

LA REVISTA DE SALUD DEL **casmu**

Leerla hace bien

# casmu**Cerca**

Publicación oficial del CASMU - Distribución gratuita - Año XV - N° 65 - Marzo de 2024



*Dra. Anabela Fernández*

*Dra. Marianela Méndez Guerra*

## Mujer y Corazón

**El equipo de Educación Materno Infantil (EMI) es una gran herramienta en una maternidad integral e interdisciplinaria**  
*Dr. Edgardo Castillo Pino*

**Mejorar el uso de los antibióticos es responsabilidad de todos**  
*Q.F. Lucía Nan*  
*Q.F. Carla Pascher*  
*Dr. Gustavo Burroso*

**Educación y salud, ideas claves para una vida más plena**  
*Dr. Fabián Molina*

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: Dra. Virginia Elena Massobrio Nodar  
Tesorera: Dra. Cristina Rey

**Comisión Fiscal:**

Dr. Álvaro Arigon  
Dr. Gabriel De Feo  
Dra. Alicia Gómez



MARZO de 2024

**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 GINECOLOGÍA

El equipo de Educación Materno Infantil (EMI) es una gran herramienta en una maternidad integral e interdisciplinaria.

### 12 SEXOLOGÍA

La sexualidad en el embarazo.

### 14 NEUROLOGÍA

Policlínicas de Neurología Especializada.

### 16 FARMACOLOGÍA

Mejorar el uso de los antibióticos es responsabilidad de todos.

### 19 CARDIOLOGÍA

Mujer y Corazón.

### 22 TELEMEDICINA

La Videoconsulta una modalidad de consulta alternativa a la presencialidad.

### 26 INFOCASMU

CASMU será el equipo asistencial de la Selección Uruguaya de Fútbol.

### 30 1727

Educación y salud, ideas claves para una vida más plena.

### 32 INFOCASMU

8 DE MARZO en CASMU.

### 38 PUBLINOTA UDE

Uso inteligente de la tecnología.

### 40 INFOCASMU

Cirugía de Mohs: Una solución más segura al cáncer de piel.

## 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 Vasculat		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 Fraschini
Fisiatría		Dr. Juan Vigna
Gastroenterología		Dra. Virginia López
Ginecología	Profesor Agregado de Ginecología y Obstetricia de la Fac. de Medicina (UDELAR)	Dr. Edgardo Castillo
Hematología		Dra. Gabriela De Galvez
Hemodiálisis - IMAE	Profesor Adjunto de Medicina Preventiva	Dra. Laura Solá
Hemoterapia	Jefe de Depto. de Medicina Transfusional	Dr. Juan Ferrari
Imagenología		Dr. Rafael Ferreira (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 Ferreira
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		Dra. Nancy González (i)
Salud Mental	Ex. Profesor adjunto de Clínica Psiquiatra	Dr. Manuel Alcalde
Salud Ocupacional		Dr. Alvaro Arigon
Servicio de Urgencia		Dr. Marcelo Nandes
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

# 8 de marzo. Día internacional de la mujer



**Dra. Andrea Zumar**  
Vicepresidenta del Consejo  
Directivo CASMU - IAMPP.

Nuevamente un 8 de marzo nos encuentra reflexionando sobre la importancia de esta fecha y trabajando por conquistar los desafíos centrales que tenemos como mujeres y como personas.

Sin duda, en las últimas décadas han habido avances importantes en nuestra sociedad, en cuanto a superar la situación de desigualdad que hemos vivido históricamente las mujeres.

Paso a paso fuimos ingresando al mercado laboral y junto a ello avanzamos en la conquista del sistema educativo, accediendo a distintos oficios y profesiones. El siglo XIX marcó un antes y un después.

Las primeras feministas sufragistas lograron poner en claro que las mujeres tenemos derecho a votar y participar en la vida pública. Nuestras hermanas del movimiento sindical tomaron la bandera

de la necesidad de reducción de la jornada laboral y de conquistar la igualdad de pago, así como la igualdad de las tareas con los hombres.

El siglo XX, en su segunda mitad, dejó claro que las mujeres teníamos derecho a decidir cuándo y cómo queríamos ser madres, y que la equidad de género también era un asunto cultural y político. La marea continúa hoy, es imparable.

Esta nueva época presenta enormes desafíos para toda la sociedad. Los problemas ambientales, la justa distribución de la riqueza, el fundamental respeto a la diversidad y la defensa de ciudadanía plurales y democráticas, lejos de ser temas resueltos son desafíos fundamentales a abordar. Todos ellos tienen una mirada necesaria sobre los derechos de las mujeres.

Cada uno de los temas centrales de nuestro planeta, nuestros países, y de cada espacio público y privado que habitamos necesita de una mirada específica que atienda las desigualdades de género. Y en ello estamos.

En CASMU asumimos el desafío de seguir construyendo la igualdad de géneros.

Algunas de nuestras acciones institucionales tradicionales aseguran este camino, por ejemplo: la existencia del mecanismo de concurso para el ingreso a los cargos y también para la generación de los ascensos en la carrera profesional.

De esta forma, aseguramos que no existan sesgos que limiten las posibilidades de construir una trayectoria en consonancia con los logros y esfuerzos de nuestras profesionales.

CASMU mantiene de forma fluida y generando especial atención a sus resoluciones una Comisión de Género, que funciona de forma bipartita con los funcionarios. Este espacio de trabajo es fundamental para recibir eventuales denuncias que se puedan generar, pero también funciona como un espacio proactivo de construcción de actividades e ideas, que ponen la problemática de género en el centro de la vida institucional.

Pero debemos ir a más. Ello implica seguir construyendo campañas de sensibilización y ser promotores de medidas públicas que breguen por la extensión de las políticas de cuidados a la infancia (elemento que tiene un claro sesgo de género, ya que somos esencialmente las mujeres las que nos encargamos de las tareas de cuidado en nuestros hogares), así como promover la construcción de roles que permitan el desarrollo pleno y libre de todas las mujeres.

Como institución de salud, no podemos ni queremos quedar en silencio ante estos desafíos.

**Apostamos a una sociedad equitativa y abogamos por espacios familiares, políticos, laborales y de convivencia donde haya un justo reparto de las tareas de cuidado y donde se promuevan los derechos, todavía en desventaja, de las mujeres.**

Por ello, tomamos el 8 de marzo no como un día de festejo, sino como un día de homenaje a las luchas de nuestras predecesoras y de compromiso para generar un tiempo mejor que efectivamente nos incluya a todas y todos.

# El equipo de **Educación Materno Infantil (EMI)** es una **gran herramienta** en una maternidad integral e interdisciplinaria



---

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

La maternidad del CASMU-IAMPP se desarrolla actualmente con el concepto de una maternidad integral e interdisciplinaria, donde el equipo de Educación Materno Infantil (EMI) constituye una gran herramienta asistencial para la gestante y su hijo. EMI, pretende apoyar, detectar y acompañar las situaciones de vulnerabilidad de la gestante y su familia con fin de brindar el apoyo necesario.

El sector destinado a la EMI es un área dependiente del departamento Ginecología y Obstetricia, Neonatología y el departamento de Enfermería del Sanatorio 2 del CASMU-IAMPP.

El equipo de EMI es un diferencial que, apunta a fortalecer la asistencia de la embarazada y su familia durante todo su proceso de gestación. Este equipo desempeña un trabajo individualizado, personalizado y colectivo de todas las usuarias gestantes con el propósito de compartir aquellas herramientas con las que se cuenta dentro de la institución, de manera de fortalecer los procesos de atención, durante el proceso de gestación, el nacimiento y al alta a su domicilio dado que el conocimiento compartido generará mayor visibilidad de lo actuado y en consecuencia mejor comunicación sobre los servicios que brindamos.

Históricamente el equipo de EMI desarrolla funciones de seguimiento del binomio madre hijo, en aquellas situaciones detectadas como de situaciones de riesgo obstétrico y neonatal.

**Toda usuaria gestante será derivada al sector de EMI, donde se realizará los estudios rutinarios del primer trimestre de la gestación.**

Dichos cuidados prenatales se han adecuado e incrementado de acuerdo con las necesidades percibidas y en sintonía con las nuevas regulaciones del MSP sobre el seguimiento de paciente y de su niño/a.

El resultado de la tarea realizada en sus comienzos, implicó una disminución de la frecuencia de reingresos y de las complicaciones posteriores al nacimiento,

tanto del recién nacido, como de su madre durante el puerperio, siendo el CASMU, una institución pionera en seguimiento y educación a la embarazada dentro del sistema mutual.

Se cuenta con varias certificaciones hasta la fecha, tales como: Año 2008 Certificación de Calidad UNIT para los procesos de Plan Aduana, Visita Domiciliaria y Cursos de Educación a la Embarazada (2008), Re-certificación (2009) y Auditoría de Calidad (interna y externa) de los procesos certificados (2010).

**El objetivo principal que busca el equipo de EMI es contribuir al cuidado de la salud de la gestante, su hijo y su familia desde las primeras etapas del embarazo, facilitando el acceso y uso de los servicios acorde a las pautas sobre atención del embarazo, el parto y los cuidados del recién nacido insertas en las guías nacionales.**

Dentro de sus funciones el equipo del EMI desarrolla funciones asistenciales, educativas, de comunicación, administrativas, de investigación y de colaborar en el cumplimiento de las metas asistenciales reguladas por el MSP.

Además, pone foco en la captación y orientación de las embarazadas y madres de la institución desde el inicio de su embarazo, el seguimiento durante todo el proceso de atención tanto dentro como fuera del sanatorio, así como, identificar mediante la evaluación de los diferentes procesos en los servicios brindados, aquellas necesidades con el fin de instrumentar soluciones para la mejora continua de los procesos de la asistencia de la gestante.

Las tareas del EMI se desarrollan de la siguiente manera:

1- En el primer trimestre la captación de la embarazada dentro del trimestre y su orientación sobre los futuros controles.

2- En el segundo trimestre, la coordinación del "Curso de preparación para el nacimiento".

