B&S BUENAS & SANAS NOTICIAS

FEDERADA SALUD
COBERTURA MÉDICA

Nº 46 | Año 12 | Mayo 2015 | Revista de distribución gratuita para los asociados de Mutual Federada "25 de Junio" S.P.R.

Los asociados y la comunidad en el centro

Federada Salud puso en funcionamiento su primer Centro de Vacunación en todo el país. También renovó el predio y las instalaciones de Federada Farmacia Rosario. Un proyecto de fuerte contenido social pensado para brindar nuevos y mejores servicios a los asociados.

SUMARIO

16 | **NOTA DE TAPA**
Mucho más que un Centro de Vacunación.

03 | EDITORIAL

04 | INSTITUCIONAL.
Federada Vida se presentó en sociedad.

06 | NOVEDADES. INSTITUCIONAL
Convenio con la Cámara Argentina de Semilleros Multiplicadores.
De recorrida por las Agencias.

07 | NOVEDADES. SERVICIOS
Nuevas prestaciones con acceso directo.
Comenzamos a entregar el Manual de Uso para Asociados.

08 | NOVEDADES. SERVICIOS
Más prestadores en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires.
Suscribite a nuestro servicio de factura por e mail.
15% de descuento en el pago de tu cuota mensual.
Pagá tu cuota en cualquier Rapipago del país solo con tu credencial.

10 | NOVEDADES. PROMOCIÓN DE LA SALUD
Asociados sanos en comunidad sana.

11 | FEDERADA TURISMO
Colombia.

12 | VERANO 2015

14 | BEBÉS FEDERADOS

20 | ECO FEDERADO
Un rayo de sol para mi provincia.

22 | ENTREVISTA
"La gente no toma conciencia de lo que es un alimento no seguro".

25 | FEDERADA AYUDA ECONÓMICA

26 | PREVENCIÓN. VACUNAS
Un hábito tan sano como el agua.

29 | FEDERADA TURISMO
El Calafate y Ushuaia.

30 | INICIATIVAS SOLIDARIAS
Una contención grande como un elefante.

33 | EL VIAJE
Ushuaia y El Calafate, el comienzo de un mundo inolvidable.

34 | CORREO

36 | FEDERADA FARMACIA

Juan Antonio Pivetta
Presidente
Mutual Federada "25 de Junio" S.P.R.

Dos concreciones pensando en los asociados y la comunidad

Los procesos de elaboración de nuevos proyectos y sus concreciones, son fundamentales para las personas e instituciones. Alimentan la vida cotidiana, generando además las fortalezas que permiten enfrentar las dificultades que puedan presentarse a diario.
El 25 de marzo tuvimos la enorme satisfacción de inaugurar nuestro primer Centro de Vacunación y la ampliación de Federada Farmacia Rosario.
En lo que respecta al Centro, es un espacio pensado para brindar un servicio con un fuerte contenido social, que también podrá ser utilizado por quienes no son asociados de Federada Salud. Inclusive, pretendemos articular con distintas instituciones públicas para trabajar en programas de prevención y planes de vacunación. Se trata de un proyecto sin la lógica del negocio, que no fue pensado en base a una cierta y determinada tasa económica de retorno. La inversión es parte del excedente que genera la mutual, que se reinvierte en nuevos y mejores servicios. Esta es la verdadera lógica del sistema mutual hacia nuestros asociados y de la responsabilidad social hacia la sociedad en general.
En forma paralela, también inauguramos la ampliación de las instalaciones de Federada Farmacia Rosario, que nos permitirá brindar una óptima atención a los asociados y mejores condiciones laborales a nuestros empleados. En este sentido, cabe recordar que cuando comenzó a funcionar este servicio complementario, allá por el año 2003, contaba con tan solo 4 empleados. Hoy tiene 27 profesionales, que atienden a no menos de 300 asociados que vienen diariamente a proveerse de medicamentos, y podemos decir con orgullo que desde nuestra farmacia en Rosario abastecemos el 80% de las necesidades de nuestros asociados en la ciudad.
Como si todo esto fuera poco, el 26 de marzo, junto con nuestros socios de la Mutua Divina Pastora de Valencia, España, hicimos la presentación institucional y empresarial de "Federada Vida, Seguros de Personas". Este nuevo emprendimiento, producto de la alianza de dos empresas de la economía social de España y Argentina para el desarrollo de un nuevo servicio en nuestro país, es el reflejo de un camino estratégico que podemos transitar las empresas no lucrativas y verdaderamente autogestionadas.
Por eso, esperamos que estas nuevas concreciones, alimenten la confianza hacia el sistema solidario que todos juntos, asociados y comunidad, debemos construir día a día.

Director General
Juan Antonio Pivetta

Registro de la propiedad intelectual en trámite. | Todos los derechos reservados. | Prohibida su reproducción total o parcial sin previa autorización.

buenasysanas@federada.com
Buenas & Sanas en internet y toda la actualidad de Federada Salud en **www.federada.com**

Sede Central: Moreno 1222/28 (2000) Rosario. Telfax: (0341) 420 8800 y rotativas.

Servicio de Atención al Asociado: **0800 888 7624**

BRINDIS. Armando Nieto Ranero y Juan Pivetta brindando por Federada Vida.

Federada Vida se presentó en sociedad

Federada Salud y Divina Pastora presentaron su nueva compañía de seguros, que pondrá a disposición de asociados y no asociados de Federada Salud de todo el país seguros de vida individuales y colectivos.

El pasado jueves 26 de marzo en la Sede Central de Federada Salud, Mutual Divina Pastora Seguros de España y Mutual Federada 25 de Junio de Argentina, presentaron Federada Vida, Seguros de Personas, compañía creada por ambas mutuales, que comenzará a operar en toda la Argentina.

En el evento estuvieron las principales autoridades de Divina Pastora y Federada Salud, quienes compartieron una cena con representantes de empresas e instituciones de todo el país y dieron a conocer este nuevo proyecto.

En este sentido, Juan Pivetta, presidente de Federada Salud, y Armando Nieto Ranero, presidente de Divina Pastora, contaron como se fue gestando la sociedad que dió origen a Federada Vida.

