

LA REVISTA DE SALUD DE  **casmu**
NOS UNE LA VIDA

Leerla hace bien

casmuCerca

Publicación oficial de CASMU - Distribución gratuita - Año XVI - N° 71 - Mayo/Junio de 2025

**CASMU
celebró
sus 90
años en
el Palacio
Legislativo**



Vacuna antigripal
Todos debemos
vacunarnos
Dr. Nicolás Maseiro

31 de mayo:
Día mundial sin tabaco
Dra. Silvia Cataldi

Dolor por osteoartritis
Dr. Felipe Viacava

Si quiere recibir nuestra revista CASMU CERCA en formato digital directamente en su correo electrónico solicítela a carevista@casmu.com

LA REVISTA DE SALUD DEL **casmu**

casmuCerca

Leerla hace bien



- 14º 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.

Envío de la versión digital a los 180.000 socios de la Institución y a sus 6000 funcionarios.



Ediciones
2025

. marzo . mayo . julio . setiembre . octubre y diciembre .

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



Autoridades Consejo Directivo CASMU - IAMPP

Presidente: Dr. Raúl Germán Rodríguez Rodríguez
Vicepresidente: Dra. Andrea Zumar Viquez
Secretario general: Dr. Juan José Areosa Barcia
Prosecretario: Dra. Virginia Elena Massobrio Nodar
Tesorero: Dra. Julia Galzerano

Comisión Fiscal:

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



Responsable:
Lic. Patricia Nizarala

Coordinación:
Tiziana Alonso
Pilar Castro
Adrián Acosta
Carolina Rodríguez

Revista CasmuCerca es una creación de OPCIÓN
MÉDICA / EDICIONES MEDICAS S.A.
DISEÑO: SILVANA MONTIEL (Make It Graphic Design)
Cel. (00598) 098 263636.
Montevideo, Uruguay
E-mail: 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: JULIO 2025



Sumario

06 INFOCASMU

CASMU celebra sus 90 años en el Palacio Legislativo.

10 INFOCASMU

1º de mayo. Un camino que se hace al andar.

12 INFECTOLOGÍA

Enfermedades Respiratorias Virales Estacionales.

14 INFOCASMU

Vacuna antigripal. Todos debemos vacunarnos.

18 NEUMOLOGÍA

31 de mayo: Día mundial sin tabaco.

22 NEUROLOGÍA

Enfermedad de Parkinson.

26 TRAUMATOLOGÍA

Dolor por osteoartritis.

30 ENFERMERÍA

Día internacional de la Enfermería.

34 PUBLINOTA UDE

Salud mental juvenil en la era digital.

38 1727

CASMU y 1727 emergencia.

40 INFOCASMU

Día Mundial de la Tiroides.

Servicios asistenciales médicos y de apoyo



JEFATURAS MÉDICAS

Departamento		
Anestesia		Dr. Martín Pérez de Palreja
Cardiología		Dra. Marianela Méndez
Cirugía General		Dr. Daniel Montano (I)
Coordinador CIAMC, Unidad Patológica Mamaria		Dr. Víctor Laxalt
Cirugía Pediátrica	Ex Profesor Adj. de la Clínica Quirúrgica Pediátrica de la Udelar	Dr. Alex Acosta
Cirugía Plástica		Dr. Jesús Manzani (I)
Cirugía Torácica		Dr. José Maggiolo
Cirugía Vascular	Encargado	Dr. Juan José Martín (I)
CREAR (ex IMAE Traumatológico)		Dr. Álvaro Arsuaga
Cuidados Paliativos		Dra. Claudia Díaz
Dermatología	Coordinadora	Dra. Natalia Tula
Diabetología	Coordinadora	Dra. Rosa Finozzi
Dirección de Medicamentos		Dr. Gustavo Burroso
Endoscopia Digestiva		Dra. Virginia López
Endoscopia ORL	Coordinador	Dr. Martín Frascchini
Fisiatría		Dr. Emiliano 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 Transfucional	Dr. Juan Ferrari
Imagenología		Dr. Rafael Ferreiro (I)
Coordinación Infectología		Dra. Mariella Mansilla
Servicio de Cirugía del Día		Dr. Wolf Kohn
U.N.E.		Dr. Carlos Barozzi
Laboratorio		Dr. Carlos Russi
Medicina Interna		Dr. Sebastián Irureta
Nefrología	Profesor Agregado de la Cátedra de Nefrología del HC	Dr. Alejandro Ferreiro
Neonatología	Encargada. Prof. Adj.	Dra. Romina Esponda Cerrutti
Neumología		Dra. Adriana Bentancor (I)
Neurocirugía		Dr. Carlos Aboal
Neurología		Dra. Beatriz Arciere
Odontología	Coordinadora	Dra. Inés Mato
Oftalmología		Dr. Rafael Costa
Oncología		Dra. Elena Laureiro
ORL		Dr. Andrés Munyo
Salud Mental	Ex. Profesor adjunto de Clínica Psiquiatra	Dr. Manuel Alcalde
Salud Ocupacional		Dr. Álvaro Arigón
Servicio de Urgencia		Dr. Christian Yic
Sistemas de Cuidados y Geriátría		Dr. Aldo Sgaravatti
Traumatología		Dr. Felipe Viacava
		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
Urología	Profesor Adjunto de Clínica Urológica	Dr. Hugo Badía

Editorial

La visión de IR A MÁS CASMU, la Institución más avanzada del País



Dr Juan José Areosa

Secretario General de CASMU-IAMPP.

Hemos transitado el camino de ir creando una nueva realidad que le era ajena al mutualismo desde hace muchos años. Innovar en el plano tecnológico y edilicio, investigar, prestar asistencia atendiendo día a día los reclamos de nuestros usuarios ha sido nuestra misión.

Cambiar la realidad para bien es un camino difícil y lleno de escollos, desafío que todos los equipos de CASMU han tomado como su ideario presente y futuro.

Presente porque a la vista está todo lo hecho, y a futuro porque las generaciones que ya están serán quienes liderarán estos cambios para bien de nuestros usuarios.

Que si hay dificultades puede ser una redundancia ya que sin ellas no seríamos mejores en nuestro deseo de

superarlas, y allí estamos prontos para escuchar y continuar cambiando para bien.

Somos hoy sin lugar a duda la Institución más avanzada del País en muchos aspectos y en los que aún queda por serlo lo enfrentamos día a día para poder mejorar y serlo.

Queremos una mejor asistencia, empática y de cercanía

Quienes asumimos el desafío sabemos que la marcha de CASMU es un todo continuo que no debe ni puede detenerse, somos el buque insignia del Sistema Nacional Integrado de Salud, sistema que al igual que CASMU es perfectible y tenemos claro que eso sucederá.

Porque también quienes somos usua-

rios, queremos una mejor asistencia, empática y de cercanía, luchamos codo a codo con todo el personal de esta gran Institución para poder dispensarla, y este año, que festejamos 90 años de vida, nos encuentre por muchos años mas unidos y como dijo uno de los más insignes fundadores:

"Nunca llegaremos, porque llegar es detenerse".

Un saludo afectuoso



CASMU celebra sus 90 años en el Palacio Legislativo

CASMU celebró sus 90 años con una jornada científica internacional y un conversatorio académico en el Palacio Legislativo. No solo celebró su rica historia institucional, sino que reafirmó su rol como protagonista en la transformación del sistema sanitario nacional, comprometido con la calidad, la innovación, la equidad y la humanización.

En el marco de su 90º aniversario, CASMU llevó adelante dos actividades de alto nivel en el emblemático Palacio Legislativo, reafirmando su liderazgo en el sistema de salud uruguayo y su compromiso con la educación, la innovación y la humanización en la atención médica.

El pasado jueves 8 de mayo, el Salón de los Pasos Perdidos fue el escenario de una destacada jornada científica internacional que congregó a autoridades nacionales e internacionales, referentes académicos y científicos, representantes del cuerpo diplomático, legisladores y autoridades del Ministerio de Salud Pública y la Embajada de Estados Unidos.

La apertura estuvo a cargo del presidente de la Cámara de Representantes, Sebastián Valdomir; el presidente de ALAMI (Asociación Latinoamericana de Sistemas Privados de Salud), Lic. Cristian Mazza; y el presidente del Consejo Directivo de CASMU, Dr. Raúl Germán Rodríguez, quienes coincidieron en que este aniversario no solo marca un hito institucional, sino también un momento clave para el sistema sanitario del país.

Uno de los momentos más simbólicos fue el lanzamiento del sello conmemorativo de CASMU, emitido por el Correo Uruguayo. En el acto protocolar —que incluyó el matasellado del sobre “Primer Día de Emisión”— participaron su presidente, Sr. Gabriel Bonfrisco, y el vicepresidente, Arq. José Luis Pereyra. Esta emisión reconoce la trayectoria de

CASMU como una institución pionera en salud en Uruguay.

Durante la jornada se desarrollaron dos mesas temáticas.

La primera, denominada “Los sistemas de salud del siglo XXI”, que estuvo integrada por representantes de ALAMI: Lic. Hugo Magonza, secretario delegado de Relaciones Internacionales y delegado por Argentina; Alfonso Palma, presidente de APASALUD (Asociación Panameña del Sector Privado de Salud) y delegado de Panamá; y José Manuel Vargas, tesorero y delegado de República Dominicana. En esta instancia se debatió sobre los desafíos de sostenibilidad que enfrentan los sistemas sanitarios en América Latina.