3- En el tercer trimestre, al finalizar el nacimiento, en el postparto, realizar el seguimiento del recién nacido al alta sanatorial y sus primeras consultas en policlínica, ya sea con neonatólogo o con médico pediatra elegido por la familia.

Esta coordinación está a cargo de enfermería del sector quien mantiene un estrecho vínculo y una comunicación con todo el sistema de atención descentralizada de la institución, lo que constituye el llamado Plan Aduana.

4- La coordinación de seguimiento domiciliario y telefónico de los recién nacidos de alta con dificultades por patologías, evolución del peso y/o dificultades en la lactancia.

**El equipo de EMI, tiene a su cargo las policlínicas de atención y seguimiento de los recién nacidos (RN) en el formato de visita domiciliaria; lo que implica la detección eficaz y eficiente de cambios en la evolución de los recién nacidos realizada en domicilio.**

Todo esto se realiza mediante una estrecha comunicación con las áreas de internación de los RN dentro de la maternidad, en alojamiento madre e hijo o en la unidad de cuidados críticos neonatales (UCCN).

**Existe una atención especializada en seguimiento de alto riesgo neonatal, conformada por un equipo de especialistas (neonatólogo, médico neuro-pediatra, médico fisiatra, médico pediatra y un auxiliar de enfermería), quienes mantienen un estrecho seguimiento de los RN egresados de la UCCN. El seguimiento, ya sea domiciliario o ambulatorio se encuentra registrado en la historia clínica electrónica.**

En el momento actual el equipo de EMI está a cargo de una Licenciada en Enfermería, con especialización en neonatología y en lactancia materna, una Obstetra/Partera y auxiliares de enfermería, con vasta experiencia en la atención perinatólogica y una licenciada en psi-

cología médica.

EMI, cuenta con el apoyo de asistente social, quien aborda las problemáticas en situaciones de alto riesgo social, ya sea por mal control del embarazo, por abuso de sustancias o por violencia intra o extrafamiliar. Los procesos de atención y cuidados se realizan en base a las evidencias científicas del cuidado, centrado en la familia y sus derechos. La coordinación técnica, sobre la atención se realiza con los jefes médicos de Ginecología y Neonatología.

## Funciones asistenciales y administrativas

**Captación Embarazadas:** Toda usuaria gestante será derivada al sector de EMI, donde se realizará los estudios rutinarios del primer trimestre de la gestación y se vincula a la paciente administrativamente con todos los beneficios del embarazo. Además, se le informa la modalidad y frecuencia sobre el curso de preparación para el nacimiento que brinda la institución.

En este primer contacto, realizado por un integrante del equipo de EMI se pone en marcha el camino del control del embarazo, desde el punto de vista global y el asesoramiento por odontología preventiva y por hemoterapia. La captación de la gestante se realiza de lunes a viernes de 8 a 10 hs., por orden de llegada en el primer piso del Policlínico Central con entrada por la calle 8 de octubre. La información y agenda al curso de preparación del nacimiento la realizan a través del equipo de EMI.

El seguimiento domiciliario se realiza en la población definida de riesgo obstétrico



co y neonatal, con el objetivo de prevenir, promover y recuperar la salud. Con esto se persigue realizar un seguimiento en el hogar, como continuidad de la atención y cuidado del RN y su familia a través de una comunicación fluida intersectorial. Por tanto, la comunicación desde el comienzo con los diferentes sectores de atención es imprescindible, desde la captación del embarazo hasta el alta a domicilio.

**Visita domiciliaria:** La visita a domicilio es la principal herramienta del equipo EMI para llevar adelante el seguimiento como un proceso de atención. Esta visita requiere de una planificación (ej. que familia visitar, por qué y cuando), una coordinación (comunicar a la familia la visita y coordinar en conjunto los tiempos adecuados), una ejecución (requiere de coordinaciones de recursos humanos, materiales y financieros), un registro (aspecto imprescindible para documentar claramente lo actuado) y una evaluación continua según los resultados esperados.

## Funciones educativas y de comunicación

**Clases de preparación para el nacimiento:** ésta serie de clases de modalidad virtual y presencial son ofrecidas históricamente por la Institución y centralizada en el equipo de EMI que cuenta a su vez con un equipo interdisciplinario que colabora en brindar la información necesaria a la gestante, su pareja y su familia.

En estas clases coordinadas y realizadas por el equipo de EMI se brinda información sobre el proceso del parto, técnicas de respiración, posiciones de trabajo de parto, opciones de alivio del dolor y cuidados postparto, así como información sobre el cuidado del recién nacido.

En nuestro curso de preparación del parto se complementa con información sobre el parto en el agua, clases de masaje para el embarazo y el parto y educación para la lactancia.

**Asesoramiento y promoción de lactancia materna:** La lactancia materna ex-

clusiva durante los primeros seis meses de vida es considerada la opción ideal según las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y otras organizaciones de salud. Durante este período, se recomienda que el bebé sea alimentado únicamente con leche materna.

Por tanto, es un compromiso del equipo de salud fomentar, acompañar y asesorar sobre lactancia materna, brindando información sobre la adaptación a los ciclos fisiológicos, detectar los factores riesgo para la salud materna y del bebé, y educar sobre la prevención del segundo embarazo en madres adolescentes.

Se enseñan técnicas de posición y como sujetar al bebé, resolución de problemas comunes de lactancia y beneficios de esta tanto para la madre como para el bebé. También se pueden abordar temas relacionados con la extracción de leche y la introducción de alimentos sólidos.

**Telemonitoreo en lactancia materna:** Como complemento de la consulta presencial en el asesoramiento en lactancia materna se generó a mediados del año 2023, la creación del telemonitoreo de lactancia materna a través de la vídeo consulta. Esta vídeo consulta de lactancia sería eficaz y eficiente en atención primaria de control, seguimiento y prevención de los problemas habituales del binomio madre/hijo así como permite resolver la inmediatez y orienta a consultar presencialmente sólo en los casos que son necesarios.

En reunión con dos integrantes del equipo de EMI, la Licenciada en enfermería especializada Lourdes Bouza y la Obstetra/partera Nadia De Los Santos, me expresaban las siguientes consideraciones del equipo de EMI, de antes, de ahora y de un futuro cercano:

1- "Históricamente este sector que nació para el acompañamiento y el cuidado se fue adaptando a diferentes necesidades, como, por ejemplo, el pasaje por la pandemia, que requirió un esfuerzo para que el curso de preparación del nacimiento que se brinda para todas las gestantes se modificará y su formato llegará



a cada familia de manera virtual”

Hoy día este curso se adapta a una modalidad híbrida, con el objetivo de cumplir con las pautas ministeriales y con las demandas de las gestantes, considerando aquella la situación geográfica o situaciones de reposo médico, que les impida desplazarse, y brindar la capacitación al alcance de todas, en el formato adecuado a cada situación.

2- “A partir del proyecto de acompañamiento de toda familia aquella gestante que presente una alteración diagnóstica, se acompaña y se coordina la interconsulta, para dar una cobertura con la empatía que requiere cada familia, y poner a su alcance todos los especialistas necesarios (neonatología, medicina materno fetal, en salud mental, pediatría y otros)”.

Para cada situación familiar el equipo del EMI adapta los servicios, de manera individualizada y brindando una asistencia altamente humanizada. Desde el año 2022, se amplió el objetivo del seguimiento al alta, a todos los recién nacidos crónicos que son acompañados por cuidados paliativos pediátricos.

3- “Para este año se incursiona en el acompañamiento durante el final de la vida de recién nacidos en domicilio, junto al equipo de cuidados paliativos pediátricos y trabajar de manera interdisciplinaria con el proceso de duelo para dar un sostén mayor a todas las familias que lamentablemente pasan por esa situación”.

Los procesos de atención madre-hijo del equipo de EMI tienen sus fortalezas en ser el nexo en el hogar entre el equipo

asistencial y la familia, en la capacidad de implementar medidas preventivas, de mejorar la adaptación de los recursos familiares a la nueva situación, de abordar las necesidades y problemas planteados, de contribuir a la rehabilitación del binomio madre-hijo con participación de la familia en su propio entorno y de acordar el plan de seguimiento según características de cada situación.

### Agradecimiento

Agradezco a la Licenciada en enfermería especializada Lourdes Bouza y la Obstetra/partera Nadia De Los Santos por toda información brindada para ofrecer en este artículo y felicito la labor diaria de todo el equipo de Educación Materno Infantil (EMI) por su compromiso y responsabilidad en sus tareas.

**¿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**

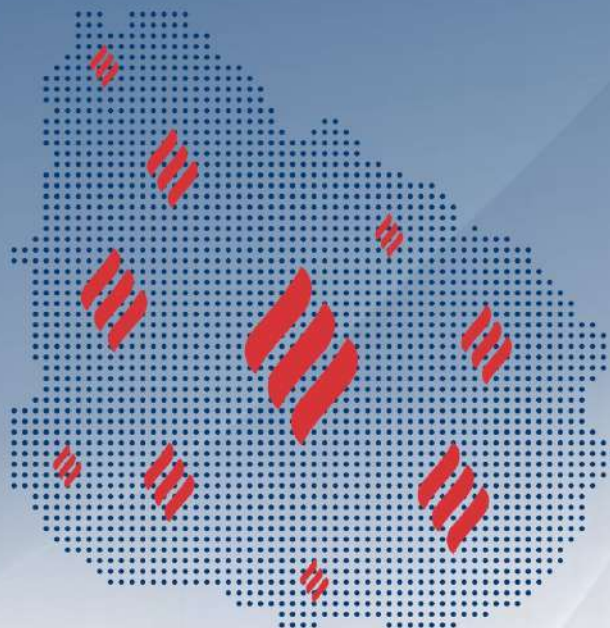
**☎ 095 290 254**

de 8 a 20 h.

Ubicado en Br. Artigas 1309 esq. Guaná

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





# 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



# Maquet Meera Family Mobile Operating Table

Cost-effective flexibility in the OR

GETINGE 

SIEMPRE LAS MEJORES MARCAS  
NUNCA SÓLO ESO

bioerix

# La sexualidad en el embarazo



**Dra. Fiamma Dellacasa**

Medica Sexóloga y Educadora sexual.