"Hace cinco años comenzamos nuestra relación con Divina Pastora, a quienes conocimos en un encuentro sectorial realizado en Montevideo, Uruguay. A Divina Pastora le interesaba incursionar en el sector seguros de Argentina y a nosotros dar un servicio más a nuestros asociados, para seguir estando presente en distintos momentos de su vida. Así, nos pusimos a planificar, a conocernos, tratando de compatibilizar el saber hacer que tiene Divina Pastora en materia de seguros y el nuestro en lo que se refiere a servicios de salud"- detalló Pivetta.

Federada Vida comercializará seguros de vida individuales y colectivos para asociados y no asociados

Dos mutuales con una historia similar

Con más de medio siglo de vida, y muchas cosas en común, Divina Pastora y Federada Salud, decidieron unirse en una sociedad que apunta a potenciar sus virtudes. Divina Pastora ofrece una amplia gama de coberturas que van desde vida y accidentes personales, hasta seguros del hogar, de retiro y deportivos, alcanzando a más de 460.000 asociados en toda España. Por su parte, Federada Salud ofrece cobertura médica y servicios complementarios de Farmacia, Turismo y Ayuda Económica a más de 100.000 asociados en toda la Argentina, a los que llega a través de 300 sedes en el país. Precisamente esta extensa red, será clave para hacer llegar la oferta de Federada Vida.

de Federada Salud, a través de la red de más de 300 sedes de esta última en el país.

Al respecto, Nieto Ranero, se refirió a las razones por las que Divina Pastora eligió a la Argentina y a Federada Salud para poner en marcha este proyecto.

"La Argentina es un país con un gran potencial, y el sector asegurador, que es al que nos queremos dirigir, no está tan desarrollado, por lo que entendemos que hay una gran oportunidad. Por otro lado, la elección de Federada Salud como socio en este proyecto, tiene que ver con que es una entidad muy seria, muy competente, con una cultura muy similar a la nuestra, lo que genera una relación de confianza muy intensa".

Acerca de esta compatibilidad entre Divina Pastora y Federada Salud, y la importancia de esta nueva iniciativa para los asociados de Federada Salud y las comunidades del interior del país, Pivetta afirmó: "Creemos que Federada Vida será un valor agregado, una nueva razón para que nuestros asociados se sientan protegidos. Al mismo tiempo, cualquier persona podrá acceder a Federada Vida, y llegará a un amplio abanico de localidades, poniendo a disposición de muchas familias un servicio de primer nivel. Además se trata de un proyecto de dos empresas de la economía social de dos países hermanos como Argentina y España, lo que da mayor potencial y riqueza a esta iniciativa".

Convenio con la Cámara Argentina de Semilleros Multiplicadores

La mutual firmó un convenio marco con CASEM, asociación civil sin fines de lucro integrada por un importante grupo de semilleros multiplicadores de las provincias de Santa Fe, Entre Ríos, Córdoba, Buenos Aires y Tucumán.
De esta manera, el miércoles 28 de enero en la Sede Central de Federada Salud, y con la presencia del secretario de agricultura de la provincia de Santa Fe, Luis Contigiani, se suscribió este acuerdo que permitirá a los socios de CASEM acceder a los servicios de Federada Salud, especialmente los planes de salud, pero también los servicios complementarios de Turismo y Farmacia.
El acto en el que se realizó la rúbrica del acuerdo, estuvo encabezado por el presidente de CASEM, Raúl Pagnoni, y el presidente de la Mutual Federada 25 de Junio, Juan Antonio Pivetta, y contó con la presencia de directivos de la cámara de semilleros y autoridades de la mutual.

Juan Pivetta y Raúl Pagnoni rubricando el acuerdo.

Respecto del objetivo y los alcances de este acuerdo, el presidente de CASEM afirmó: " La idea es brindar más servicios a nuestros socios y en este caso decidimos hacerlo con una entidad de prestigio como es Federada Salud, con quien trataremos de coordinar acciones conjuntas en materia de salud, turismo y seguros".

De recorrida por las Agencias

Integrantes del Consejo Directivo continúan con el cronograma de visitas a Agencias de todo el país, que tiene como objetivo fortalecer e incrementar el desarrollo institucional de la mutual en los lugares donde se encuentra presente. De esta manera, durante el mes de marzo el Secretario Leonardo Giacomozzi y el Tesorero Omar Piazzale visitaron las agencias de Alta Italia, cuya responsable es Noelia Ferrari, Embajador Martini, cuya responsable es Adriana Ontivero, Arata, a cargo de la Agente Noemí Ramello e Intendente Alvear, a cargo de Perla Meriano, todas en la provincia de La Pampa. Asimismo visitaron la Agencia Sancti Spíritu, en la provincia de Santa Fe, cuya responsable es María Virginia Mussini. En abril los Consejeros hicieron lo propio visitando la Agencia Pérez Millán, cuya responsable es Silvia Rizzi, continuaron con la de Arrecifes, cuyo responsable es Martín Ferrari y finalmente la Agencia Salto, cuya responsable es María Lina Baccinelli, todas en la Provincia de Buenos Aires.
En estos encuentros, los integrantes del Consejo Directivo recabaron las inquietudes y sugerencias de los Agentes, y transmitieron el apoyo institucional de la mutual a quienes son actores estratégicos de la misma en el interior del país.

Nuevas prestaciones con acceso directo

A fin de agilizar y simplificar el acceso de los asociados a los servicios, desde el 1 de marzo de 2015 incorporamos nuevas prestaciones al listado que incluye aquellas de uso frecuente que no requieren autorización previa de ningún tipo. De este modo, seguimos sumando beneficios a nuestros asociados, facilitando el acceso a un conjunto cada vez más amplio y diverso de prestaciones médico asistenciales, con la sola presentación de su credencial de asociado y DNI. Entre los ítems a destacar, se encuentran los tratamientos de rehabilitación, como Fisioterapia, Kinesioterapia y Fonoaudiología, entre otros. A continuación, detallamos las prestaciones que a partir de ahora no requieren autorización previa:

- Fisioterapia (*).
- Kinesioterapia (*).
- Magnetoterapia (*).
- Laserterapia antinflamatoria (*).
- Trat. Kinesico laser y/o magnetoterapia (*).
- Trat. Kines. simple (250101+ 250102) (*).
- Trat. Kines. complejo (fisio/kinesio/laser/ magneto) (*).
- Fonoaudiología (*).
- Trat. esclerosante en venas (*).
- Control nutricionista.
- Régimen individual con preparación de menú dietético.
- Videocolposcopía digitalizada.
- Ecografía obstétrica translucencia nucal.
- Ecografía obstétrica morfológica.