La segunda mesa, “Los desafíos de la salud: Calidad, innovación, humanización y derechos humanos”, que contó con la participación del Ec. Ignacio Munyo, director ejecutivo de CERES (Centro de Estudios de la Realidad Económica y Social); Jorge Bermúdez, representante de los trabajadores en la JUNASA (Junta Nacional de Salud); Lic. Gabriel Gonzalo Oriolo, superintendente de la Superintendencia de Salud de Argentina; el Dr. Raúl Germán Rodríguez, presidente del Consejo Directivo de CASMU; y el Dr. Álvaro Córdoba, médico referente del Centro de Imagenología de CASMU. El panel abordó los desafíos actuales de la salud desde una perspectiva integral y centrada en los derechos humanos.

El cierre estuvo a cargo del Dr. Josep



Argimon, exministro de Salud de Cataluña y actual director del Barcelona Beta Brain Research Center, quien brindó una conferencia magistral sobre los retos que enfrentan los sistemas sanitarios en las próximas décadas.

Durante su intervención, el Dr. Rodríguez recordó la visión del Dr. Carlos María Fosalba, fundador de CASMU, quien ya en 1934 comprendía la necesidad de un modelo asistencial integral y humanizado. También destacó la capacidad de la institución para adaptarse a los cambios sin perder su esencia, su proyección internacional, su rol clave durante la pandemia —cuando triplicó su capacidad de CTI— y su actual solidez económica, con balances positivos y reducción del pasivo histórico.

La conmemoración continuó el pasado viernes 9 de mayo, con el conversatorio académico “CASMU y la construcción de un modelo de atención integral: calidad, innovación y humanización”, desarrollado en la Sala de Eventos Especiales del Palacio Legislativo. Esta instancia fue inaugurada nuevamente por el Dr. Rodríguez, quien subrayó la





importancia de generar espacios de reflexión e intercambio como parte de los pilares fundamentales de la institución: atención, educación, compromiso social y ambiental.

El conversatorio incluyó dos mesas temáticas: "Tecnología con alma: la humanización de la innovación del siglo XXI" y "Educación, salud y territorio. Un enfoque interdisciplinario", integradas por médicos, abogados, licenciadas en enfermería y referentes del ámbito educativo. En ambas instancias se debatieron los desafíos que enfrenta el sistema de salud desde una perspectiva integral, destacando la necesidad de articular conocimientos y experiencias para avanzar hacia un modelo más equitativo, humano y sostenible.

Con estas actividades, CASMU no solo celebró su rica historia institucional, sino que reafirmó su rol como protagonista en la transformación del sistema sanitario nacional, comprometido con la calidad, la innovación, la equidad y la humanización.

A 90 años de su fundación, la institución sigue proyectándose hacia el futuro con la misma convicción que la vio nacer en 1935.



Disponible en Vademécum CASMU

Bajo la modalidad de ticket diferencial

NUEVO

Dirox[®]Dúo

UC-II[™]

+

Carnipure[™]

Innovación tecnológica

Cápsula externa

L-Carnitina

+

Cápsula interna

Dirox[®]

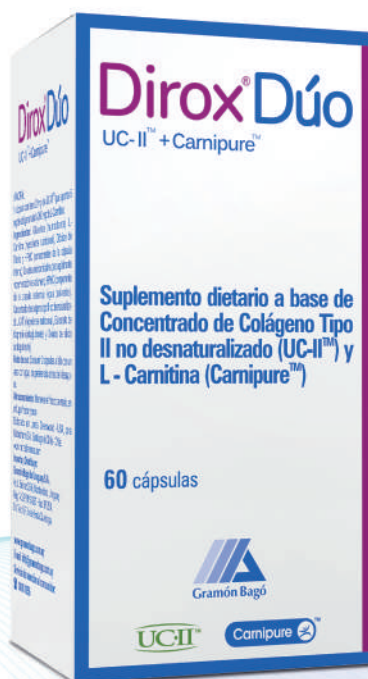


UC II

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



Suplemento dietario a base de
Concentrado de Colágeno Tipo
II no desnaturalizado (UC-II[™]) y
L-Carnitina (Carnipure[™])

60 cápsulas



UC-II

Carnipure

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



1º de mayo

Un camino que se hace al andar



Esta fecha se convirtió en un símbolo de reflexión en torno al trabajo, sus condiciones, y los avances alcanzados en materia de derechos laborales. Memoria, lucha, conciencia y derechos conquistados.



Lic. Manuela Bello
Gerenta de Gestión Humana.

1. Raíces del Día de los Trabajadores

El 1º de mayo se conmemora en varios países del mundo como el Día Internacional de los Trabajadores. Se remonta su origen al año 1886 en la ciudad de Chicago, Estados Unidos, donde miles de personas se movilizaron en una huelga que reclamaba la jornada laboral de ocho horas. Esta huelga respondía a condiciones de trabajo muy exigentes y extensas, propias de los primeros años de la industrialización.

Las manifestaciones en Chicago y en otras ciudades fueron reprimidas, y varios dirigentes obreros fueron condenados en procesos que generaron amplio debate en la opinión pública. Aquellos hechos marcaron un antes y un después en la historia del movimiento obrero.

El 1º de mayo comenzó, a partir de fines del siglo XIX, a ser adoptado como jornada de homenaje a quienes protagonizaron esas luchas. Por tal motivo, esta fecha se convirtió en un símbolo de reflexión en torno al trabajo, sus condiciones, y los avances alcanzados en materia de derechos laborales.

En nuestro país, el 1º de mayo se celebra desde principios del siglo XX, con actos y diferentes actividades. El movimiento sindical uruguayo ha sido protagonista en diversos momentos de la historia nacional, contribuyendo a la construcción de un marco legal que reconoce el valor del trabajo y sus garantías.

Lejos de ser un feriado más, el 1º de mayo invita a mirar hacia atrás, reconocer los avances obtenidos a lo largo del tiempo como la jornada limitada, el descanso semanal, las licencias, la seguridad social o la negociación colectiva y también a proyectar el trabajo como un componente central de la vida social, económica y humana.

2. 90 años de compromiso, trabajo y vocación.

Este año, CASMU cumple 90 años de historia, una institución de referencia nacional, regional e internacional. Nueve décadas al servicio de la salud,

guiada por principios sólidos y una vocación de mejora constante.

En el corazón de su misión se encuentra el propósito de garantizar una asistencia humana, integral y segura, brindada por un equipo profesional capacitado y comprometido. A su vez, la institución promueve activamente el desarrollo profesional, apostando al crecimiento, la formación continua y el fortalecimiento del vínculo con quienes integran su equipo de trabajo.

La organización se rige por valores que atraviesan la vida cotidiana de la empresa: el respeto, la honestidad, la transparencia, la tolerancia, la igualdad y la colaboración. Valores que se expresan tanto en la atención a los usuarios como en las relaciones laborales internas, y que son fundamentales para sostener un clima humano y ético en los múltiples escenarios que atraviesa el trabajo en salud.

Actualmente, la institución cuenta con aproximadamente 6.000 trabajadores, quienes desempeñan funciones en distintas áreas, aportando con profesionalismo y calidez al cuidado de la salud de la población. Fue precisamente en momentos críticos como durante la emergencia sanitaria generada por la pandemia de COVID-19 cuando ese compromiso colectivo quedó especialmente en evidencia. La institución supo asumir un rol de liderazgo, ofreciendo una atención destacada que alivió la presión sobre el sistema de salud y ayudó a salvar vidas en el momento más difícil de la crisis.

Esa respuesta fue posible gracias al esfuerzo, la entrega y la vocación de servicio de cada persona que forma parte del equipo. En condiciones de altísima exigencia, con incertidumbre y riesgo, el personal sostuvo la atención con humanidad, profesionalismo y trabajo en equipo. Esa capacidad de respuesta no surgió de la nada: es el resultado de una cultura organizacional que desde hace décadas cultiva el compromiso, promueve la participación y reconoce el valor del capital humano.

Hoy, al conmemorar el 1º de mayo, también es una oportunidad para re-

conocer a quienes con su labor cotidiana hacen posible el funcionamiento de esta gran institución, aportando a su misión y a su historia. Celebrar 90 años de vida institucional no es solo mirar hacia atrás: es también renovar el compromiso de seguir construyendo un proyecto colectivo, con justicia laboral, desarrollo profesional y calidad humana.

Celebrar 90 años de vida institucional no es solo mirar hacia atrás: es también renovar el compromiso de seguir construyendo un proyecto colectivo, con justicia laboral, desarrollo profesional y calidad humana.

3. 1º de mayo – Jornada de lucha, memoria y esperanza

El primero de mayo no es un día cualquiera, no es un simple feriado es una jornada profundamente simbólica marcada por la historia, por la memoria colectiva y por la dignidad de la clase trabajadora. Es un día para reflexionar, para recordar que cada derecho conquistado es fruto de la organización, del sacrificio y de la lucha solidaria de quienes nos precedieron.

Nos interpela a mantener vivas las banderas de la justicia social, la organización colectiva y la defensa de cada derecho conquistado. Porque el trabajo no puede ser sinónimo de sufrimiento ni de invisibilidad: debe ser reconocido, valorado y protegido. Porque cuando los derechos se naturalizan, corren el riesgo de diluirse, de retroceder.