La sexualidad en el embarazo ha sido un gran tabú durante mucho tiempo. Se asume a la embarazada en su nuevo rol de madre y se deja de lado que sigue siendo una mujer, con deseos y necesidades. Los seres humanos somos seres sexuales desde que nacemos hasta que morimos y eso incluye al embarazo.

### Los mitos y verdades más frecuentes:

#### 1- La penetración durante el embarazo puede dañar al bebé / MITO

El bebé se encuentra protegido por el líquido amniótico dentro del útero, que es un órgano cerrado. El pene llega únicamente hasta el cuello del útero, sin tomar contacto con el bebé en ningún momento. Por lo tanto, si el embarazo viene cursando de forma saludable y sin inconvenientes, no hay ningún riesgo para mantener relaciones sexuales con penetración.

#### 2 – Hay que usar preservativo / VERDAD

El preservativo es el único método anticonceptivo de barrera con el que contamos para prevenir infecciones de transmisión sexual y otro tipo de infecciones. Sí: aunque sea tu pareja estable es fun-

damental prevenir infecciones lo máximo posible durante el embarazo.

#### 3 – El deseo sexual disminuye por los cambios hormonales / MITO

Todas las personas son diferentes, pero la realidad es que el deseo sexual fluctúa mucho durante el embarazo. En el primer trimestre por lo general disminuye, vinculado a las náuseas matutinas y a los cambios corporales que se empiezan a producir. En el segundo trimestre generalmente aumenta, ya que los síntomas disminuyen, y el tamaño de la panza es cómodo.

Por lo general en el último trimestre baja nuevamente, vinculado a la ansiedad del parto y al tamaño de la panza.

Pero es algo sumamente subjetivo en cada una, hay mujeres que tienen el deseo sexual aumentado todo el embarazo y otras que lo tienen disminuido, pero se vincula más a cómo se transite ese embarazo que a los cambios hormonales.

#### 4 – Hay patologías que contraindican la penetración / VERDADERO

Siempre consulta con tu ginecólogo/a tratante. Pero algunas patologías del embarazo como la amenaza de aborto, la placenta previa o la amenaza de parto

pretérmino contraindican la penetración.

#### 5 – Durante el embarazo no pueden utilizarse juguetes sexuales / MITO

Siempre que estén lavados y desinfectados adecuadamente pueden utilizarse sin problema. Recordá que si son juguetes para penetración deben de tener preservativo para evitar posibles infecciones. Siempre consulta de todas formas con tu médico/a tratante.

La intimidad con la pareja y el embarazo puede ser una etapa muy linda pero dificultosa de transitar, según cómo la sienta cada una. No siempre se puede seguir la vida con naturalidad.

Pero recordá que las prácticas sexuales que incluyen la penetración son solo una ínfima parte de las relaciones sexuales.

Lo fundamental es preservar la intimidad con la pareja, que no siempre implica tener sexo; pueden ser besos, caricias, masajes, autoerotismo, o todas las otras alternativas que existen al sexo penetrativo.

El pene no lo es todo, y la sexualidad es mucho más amplia que los genitales.



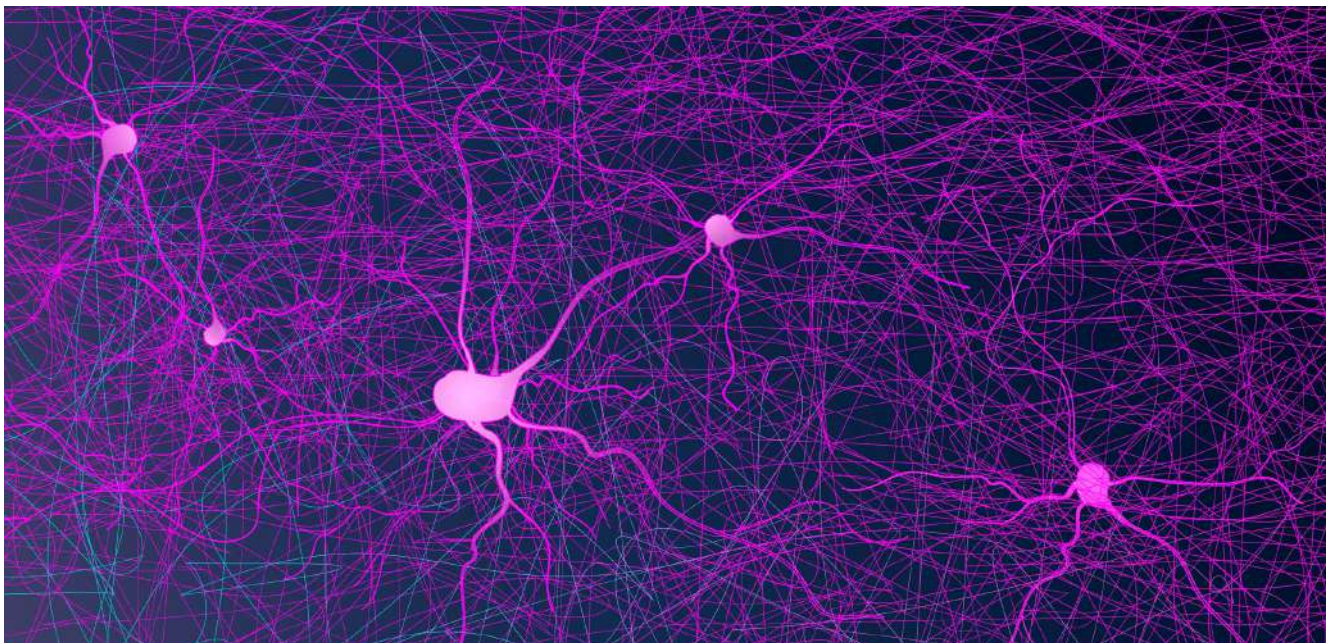
#### LAR CENTRO RESIDENCIAL Y RECUPERACIONES POST-HOSPITALARIAS

LAR es el lugar ideal para la recuperación post-hospitalaria de una persona mayor. Sus amplias, modernas y seguras instalaciones, la calidez y capacidad de sus más de 120 funcionarios y sus distintas actividades son los grandes diferenciales del único centro residencial de primer nivel en Uruguay.

☎ 2 614 10 10 📞 +598 94 184 161 📷 📌 CentroResidencialLar  
 Por consultas o info: [info@lar.com.uy](mailto:info@lar.com.uy)



# Policlínicas de Neurología Especializada



Casmu, es de las primeras instituciones privadas que cuenta con este servicio.

Transformamos la atención de neurología de urgencia y ambulatoria mediante la creación de policlínicas de Neurología Especializada.

Los trastornos neurológicos son enfermedades del sistema nervioso central y periférico.

La mayoría de ellos, no solo son causa de aumento de mortalidad, sino que representan en el mundo la primera causa de discapacidad y de pérdidas de años de vida saludable (DALYs – Disability Adjusted Life Years).

Estando Uruguay dentro de esa realidad, agravada, además por ciertos factores como lo son una población envejecida.

Para esto, hablamos con la **Neuróloga Beatriz Arciere, Jefa del Departamento de Neurología del CASMU-IAMPP y Vicepresidenta de la Sociedad de Neurología del Uruguay.**

Entre los años 2019 y 2020 (desde la institución) se plantearon crear un plan de mejora del servicio de Neurología en Casmu-IAMPP que se basó en 2 aspectos fundamentales:

**Primero**, transformar la atención de la neurología de urgencia. Llevándose a cabo a través de la adquisición de 2 cargos de alta dedicación con desempeño part-time en guardia interna.

**Segundo**, potenciar la atención neurológica ambulatoria que ya estaba funcionando como policlínicas de Neurología “General”, mediante la creación de policlínicas de Neurología “Especializada”.

La Dra. Arciere explicó que las policlínicas de Neurología “Especializada” atienden a patologías “especialmente complejas y que requieren de una capacitación específica del neurólogo y la colaboración multidisciplinaria entre profesionales”.

**Gracias a que CASMU cuenta con “neurólogos especializados y con amplia experiencia en dichas patologías” es que “vimos una oportunidad de poder concretar este objetivo”.**

Entre las varias policlínicas de Neurología “Especializada” que comienzan a funcionar en 2021 hay 2 que se destacan por su complejidad:

- **Policlínica de atención a pacientes con ELA**



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

Funciona a cargo de la Dra. Nury Sanchez, neuróloga con amplia experiencia en el tema en equipo interdisciplinario con otras especialidades como cuidados paliativos, fisiatría, neumología, gastroenterología, ORL, fonoaudiología, unidad de nutrición y psicología.

La Dra. Arciere aclaró que “si bien es una enfermedad poco frecuente (con una incidencia anual de 1.92 casos cada 100000 habitantes), es una enfermedad degenerativa progresiva e irreversible, de mal pronóstico vital en el corto y mediano plazo, que afecta a ambas neuronas motoras que regulan el caminar, hablar deglutir y respirar” y manifestó que la importancia de este abordaje en forma integral radica en que “hoy día no existe un tratamiento curativo de esta enfermedad, siendo el principal objetivo brindar una adecuada calidad de vida al paciente, atendiendo los diferentes aspectos que pueden ir surgiendo así como acompañamiento a familiares”.

Desde su apertura hasta finales del 2023 se atendieron a 18 pacientes y en este último año diagnosticaron el primer paciente con ELA por mutación SOD1 en el país (una forma de ELA genética).

La policlínica funciona con una frecuencia mensual, con pacientes que llegan

con pase de neurología general, medicina interna y/o especialidades afines, donde es el neurólogo quien articula la interacción y el proceso de atención con el resto de las especialidades.

“Este grupo es pionero en ámbito privado, lo cual es de suma importancia para establecer un registro de estos pacientes y de esta manera no solo comprender en mayor medida la patología y sus diferentes aspectos, más allá de lo neurológico, sino que además nos permite participar en estudios de investigación nacionales e internacionales” destacó Arciere.