(*) Recordamos la importancia de llevar el control de las sesiones realizadas por cada integrante del grupo familiar a lo largo del año. En caso de utilizar sesiones excedentes al tope del plan, estas serán liquidadas junto a la cuota en forma posterior, dependiendo de la facturación del prestador.

Comenzamos a entregar el Manual de Uso para Asociados

En el mes de marzo comenzamos con la distribución del Manual de Uso para Asociados. Recordamos que el mismo contiene toda la información necesaria para que los asociados puedan resolver con total autonomía y rapidez cuestiones básicas de accesibilidad y utilización de los servicios, como es el caso de autorizaciones de prestaciones, gestión de reintegros y trámites administrativos, entre otros. Los invitamos a consultar el mismo en nuestra web.

Más prestadores en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires

Federada Salud realizó convenios con prestigiosos prestadores de esa ciudad, como el Sanatorio Finochietto, el Hospital Universitario Austral, y el Instituto Médico Halitus, por mencionar algunos. Podés consultar el detalle completo de los prestadores contratados en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, y los planes que atienden en cada caso, en la cartilla médica on line de Federada Salud, a la que podés acceder desde nuestra portada web.

Nueva Oficina de Servicios Complementarios en Venado Tuerto

Abrió sus puertas la nueva Oficina de Servicios Complementarios en Venado Tuerto, Santa Fe, que se suma a la existente en Rosario. En ella comenzó a funcionar una nueva sede de Federada Farmacia, que de esta manera llegó a su sexta farmacia en el país; y en breve lo harán Federada Turismo y Federada Ayuda Económica.

La nueva Oficina de Servicios Complementarios, ubicada en Alvear 851, a metros de la Delegación Regional Venado Tuerto, beneficiará a más de 10.000 asociados de dicha ciudad y su amplia zona de influencia, poniendo estos servicios al alcance de los mismos.

Renovamos nuestras Oficinas en Mar del Plata y La Plata

Nuestras oficinas en la ciudades de Mar del Plata y La Plata se trasladaron a nuevas direcciones, que podés consultar en nuestra web. Se trata de oficinas renovadas, que cuentan con una infraestructura de primer nivel, pensada para brindarte la mejor atención.

Oficina La Plata

Oficina Mar del Plata

Suscribite a nuestro servicio de factura por e-mail

Federada Salud pone a tu disposición el servicio de factura por e-mail para que puedas elegir como recibir tu cuota mensual. De esta manera, completando la solicitud de suscripción a este servicio en nuestra web, podés recibir el comprobante correspondiente en tu casilla de correo y elegir cualquiera de los medios de pago disponibles para abonar tu cuota. Este servicio, entró en vigencia a partir de la factura con vencimiento en el mes de abril de 2015. Ingresá en nuestra web, suscribite y ganá tiempo y comodidad.

15% de descuento en el pago de tu cuota mensual

Si tenés tarjeta **Visa de Banco Macro**, adhiriendo al débito automático tu pago mensual de la cobertura de Federada Salud, accedés a un descuento del 15% en tu cuota durante 12 meses. Este descuento tiene un tope mensual de $ 300 y validez por un año para nuevos débitos a partir del 15 de enero de 2015.
Si estás interesado, acercate a cualquiera de nuestras sedes y completá el formulario de adhesión al débito autómatico. Si no sos socio Visa Macro, comunicate al 0810 555 2355.
La bonificación se verá reflejada en el segundo o tercer resumen de cuenta que contenga el débito automático adherido. El descuento aplica por cuenta y por mes. Consultá bases, condiciones e información adicional al 0810-555-2355 o en la sucursal de Banco Macro más cercana.

Pagá tu cuota en cualquier Rapipago del país solo con tu credencial

Federada Salud suscribió un convenio con **Rapipago**, que hace posible que los asociados puedan abonar su cuota mensual sin la necesidad de presentar la factura. Para ello podés dirigirte a cualquiera de las más de 3000 sucursales de Rapipago en todo el país, informar tu número de grupo en ventanilla (*) y abonar tu factura activa, es decir aquella que no haya superado las fechas de vencimiento establecidas por Federada Salud.
(*) Informar sólo número de grupo. No mencionar el número de integrante.

Asociados sanos en comunidad sana

Federada Salud continúa con su Programa de Promoción de la Salud (PPS), que fuera relanzado durante el 2013, con motivo de su cincuentenario. De esta manera, en 2015 se desarrollará un nuevo ciclo de charlas gratuitas abiertas a la comunidad, dirigidas a niños, jóvenes y adultos. El temario de este año, incluirá problemáticas como Adicciones, Tabaquismo y Salud en la Mujer, que serán complementadas con actividades especiales en días conmemorativos, como por ejemplo el Día Mundial de la Diabetes, y recursos pedagógicos como la comedia musical Supersaludable, que trata el tema de la alimentación saludable en los más chicos. El detalle del programa será publicado y podrá ser consultado en la web de Federada Salud.

Las temáticas seleccionadas, buscan seguir aportando a la toma de conciencia sobre determinadas conductas sociales como las antes mencionadas, que junto al estrés y el sendentarismo, son las causales de aproximadamente el 40% y 50% de la mortalidad de la población, y generan un altísimo impacto debido a las secuelas y costos sanitarios que producen.

Como en otras oportunidades, el programa trabajará de manera mancomunada con organismos gubernamentales y no gubernamentales, prestadores y asociados, para seguir difundiendo el mensaje de que la buena salud de los asociados es beneficiosa para toda la comunidad.

Los números de 2014

250 Personas participaron en 3 localidades de la charla de tabaquismo.
500 Alumnos de escuelas secundarias de 3 localidades participaron de la charla de adicciones.
3.500 Alumnos de 4° y 5° grado de escuelas públicas y privadas vieron en forma gratuita la comedia musical Supersaludable.