Por eso, este primero de mayo es también una invitación a mantenerse firmes, con convicción, a seguir construyendo, desde el lugar que a cada uno le toca, un mundo del trabajo más justo, más humano, más digno.

Sigamos avanzando juntos, con la certeza de que el futuro se construye con unidad, con participación y con esperanza.

El 1º de mayo no se festeja, se honra. No desactiva, moviliza. No es pasado, es presente y futuro.

Enfermedades Respiratorias Virales Estacionales

Las enfermedades causadas por virus respiratorios comunes como el COVID-19, la influenza y el VRS pueden provocar enfermedades a cualquier persona.



En nuestro país, el MSP realizó comunicado el 5 de mayo pp: Comunicado a los prestadores de salud. Aumento de infecciones respiratorias en Brasil y recomendaciones sanitarias para Uruguay. (VER) enfatizando la implementación de estrategias adaptadas a mejorar el acceso a las Vacunas, la Vigilancia Epidemiológica, y recomendaciones generales de prevención en la transmisión de las Infecciones Respiratorias Agudas



Dra. Mariela Mansilla
Coordinadora de Infectología.

Llega el invierno y aparecen las enfermedades infecciosas respiratorias causadas por Virus. Estas enfermedades comparten síntomas, factores de riesgo y estrategias de prevención similares.

En CASMU disponemos de los Servicios de Telemedicina y de Vacunaciones para colaborar en el autocuidado de los usuarios, a sus familias y a sus comunidades de las enfermedades respiratorias graves.

¿Cuáles son?

Enfermedades respiratorias virales más frecuentes:

- Influenza (A y B).
- COVID-19.
- Virus respiratorio sincicial (VRS).
- Adenovirus.
- Rinovirus/enterovirus (resfriado común).
- Parainfluenza.

¿Cuáles son los síntomas más frecuentes?

Los virus respiratorios pueden causar síntomas tanto en las vías respiratorias superiores (nariz y garganta) como en las vías respiratorias inferiores (tráquea y bronquios).

- Fiebre.
- Escalofríos.
- Fatiga (cansancio).
- Tos.
- Mucosidad nasal o nariz tapada.
- Apetito reducido.
- Dolor de garganta.
- Vómitos.
- Pérdida reciente del olfato o el gusto.

• Dolor de cabeza, muscular o corporal.

- Diarrea.
- Debilidad.

Las enfermedades causadas por virus respiratorios comunes como el COVID-19, la influenza y el VRS pueden provocar enfermedades a cualquier persona. Sin embargo, algunas personas tienen factores de riesgo que pueden aumentar sus probabilidades de enfermarse gravemente.

¿Poblaciones con mayor riesgo de padecer enfermedades respiratorias graves?

- Los **adultos mayores** cuyo sistema inmunitario no suele funcionar de manera óptima y es más probable que tengan otras enfermedades crónicas subyacentes.
- Los **niños pequeños** tienen el sistema inmunitario en desarrollo.
- Las **personas con el sistema inmunitario debilitado** pueden tener menos defensas y a su organismo le puede costar más generar una protección duradera obtenida a través de la inmunización o de una infección anterior.
- Las **personas con discapacidades** tienen más probabilidades de padecer condiciones médicas subyacentes y otras condiciones, vivir en entornos comunitarios o experimentar factores y condiciones médicas derivados de los determinantes sociales de la salud que aumentan su riesgo de sufrir problemas derivados de las infecciones respiratorias.
- **Mujeres embarazadas o recientemente embarazadas**, porque el embarazo puede provocar cambios en el sistema inmunitario, el corazón y los pulmones que hacen que las personas sean más propensas a enfermarse gravemente por virus respiratorios.

Hay medidas que se pueden tomar para protegerse y proteger a los demás de los riesgos para la salud causados por los virus respiratorios.

Cuáles son las Medidas de Prevención:

- **Lavarse las manos y mejorar la circulación del aire** en los lugares donde las personas viven y trabajan es importante para reducir el riesgo de contraer virus respiratorios.
- Las **vacunas** están disponibles para las tres principales enfermedades respiratorias de otoño e invierno: Influenza, COVID-19 y VRS (sobre todo para embarazadas).
- El uso de **maskarillas y distanciamiento físico**.
- **Exámenes** que pueden detectar rápidamente estos virus respiratorios para que los pacientes no retrasen el tratamiento y otras acciones que pueden proteger a sus familiares, amigos y compañeros de trabajo.





Vacuna antigripal

Todos debemos vacunarnos

Cada año, con la llegada de los primeros fríos también comienza la campaña de vacunación antigripal impulsada por el MSP, que tan importante es para nuestra sociedad y para todo el sistema de salud en su conjunto. Es que es en esta época que aumentan los casos de infecciones respiratorias, entre ellas la gripe que es de las más comunes, pero también la que más daños puede causar sobre todo en personas vulnerables. Afortunadamente desde hace años contamos con un mecanismo de defensa probado, comprobado, seguro y gratuito que nos permite combatirla y cuidar a las personas que queremos: ¡se trata de la vacuna antigripal!



Dr. Nicolás Maseiro

Director Técnico CASMU-IAMPP.

¿Qué es la gripe y que riesgos trae para la gente?

La gripe es una infección respiratoria causada por un virus llamado influenza. Este microbio se transmite de persona a persona a través de gotitas que se expulsan al toser, estornudar, hablar y a través de objetos directamente contaminados.

Los síntomas más frecuentes son fiebre alta, dolores musculares y articulares, tos seca, decaimiento y en casos más severos dificultad respiratoria, cambios en el estado mental, vómitos o diarrea.

En la mayoría de los casos, los síntomas desaparecen en menos de una semana, pero en algunas personas puede causar complicaciones graves que requieran hospitalización:

- Complicaciones pulmonares como Neumonía.
- Complicación de enfermedades crónicas (como asma, diabetes o enfermedades cardíacas).

En algunos casos, incluso la muerte.

Los grupos más vulnerables son los niños, los adultos mayores, las personas con enfermedades crónicas y las embarazadas.

Vacuna antigripal: ¿cómo funciona?

La vacuna antigripal se diseña anualmente orientada a los virus más frecuentes para ese año particular. Esto es porque los virus cambian frecuentemente y es por ello también que hay que repetirla cada año.

No contiene virus vivos, sino "pedacitos" inactivados por lo que no puede causar gripe. Su función es avisarle y entrenar al sistema inmunológico para que reconozca los tipos de virus que circularán ese año.

Por eso se actualiza cada temporada previa al invierno, siguiendo las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS).

La vacunación se recomienda al comienzo del otoño, para que el organismo

tenga tiempo de generar defensas antes que la circulación del virus se vuelva más frecuente y proteja a la persona durante todos los meses de riesgo para luego disminuir su efectividad. Es por ello también que hay que vacunarse todos los años.

Inmunidad de rebaño, es lo que permite proteger a los que por algún motivo no pueden vacunarse como por ejemplo los bebés más pequeños o las personas que tienen las defensas muy bajas.

¿Quiénes deben vacunarse?

Todas las personas se benefician de la vacunación directa o indirectamente, y es por ello por lo que todos debemos vacunarnos.

De esta manera te proteges a vos mismo, cuidas a quienes te rodean, y ayudas a crear una barrera para reducir la circulación general del virus.

Esto último se llama inmunidad de rebaño, y es lo que permite proteger a los que por algún motivo no pueden vacunarse como por ejemplo los bebés más pequeños o las personas que tienen las defensas muy bajas. Por ello cuantas más personas se vacunen, más difícil para el virus propagarse.

Existen grupos vulnerables para los que la vacunación es especialmente importante:

- Niños de 6 meses a 5 años.
- Personas mayores de 65 años.
- Embarazadas (en cualquier etapa del embarazo) y puérperas (hasta los 6 meses).
- Personas con enfermedades de riesgo: cardíacas, respiratorias, renales, diabetes, inmunodeficiencias, obesidad, entre otras.
- Personal de salud.
- Personas que viven en residenciales o centros de estadía para el adulto mayor.
- Personas que atienden adultos mayores en residenciales o centros de estadía para el adulto mayor.
- Personal de servicios esenciales (docentes, policías, bomberos, milita-

res).

- Privados de libertad.

¡Que no te hagan el cuento!

Circulan muchas cosas que no son ciertas sobre la vacuna antigripal. Acá te dejamos los ejemplos más importantes para que no te confundas:

1. La vacuna no te provoca gripe porque no está hecha con virus vivos.

Puede generar reacciones leves como dolor en el lugar de la inyección, fiebre baja las primeras horas luego de la vacunación o malestar general que dura uno o dos días.

2. Se puede contraer gripe aunque estés vacunado.

La vacuna disminuye el riesgo de enfermarse, pero si te contagias, la enfermedad será más leve y con menos riesgo de complicaciones.

Hay que recordar, además, que no todas las infecciones respiratorias del invierno son gripe, hay muchos virus circulando.

3. Estar sano no te hace inmune.

Podés enfermarte igual y también tener complicaciones y además contagiar a otros que corran más riesgos. Por ello es un acto de responsabilidad.

4. Vacunarse una vez no te protege a futuro.

Como los virus cambian y la protección disminuye con los meses, la vacuna debe administrarse todos los años al inicio del otoño.