A futuro se plantean continuar mejorando la experiencia, tanto del paciente como del cuidador/familiar, logrando un rápido acceso a la valoración especializada, así como brindar soluciones frente a las adversidades que puedan surgir en el proceso de la enfermedad.

- **Policlínica de Enfermedades “Neuroinmunomediadas”**

“Las enfermedades autoinmunes del sistema nervioso central son enfermedades crónicas que afectan al sistema nervioso central de forma primaria o secundaria, siendo patologías de gran complejidad diagnóstica y terapéutica y que además producen alto grado de discapacidad con sintomatología florida que afecta la calidad de vida en múltiples aspectos” conceptualizó.

Debido a su prevalencia se destacan las enfermedades desmielinizantes como la Esclerosis Múltiple (EM): en Uruguay en 1997 tenía una incidencia de 20,8 cada 100000 y en el período 2019-2021, 2,89 cada 100000 (en vías de publicación).

Los pacientes portadores de estas enfermedades “se benefician de un enfoque exhaustivo y multidisciplinario con el objetivo de lograr la precisión diagnóstica, disminuir la actividad de la enfermedad, disminuir los efectos adversos de sus tratamientos farmacológicos, prevenir las secuelas y potenciar la rehabilitación”.

“Nos pareció que era de suma importancia, por el alto número de pacientes que se atienden en la mutualista, poder armar este grupo interdisciplinario compuesto por, además del neurólogo, fisiatra, psiquiatra, internista, ginecólogo, urólogo, dermatóloga, oftalmólogo, infectólogo, etc”, destacó, la Dra.

Esta policlínica está a cargo de la Dra. Valeria Rocha, los pacientes para agendarse necesitan pase del neurólogo general, médico internista o especialistas afines. Este año se inició un registro para tener una base de datos que les permita mejorar los procesos de atención y participar en trabajos de investigación tanto a nivel nacional como internacional.

Otras policlínicas especializadas en neurología que funcionan hoy en CASMU son: policlínica de cefaleas complejas a cargo del Dr. Luis Correa y policlínica de ACV a cargo de la Dra. Florencia Brunet.

Para finalizar, informó que en lo que tiene que ver con avances en la neurología de la institución, “nuestro más anhelado objetivo para el 2024-2025, siempre considerando las posibilidades institucionales, tiene que ver con un cambio en la mira y lograr organizar y mejorar los procesos de atención del paciente neurológico internado, a través de la creación de un área de cuidados neurológicos atendida por un equipo interdisciplinario especializado en la atención de los diferentes aspectos que estas patologías demandan”.

# Mejorar el uso de los antibióticos es responsabilidad de todos



Q.F. Lucía Nan  
Química farmacéutica.



Q.F. Carla Pascher  
Química farmacéutica.



Dr. Gustavo Burroso  
Director del Departamento de Medicamentos.



## ¿Qué son y para qué sirven los antibióticos?

Los antibióticos son medicamentos utilizados para la prevención y el tratamiento de infecciones bacterianas. ¡No "curan" todas las infecciones!

Por ejemplo, no funcionan contra los virus, como los que causan los resfriados, la influenza (gripe), la bronquitis o la rinitis, aunque las secreciones sean espesas o de color amarillo o verde.

## ¿Qué es la resistencia antimicrobiana y que lo produce?

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) una de las mayores amenazas sanitarias en la actualidad es la resistencia a los antibióticos, que se produce cuando los microorganismos mutan en respuesta al uso inadecuado de estos medicamentos.

Son las bacterias, y no los seres humanos ni los animales, las que se vuelven resistentes a los antibióticos. Estas bacterias resistentes pueden hacer que las infecciones futuras sean más difíciles de tratar, lo cual significa que los antibióticos podrían no funcionar cuando realmente los necesite.

Cuando una bacteria resistente nos infecta, los antibióticos que se utilizan habitualmente para combatirla ya no son eficaces y será necesario utilizar otro antibiótico menos accesible e, incluso, podría no haber otros antibióticos activos y eficaces.

Las infecciones resistentes pueden tener efectos colaterales graves, necesitan tratamientos más prolongados, consultas médicas más frecuentes, hospitalizaciones prolongadas e incluso, aumentan la mortalidad.

## ¿Se puede mejorar el uso de los antibióticos?

Sí, se puede mejorar.

El uso inadecuado de estos medicamentos se manifiesta por ejemplo a través de la automedicación, no seguir la pauta médica, en la prescripción en situaciones que no están aprobadas. Esto ha llevado a que vayan perdiendo su eficacia ante los numerosos gérmenes multirresistentes que se han generado a nivel mundial.

## ¿Cómo podemos contribuir al buen uso de estos medicamentos?

- En caso de un problema de salud, no automedicarse, consultar a un médico.
- Avise al médico si usted presenta intolerancia o alergia conocida.
- Adquirir los antibióticos en las farmacias del centro de salud o comunitarias, son los únicos lugares habilitados para su dispensación y cuentan con personal especializado para el correcto asesoramiento.
- Presentar receta y seguir las indicaciones del médico respecto a la toma de los antibióticos. Respetar las horas sugeridas. Para evitar olvidos, puede ser de utilidad poner alarmas o recordatorios de tomas. Muy importante: ¡no interrumpir ni extender el tratamiento, aunque hayan mejorado los síntomas!
- En la farmacia, controle junto al idóneo que le están entregando la medicación correcta. Verificar el nombre del principio activo, la presentación que le entregan, y que dispone del total de dosis para cumplir todo el tratamiento.
- Mantener la medicación en un lugar fresco y lejos del alcance de los niños. Se recomienda mantener el medicamento en su envase original hasta el momento de utilizarlo.
- Chequear la fecha de vencimiento y nunca utilizarlos vencidos.
- Nunca guardar antibióticos para usarlos en otra ocasión, ni los comparta con familiares o amigos.
- A la hora de desecharlos hacerlo en las buzonerías de la farmacia más cerca-

na, es una forma de hacer un descarte seguro que cuida el medio ambiente.

## ¿Cómo debo tomar el medicamento?

Cada medicamento puede tener recomendaciones de uso diferentes. Generalmente los medicamentos se deben tomar con agua y en posición sentada.

No se recomienda tomar el medicamento con otras bebidas como alcohol, leche o jugos.

Durante la consulta anote las instrucciones de su médico sobre cómo tomar los medicamentos.

## Algunas conductas y hábitos que contribuyen a mejorar la salud son:

- Un adecuado lavado de manos. Usar agua y jabón por al menos 20 segundos o un desinfectante de manos que contenga al menos un 60 % de alcohol.
- Cubrirse la nariz y la boca al toser o estornudar.
- Quedarse en casa cuando esté enfermo.
- Administrarse las vacunas recomendadas.

Recuerde, los antibióticos son medicamentos que salvan vidas cuando se usan correctamente. Si tiene preguntas sobre sus medicamentos, consulte a su médico o al químico farmacéutico en la farmacia.

En CASMU contamos con profesionales a su servicio.

### Bibliografía:

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/antibiotic-resistance>

<https://www.cdc.gov/antibiotic-use>

<https://www.paho.org/es/documentos/plan-trabajo-uruguay-trabajando-juntos-para-combatir-resistencia-antimicrobianos>

# YO



## **TRIBUFF**

Protección cardio y cerebro vascular



UN COMPRIMIDO DIARIO

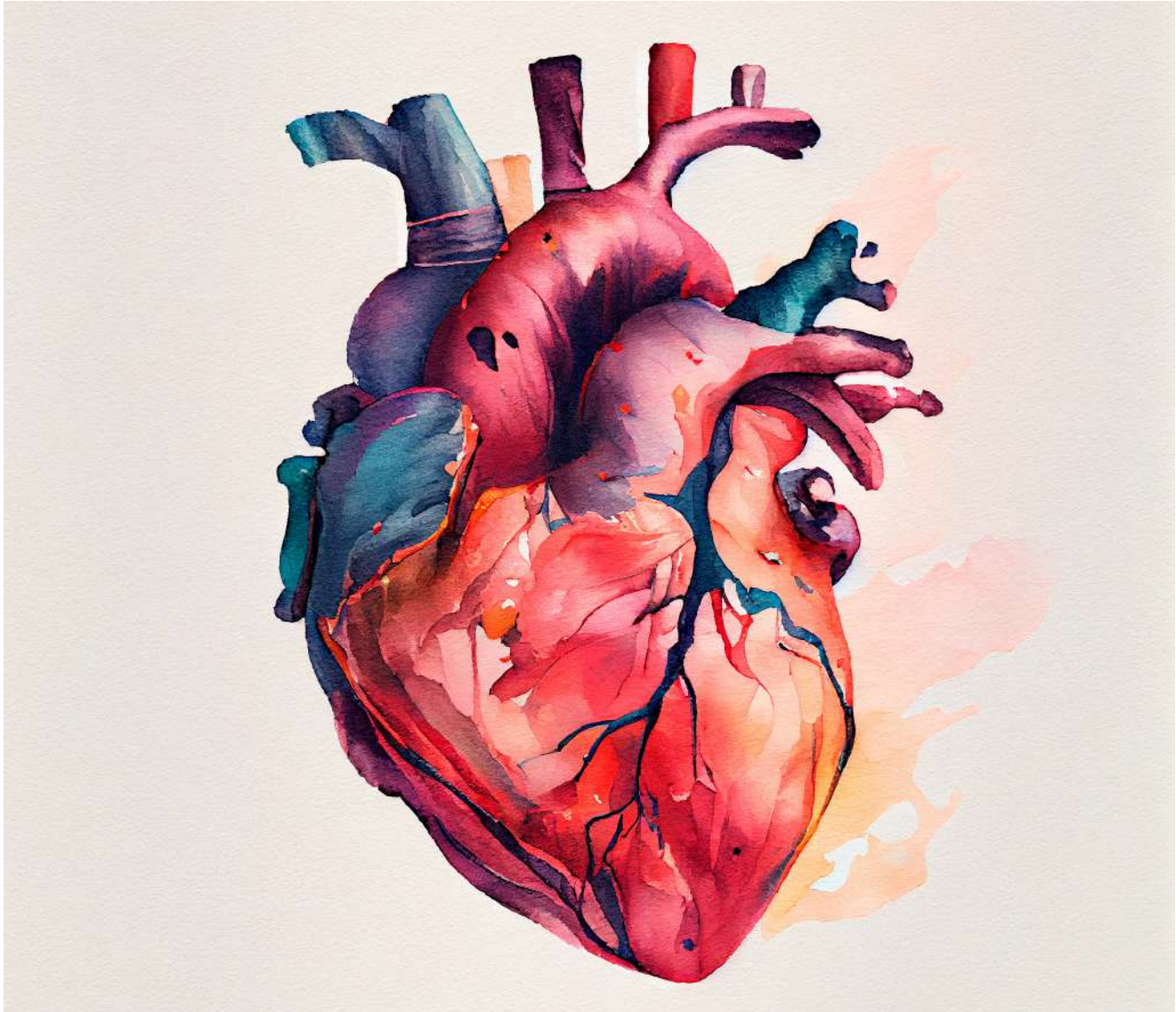
**TRIBUFF 100 mg.**  
30 y 60 comprimidos  
**TRIBUFF 325 mg.**  
14 y 28 comprimidos

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



Urufarma

# Mujer y Corazón



**Dra. Anabela Fernández**  
Cardiólogo Intensivista.  
Policlínica de Cardio Obstetricia.



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

La enfermedad cardiovascular, es una de las principales causas de muerte y discapacidad en las mujeres.