Como actividad complementaria, el PPS apoya el "Programa Escolar Supersaludable". El mismo está a cargo de la Organización No Gubernamental Supersaludable. Gracias a este apoyo alumnos de 4° y 5° grado participan de la obra de teatro y sus docentes son capacitados en conceptos de alimentación saludable y su tratamiento en el aula.

10 Funciones en Mar del Plata.
1 Función en Balcarce.
11 Funciones en Córdoba Capital y Villa Carlos Paz.
16 Funciones en Mendoza.
32 Funciones en Rosario.

60 Funciones en total + de 50.000 chicos incluidos gratuitamente en esta actividad.

FEDERADA SALUD

FEDERADA TURISMO

COLOMBIA

Salida especial 21 de octubre

Cartagena y Baru todo incluido

- Aéreos LAN.
- Traslados.
- 3 Noches Decameron Cartagena todo incluido.
- 7 Noches Decamerón Baru todo incluido.
- Asistencia al viajero.

Tarifa por persona:
U$S 1.705 + percepción AFIP
U$S 300 + tasas, impuestos
y percepción aérea U$S 510.

Cartagena Casco Antiguo y Baru

- Aéreos LAN.
- Traslados.
- 3 Noches Urban Royal Puerta del Reloj con desayuno.
- 7 Noches Decamerón Baru todo incluido.
- Asistencia al viajero.

Tarifa por persona:
U$S 1.698 + percepción AFIP
U$S 299 + tasas, impuestos
y percepción aérea U$S 510.

Cartagena y Crucero Monarch

- Aéreos LAN.
- Traslados.
- 3 Noches Decameron Cartagena todo incluido.
- 7 Noches Crucero Monarch, Antillas y Caribe sur, cabina interna.
- Asistencia al viajero.

Tarifa por persona:
U$S 1.520 + percepción AFIP
U$S 340 + tasas, impuestos
y percepción aérea U$S 750.

Vigencia: 21 de octubre, salida especial, tarifas por persona en base doble. La opción con crucero no incluye las propinas del mismo (Aprox. U$S 100). No incluye IVA y gastos bancarios 2,8 % aprox. Gasto reserva general U$S 15. Sujeto a disponibilidad al momento de reservar.

Financiamos tu viaje a través de Ayuda Económica, un nuevo servicio para asociados, ágil, sencillo y de acceso inmediato.
Las tarifas se encuentran sujetas a reajustes. Los montos y cuotas de la financiación se encuentran sujetos a la aprobación del Departamento de Ayuda Económica.

OFICINA DE SERVICIOS COMPLEMENTARIOS
Mendoza 1950. Tel: (0341) 4409325 / 4409340 / 4476091

FEDERADA TURISMO:
Int.: 242 y 243 | 0810 888 0066 | turismo@federada.com

FEDERADA AYUDA ECONÓMICA:
Int.: 248, 249, 250 | ayudaeconomica@federada.com
www.federada.com

FEDERADA AYUDA ECONÓMICA

FEDERADA FARMACIA

ESTAMOS CUANDO NOS NECESITAS

Unas vacaciones cerca de los asociados

Con una estructura renovada y presencia en los principales centros turísticos del país, la mutual acompañó a sus asociados en sus vacaciones.

Durante los meses de enero y febrero, Federada Salud estuvo presente en el parador "Costa Bella" de Las Grutas (Río Negro), el balneario "Bacota" de Pinamar (Buenos Aires), y en la costanera de Villa Carlos Paz (Córdoba).

En estos espacios, además de contar con presencia estática, Federada Salud participó del programa "Verano en Movimiento 2015", que consiste en actividades deportivas y recreativas, como juegos familiares y para la salud. En este sentido, fueron programadas tres caminatas (marchas aeróbicas) que se realizarán en Pinamar, Las Grutas y Villa Carlos Paz, respectivamente.

En el marco de esta iniciativa, se desarrolló también el Programa "Escuela de Héroes", que parte de la idea de invitar a niños y jóvenes a convertirse en los héroes que el presente necesita: personas comunes, dispuestas a realizar esfuerzos cotidianos que garanticen un desarrollo sostenible, defendiendo nuestros derechos, cuidando nuestro ambiente y protegiendo nuestra salud.

Todas estas actividades fueron coordinadas por el Grupo Eco's, un equipo interdisciplinario sensibilizado con la problemática ambiental, grupal y comunitaria, con más de 20 años de experiencia en estas temáticas, y que cuenta con el apoyo de organizaciones como UNICEF y el Movimiento Agua y Juventud Argentina.

Además, con la presentación de la credencial de asociado de Federada Salud, los asociados recibieron distintos obsequios.

Por otro lado, desde el lunes 29 de diciembre hasta el viernes 27 de febrero de 2015 inclusive, la mutual abrió las puertas de su Oficina Pinamar, donde los asociados pudieron gestionar sus servicios y realizar consultas. Asimismo, por esos días comenzó a funcionar la nueva agencia de la mutual en La Cumbre, que se sumó a la amplia red de agencias de Federada Salud en la provincia de Córdoba.

De esta manera, Federada Salud reafirmó su compromiso con las personas que a lo largo del país eligen su cobertura.

Las caminatas saludables, un clásico de Federada Salud

El 24 enero se realizó en el Parador Bacota de Pinamar la primera caminata saludable de Federada Salud en esta localidad. Esta contó con una convocatoria de 280 participantes y más de 40 mil espectadores. Del mismo modo, el 9 y 16 de febrero en Las Grutas y Carlos Paz, respectivamente, la mutual organizó sus caminatas saludables en estos lugares. En el caso de Las Grutas, la caminata contó con la participación de más de 420 personas, entre niños, adolescentes y adultos, cifra que duplicó la de 2014. En el balneario rionegrino, los participantes partieron desde el Parador Costa Bella, y al finalizar, se realizó una clase de elongación con toma de presión y luego una clase de baile para toda la familia, junto a importantes sorteos, como premio simbólico a todos aquellos que decidieron participar de esta actividad simple y natural, que aporta muchísimo a la salud. Lo mismo ocurrió el 16 de febrero en la costanera de Villa Carlos Paz, donde se realizó una caminata a la que asistieron más de 350 personas, con la que la mutual despidió a sus asociados hasta el próximo verano.
De esta manera, Federada Salud sigue apostando a que cada vez más personas se sumen a la práctica de actividad física y adquieran hábitos saludables.

