30 a 19:00 horas.

**\*Recordá que para un mismo pedido, debes optar por una única vía de solicitud.**



**AHORA TAMBIÉN LLEGAMOS HASTA  
COLONIA NICOLICH Y PARQUE DEL PLATA**

**casmu**  
estamos para cuidarte  
(\*) \$184 a partir del 1/7/2023

*Los Fresnos*  
DE CARRASCO  
CEMENTERIO PARQUE CREMATORIO



Selecto y sereno, el Cementerio Parque Los Fresnos de Carrasco es elegido por quienes aprecian cada detalle de la fusión con la naturaleza y buscan el refugio que brinda un estilo individual.

Atendiendo la creciente demanda por servicios de cremación y en línea con nuestro objetivo de excelencia, hemos incorporado a nuestra infraestructura **dos hornos crematorios**.

Contamos asimismo con **salas velatorias**, las cuales se prestan tanto para servicios fúnebres que culminen con la cremación o sepultura en el Cementerio Parque Los Fresnos de Carrasco, como para aquellos que optan por otra alternativa.

Estamos a su disposición recibiendo consultas y sugerencias. Le asesoraremos contactándose al teléfono **2682 9140** o a través del correo electrónico **[oficina@losfresnos.com.uy](mailto:oficina@losfresnos.com.uy)**



# SECOM

PRIMER SERVICIO DE COMPAÑÍA DE URUGUAY Y DEL MUNDO



**Consultá por Nuestros Planes a Medida  
y comenzá a vivir con el respaldo del Primer  
Servicio de Compañía.**

**MONTEVIDEO:**

Colonia 851 / Tel.: 0800 4584

**MONTEVIDEO:**

Bv. Artigas 1495 / Tel.: 0800 4584

**CANELONES:**

Treinta y Tres 329 / Tel.: 4333 2835

**CARMELO:**

Uruguay 502 / Tel.: 4542 0989

**CIUDAD DE LA COSTA:**

Av. Giannattasio Km 21.400,  
Local 3 / Tel.: 2683 2826

**COLONIA:**

Alberto Méndez 161 / Tel.: 4522 5257

**DURAZNO:**

Manuel Oribe 451 / Tel.: 4363 4343

**LAS PIEDRAS:**

Av. de las Instrucciones del Año XIII 629 /  
Tel.: 2365 7599

**MALDONADO:**

Florida 671, Local 1 / Tel.: 4223 6045

**MERCEDES:**

Rodó 893 / Tel.: 4533 3186

**MINAS:**

Domingo Pérez 519 / Tel.: 4443 7169

**PANDO:**

Av. Artigas 1198 / Tel.: 2292 4584

**SAN JOSÉ:**

Peatonal Asamblea 649 / Tel.: 4342 2350

**TACUAREMBÓ:**

Ituzaingó 248 / Tel.: 4634 6474

**0800 4584 | [secom.com.uy](http://secom.com.uy)**