La población en general y las mujeres en particular, no perciben la gravedad de las enfermedades cardiovasculares. Por lo que no le prestan la atención adecuada, cómo lo evidencian las 2 encuestas realizadas por el Comité de Cardiopatía en la Mujer, de la Sociedad Uruguaya de Cardiología.

Los factores de riesgo cardiovascular, son las conductas, estilos de vida, hábitos, características biológicas y situaciones, que nos exponen a un mayor riesgo de presentar una enfermedad en el corazón o a un accidente cerebro vascular.

Sin embargo, las mujeres pueden tener los factores de riesgo cardiovascular tradicionales, como son: el tabaquismo, la diabetes, trastornos del colesterol, obesidad, hipertensión arterial, estrés.

También se suman los factores de riesgo, específicos del sexo femenino, que son las complicaciones que ocurren durante la gestación.

Entre las que se encuentran: los estados hipertensivos del embarazo, (la hipertensión arterial gestacional, la preclampsia),

la diabetes gestacional, el retardo del crecimiento intrauterino, el parto prematuro, entre otros.

Si estos factores de riesgo específicos no son identificados como tal, no van a tener un control y manejo adecuado, exponen a la mujer a complicaciones durante la gestación, parto y puerperio, a un mayor riesgo de eventos cardiovasculares a lo largo de la vida.

Las mujeres que durante el embarazo tuvieron presión arterial elevada, tienen mayor riesgo a futuro de desarrollar una enfermedad cardíaca prematura, hipertensión arterial crónica, diabetes e insuficiencia cardíaca.

Las que tuvieron diabetes gestacional multiplican por 7 el riesgo de desarrollar en los próximos años diabetes y tienen aumentado el riesgo de enfermedad cardiovascular en forma independiente.

El parto prematuro predispone a desarrollar hipertensión arterial, diabetes, dislipemia y enfermedad cardiovascular en el futuro.

Por otra parte, con la llegada de la menopausia y la consiguiente disminución de la producción de estrógenos, se producen una serie de cambios en el organismo de la mujer. Principalmente la desregulación del metabolismo de las grasas y la glucosa, así como la redistribución de la grasa corporal, y la mayor prevalencia de factores de riesgo. Como la presión arterial elevada, que puede provocar que el riesgo de que la enfermedad cardiovascular se multiplique.

La evidencia epidemiológica sugiere que tanto la menopausia precoz (definida como su inicio entre los 40 y los 45 años) como la insuficiencia ovárica prematura (definida como la edad de la menopausia antes de los 40 años) se asocian con un aumento de 1.5 a 2 veces en el riesgo de enfermedad cardiovascular.

Las mujeres son las grandes cuidadoras, pero muchas veces relegan o postergan el cuidado de su salud, por el cuidado de sus hijos, de sus padres, de su pareja, del trabajo, de la casa, etc.

En Uruguay, desde el año 2019, todos los 9 de marzo se conmemora el Día Nacional de la Salud Cardiovascular de la Mujer, promulgado por la ley 19.744, gracias a la iniciativa del Comité de Cardiopatía en la Mujer de la Sociedad Uruguaya de Cardiología (SUC) y al apoyo de la Bancada Bicameral Femenina.

El objetivo es promover la salud de la mujer, concientizar sobre las enfermedades cardiovasculares que son una importante causa de morbilidad y discapacidad para ellas.

Reconocer y tratar los factores de riesgo comunes, a hombres y mujeres, los factores de riesgo, específicos del sexo femenino, permite modificar y adoptar estilos de vida saludables, como son el abandono del tabaquismo, reducir la ingesta de sal, evitar el sedentarismo, realizar ejercicios, mantener un peso adecuado.



Sensible a este tema, desde hace varios años, el CASMU cuenta en su Departamento de Cardiología, dirigido por la Dra. Marianela Méndez, con la policlínica de Cardio- Obstetricia.

Esta policlínica asiste a las mujeres que desean embarazarse, y a las gestantes con enfermedad cardiovascular, o con factores de riesgo, con la finalidad de prevenir y disminuir complicaciones durante el embarazo, parto o puerperio.

También presta atención a las mujeres que tuvieron algún suceso adverso durante una gestación previa.

Tiene el objetivo de identificar, modificar y tratar tempranamente aquellos factores de riesgo, asesorar para la prevención de enfermedades cardíacas y educar acerca de hábitos de vida saludable, para disminuir peligros en un siguiente embarazo y reducir el riesgo cardiovascular a futuro.

Por eso Mujer elegí cuidar tu corazón:

- 1- Haciendo ejercicio. Evitar el sedentarismo.
- 2- No fumando , no consumir drogas.
- 3- Comiendo sano, frutas y verduras de estación.
- 4- Reduciendo la ingesta de sal.
- 5- Bebiendo agua, disminuyendo las bebidas azucaradas y el alcohol.
- 6- Controlando el peso. Evitando la obesidad.
- 7- Realizando pausas recreativas para combatir el estrés.
- 8- Conociendo tus valores de colesterol, glicemia y presión arterial y llevarlos a un rango de normalidad.
- 9- No posponiendo tus chequeos médicos.

10- Conversando con tu médico, sobre los eventos adversos que ocurrieron durante los embarazos (hipertensión arterial, diabetes gestacional, etc.).

11- Teniendo una evaluación antes del embarazo, para controlar y manejar los factores de riesgo.

12- Durante el embarazo, haciendo los controles obstétricos y vigilando las cifras de presión arterial, peso, glicemia.

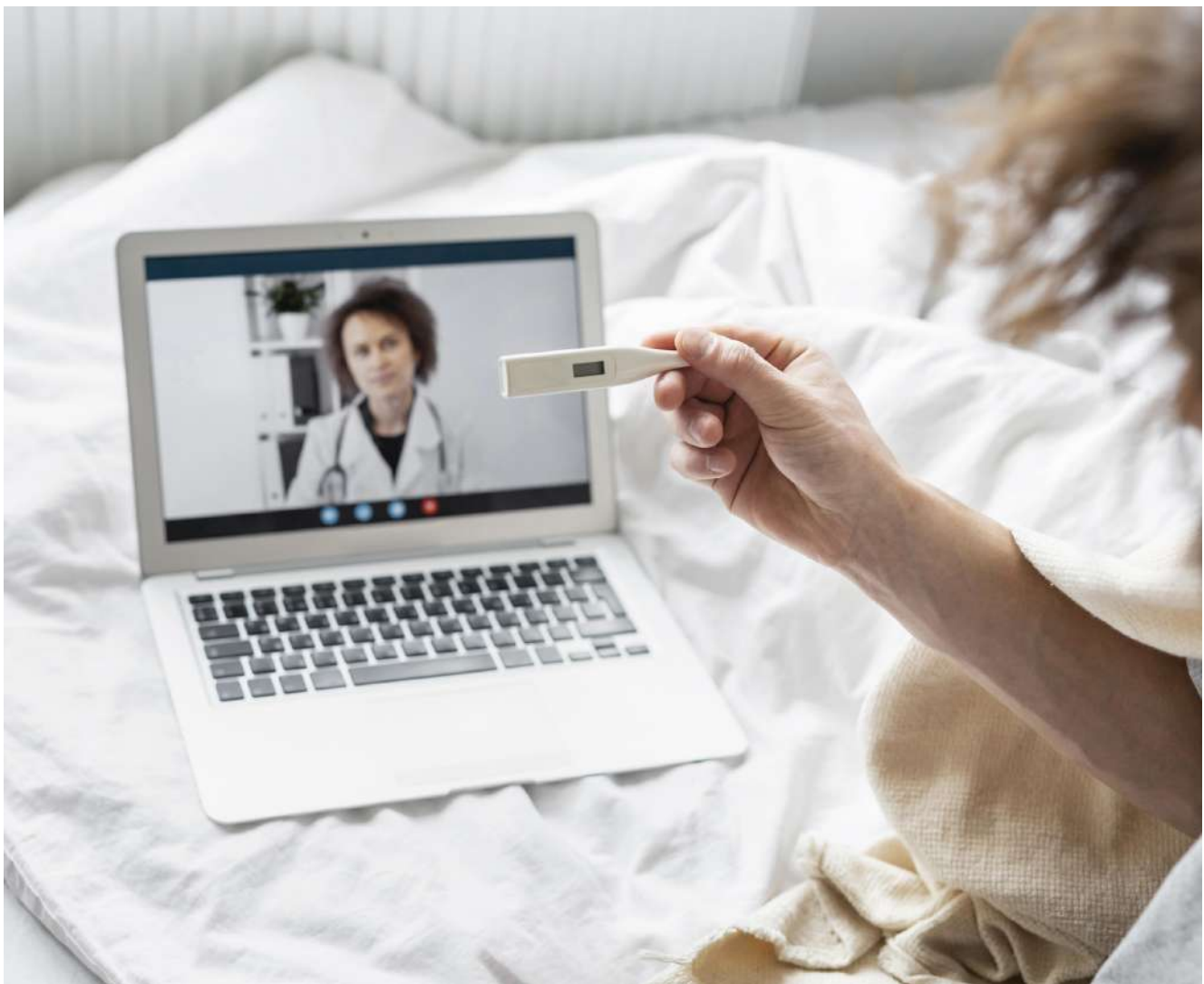
13- Controlando tus factores de riesgo en el puerperio y a lo largo de la vida.