MARTINA
DE CORRAL DE BUSTOS

Me llamo Martina Aguilera. Nací el 17 de octubre de 2014 en la Clínica Integral de mi ciudad. Mis papás Lucia Fiordani y Cesar Aguilera quieren agradecer a la mutual por su servicio, y darle una sorpresa a la familia, en especial a mi abuelo Alberto que también es asociado de Federada Salud.

ZOE DE BAHÍA BLANCA

Hola. Me llamo Zoe. Nací el 30 de Julio de 2014 en Bahía Blanca. Toda la familia esta muy contenta por mi llegada y yo les brindo estas hermosas sonrisas. Gracias Federada Salud por la atención que tuvieron con mi mami cuando estaba en la panza y ahora que ya tengo 10 meses. Un beso a todos los asociados.

ANA PAULA DE ROSARIO

Mi nombre es Ana Paula Redigonda y nací el 20 de Diciembre 2014 a las 7.45 am en el Sanatorio de la Mujer de Rosario. A mi mamá Vanesa, le gustaría verme en la sección bebés federados de la próxima Revista Buenas & Sanas. Muchas Gracias.

ANA PAULA DE CASILDA

Hola. Me llamo Ana Paula Cachiarelli. Soy de Casilda, Santa Fe, y nací el 15 de julio de 2013. Mis papis Elisabet y César quieren agradecer a Federada Salud por todos los cuidados y atenciones recibidas, antes, durante y después de mi llegada. Gracias al personal de la Agencia Casilda por la calidez y el compromiso.

TIZIANO DE BERABEVU

Soy Tiziano José Nicosia y nací el 12 de mayo de 2014. Vivo con mis papas Evangelina y Humberto en la localidad de Berabevú, provincia de Santa Fe. Ellos quieren compartir con los asociados de todo el país la alegría de mi llegada. Muchas Gracias.

JOAQUÍN DE RIO CUARTO

Hola. Me llamo Joaquín y soy de Río Cuarto, provincia de Córdoba. Nací el 6 de diciembre de 2014, para alegría de mis papás Natalia y Javier. Aprovecho para saludar a los bebés federados de todo el país y agradezco a Federada Salud por estar siempre cerca mío.

PEDRO DE LAS ROSAS

Me llamo Pedro y nací en circunstancias muy especiales el 25 de enero de 2014. Por eso quiero agradecer a mis papas Maria Laura y Lisandro por traerme a esta vida y darme la posibilidad de ser muy feliz junto a ellos y toda la familia.

PAULINA DE LAS ROSAS

Hola familia Federada. Soy Paulina Maria Zampatti, y nací el 21 de febrero de 2014. Mis papas Pamela y Diego me esperaban con muchas ansias. Por eso soy una bebé hermosa y muy amada. Gracias por acompañarnos siempre.

JULIANA DE EL TREBOL

Hola. Me llamo Juliana María Perona. Soy de El Trebol, Sante Fe. Nací el 6 de marzo de 2013 en la Clínica San Rafael. Mis papas Carlos y Valeria, quieren agradecer a Federada Salud por como me cuidaron y decirles que sigan respondiendo así a todos los demás federados. Muchas gracias.

LIZ DE CHAÑAR LADEADO

Me llamo Liz Corsi y vivo en Chañar Ladeado. Mis papis se llaman Marisol y Germán. Nací el 22 de mayo de 2014 en la ciudad de Rosario y estoy muy feliz de ser asociada de Federada Salud. Mis saludos a todos los bebes federados y que tengan un excelente 2015.

QUEREMOS CONOCER A TU BEBÉ FEDERADO

Mandá una foto y una breve presentación de tu bebé a **buenasysanas@federada.com** para que podamos compartirlas con los asociados de Federada Salud de todo el país. Recordá que la imagen que nos envíes debe ser tomada con una cámara digital, en máxima calidad.

Mucho más que un Centro de Vacunación

Federada Salud renovó el predio y las instalaciones de Federada Farmacia Rosario y puso en funcionamiento su primer Centro de Vacunación en todo el país.

> Federada Salud inauguró su primer Centro de Vacunación en el país, que brindará atención a los asociados de Rosario y su amplia zona de influencia.

El nuevo Centro de Vacunación funciona desde el mes de abril en el predio de Federada Farmacia Rosario, ubicado en Moreno 1143, que duplicó su superficie, sumando también más espacios y servicios para los asociados.

Acerca de este nuevo emprendimiento, que tiene una estrecha relación con el crecimiento de la red de farmacias de Federada Salud, que actualmente cuenta con seis sucursales en todo el país, Mauricio Orsi, gerente general de Federada Salud, afirmó: " El Centro de Vacunación surge para dar respuesta a un requerimiento de los asociados, que nosotros obviamente conocíamos. Es decir, proveíamos las vacunas a

través de nuestra red de farmacias, pero no la colocación. En este sentido, el Centro de Vacunación surge de alguna manera como un servicio complementario de Federada Farmacia, que al mismo tiempo nos va a permitir mostrarnos más de cara a la comunidad".

Este nuevo servicio brindará a los asociados la posibilidad de aplicarse las vacunas incluidas en el completo Plan Materno Infantil de Federada Salud, que contempla aquellas que forman parte del Calendario Nacional de Vacunación y las adicionales a éste, pero también las vacunas para adultos, que Federada Farmacia también provée.

"Vamos a poder aplicar desde la simple vacuna antigripal hasta las vacunas más complejas, como por ejemplo la de HPV, por mencionar alguna, que proveíamos, pero no teníamos el servicio de aplicación. -detalló Renato Di Vito, jefe de Federada Farmacia-. También vamos a

Con el respaldo de Federada Farmacia

Creada en 2003 como servicio complementario de Federada Salud, y de alguna manera madre del Centro de Vacunación, Federada Farmacia pone al alcance de los asociados productos farmacéuticos y artículos de perfumería con importantes beneficios, con el sello distintivo de la atención personalizada. Además, gestiona y provee la totalidad de la medicación especial requerida por los asociados de todo el país, principalmente relacionada con tratamientos prolongados, algo muy valorado, que hace que estos mantengan una relación muy especial con ella. En este sentido, cabe destacar que el 55% del consumo en medicamentos de Federada Salud, es provisto por Federada Farmacia.