5. Vacunarse contra la gripe no impide otros tipos de vacuna.

Habitualmente en conjunto con la vacuna antigripal se administran otras vacunas como contra el COVID- 19, contra el VRS (virus sincitial respiratorio), vacunas pediátricas o la antineumocócica que también evitan complicaciones en la población.

Este año la Campaña Nacional de Vacunación contra la Influenza 2025, comenzó el 31 de marzo. La vacuna es gratuita, no necesita receta solo cédula de identidad y puede administrarse en cualquier puesto de vacunación habilitado independientemente de cuál sea el prestador de salud de la persona.

- Uso de alcohol gel si es necesario.
- Ventilación y limpieza de ambientes cerrados diariamente.
- Cubrirse al toser o estornudar (preferentemente con el antebrazo o el pliegue del codo).
- Uso de tapabocas si existen síntomas respiratorios (tos, estornudos, congestión nasal, etc).
- Evitar el contacto cercano con personas vulnerables si hay síntomas.

tado independientemente de cuál sea el prestador de salud de la persona.

En CASMU:

- Vacunatorio Central (Arenal Grande 1549): lunes a viernes 7:30 a 11:30 y 14 a 18 hs.
- Centro Médico Agraciada (Agraciada 3691) jueves de 16:30 a 18:30 hs.
- Centro Médico Solymar (Av. Gian-nattasio km. 23800) martes y miércoles de 13 a 18 hs.

Otras medidas que acompañan a la vacunación

La vacuna antigripal es una de las medidas más importantes pero existen otras que ayudan a la prevención:

- Lavado de manos frecuente.

¿Dónde y cuándo me puedo vacunar?

Este año la Campaña Nacional de Vacunación contra la Influenza 2025, comenzó el 31 de marzo. La vacuna es gratuita, no necesita receta solo cédula de identidad y puede administrarse en cualquier puesto de vacunación habili-

Vacunarse contra la gripe es un acto que puede marcar la diferencia y hacer un bien colectivo, es un acto de responsabilidad. Vacunarse es fácil, seguro y salva vidas.
¡Súmate a la campaña!



Terapia grupal

Terapia individual

Comedor terapéutico

Asesoramiento nutricional

Atención Psiquiátrica

Seguimiento médico

Asesoramiento en internaciones

Orientación familiar

CLÍNICA DE TRASTORNOS ALIMENTARIOS

+598 2903 2636

099495814

info@vitalis.com.uy

18 de Julio 1296/301

www.vitalis.com.uy

TÓTEMS DE AUTOGESTIÓN

**ACTIVOS EN POLICLÍNICO CENTRAL
Y EN 36 CENTROS MÉDICOS DE TODO EL PAÍS**

Estimados socios

En los tótems pueden realizar las siguientes operaciones:

Pago de todas sus prestaciones CASMU mediante medios electrónicos:
Maestro, Oca, Visa, Mastercard y Líder.

- ❖ Anuncio a consultas médicas.
- ❖ Agenda de citas médicas / cancelación de citas médicas.
- ❖ Consulta de regalías.
- ❖ Solicitud de PIN / cambio de PIN.

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



casmu
estamos para cuidarte

1727
EMERGENCIA MÓVIL

GRUPO
TU SALUD A OTRO NIVEL



31 de mayo: Día mundial sin tabaco

**Una oportunidad para respirar mejor, vivir
más y elegir salud**



Dra. Silvia Cataldi
Neumóloga.

Cada año, el 31 de mayo, el mundo entero se detiene por un momento para reflexionar sobre un enemigo silencioso pero persistente: el tabaco.

Esa fecha, conocida como el Día mundial sin tabaco, no es solo un recordatorio de los efectos nocivos del cigarro, sino también una oportunidad para generar conciencia, compartir información y motivar a millones de personas a dejar de fumar.

Puede que, en medio del estrés cotidiano, fumar parezca una forma de relajarse o un hábito inofensivo. Pero la realidad es que el tabaco es responsable de más de 8 millones de muertes cada año en el mundo, y afecta tanto a quienes fuman como a quienes los rodean.

¿Por qué existe un Día mundial sin tabaco?

La Organización Mundial de la Salud (OMS) instauró esta fecha en 1987 con un objetivo claro: advertir sobre los riesgos del consumo de tabaco y promover políticas eficaces para reducirlo. Desde entonces, cada año se elige un tema específico para enfocar los esfuerzos de concientización.

Algunos años se ha hablado del impacto del tabaco en la salud pulmonar, otros de los efectos sobre el medio ambiente, o de cómo las grandes industrias tabacaleras manipulan la publicidad para atraer a los más jóvenes.

Este día nos invita a pensar, a conversar y, sobre todo, a actuar.

El cigarrillo y sus muchas caras

Cuando pensamos en tabaco, lo primero que se nos viene a la cabeza es el cigarrillo. Pero el daño no viene solo del humo visible. Dentro de un solo cigarro hay más de 7.000 sustancias químicas, y al menos 70 de ellas pueden causar cáncer. Otras son altamente tóxicas, como el alquitrán, el monóxido de carbono o el arsénico.

Además, hoy en día existen otras formas de consumo que muchas veces se ven como "más modernas" o "menos peligrosas": los vapeadores, los cigarros electrónicos o el tabaco para masticar. Pero lo cierto es que ninguna de estas alternativas está libre de riesgos.

Fumar no solo afecta a quien fuma

Uno de los aspectos más preocupantes del tabaco es el daño que causa a los demás. Fumar en espacios cerrados, en casas o incluso al aire libre

cerca de otras personas, expone a los no fumadores al llamado humo de segunda mano, que también contiene sustancias tóxicas. En especial, niños, embarazadas y adultos mayores son los más vulnerables.

Por ejemplo:

- En los niños, el humo puede causar infecciones respiratorias, asma y hasta muerte súbita en bebés.
- En las embarazadas, aumenta el

riesgo de parto prematuro, bajo peso al nacer y complicaciones en el desarrollo del feto.

El tabaco es responsable de más de 8 millones de muertes cada año en el mundo, y afecta tanto a quienes fuman como a quienes los rodean.

El impacto en la salud: mucho más que pulmones

Es común relacionar el tabaco solo con



enfermedades respiratorias, como el cáncer de pulmón o la bronquitis crónica. Y aunque sí es el principal culpable de estos males, sus efectos van mucho más allá.

Fumar también está relacionado con:

- Enfermedades del corazón y los vasos sanguíneos.
- Cánceres en otras partes del cuerpo (boca, garganta, páncreas, vejiga).
- Problemas en la piel, los dientes y la fertilidad.
- Disminución de la calidad de vida en general: menos energía, envejecimiento prematuro, pérdida del gusto y del olfato, entre otros.

Dentro de un solo cigarro hay más de 7.000 sustancias químicas, y al menos 70 de ellas pueden causar cáncer.

Romper con el hábito: más fácil con apoyo

Dejar de fumar no es sencillo, sobre todo cuando se ha convertido en parte de la rutina diaria. Pero es posible, y cada intento cuenta. Lo más importante es saber que no estás solo o sola en este camino.

Existen muchas herramientas y recursos para ayudarte:

- Grupos de apoyo.
- Líneas telefónicas gratuitas para dejar de fumar.
- Aplicaciones móviles con seguimiento.
- Terapias de reemplazo de nicotina (como parches o chicles).
- Consejería psicológica.

Además, dejar de fumar tiene beneficios inmediatos y a largo plazo. Algunas mejoras que ocurren casi de inmediato:

- A las 20 minutos: baja la presión arterial.

- A las 12 horas: mejora el oxígeno en sangre.

- A los pocos días: se respira mejor, se recuperan los sentidos del gusto y del olfato.

- A los pocos meses: mejora la circulación y la función pulmonar.

- A los años: disminuye considerablemente el riesgo de enfermedades cardíacas y cáncer.

No hay cigarrillo saludable.

Los jóvenes: el blanco de la industria

Cada vez más adolescentes y jóvenes empiezan a fumar por curiosidad, por presión social o por moda. Las tabacaleras lo saben, y por eso usan estrategias muy sutiles (y a veces no tanto) para atraerlos: colores llamativos, sabores artificiales, influencers en redes sociales, o presentaciones "light" que parecen menos dañinas.

Pero no hay cigarrillo saludable. Y cuanto más temprano se empieza, más difícil es dejarlo. Por eso, hablar con los hijos, educar desde la escuela y regular la publicidad son pasos esenciales para proteger a las nuevas generaciones.

El daño al planeta: una razón más para decir "no"

Además de la salud, el tabaco tiene un fuerte impacto ambiental:

- Cada año se talan millones de árboles para cultivar tabaco.
- El cultivo utiliza enormes cantidades de agua y productos químicos.
- Las colillas son la forma de basura más común del mundo: se tiran más de 4,5 billones al año, contaminando suelos y océanos.

Dejar de fumar también es un acto de amor hacia el planeta.

El Día mundial sin tabaco no es un día de juicio, sino de conciencia y esperanza.

¿Qué podés hacer vos?

Aunque parezca que el problema del tabaco es demasiado grande, cada persona puede marcar una diferencia. Acá van algunas ideas:

- Si fumás, considerá este 31 de mayo como una oportunidad para dar el primer paso.
- Si ya dejaste de fumar, compartí tu experiencia y apoyá a quienes están luchando.
- Si nunca fumaste, seguí cuidándote y evitá el humo de otros.
- Hablá con tus hijos o familiares jóvenes sobre los riesgos reales del tabaco.
- Pedí a tus autoridades que refuerzen leyes y espacios libres de humo.