14- Continuando durante el climaterio y la menopausia, con los controles médicos. Vigilar y tratar los factores de riesgo, y manteniendo un estilo de vida saludable.



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

# La Videoconsulta una modalidad de consulta alternativa a la presencialidad



La Dra. Vera incentiva a que los usuarios incorporen la videoconsulta a su paquete de utilidades con respecto a CASMU: "es necesario que los pacientes tengan la posibilidad de consultar sin necesidad de trasladarse al centro de salud y puedan ir alternando las modalidades según sus necesidades, ya que a veces solo es control o ver resultados de estudios médicos"

"Tiene mucho valor poder realizar una consulta inmediata" y que se "puedan ir alternando las modalidades según las necesidades".

Antes de que comenzara la pandemia, desde CASMU estaba previsto iniciar un proceso para tener experiencias de Telemedicina, pero este suceso marcó una "necesidad" terminando de impulsar así en abril del 2020 el proyecto videoconsulta.

Actualmente se encuentra bajo la dirección de la Dra. Laura Vera, quien explicó que "es un mecanismo más de aproximación" que en ese entonces tuvo un impacto "positivo" y que hoy se encuentra en vías de expansión.

En el transcurso de ese año se capacitaron más de 400 médicos, para implementar no solamente las llamadas telefónicas de consultas, sino también las videoconsultas, destacando la participación voluntaria de la mayoría de los

médicos.

Pasado el tiempo "la necesidad de la pandemia se fue estabilizando, así como también el programa", logrando su permanencia como "una modalidad de consulta alternativa a la presencialidad, que está disponible en diferentes servicios, en diferentes especialidades y por diferentes médicos".

La Dra. Vera se unió al proyecto en el año 2021, incorporando "primero la consulta inmediata de medicina general y luego en pediatría", este servicio lo realizaba y realiza la 1727 "como una alternativa a la consulta telefónica" que durante el 2023 pasó a ser una "consulta pre hospitalaria, con médicos de puerta de emergencia, en un área de telemedicina y en donde se coordinan todos los servicios pre hospitalarios". En ese sentido explicó que "muchas veces evita ir a puerta de emergencia para situaciones que no lo ameritan" y que además se puede realizar la coordinación de estudios si es necesario.

De 400 médicos, más de 150 de diferentes especialidades ya tienen incorporado dentro de sus consultas un determinado cupo para esta modalidad.

Durante el 2023 se sumó el servicio de la consulta inmediata, por videoconsulta, de psiquiatría, que no solo fue "bien recibida" sino que "es muy requerida" y

bajo el mismo criterio, la Doctora informó que agregaron esta modalidad de P.A.I. (Policlínica de Atención Inmediata) en Cardiología, Medicina Sexual, Medicina Sexual y Adolescente, Medicina Canabica, Cuidados Paliativos, entre otras.

De los 400 médicos capacitados en videoconsulta hoy hay 150 de diferentes especialidades que tiene incorporado dentro de sus consultas un determinado cupo para esta modalidad en nueve centros de Montevideo y en el interior del país, bajo la idea de que "los pacientes tengan la posibilidad de consultar sin necesidad de trasladarse al centro de salud y puedan ir alternando las modalidades según sus necesidades, ya que a veces solo es control o ver resultados de estudios médicos" y de mantener el concepto de ser "un mecanismo más de aproximación".

En el segundo semestre, iniciaron una estrategia de saturación, incorporando de forma gradual esta modalidad a los servicios de CASMU, con el objetivo de llegar a todas las sedes y servicios. Actualmente "hemos superado la mitad y nos queda todavía, pero lo más importante ya lo hemos cumplido" que fue "haber iniciado y que resultara útil y positivo".

Finalizando explicó que se pueden agendar a través de la web y la app de CASMU, donde además el usuario puede filtrar su búsqueda, respecto a la modalidad o la especialidad.

"Tanto en la pandemia como ahora, el balance es positivo, por la facilidad de la consulta, donde las personas las realizan desde su lugar de trabajo, su domicilio o su lugar de esparcimiento, porque puede estar de vacaciones y no se deja de consultar" destacando que eso "quizás implique llegar a tiempo a un diagnóstico, no discontinuar un tratamiento o diferir o trasladar hacia otro médico de otra especialidad una consulta", concluyó y explicó que "no digo que hagan siempre videoconsultas, pero sí que la incorporen a su paquete de utilidades con respecto al prestador, porque tiene mucho valor poder realizar una consulta inmediata.



# **Videoconsulta CASMU: atención médica a un clic de distancia**

Nos permite conectarnos con profesionales de salud desde la comodidad de nuestro hogar, de viaje, o en vacaciones.

Ya sea una consulta rutinaria, una duda puntual o el seguimiento de un tratamiento, esta herramienta se ha convertido en una aliada esencial para garantizar nuestra salud y bienestar.

## **Conocé las especialidades que atienden en esta modalidad**

**Alergista**

**Cardiología**

**Cuidados Paliativos**

**Dermatología**

**Diabetología**

**Endocrinología**

**Gastroenterología**

**Geriatría**

**Ginecología**

**Hematología**

**Infectología**

**Medicina Cannábica**

**Medicina Familiar**

**Medicina General**

**Medicina Sexual**

**Neurología**

**Obesidad**

**Pediatría**

**Psiquiatría**

**Reumatología**

**Urología**

## **Horario de atención de la oficina de Videoconsulta:**

**lunes a viernes de 8.00 a 20.00 h**

**Teléfono: 2487 5333 interno 2585**

**Mail: [catelemedicina@casmu.com](mailto:catelemedicina@casmu.com)**

**WhatsApp: 098 415 534**

**Afiliate llamando al 1444 o en [casmu.com.uy](http://casmu.com.uy)**





“Hoy en día es más importante que nunca **apoyar su sistema inmune**”

### NUTRILON™ PREMIUM+ 3

Fórmula de crecimiento en polvo a partir de 12 meses, específicamente adaptada para apoyar el sistema inmune\* de tu hijo pequeño.

Inspirada en 50 años de investigación en nutrición, contiene Oligosacárido de la leche materna 3'GL\*\* y Prebióticos GOS/FOS.



**AVISO IMPORTANTE:** La leche materna es el mejor alimento para el lactante. Consulte con su profesional de la salud antes de usar este producto.

\* Contiene las vitaminas esenciales C y D que contribuyen al funcionamiento normal del sistema inmune.

\*\* 3'-Galactosil lactosa Oligosacárido de la leche materna. 3'GL proviene de nuestro proceso único. Los oligosacáridos no provienen de la leche materna.



De izquierda a derecha:  
Dra. Andrea Zumar, vicepresidente del Consejo directivo CASMU-IAMPP,  
Dr. Juan José Areosa, secretario general del Consejo directivo CASMU-IAMPP,  
Dr. Raúl Germán Rodríguez, presidente del Consejo directivo CASMU-IAMPP,  
Ec. Ignacio Alonso, presidente de la Asociación Uruguaya de Fútbol.  
Cr. Victoria Díaz, directora ejecutiva Asociación Uruguaya de Fútbol.

# CASMU será el equipo asistencial de la Selección Uruguaya de Fútbol

La selección mayor uruguaya de fútbol, sus diferentes categorías femeninas y masculinas, el cuerpo médico que atiende a los jugadores de la celeste, así como el cuerpo técnico, contarán con el apoyo paraclínico de CASMU a partir de un convenio que se extiende hasta el 2026.

**A**utoridades de CASMU y la AUF firmaron un convenio que busca que la AUF, el cuerpo médico y los jugadores de la selección mayor que ya se encuentra jugando en las eliminatorias sudamericanas de la CONMEBOL, rumbo al mundial a realizarse en América del Norte en 2026, puedan utilizar los recursos profesionales de la salud del CASMU, así como los insumos tecnológicos y clínicos de la institución para realizar chequeos, tratar lesiones y preparar a los jugadores antes de competencias oficiales y amistosas.

En el encuentro, estuvieron presentes el presidente de la Asociación Uruguaya de Fútbol (AUF), Ec. Ignacio Alonso, la directora ejecutiva, Cr. Victoria Díaz, el presidente de CASMU, Dr. Raúl Rodríguez; la vicepresidenta, Dr. Andrea Zumar; y el secretario general de la mutua- lista, Dr. Juan José Areosa.

Alonso, presidente de AUF, expresó que “el convenio es muy importante, no solo por los valores que encierran ambas instituciones, sino por el prestigio que tiene CASMU en el ámbito de la salud”.