INAUGURACIÓN. El Consejo Directivo de Federada Salud brindando por el nuevo emprendimiento.

El Centro de Vacunación en dosis

- Vacunación de Plan Materno Infantil y adultos.
- Profilaxis para el viajero.
- Campañas de vacunación.
- Servicio de seguimiento y registro de vacunas, para que el asociado sepa cuando tiene que vacunarse.
- Asesoramiento en vacunación a toda la red de Federada Farmacia.

trabajar en forma conjunta con la Dirección Médica de Federada Salud, para asesorar a los asociados en el tema vacunación, como por ejemplo en la profilaxis del viajero, indicándoles qué vacunas necesitan para su viaje. Recordemos que nuestra mutual cuenta con Federada Turismo, que ofrece un amplio portfolio de servicios, que incluye salidas grupales, paquetes armados y viajes personalizados, por mencionar algunos. Por otro lado, la idea es hacer un seguimiento de todas las vacunas que se colocan, recordándoles cuando tienen que vacunarse".

"Del mismo modo, la idea es intensificar las campañas de vacunación que veníamos haciendo desde Federada Farmacia, ahora con el aval de un Centro de Vacunación detrás, lo que también nos va a permitir darle más trascendencia a estas acciones" - completó Di Vito.

El Centro de Vacunación Rosario, tiene un equipo de trabajo especializado compuesto por un Director Médico propio, farmacéuticos y enfermeros matriculados, que cuentan con la supervisión médica permanente de Federada Salud. Además, esta nueva unidad de servicios, brinda apoyo y asesoramiento en vacunación a toda la red de Federada Far-

Datos del Centro de Vacunación Rosario para agendar

Dirección: Moreno 1143 (Rosario, Santa Fe)
Horario: 08:00 a 14:00 hs.
Dirección Médica: Dra. Mónica Ramos.
Enfermera: Gloria Morel.
Administración: Carolina Cena.
Tel. 0341-4263343
vacunatoriorosario@federada.com

macia en el país.
"El Centro de Vacunación no está al lado de la farmacia por una cuestión caprichosa – destacó Di Vito- . La idea es que esto sea un formato. Farmacia mas Centro de Vacunación, y recorrer de alguna manera el proceso de Federada Farmacia. Adquirir experiencia y luego ir replicándo este servicio en los lugares donde tenemos farmacia".

Los nuevos espacios y servicios de Federada Farmacia Rosario

- Nuevo salón de 120 metros cuadrados.
- Más productos de perfumería, maquillaje y dermocosmética.
- Predio de 300 metros cuadrados con un amplio estacionamiento.

Un rayo de sol para mi provincia

Marcelo Lenzi, asociado de Federada Salud de El Trebol, fue el primer particular en proveer energía solar a la Empresa Provincial de la Energía de Santa Fé. Un emprendedor que mira al futuro con nuevos y desafiantes proyectos.

> Pese a que tiene una empresa, no se define como empresario, sino como especialista en energías renovables. Es que así ha concebido su carrera profesional el ingeniero mecánico Marcelo Lenzi. Su inquietud por la energía solar lo llevó a incurrir en una importante inversión, que, de antemano, sabía que no amortizaría, pero que sí le retribuiría con otras gratificaciones.

Marcelo nació en 1981 en la localidad de El Trébol, Santa Fe, pero el secundario y la facultad la realizó en la capital provincial. Ya en cuarto año de la carrera empezó a trabajar en Mantenimiento del diario El Litoral y cuando se recibió se volvió a mudar: esta vez a San Nicolás, donde lo esperaba una empresa de equipos de aire acondicionado central.

Allí, cuenta, "un problema recurrente era la energía que consumían los equipos", por lo que, por iniciativa propia, decidió incursionar en las energías renovables. "Empecé a leer sobre energías alternativas para tratar de reducir consumos. Empecé como autodidacta, con libros, artículos en 2006", recuerda.

Tales fueron su compromiso y entusiasmo con este tema, que en 2009 volvió a El Trébol para comenzar su carrera de profesional independiente prestando servicios de ingeniería en la industria. Al mismo tiempo, continuaba con su interés por las energías renovables, pensando en volcarlo a su trabajo cuando se diera la oportunidad. Fue así que en 2011, ya con una formación en energías alternativas, aunque autodidacta, tomó la decisión de adquirir equipos fotovoltaicos y creó la empresa MLingesol. "Pasé de la lectura a la práctica, a comercializar equipos y a tratar de vincularlo a la industria, aunque esto cuesta un poco más", indica Marcelo, quien en 2014 comenzó además la Maestría en Energía para el Desarrollo Sostenible en la UNR.

Por eso, no resulta extraño que en 2012 Marcelo se haya convertido en el primer particular en abastecer a la EPE (Empresa Provincial de la Energía), siendo al mismo tiempo consumidor de su propia generación energética.

"Un día, averiguando sobre posibles proyectos, me comentaron esta posibilidad. Llamé a la Secretaría de Energías Renovables de la Provincia, presenté un proyecto ante la EPE y me lo aprobaron. Después, hice la conexión para intercambiar energía constantemente con la red", relata Marcelo, quien explica en qué consiste el suministro: "Si estás generando más de lo que consumís, inyectás energía a la red, que la puede consumir un vecino. Y si generás menos energía de la que consumís, consumís la que generás más la que viene de la red. En teoría, es la única provincia que permite hacer esto".

El equipo de Marcelo es de 368 Watts, potencia que puede generar la misma energía que consume una heladera de 300 litros a lo largo del año. El mismo se compone de los paneles (generadores de la energía), que son nacionales, y el inversor fotovoltaico (convierte la energía continua en energía alterna), que es de origen alemán. "Generalmente, le aporto poca energía a la EPE, porque como es un equipo pequeño, la consumo toda. Yo generó aproximadamente el 15% de mi consumo y de ese 15%, le aporto solo el 15%", detalla Marcelo.