Conclusión: un día para tomar aire y tomar decisiones

El Día mundial sin tabaco no es un día de juicio, sino de conciencia y esperanza. Fumar es una de las principales causas de enfermedades prevenibles en el mundo.

Pero también es una de las adicciones más difíciles de romper, y por eso cada historia de alguien que lo logra es una victoria para todos.

Este 31 de mayo, tomémonos un momento para respirar profundo, reflexionar y dar pasos hacia una vida más sana. Porque el verdadero poder está en elegir. Y elegir salud, es elegir vida.



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



Urufarma

Enfermedad de Parkinson

La importancia de mantenerse en movimiento



Dr. Nicolás Sommaruga
Neurólogo.

La enfermedad de Parkinson es un trastorno progresivo del sistema nervioso que afecta, entre otros elementos, el sistema motor. El defecto de base es la disminución de dopamina en ciertas estructuras, un neurotransmisor esencial en el movimiento corporal. Esta pérdida se produce en ciertas regiones específicas, particularmente la “sustancia negra”.

Se destaca que el compromiso motor es solamente una parte del espectro de síntomas, ya que involucra diversas otras funciones muchas veces insospechadas por los propios pacientes: el sueño, el olfato, las funciones cognitivas, los reflejos posturales, la voz y la deglución, entre otros.

En el siguiente artículo intentaré abordar algunos de los temas recurrentes en las consultas de pacientes con esta patología, así como dudas que surgen de parte de ellos. Agrego en algunos casos referencias de bibliografía científica para aquellos que estén interesados en profundizar y corroborar los datos aquí presentados.

¿Qué es la enfermedad de Parkinson?

Es un trastorno progresivo del sistema nervioso que afecta, entre otros elementos, el sistema motor.

Los síntomas más frecuentes se encuentran:

- Temblor en reposo.
- Rigidez muscular.
- Lentitud de los movimientos (bradicinesia).
- Alteraciones del equilibrio y la postura.
- Hipofonía y Bradilalia (voz baja y enlentecida).
- Trastornos del sueño (pesadillas, sueños vívidos, movimientos nocturnos, etc).
- Estreñimiento.

Aunque el Parkinson no tiene cura (hoy en día), existen tratamientos farmacológicos y terapias complementarias que permiten controlar los síntomas y mejorar la calidad de vida de los pacientes.

En el mundo actual, el avance tecnológico y la búsqueda de terapéuticas cada vez más complejas e innovadoras ha llevado tanto a clínicos como a pacientes a olvidar elementos básicos y fundamentales en el tratamiento de esta patología.

El ejercicio físico regular es una de las estrategias más eficaces para afrontar los síntomas del Parkinson.

La actividad física como herramienta terapéutica

Diversos estudios han demostrado que el ejercicio físico regular es una de las estrategias más eficaces para afrontar los síntomas del Parkinson.

El ejercicio físico y la rehabilitación dirigida no solo mejoran la condición física general, sino que actúan directamente sobre los síntomas motores y no motores de la enfermedad.

De acuerdo con la Parkinson's Foundation (2022) (1), el ejercicio puede ayudar a: mejorar la fuerza muscular y la flexibilidad, favorecer el equilibrio y la coordinación, reducir la rigidez y la lentitud de los movimientos y mejorar la calidad del sueño.

Todos estos síntomas muchas veces son rápidamente tratados farmacológicamente, sin haber pasado por el paso previo de realizar actividades no-farmacológicas, cuyo impacto es tan bueno o hasta mejor que las otras.

Se ha demostrado, además, que la actividad física estimula la neuroplasticidad, es decir, la capacidad del cerebro para adaptarse y reorganizarse, lo que resulta fundamental para contrarrestar la progresión del Parkinson.

Estos cambios no son puramente teóricos, sino que se han visto cambios anatómicos y funcionales comprobables en diversas áreas cerebrales, como menciona el estudio: “Effects of Exercise on Parkinson's Disease: A Meta-Analysis of Brain Imaging Studies” (2)

La combinación de distintas formas de ejercicio suele ofrecer mejores resultados. Es recomendable iniciar cualquier

programa de actividad física bajo la supervisión de un profesional de la salud para adaptar los ejercicios a las necesidades individuales.

El ejercicio puede ayudar a: mejorar la fuerza muscular y la flexibilidad, favorecer el equilibrio y la coordinación, reducir la rigidez y la lentitud de los movimientos y mejorar la calidad del sueño.

¿Quién puede ayudar a los pacientes a este respecto?

Primero que nadie, el propio paciente. Es cosa de la práctica diaria el controlar personas que finalizan su entrenamiento rehabilitador y luego no continúan los ejercicios, evidenciando una esperable peoría.

Es necesario ver estos cambios como una nueva rutina, y no algo que es impuesto desde fuera. La farmacología, como cualquier otro tratamiento moderno, tiene sus límites, y es necesario que sea complementada por estos cambios en el estilo de vida.

La constancia es un factor decisivo. La práctica regular de actividad física, incluso en intensidades moderadas, contribuye a conservar las capacidades motoras, reducir complicaciones y favorecer un mejor estado emocional.

Los pacientes con Enfermedad de Parkinson son poseedores de una patología crónica, como lo puede ser la hipertensión, la diabetes, etc. Pero no debe definirlos ni limitarlos. Por el contrario, deben mantener en adecuado control todos los otros aspectos habituales, para poder sobrellevar mejor la evolución de su cuadro.

El paciente “neurológico” es un paciente, completo, y las patologías y los tratamientos no conocen las barreras definidas por los médicos. Hay que tratar todos los puntos, para lograr una vida lo más plena, independiente y disfrutable posible.

¿Y cómo evoluciona esta patología?

Esta enfermedad es de carácter progresivo, por lo que avanzará a lo largo del tiempo. Pero es importante tener en cuenta que el espectro de pacientes es extremadamente amplio, tanto en edad de inicio, velocidad de evolución, síntomas que presentan y cómo responden a la terapéutica.

Ningún paciente es igual a otro, y ningún tratamiento es igual para ambos.

De ahí la importancia de controlarse con neurólogo y demás especialistas involucrados, y poder adaptar la terapéutica a cada uno.

La enfermedad de Parkinson se carac-

teriza por la necesidad de generar un esquema de tratamiento individualizado, adaptado a los síntomas, preferencias, horarios y actividades de cada paciente.

Muchas veces deben tomar múltiples pastillas en el día, por lo que debemos buscar que esto se adapte lo mejor posible a su estilo de vida, y pueda así cumplirlo.

Los pacientes con Enfermedad de Parkinson son poseedores de una patología crónica, como lo puede ser la hipertensión, la diabetes, etc.

Conclusiones

La enfermedad de Parkinson plantea desafíos que afectan la movilidad, la independencia y la calidad de vida. Sin embargo, adoptar un estilo de vida activo y comprometerse con un programa de tratamiento y rehabilitación permite contrarrestar de manera significativa muchos de los efectos de la enferme-

dad, buscándose siempre que la persona tenga una vida activa y plena.

El movimiento, adecuadamente guiado y adaptado a cada etapa, se convierte en un pilar esencial del tratamiento. Tal como señala la Sociedad Europea de Parkinson (2023) (3), “el ejercicio regular no solo trata los síntomas, sino que cambia el curso de la enfermedad”.

Vivir con Parkinson implica un proceso de adaptación constante, pero también abre la posibilidad de mantener autonomía, dignidad y bienestar mediante decisiones cotidianas que favorecen el cuerpo y la mente.

Referencias:

1. Parkinson's Foundation. Exercise and Parkinson's: What You Need to Know (2022).
2. Effects of Exercise on Parkinson's Disease: A Meta-Analysis of Brain Imaging Studies. Front Hum Neurosci. 2022 Feb 16;16:796712. doi: 10.3389/fnhum.2022.796712. PMID: 35250515; PMCID: PMC8889068.
3. European Parkinson's Disease Association (EPDA). Exercise and Parkinson's Disease (2023).

¿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

casmu
estamos para cuidarte

1727
EMERGENCIA MOVIL

MEDIS
GROUP
TU SALUD A OTRO NIVEL

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

WhatsApp: 098 415 534

Afiliate llamando al 1444 o en casmu.com.uy

Dolor por osteoartritis

Contamos con tratamientos no farmacológicos, farmacológicos y la cirugía para aquellos casos que así lo requieran. La Viscosuplementación es una opción de tratamiento y consiste en la administración intraarticular de Ácido Hialurónico (AH) exógeno. Este tratamiento está indicado para personas con osteoartritis o artrosis, en rodillas, caderas, hombros, muñecas o falanges, y también para quienes sufren molestias por movimientos recurrentes o desgaste traumático en sus articulaciones.



La Osteoartritis también conocida como Artrosis es la causa más común de dolor de rodilla en adultos de mediana edad y mayores. Esta enfermedad provoca la pérdida del cartílago articular, lo que puede llevar a cambios en la morfología del hueso y deformidad de este. En general su inicio no se asocia a causas conocidas, sin embargo, puede ser resultante de lesiones o traumatismos articulares, infecciones previas o incluso causas genéticas o asociadas al inicio del desarrollo.



Dr. Felipe Viacava

Jefe del Departamento de Traumatología.