**“Es un prestigio ganado en 90 años de atención. La calidad de los servicios a los que vamos a acceder van a beneficiar, no solo a los jugadores de nuestras selecciones, sino también a jugadores amateurs, como el fútbol femenino, fútbol sala, fútbol playa, fútbol del interior que van a tener a través de distintos convenios una cobertura para determinadas lesiones y tratamientos”, indicó Alonso.**

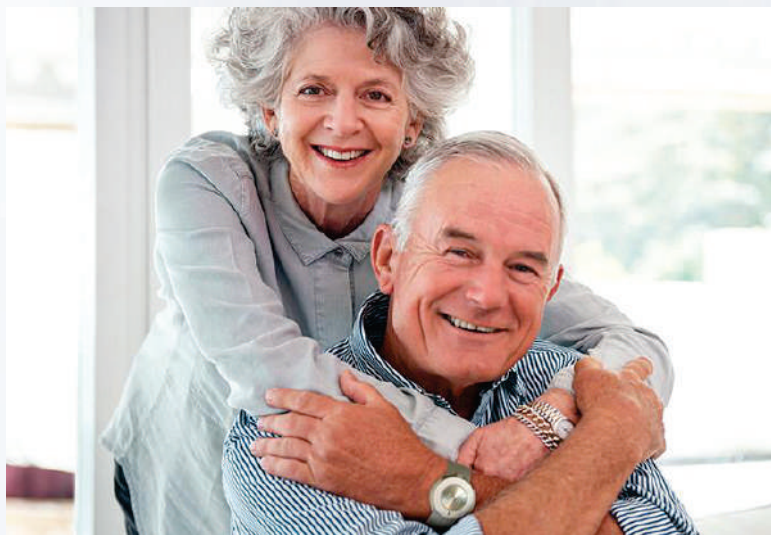
Por su parte, Andrea Zumar, vicepresidente del CASMU, aseguró que para la institución, ser el apoyo asistencial de la AUF “es un hito muy importante”.

“Es la institución más importante en el deporte en el Uruguay. Es un convenio que se extiende hasta el 2026 y atiende las diferentes categorías, no solo a la selección mayor, incluyendo a la selección femenina. La definición de salud, no es solo ausencia de enfermedad, sino que es el bienestar bio-psico-social de la persona y el deporte, dentro de ese bienestar, cumple un rol fundamental”, consideró.

Durante el año 2024 la selección uruguaya, además de los partidos de eliminatorias que definirán su participación en el mundial del 2026, afrontarán la cuadragésima octava edición de la Copa América a desarrollarse entre el 20 de junio y el 14 de julio en los Estados Unidos, por lo que la exigente agenda deportiva deberá contar con un riguroso respaldo médico.



De izquierda a derecha:  
 Dra. Andrea Zumar, vicepresidente del Consejo directivo CASMU-IAMPP;  
 Dr. Juan José Areosa, secretario general del Consejo directivo CASMU-IAMPP;  
 Dr. Raúl Germán Rodríguez, presidente del Consejo directivo CASMU-IAMPP;  
 Ec. Ignacio Alonso, presidente de la Asociación Uruguaya de Fútbol.



# 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.



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.



# Educación y salud, ideas claves para una vida más plena



Dr. Fabián Molina

Adjunto de Dirección Prehospitalaria



De izquierda a derecha:  
Lic. Ana Fagian, Stefania Dipetta, Dr. Fabián Molina, Dra. Andrea Zumar, Dra. Analía Rizzo,  
Marcelo Curcio y Juan Cerrutti.



forma directa algunas de las facetas del trabajo de nuestra Emergencia.

Un buen sistema de salud debe contemplar la intervención eficaz y oportuna de móviles de asistencia que brinden respuesta ante situaciones de urgencia y emergencia. Unos minutos, en ocasiones, son la diferencia entre la vida y la muerte; entre la atención reparadora y la persistencia de una dolencia que puede convertirse en crónica; entre la recuperación rápida y la prolongación de los malestares que nos aquejan.

En este sentido, CASMU cuenta con el servicio de Emergencias y atención médica domiciliaria 1727. Esta propuesta no sólo nos da la oportunidad de contar con ambulancias propias, prontas para actuar cuando se las necesita, sino que constituye una red de atención prehospitalaria, que se pone al servicio del paciente antes que este llegue a la puerta

de Emergencia o necesite de una visita en domicilio.

La “17” es una de las áreas de CASMU que cuenta con todo su aval profesional y enriquece las prestaciones que nuestra institución ofrece. En Emergencia y atención domiciliaria, pero también más allá... en la generación de instancias de capacitación y sensibilización sobre temas. En este marco queremos destacar la actividad realizada el día martes 20 de febrero en el Complejo Luis Suárez.

En esa oportunidad, organizamos una instancia de sensibilización y educación, que contempló a trescientos niños y niñas de entre 4 y 12 años. Organizamos una serie de estaciones, donde los asistentes tuvieron oportunidad de interactuar con el personal sanitario, de manera que pudieran conocer y experimentar en

A través de la visita de una ambulancia, del conocimiento de cómo se realiza una historia clínica y la importancia que esta tiene, del reconocimiento de herramientas tecnológicas que permiten hacer en forma certera los distintos diagnósticos y del acercamiento a nociones fundamentales sobre salud bucal y reanimación cardiopulmonar, cada asistente al encuentro disfrutó de la posibilidad de aprender y jugar en torno a temas y actividades que mejoran la calidad de vida de todos ellos y sus familiares.

Esta actividad en el Complejo Luis Suárez fue muy bien evaluada por todos los actores involucrados (autoridades del Complejo, equipo de la 1727, familias) y fundamentalmente por niños y niñas que disfrutaron y aprendieron en torno a temas tan relevantes para la salud de todos.



# 8 DE MARZO en CASMU



Durante el Mes de la Mujer, CASMU organizó eventos y conferencias de gran relevancia. También llevó a cabo una feria de emprendedoras funcionarias CASMU, esta feria tuvo como objetivo brindar apoyo y ayuda, para impulsar

a las mujeres que trabajan dentro de la institución, que han emprendido diversos proyectos.

Gracias a esta feria, las funcionarias tuvieron la oportunidad de exhibir y pro-

mocionar sus emprendimientos, compartiendo sus productos y servicios con la comunidad CASMU y el público en general.

Esta iniciativa no solo destacó el espíritu emprendedor de las mujeres, sino que también proporcionó un entorno propicio para el intercambio de ideas, el crecimiento profesional y personal de todas las participantes.

Se realizaron varias mesas de diálogo y conferencias sobre distintas temáticas. En el ámbito de la violencia de género, expertas como Mariela Solari, directora de la Unidad de Víctimas y Testigos de la Fiscalía en Uruguay, compartieron datos impactantes sobre la frecuencia y la gravedad de este fenómeno.



Mag. Mariela Solari.







Sra. Déborah Rodríguez

También se discutieron estrategias para detectar y prevenir la violencia, así como para brindar apoyo a las víctimas.

La Dra. Andrea Zumar, vicepresidente de CASMU, enfatizó la importancia de estas iniciativas en la promoción de la igualdad de género y el bienestar de la comunidad. También resaltó la necesidad de seguir trabajando, en políticas y programas que garanticen la protección y el empoderamiento de las mujeres en todos los ámbitos de la sociedad.

En el campo del emprendedurismo, María Noel Vidal, mentora del proyecto Sembrando y destacada profesional en el ámbito empresarial. Compartió su experiencia sobre los desafíos y oportunidades que enfrentan las mujeres emprendedoras en Uruguay. Junto a ella, Cecilia Soto, economista y emprendedora socioambiental, analizó el impacto del emprendedurismo femenino en la economía y la sociedad, destacando el papel vital de las mujeres en la innovación y el desarrollo económico.

Florencia Iglesias, CEO de la empresa THESE de tecnología, aportó su visión sobre los obstáculos que enfrentan las mujeres emprendedoras en el acceso al financiamiento y en la participación en el mundo empresarial.

En cuanto al deporte, la atleta olímpica



De izquierda a derecha, Dra. Mónica Castilla, Sra. Agó Páez, Dra. Andrea Zumar, Dra. Andrea Giménez, Sra. Florencia Iglesias, Lic. Sandra Toledo.

Déborah Rodríguez compartió su inspiradora historia de superación y destacó el papel transformador del deporte en la vida de las mujeres.

Rodríguez, quien ha representado a Uruguay en múltiples Juegos Olímpicos, abogó por la importancia de la actividad física no solo para la salud física, sino también para el bienestar mental y emocional de las personas.

En el ámbito de la salud, la Dra. Andrea Giménez, Gerente General de la Agencia

de Evaluación de Tecnologías Sanitarias de Uruguay (A.E.T.S.U.), ofreció perspectivas sobre la relación entre la salud y el bienestar psicológico de las mujeres, mientras que la Dra. Mónica Castilla, Directora Técnica del Policlínico Central de CASMU, destacó la importancia del acceso equitativo a la atención médica y los servicios de salud para todas las mujeres.

Finalmente, en el campo del arte y la ciencia, la reconocida artista plástica Agó Páez Vilaró compartió su reflexión sobre el papel del arte en la expresión y el empoderamiento de las mujeres, mientras que la Dra. Giménez discutió el



Ec. Cecilia de Soto, Cra. María Noel Vidal.



De izquierda a derecha: Ec. Cecilia de Soto, Sen. Gloria Rodríguez Santos, Cra. María Noel Vidal, Dra. Andrea Zumar.

impacto de la investigación científica en la promoción de la salud y el bienestar de la comunidad.

En resumen, los eventos organizados por CASMU durante el Mes de la Mujer ofrecieron una plataforma única para explorar y celebrar el talento, la diver-

sidad y el impacto de las mujeres en todos los aspectos de la vida contemporánea.

Desde la lucha contra la violencia de género hasta el fomento del emprendedurismo, el deporte, la salud, el arte y la

ciencia, estos encuentros reflejaron el compromiso de CASMU y sus colaboradores con la igualdad de género, la justicia social y el empoderamiento de las mujeres en Uruguay y más allá.