"Si estás generando más de lo que consumís, inyectás energía a la red, que la puede consumir un vecino. Y si generás menos energía de la que consumís, consumís la que generás más la que viene de la red. En teoría, es la única provincia que permite hacer esto".

Pese a la poca rentabilidad que ofrece en Argentina invertir en energías renovables, Marcelo sigue apostando a ellas, mirando al futuro con nuevos proyectos. De hecho, cuenta que en estos momentos se encuentra desarrollando un proyecto para una empresa de El Trébol que hace pasteurizadores de leche para terneros. "Hicimos un equipo, un pasteurizador híbrido, que trabaja a energía solar y gas. Es decir, economiza el consumo de gas", narra Marcelo.

Además, también quiere incursionar en la fabricación de un auto eléctrico, pero aclara: "Como son todas cosas que las hago después del trabajo, se me complica un poco. Pero como tada pasión, uno siempre saca energía de algún lugar".

ENERGÍAS RENOVABLES VS. ENERGÍAS FÓSILES.

Además de la movida de la EPE para que los particulares le suministren energía, la provincia de Santa Fe, a juicio de Marcelo, "le está dando bastante importancia, al igual que San Luis", a las energías renovables. Del mismo modo, meses atrás Santa Fe licitó su primer parque fotovoltaico, que se instalará en San Lorenzo con un presupuesto de $ 34 millones.

Pero a nivel nacional, la problemática parece no ser tratada de la misma manera, con importaciones de combustible que en 2014 rondaron los US$ 12.000 millones.

"Yo entiendo que una política del gobierno para incentivar la economía sea mantener las tarifas de energía eléctrica chatas. El tema es que eso llevó a que los generadores de energía no inviertan en energías renovables, porque la inversión en ellas te lleva más amortización que salir a comprar una turbina de gas, que la ponés en marcha en dos horas y ganás plata. Eso es lo que no está bien regulado, me parece. Frente a eso, las renovables no tienen cómo competir. No le dan la relevancia que corresponde", argumenta Marcelo.

"La energía fósil tiene que estar, se necesita, pero me parece que las renovables también deberían incrementarse en la matriz energética ", enfatiza el especialista.

"La gente no toma conciencia de lo que es un alimento no seguro"

Para el Licenciado en Nutrición, Alberto Arribas, presidente la ONG Supersaludable "El secreto y el camino más fácil es formar al consumidor para que haga una elección crítica de los alimentos".

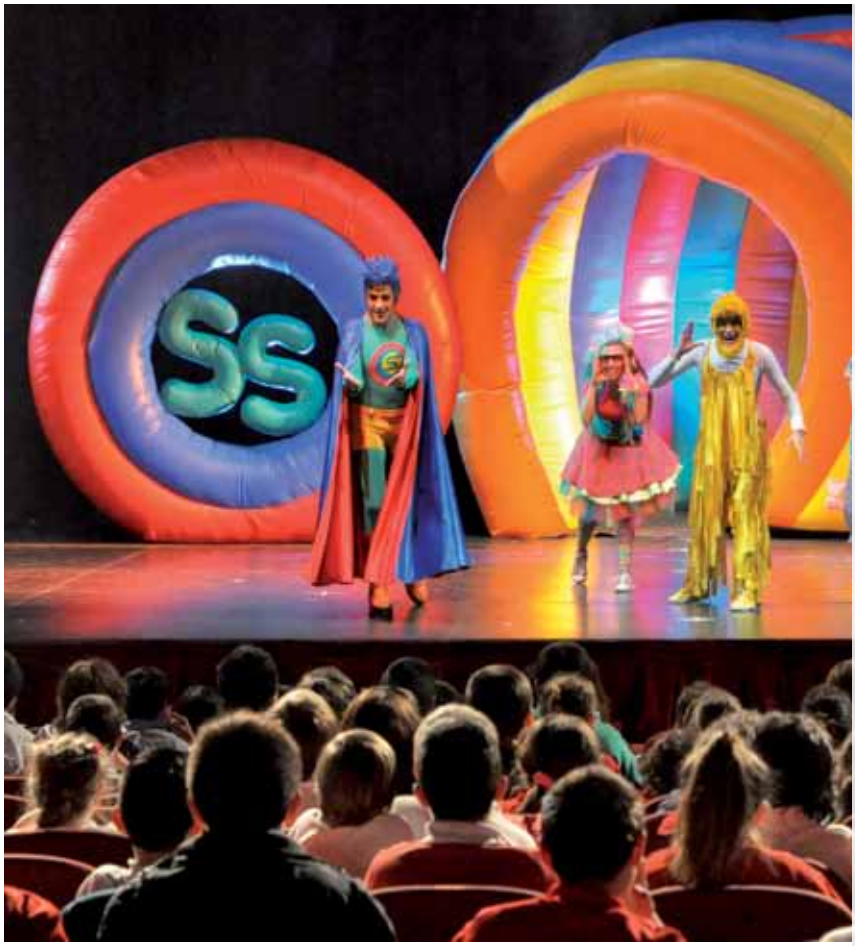
En 2015, la OMS decidió aprovechar el Día Mundial de la Salud, que se celebra cada 7 de abril, para fomentar en todo el mundo medidas destinadas a mejorar la higiene de los alimentos a lo largo de toda la cadena, es decir desde que son producidos hasta que llegan a los hogares para su consumo. Sobre como nos llevamos los Argentinos con la seguridad alimentaria, charlamos con el Licenciado en Nutrición Alberto Arribas, presidente de la ONG Supersaludable, que desarrolla distintas acciones en todo el país, dirigidas principalmente a chicos y docentes, que buscan poner el tema de la alimentación saludable en un lugar central.

¿Cuál es tu diagnóstico en lo que se refiere a higiene en los alimentos?

La inocuidad alimentaria es algo muy importante y no se trabaja fuertemente. La gente no toma conciencia de lo que es un alimento no seguro. Hay cuestiones básicas que nosotros, los nutricionistas, tenemos que empezar a educar. Yo he estado en Salta, por ejemplo, y me quedé asombrado con la falta de cuidado en los alimentos. Lo que pasa es que la gente come esos alimentos, se enferma y no registra que la enfermedad fue por esa acción de elegir un alimento contaminado. Entonces, tenemos un gran problema. Problemas intestinales, salmonellas, entre otras enfermedades… Está muy bien que la OMS dedique el Día Mundial de la Salud (7 de abril) a la inocuidad de los alimentos.