NUEVO

LLEGA UNA SOLUCIÓN
PARA EL DOLOR POR OSTEOARTRITIS
EN UNA SOLA APLICACIÓN

SupraHyal®

hialuronato sódico



El tratamiento para las articulaciones afectadas por Osteoartritis
con 4 efectos terapéuticos^{1,2}



1 VISCORESTAUADOR: Protege la articulación al restablecer la concentración de ácido hialurónico.

2 CONDROPROTECTOR: Restablece el equilibrio del cartílago retrasando la reducción del espacio articular.

3 VISCOINDUCTOR: Induce la síntesis endógena de ácido hialurónico

4 ADITIVO: El beneficio terapéutico se incrementa con el tiempo y el número de aplicaciones.

REFERENCIAS: 1) Navarro et al.: A 40 month multicentre randomised placebo-controlled study to assess the efficacy and even effect of repeated intra-articular injections on hyaluronic acid in knee osteoarthritis. The AMELIA prosect-2011.70°1957-62. / 2) Williams, J M et al. "The effects of hyaluronic acid on fibronectin fragment mediated cartilage chondrolysis in skeletally mature rabbits." Osteoarthritis and cartilage vol. 11,1 (2003): 44-9. doi:10.1053/joca.2002.0864PODES /

CONSULTE A SU MÉDICO

Información para distribución a profesionales de la salud.
Av. Gral. Rivera 6433 - Montevideo - Uruguay. Información médica: mirequest@adium.com.uy
Farmacovigilancia: uyfarmacovigilancia@adium.com.uy / UY--2500152
www.adium.com.uy

 **Adium** 50 Años
EVOLUCIONANDO JUNTOS

¿Cuáles son los síntomas de la osteoartritis o artrosis?

La osteoartritis suele provocar dolor en la articulación, donde las zonas más comúnmente afectadas son las rodillas, caderas, manos, hombros, pie y tobillo.

Al afectar a la articulación puede causar: dolor, rigidez, crepitación o agrietamiento en las articulaciones con el movimiento, hinchazón o líquido en las articulaciones, deformidad de los huesos.

Las opciones de tratamiento para la osteoartritis dependerán de varios factores, tales como la edad y el nivel de actividad, así como la imposibilidad de realizar las tareas diarias y el grado de dolor presente.

Dentro de los tratamientos contamos con tratamientos no farmacológicos, farmacológicos y la cirugía para aquellos casos que así lo requieran.

Dentro de los tratamientos farmacológicos y preponderantes en el alivio del dolor contamos con la VISCOSUPLEMENTACIÓN.

La viscosuplementación consiste en la administración intraarticular de Ácido Hialurónico (AH) exógeno. El Ácido Hialurónico (AH) es un constituyente normal del líquido articular que contribuye a las propiedades de protección y lubricación de este.

En la artrosis, se produce un líquido articular de menor calidad, donde el principal componente afectado es el Ácido Hialurónico contribuyendo con su deterioro al daño estructural de la articulación.

Por tanto, la administración intraarticular de ácido hialurónico en la articulación afectada restaura las propiedades viscoelásticas del líquido sinovial y actúa positivamente sobre los procesos biomecánicos involucrados en la degeneración y destrucción del cartílago articular.

“Estos efectos se traducen en alivio del dolor y en una clara mejoría de la

función articular, tanto a corto como a largo plazo”.

Existen distintos tipos de ácido hialurónico con diferentes orígenes y pesos moleculares.

Aquellos producidos por biofermentación confieren un excelente perfil de seguridad disminuyendo los efectos adversos vinculados a reacciones del sistema inmune tales como alergias o infecciones que se asocian en mayor medida con la utilización de ácidos hialurónicos de origen animal. De la misma forma aquellos que tienen un peso molecular similar al fisiológico aseguran una mejor experiencia.

En cuanto a la técnica de aplicación del ácido hialurónico, se trata de una administración directamente en la articulación y, por lo tanto, el proceso completo se debe realizar bajo estrictas condiciones de asepsia, pero sin necesidad de estar en un quirófano.

El protocolo completo debe ser realizado por un profesional de la salud quien previamente explicará los pasos del procedimiento. En algunos casos y según la consideración del médico tratante, se recomendará mantener en reposo relativo la articulación sobre la cual se ha administrado la inyección.

El procedimiento se repetirá en una serie de inyecciones que su médico determinará de acuerdo a su caso en particular. Existen opciones de una sola aplicación anual que, dependiendo el perfil de cada paciente, podría significar una solución de entre 12 a 18 meses de alivio del dolor en las articulaciones.

Este tratamiento está indicado para personas con osteoartritis o artrosis, en rodillas, caderas, hombros, muñecas o falanges, y también para quienes sufren molestias por movimientos recurrentes o desgaste traumático en sus articulaciones: deportistas, personas con sobrepeso, trabajadores con carga de peso y actividades mecánicas reiteradas o mujeres posmenopáusicas, entre otros grupos.

La consulta con el especialista es fun-

damental para diagnosticar y decidir si la viscosuplementación es el tratamiento adecuado según la condición de cada paciente en particular.

El protocolo completo debe ser realizado por un profesional de la salud quien previamente explicará los pasos del procedimiento según la consideración del médico tratante, se recomendará mantener en reposo relativo la articulación sobre la cual se ha administrado la inyección.

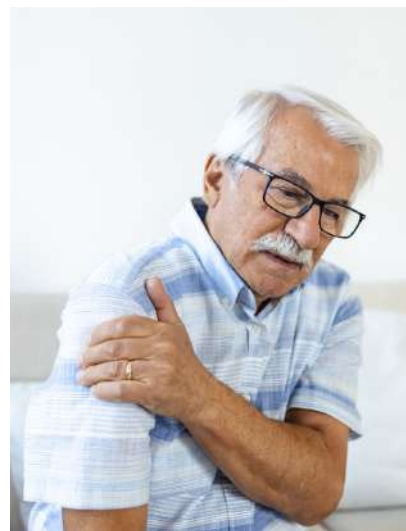
Referencias bibliográficas

Herrero-Beaumont G, Román-Bias JA, Castañeda S, Jiménez SA. Primary osteoarthritis no longer primary: three subsets with distinct etiological, clinical, and therapeutic characteristics. *Semin Arthritis Rheum* 2009;39(2):71-80

Peat G, McCarney R, Croft P. Knee pain and osteoarthritis in older adults: a review of community burden and current use of primary health care. *Ann Rheum Dis* 2001; 60(2):91-7

Conrozier, T., Diraçoglu, D., Monfort, J., Chevalier, X., Bard, H., Baron, D., Jerosch, J., Migliore, A., Richette, P., & Henrotin, Y. (2023). EUROVISCO Good Practice Recommendations for a First Viscosupplementation in Patients with Knee Osteoarthritis. *Cartilage*, 14(2), 125-135. <https://doi.org/10.1177/19476035221138958>

Navarro-Sarabia F, Coronel P, Collantes E, et al. A 40-month multicentre, randomised placebo-controlled study to assess the efficacy and carry-over effect of repeated intra-articular injections of hyaluronic acid in knee osteoarthritis: the AMELIA project. *Ann Rheum Dis*. 2011;70(11):1957-1962. doi:10.1136/ard.2011.152017





Maquet Meera Family Mobile Operating Table

Cost-effective flexibility in the OR

GETINGE 

SIEMPRE LAS MEJORES MARCAS
NUNCA SÓLO ESO

bioerix



Día internacional de la Enfermería

Un homenaje a quienes cuidan la vida



Lic. Luz Deschenaux
Nurse jefa (i) de complejo asistencial.



Lic. Lucia Ramos
Nurse supervisora (i) hematológica.

Cada 12 de mayo, el mundo se une para celebrar el Día Internacional de la Enfermería, una fecha que rinde homenaje a la labor fundamental de las enfermeras y enfermeros en el sistema de salud.

Esta jornada no solo conmemora el nacimiento de Florence Nightingale, considerada la madre de la enfermería moderna, sino que también nos invita a reflexionar sobre el impacto que esta profesión tiene en la vida de millones de personas.

En el contexto de la atención oncológica, el papel de la enfermería se torna aún más relevante, brindando apoyo crucial a pacientes que enfrentan una de las batallas más difíciles: el cáncer.

Como consecuencia de la enfermedad oncológica, de las intervenciones terapéuticas y del propio proceso de cuidados, pueden generarse situaciones de diversa magnitud que se conceptualizan como riesgos. Estos riesgos pueden aumentar la morbilidad y amenazar la seguridad de los pacientes en todas las dimensiones que conforman su integridad.

En este contexto, la gestión del cui-

dado en CASMU IAMPP se orienta a promover la seguridad mediante la satisfacción de las necesidades del paciente y a gestionar aquellos riesgos que podrían comprometer aún más su estado de salud.

Este modelo de atención es posible gracias a un cuidado de enfermería científicamente fundamentado y ejecutado, una estructura adecuada de recursos humanos destinados a la atención del paciente, y una gestión de enfermería que reconoce la integridad del ser humano desde una perspectiva integral y holística, centrada en el cuidado humanizado.

La gestión del cuidado en CASMU IAMPP se orienta a promover la seguridad mediante la satisfacción de las necesidades del paciente y a gestionar aquellos riesgos que podrían comprometer aún más su estado de salud.