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>



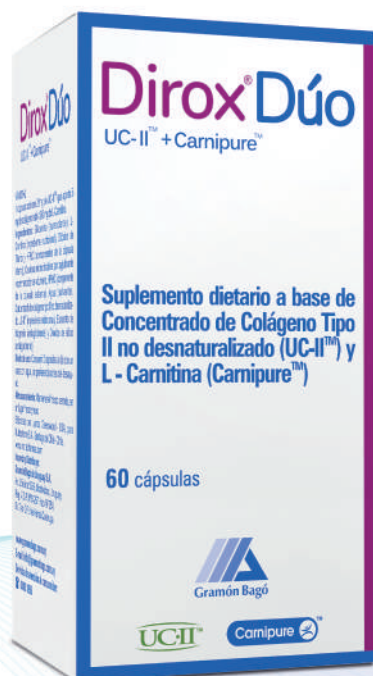
UC II

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**





# MEDIS GROUP

TU SALUD A OTRO NIVEL

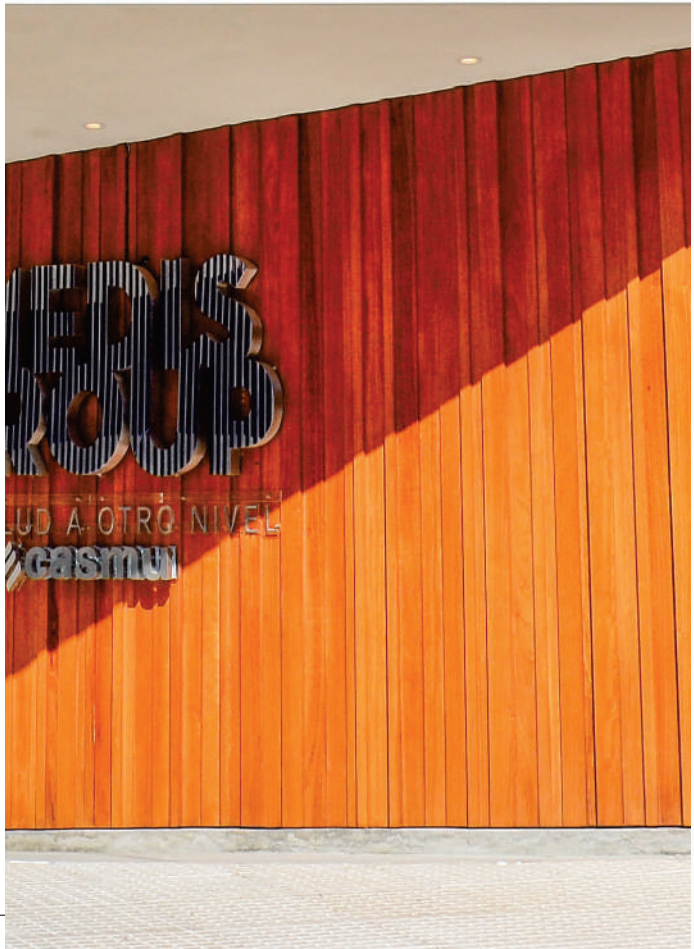
LOS ESPERAMOS EN

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

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



**casmu**



# Uso inteligente de la tecnología



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

**E**n la actualidad, la tecnología se ha convertido en una parte integral de nuestra vida cotidiana, transformando la forma en la que nos comunicamos, trabajamos, aprendemos y nos relacionamos con el mundo que nos rodea. Si bien los avances tecnológicos han traído consigo numerosos beneficios y oportunidades, también han planteado ciertos desafíos y preocupaciones en cuanto al uso adecuado y responsable de la tecnología.

En un mundo cada vez más digitalizado, es fundamental que aprendamos a hacer un uso inteligente y equilibrado de la tecnología. Esto implica ser conscientes de los beneficios que nos brinda, como la rápida accesibilidad a la información, la optimización de procesos laborales, la conexión con seres queridos a distancia, entre otros. Sin embargo, también implica ser conscientes de los posibles riesgos y repercusiones negativas que puede tener su uso excesivo o inadecuado.

Uno de los principales desafíos que enfrentamos en la actualidad es la adic-

ción a la tecnología, especialmente en el caso de los dispositivos móviles y las redes sociales. Pasar largas horas frente a una pantalla, retrasar el sueño por estar navegando en internet, experimentar ansiedad cuando no tenemos acceso a nuestros dispositivos, son solo algunas de las señales que demuestran un uso poco saludable de la misma.

Además, la tecnología también plantea desafíos en términos de privacidad y seguridad. El constante monitoreo de nuestras actividades en línea, la exposición a posibles ciberataques, la difusión de noticias falsas o desinformación, son preocupaciones que debemos abordar de manera responsable y proactiva.

Es por ello que es importante promover la educación digital desde edades tempranas, enseñando a las nuevas generaciones a hacer un uso crítico, ético y seguro de la misma. Es fundamental inculcar valores como el respeto, la privacidad, la veracidad de la información y la importancia de establecer límites saludables en el uso de dispositivos electrónicos.

En el caso de los más chicos, se pueden realizar el (control parental), para configurar y gestionar de manera segura la cuenta de los más chicos, aumentando su seguridad online. El mismo se ejecuta desde la aplicación de google play donde se debe activar la opción control parental y desde ahí proteger los lugares a los que acceden los menores.

En conclusión, el uso inteligente y apropiado de la tecnología es clave para maximizar sus beneficios y minimizar sus posibles riesgos. Debemos aprender a utilizar la tecnología de manera consciente, equilibrada y saludable, fomentando una cultura digital responsa-

ble que nos permita disfrutar de todas sus ventajas sin comprometer nuestro bienestar y el de las generaciones futuras.

Recomendaciones para un uso inteligente de las tecnologías:

- Establecer límites de tiempo para el uso de dispositivos electrónicos.
- Priorizar las interacciones cara a cara con los seres queridos.
- Desarrollar un pensamiento crítico para evaluar la información en línea.
- Proteger tu privacidad y seguridad en línea.
- Promover el uso responsable de las tecnologías en tu entorno.

La tecnología es una herramienta poderosa, pero cada uno tiene que tener el control de cómo las usa.

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.

[f](https://www.facebook.com/eduschool) [i](https://www.instagram.com/eduschool) [in](https://www.linkedin.com/company/eduschool) [@](https://www.tiktok.com/@eduschool) [info@eduschool.edu.uy](mailto:info@eduschool.edu.uy)

# Cirugía de Mohs: Una solución más segura al cáncer de piel



Las especialistas en esta técnica, las Dras. María Noel Fraga y María Natalia Cortabarría, encabezan el equipo de CASMU en la Policlínica de Cirugía de Mohs.





Dras. María Noel Fraga y María Natalia Cortabarría, encabezan el equipo de CASMU en la Policlínica de Cirugía de Mohs

La cirugía de Mohs es una técnica quirúrgica precisa, utilizada para tratar el cáncer de piel. Durante esta se extraen progresivamente capas delgadas de la piel y se las examina, hasta que solo queda tejido sano.

Este procedimiento les permite a los cirujanos verificar que se haya extraído el cáncer de piel al momento de la cirugía; así aumentando las posibilidades de curación y reduciendo la necesidad de otra cirugía.

En CASMU se encuentra la Policlínica de Cirugía de Mohs, esta técnica se comenzó a desarrollar desde el año 2022, siendo una de las pocas mutualistas del país que cuentan con este servicio, agregado para afiliados y no afiliados.

Esta división cuenta con un equipo altamente calificado, encabezado por las doctoras María Noel Fraga y María Natalia Cortabarría, ambas especialistas en Cirugía Plástica. Quiénes han pasado más de 7 años recorriendo el mundo estudiando y recaudando conocimientos, para aplicar esta técnica en el país.

“La cirugía de Mohs es la técnica que se utiliza para el estudio de los márgenes de cáncer de piel no melanoma, siendo los más frecuentes carcinomas epitelocelulares o basocelulares y algunos otros tipos de cánceres de piel” explicó la Dra. Cortabarría.

En cuanto al equipo y su experiencia en el área, la misma doctora comenta: “Contamos con la patóloga Andrea Alba y a su vez trabajamos con un equipo de anestelistas, desde el 2017 en distintas instituciones y en CASMU estamos desde el 2022” además agregó que en la actualidad prestan servicios a otras mutualistas y seguros privados.

Para la realización de esta práctica es importante contar con un equipamiento específico, como lo es el aparato nombrado por la Dra. Cortabarría “Criostato”. El mismo, es especial para el estudio de la anatomía patológica y en CASMU tenemos uno resaltó la exprofesora Adjunta de la Cátedra de Cirugía Plástica.

Por su parte la Dra. María Noel Fraga, ex grado 2 Cátedra de Cirugía Plástica, nos comentó acerca de los beneficios del procedimiento.

Son “tres grandes beneficios para los pacientes; el primero es oncológico, porque es la técnica quirúrgica que nos da la mayor tasa de curación en los cánceres de piel (no melanoma); el segundo beneficio es que ahorra tejido, en aquellas topografías donde es fundamental ahorrarlo, como por ejemplo la cara, los genitales y áreas funcionales como manos y pies; eso redundará en un mejor resultado morfológico”.

En cuanto al tercer beneficio la Dra. Fraga asegura que “se resuelve en una sola cirugía, reconstruyendo el defecto que quedó al reseca el cáncer de piel en el mismo acto quirúrgico, sabiendo que no queda tumor”.

Cortabarría agregó, “(...) Nuestro equipo tiene como ventaja, que nosotros somos cirujanos plásticos. Estamos formados en la reconstrucción de todo tipo de defectos”.

Ambas especialistas, junto a su equipo, han aplicado esta técnica luego de años de preparación en países como Argentina, Holanda y España. Señalan que la técnica de Mohs fue desarrollada por Frederic E. Mohs en 1938, y que en Uruguay llegó algo tarde; sin embargo, enfatizan que están alineadas con las prácticas globales. Destacan que su implementación representa un avance significativo en tecnología para CASMU y el país, considerando que en lugares como Alemania esta técnica no se realiza y médicos de dicho país, han acudido a formarse con nosotros.

La doctora Fraga que además es miembro de la Sociedad Europea de Cirugía de Mohs, afirma que se han operado “más de 300 pacientes con esta técnica” lo cual podemos decir que es muy bueno, si tomamos en cuenta que Uruguay es un país con una población pequeña.

El equipo conformado por las médicas, afirman que su intención para el futuro es continuar preparándose e intercambiar conocimientos para seguir ofreciendo un mejor servicio médico. Como el que se viene haciendo, resaltan que siempre están dispuestas a colaborar y transmitir sus conocimientos con colegas de nuevas generaciones que se interesen por la técnica.

Para continuar con la educación médica, este año visitarán la Universidad Karolinska en Estocolmo e intercambiarán experiencia en Ginebra, Suiza, como lo indica el cronograma de la Sociedad Europea de Cirugía de Mohs.



## ¿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)