La Enfermería en el Cuidado del Paciente Oncológico

El Hospital de Día Oncológico de CASMU IAMPP, ubicado en el Sanatorio García Otero en Avenida Dr. Luis Alber-

to de Herrera 2421, es un espacio donde se brinda atención integral a pacientes oncológicos. Este servicio funciona de lunes a viernes, de 8 a 20 horas, con una capacidad de 12 sillones y se convierte en un refugio de esperanza y cuidado para aquellos que enfrentan tratamientos oncológicos complejos.

Luego del diagnóstico médico y la indicación del tratamiento, la Licenciada en Enfermería realiza la consulta de enfermería. En este momento crítico, el equipo de enfermería cumple un rol vital al recibir al paciente y su familia, realizando una valoración integral que considera no solo la condición de salud del paciente, sino también sus emociones y necesidades.

Se orienta a los pacientes y sus familias sobre el funcionamiento del servicio, brindando un espacio seguro para hacer preguntas y expresar inquietudes.

Se realiza una valoración exhaustiva del estado del paciente, que ayuda a identificar necesidades y establecer un plan de cuidado personalizado. Se coordina la fecha y hora de la administración del tratamiento indicado y el control médico posterior.



Se capacita al Cuidador Principal, se ofrece información sobre conductas responsables que favorecen la salud del paciente.

En caso de ser necesario, enfermería establece redes de apoyo y contacto con profesionales, como psicólogos u otros especialistas, para ofrecer una atención integral.

En el Hospital de Día Oncológico de CASMU, desde hace 2 años se cuenta con la innovadora tecnología de enfriamiento del cuero cabelludo PAXMAN, que ayuda a prevenir la caída del cabello durante el tratamiento con quimioterapia.

Criterios de seguridad en la gestión del cuidado de enfermería del paciente oncológico

El Hospital de Día cuenta con dos cabinas de seguridad biológica, donde se preparan los citostáticos. Este procedimiento es realizado por enfermería entrenada y capacitada, garantizando así la seguridad y calidad en la atención al paciente.

El equipo de enfermería sigue rigurosos protocolos para asegurar que los tratamientos se preparen de manera segura, minimizando riesgos tanto para los pacientes como para el personal de salud. Todo el personal que se desempeña en el área conoce los protocolos de quimioterapia, que son guías detalladas sobre cómo y cuándo administrar los medicamentos. Este conocimiento incluye la identificación de los regímenes de tratamiento adecuados por patología, así como la comprensión de las dosis, los efectos secundarios y las interacciones medicamentosas.

Los pacientes oncológicos a menudo presentan desafíos significativos en el acceso venoso, debido a la fragilidad de sus venas y la frecuencia de tratamientos previos. Los enfermeros y enfermeras, gracias a su amplia experiencia son capaces de realizar accesos venosos periféricos incluso en situaciones de caudal venoso comprometido.

Esta habilidad es vital, ya que un acce-

so venoso adecuado es esencial para la administración de citostáticos. En otros casos la administración de citostáticos se realiza a través de catéteres venosos centrales (Ej: Port. A Cath), que permiten el acceso directo al sistema circulatorio del paciente. Lo que requiere una formación específica y experiencia, los enfermeros son responsables de la punción, el mantenimiento y el cuidado de estos catéteres, lo que requiere una formación específica y experiencia.

Un manejo adecuado de los catéteres centrales es crucial para evitar complicaciones como infecciones, trombosis y obstrucciones, que pueden comprometer el tratamiento y la salud del paciente.

El personal de enfermería en el Hospital de Día Oncológico de CASMU-IAMPP se somete a una capacitación continua para mejorar su práctica y ofrecer el mejor cuidado posible. Este compromiso con la formación garantiza que estén actualizados con las últimas técnicas y tratamientos, lo que se traduce en una atención más efectiva y personalizada para cada paciente.

Los enfermeros y enfermeras, gracias a su amplia experiencia son capaces de realizar accesos venosos periféricos incluso en situaciones de caudal venoso comprometido.

Tecnología de Enfriamiento del Cuero Cabelludo: Rol de Enfermería

La alopecia es un efecto generalmente transitorio del tratamiento con citostáticos, generador de una importante repercusión emocional en el tratamiento contra el cáncer, muchas veces responsable del rechazo a distintas maniobras terapéuticas.

En el Hospital de Día Oncológico de CASMU, desde hace 2 años se cuenta con la innovadora tecnología de enfriamiento del cuero cabelludo PAXMAN, que ayuda a prevenir la caída del cabello durante el tratamiento con quimioterapia.

Enfermería es responsable de preparar

el cabello del paciente, lo que incluye mojar, peinar y aplicar acondicionador.

Colocan los gorros y llevan un control del equipo, así como de la comodidad del paciente antes, durante y después del tratamiento. Brinda apoyo emocional, controla posibles efectos secundarios. Su presencia cercana y cuidadosa contribuye significativamente a la comodidad y bienestar de los pacientes, además de optimizar los resultados del enfriamiento capilar.

Enfrentando dificultades juntos

En la práctica cotidiana de Enfermería, especialmente de quienes hemos elegido el cuidado del paciente con cáncer como misión profesional, nos enfrentamos a diario con pacientes que transitan por diferentes situaciones clínicas y experiencias que deterioran su bienestar y la calidad de vida.

Dentro de estas podemos encontrar los efectos de los tratamientos oncoespecíficos agresivos y prolongados (cirugía, quimioterapia, radioterapia, trasplante), sus efectos secundarios y secuelas, el impacto a nivel emocional y espiritual marcado por la angustia presente y la incertidumbre sobre el futuro, el deterioro de los vínculos generado por hospitalizaciones frecuentes, cambio de roles a nivel familiar y social.

Todo ello conduce a la persona afectada a una condición de dolor total que le hace vivenciar la enfermedad como una experiencia devastadora y una sensación de alejamiento sin retorno a la normalidad.

Enfermería se convierte en el pilar que sostiene a estos pacientes, ofreciendo no solo atención médica, sino también apoyo emocional y acompañamiento constante.

Al ser quienes están más cerca de los pacientes, los enfermeros y enfermeras son capaces de detectar cambios en la condición del paciente y responder rápidamente a sus necesidades.

Disponible en Vademécum CASMU
Bajo la modalidad de ticket diferencial

**Nuevo
y exclusivo**

Milorix[®]

Prucaloprida 2mg

Indicado en:

→ **Tratamiento sintomático
del Estreñimiento Crónico
en adultos.**

30
comprimidos
ranurados



Salud mental juvenil en la era digital

Existe una cultura de la comparación constante, en donde los jóvenes se sienten presionados a alcanzar estándares inalcanzables.

Es alarmante el aumento de la ansiedad, depresión y otros problemas de salud mental en los jóvenes en la última década. Las influencias culturales, tecnológicas y sociales, han dado forma a una generación caracterizada por la ansiedad.

Los cambios en las condiciones sociales provocados por la proliferación de redes sociales y dispositivos digitales han alterado dinámicas familiares y educativas, contribuyendo a la crisis de salud mental que se observa en los jóvenes.



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

Uno de los puntos centrales es la cultura de la sobreprotección que, impulsada por padres e instituciones educativas, ha generado un contexto, en el que los jóvenes tienen menos oportunidades de enfrentar desafíos. Esta sobreprotección, ha ocasionado una disminución en la resiliencia, una habilidad esencial para lidiar con el estrés y las dificultades que presenta la vida cotidiana.

Por otro lado, el uso intensivo de redes sociales, ha propiciado una cultura de la comparación constante, en donde los jóvenes se sienten presionados a alcanzar estándares inalcanzables. Esta situación, ha intensificado los sentimientos de inferioridad y ansiedad, ya que las plataformas digitales, tienden a promover una imagen distorsionada de la «vida perfecta», impactando negativamente en la percepción de la realidad y, por ende, en la salud mental.

La implementación de políticas de «seguridad emocional» en las escuelas, ha llevado a la censura de ideas y debates potencialmente sensibles. Esto promueve una mentalidad víctima, que interfiere con el aprendizaje y la construcción de una identidad sólida.

El tiempo prolongado en línea, está asociado con un incremento en los problemas de salud mental. La disminución del contacto cara a cara y la dependencia de la comunicación virtual, han contribuido al aislamiento social, un factor muy relevante en la exacerbación de la ansiedad.

“El uso intensivo de redes sociales ha intensificado los sentimientos de infe-

rrioridad y ansiedad, ya que las plataformas digitales, tienden a promover una imagen distorsionada de la «vida perfecta»

Es fundamental, restaurar un equilibrio en el desarrollo de los jóvenes, propiciando ambientes donde se enfrenten a retos y experiencias, que les permitan crecer en resiliencia y autonomía. Fomentar la interacción personal y el pensamiento crítico en el ámbito educativo, también se presenta como una vía prometedora, para abordar la crisis de salud mental que afecta a esta generación.

En resumen, esta «generación ansiosa», ofrece una visión profunda y preocupante, sobre las múltiples facetas de la ansiedad en los jóvenes contemporáneos, destacando la necesidad urgente, de un enfoque equilibrado y comprensivo para enfrentar estos retos. A medida que la sociedad navega por un mundo cada vez más digitalizado y complejo, es crucial entender y abordar todos los factores, que se entran en la salud mental de las nuevas generaciones.



Sigamos volando juntos

Modalidad:
100% virtual
con clases en vivo

Tu carrera
Tu futuro



info@ude.edu.uy

- Técnico en Gerencia
- Analista en Marketing
- Analista en Recursos Humanos
- Analista en Comercio Exterior
- Analista en Marketing Digital
- Programa de Community Management
- Programa de Formación Integral para Mandos Medios
- Postgrado Ejecutivo Experto en Marketing y Dirección Comercial
- Postgrado Ejecutivo Experto en Dirección del Capital Humano
- Postgrado Ejecutivo Experto en Liderazgo y Toma de Decisiones
- Postgrado Ejecutivo Experto en Habilidades Gerenciales

EDE
ESCUELA DE
DESARROLLO EMPRESARIAL

UDE
UNIVERSIDAD DE LA EMPRESA

Modalidad: **VIRTUAL**
Inicio: **AGOSTO 2025**

BACHILLERATO POR TUTORÍAS

Si tenés materias previas
de bachillerato, esta es tu
oportunidad para terminarlo.

EduSchool



Consultas: info@eduschool.edu.uy



TU SALUD A OTRO NIVEL

LOS ESPERAMOS EN

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

☎ 2716 16 17 🌐 WWW.MEDISGROUP.UY







CASMU y 1727 emergencia

CASMU incorpora en 1727 emergencia el recurso de la consulta por videollamada

1727 EMERGENCIA, sigue liderando la transformación del sistema de salud, guiado por valores éticos, respeto, dignidad, vocación de servicio y trabajo en equipo.



Dra. Ana Cordone

Directora Emergencia móvil 1727.

En el año de su 90° aniversario, CASMU reafirma su misión de brindar una atención médica integral, eficaz y eficiente, con especial énfasis en la prevención y en las necesidades de las familias. Como empresa madre de 1727 EMERGENCIA, seguimos liderando la transformación del sistema de salud, guiados por valores éticos, respeto, dignidad, vocación de servicio y trabajo en equipo.

Hoy más que nunca, la tecnología ocupa un lugar central en nuestro modelo de atención. En este camino de evolución constante, el celular se consolida como una herramienta tecnológica clave en situaciones de emergencia, permitiendo una comunicación directa, rápida y eficaz entre el paciente, sus acompañantes y el equipo de salud.

A través del celular es posible compartir síntomas en tiempo real, recibir indicaciones precisas antes del arribo del equipo médico, transmitir imágenes o videos que ayuden en la evaluación inicial y, sobre todo, brindar contención emocional. El uso responsable de funciones como el audio y la videollamada permite minimizar riesgos, evitar complicaciones y reducir la ansiedad o el pánico en momentos críticos.

Creemos que en esta oportunidad es importante resaltar el rol del celular en las emergencias para una comunicación efectiva, compartiendo simultáneamente situaciones donde se podrán dar indicaciones de maniobras pre arribo, así como su uso responsable.

Brindar información clara, rápida y certera para transmitir cercanía y contención, así como mínimos gestos que pueden salvar la vida de su familiar o del paciente mismo.

Prevención de riesgos adicionales y minimizar la ansiedad o el pánico utilizando diversas formas como audio, videollamada con un lenguaje universal.

La comunicación efectiva fortalece la confianza, contando con un personal sanitario con capacitación continua, logrando objetivos con un uso tecnológico adecuado.

“90 años de compromiso con la salud y la innovación tecnológica”.

Como parte de nuestra visión de futuro, próximamente incorporaremos en 1727 EMERGENCIA el recurso de la consulta por videollamada. Esta innovación tec-

nológica ofrecerá beneficios concretos:

- El médico podrá observar al paciente y evaluar si se necesita atención presencial urgente.
- Permitirá el seguimiento de pacientes no críticos desde su domicilio.
- Brindará acceso a atención a distancia para personas en zonas alejadas o fuera del país.

Es fundamental recalcar que esta herramienta no sustituye la consulta presencial, sino que la complementa, ofreciendo una alternativa segura, efectiva y adaptada a los tiempos actuales.

En CASMU y 1727 emergencia creemos que la innovación tecnológica al servicio de la salud es una responsabilidad. Apostamos a la integración inteligente de recursos como el celular, no solo como un medio de contacto, sino como una pieza clave para brindar cercanía, contención y calidad asistencial cuando más se necesita.



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



Día Mundial de la Tiroides

Esta glándula puede afectar la salud integral de un individuo



Dra. Rosa Finozzi

Jefe Servicio de Endocrinología, Diabetes y Metabolismo,
CASMU IAMPP.

El Día Mundial de la Tiroides, es el 25 de mayo y se reconoce desde el 2008.

El objetivo es dar a conocer las enfermedades que afectan a la glándula tiroides y pueden tener un importante impacto en la salud de las personas a cualquier edad.

La tiroides es una glándula en forma de mariposa ubicada en el cuello. A través de la secreción de hormonas, participa en gran parte de las funciones básicas del organismo (uso de energía, mantenimiento de la temperatura corporal, funciones neurológicas, cardíacas, musculares e intestinales, entre otras). Es por ello por lo que cualquier tipo de alteración en esta glándula puede afectar la salud integral de un individuo.

La misma se puede alterar en su estructura, sea por aumento de tamaño o aparición de nódulos, o en su función, produciendo dos alteraciones hormonales diagnosticadas de forma frecuente el hipotiroidismo y hipertiroidismo, siendo el hipertiroidismo un aumento de las hormonas tiroideas, y el hipotiroidismo una disminución o déficit de estas.

A nivel de la alteración de la estructura, cabe destacar que entre un 75 % y un 80 % de los nódulos benignos no requieren tratamiento.

A su vez los tumores malignos son de comportamiento indolente y no afectan la función de la glándula ni conllevan alta mortalidad, resaltando la importancia de desmitificar el miedo asociado al diagnóstico de cáncer tiroideo.

Para el tratamiento de los nódulos tiroideos contamos en el CASMU con técnicas innovadoras disponibles, se destacan procedimientos como la ablación (o destrucción) por radiofrecuencia (RFA) y la ablación química como es la alcoholización, que permiten tratar nódulos benignos sin necesidad de cirugía.

Estas técnicas mínimamente invasivas no solo reducen el tamaño de los nódulos, sino que también eliminan la posibilidad de cicatrices visibles y dis-

minuyen el tiempo de recuperación. Siendo procedimientos que se hacen ambulatorios.

La vigilancia activa, término que se utiliza cuando realizamos seguimiento sin intervención quirúrgica de metástasis ganglionares de cáncer tiroideo, también se ha vuelto clave en el tratamiento de nódulos tiroideos pequeños malignos y de bajo riesgo.

Este enfoque permite evitar intervenciones innecesarias mediante un seguimiento riguroso y con técnicos expertos. Para los pacientes con diagnóstico incierto, las pruebas moleculares ofrecen otro avance significativo, estos análisis genéticos pueden reducir hasta un 35% las cirugías diagnósticas al estimar el riesgo de malignidad con mayor precisión.

En casos más graves, como cánceres tiroideos avanzados, las terapias neoadyuvantes con inhibidores de tirosina-kinasas están logrando resultados prometedores. Estos permiten reducir el tamaño de los tumores antes de la operación, lo cual mejora los resultados quirúrgicos y reduce los riesgos.

Para el tratamiento de los nódulos tiroideos contamos en el CASMU con técnicas innovadoras disponibles, se destacan procedimientos como la ablación (o destrucción) por radiofrecuencia (RFA) y la ablación química como es la alcoholización, que permiten tratar nódulos benignos sin necesidad de cirugía.

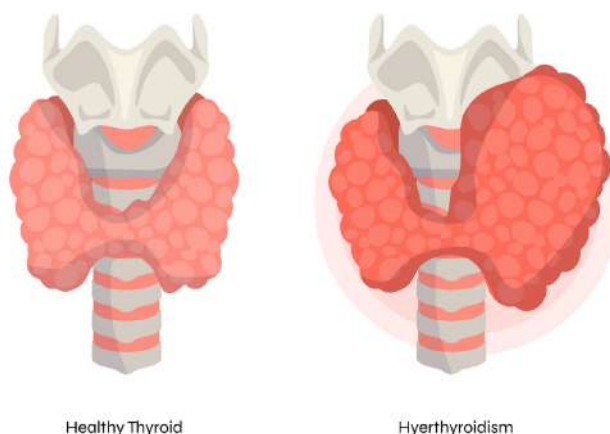
A pesar de que los nódulos tiroideos son comunes, afectando hasta el 50% de los adultos, según estudios internacionales, solo entre un 4% y un 14% resultan malignos.

En muchos casos son detectados por casualidad durante estudios médicos rutinarios o a partir de síntomas como molestias al tragar, presión en el cuello o la presencia de tumoraciones visibles.

Para estos casos, la recomendación principal de los expertos es buscar ayuda en centros especializados que ofrezcan un abanico de alternativas terapéuticas sin dejarse llevar por el temor inicial.

La importancia de un enfoque integral y multidisciplinario en el manejo de estas patologías, también se ve reflejada en la institución en la cual trabajamos, contando con un comité multidisciplinario (Comité de tumores Endocrinos) que ofrece todas las opciones terapéuticas que se utilizan en los principales centros del mundo.

Este acceso a múltiples estrategias asegura que "cada paciente reciba un tratamiento ajustado a sus necesidades", como un traje a medida.





¿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**



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