Y se me ocurre que hay medidas sencillas que una persona puede tomar en su casa ¿no?

Claro. Por ejemplo, la correcta ubicación de los alimentos en la heladera. Las verduras, que son alimentos crudos, van abajo, en un cajón, y arriba van los alimentos que mayor cantidad de frío necesitan. Pero hay que tener cuidado que un alimento crudo no gotee hacia otro cocido. Otras cosas simples: no usar la misma tabla para crudo y cocido; evitar



las tablas de madera; lavar bien.

¿Y de puertas de casa hacia afuera. Es decir, los otros actores de la cadena de producción, qué responsabilidad tienen en este tema?

Yo creo que Argentina tiene una gran falta de formación y control. Tenemos la tendencia de prohibir, pero no educamos para que eso cambie. Por ejemplo, una conducta repetitiva es romper el huevo en el mismo bowl en el que después se bate. Y ahí puede haber contaminación de salmonella. Inocuidad alimentaria es un tema que está flojo en las escuelas de cocina. Y los entes reguladores no cumplen su función como corresponde. Falta autoridad, falta fiscalizar. Yo creo que la educación es la herramienta que más sirve para efectuar un cambio. El secreto y el camino más fácil es formar al consumidor para que tenga una visión y una elección crítica.

Yendo un poco al terreno de la ciudad ¿cómo podemos saber en un bar o restaurante (además del color o el olor) que los alimentos pueden ser poco seguros?

Hay cosas que te marcan la higiene del lugar: por ejemplo, los individuales, la vajilla, la panera. Uno puede sacar una fotografía para intuir lo que pasa dentro de la cocina. Por eso, creo que se de-

Supersaludable y Federada, aliados por la salud

La ONG Supersaludable es una verdadera usina de proyectos. Actualmente trabaja en forma conjunta con la Sociedad Argentina de Pediatría en acciones para el Día Mundial de la Diabetes, tiene programas para chicos con capacidades diferentes y realiza capacitaciones para docentes en todo el país. Sin embargo, su dispositivo central es la comedia musical Infantil Supersaludable en el maravilloso mundo de los alimentos, que ya tiene más de 1.600.000 espectadores en todo el país, visitando más de ocho provincias y llegando a un total de 800 funciones. En muchos de estos lugares trabaja en forma conjunta con Federada Salud, con la que articula acciones a través del Programa de Promoción y Cuidado de la Salud de esta última. Respecto de esta relación, Arribas afirma: "Federada tiene una capacidad de recepción y dejar hacer que no se ve muy seguido. Por eso, forjamos una relación laboral excelente, donde nosotros proponemos y ellos enseguida tratan de buscar la mejor manera de que esas acciones se concreten. Son nuestros grandes acompañantes".

bería exigir que las cocinas de los restaurantes estén a la vista de los comensales.

Y nosotros como consumidores, por ejemplo, ¿respetamos la cadena de frío?

No. La gente, muchas veces, en el supermercado primero escoge determinado producto lácteo y después lo pasea por el supermercado. Debería hacerlo último para que no tomen la temperatura ambiente. No es ser absolutista, pero por lo que observo hay mucho que no se respeta y, por lo tanto, mucho por trabajar.

A veces, cuando los médicos o profesionales de la salud recomiendan hacer tal o cual cosa, en este caso sobre la seguridad de los alimentos que consumimos, la gente se excusa en la vorágine del día a día, ¿Qué podés decir al respecto?

Sí, pero hay que tener en cuenta las prioridades, donde lo más importante que tiene el que está leyendo esta nota es uno mismo. Uno puede tener más trabajo, saber inglés, saber de informática, etcétera, pero si no tengo salud, todo eso no se construye. Entonces, las cosas básicas, como descansar bien, comer bien –que no es comer caro, sino elegir más verduras, tomar más agua potable, usar menos sal- y también elegir alimentos seguros para proyectar calidad de vida, son importantes. Siempre se puede, pero para poder hay que querer, y tomar la decisión de querer ser más saludable, es mucho más difícil que simplemente tomar un alimento de la góndola.

Del supermercado a la casa

- Leer las fechas de vencimiento.
- Observar que las latas no estén abolladas ni hinchadas.
- No mezclar en la misma bolsa crudos con cocidos, quesos con carne cruda, por ejemplo.
- En casa, cocinar bien los alimentos: la carne medio cruda es un gran riesgo.
- Tener cuidado con la manipulación del huevo.
- El lavado de manos es muy importante. La materia fecal y la tierra son elementos de alto contenido de microbios.

FEDERADA SALUD

FEDERADA AYUDA ECONÓMICA

Renová tu interior

Con el préstamo de la LÍNEA PERSONAL de Federada Ayuda Económica podés concretar tu proyecto de renovar tu hogar: remodelar tu cocina, comprar muebles o electrodomésticos, decorar tu casa, entre otros.

CARACTERÍSTICAS DEL PRÉSTAMO
- Plazos desde 12 hasta 24 meses.
- Cuotas iguales, fijas y en pesos.
- Relación cuota - ingreso del 30%.
- Posibilidad de cancelación total anticipada.

MÍNIMOS REQUISITOS
- Ser Asociado y estar adherido a un plan de salud.
- Antigüedad mayor a 6 meses como asociado.
- Ser mayor de 18 años de edad.

Monto y cuotas de financiación sujetos a la aprobación del Departamento de Ayuda Económica.

Asesorate en nuestra Oficina de Servicios Complementarios, la red de más de 250 Agencias en el país y en federada.com

OFICINA DE SERVICIOS COMPLEMENTARIOS
Mendoza 1950. Tel: (0341) 4409325 / 4409340 / 4476091

FEDERADA AYUDA ECONÓMICA:
Int.: 248, 249, 250 | ayudaeconomica@federada.com
www.federada.com

FEDERADA TURISMO

FEDERADA FARMACIA

ESTAMOS CUANDO NOS NECESITAS

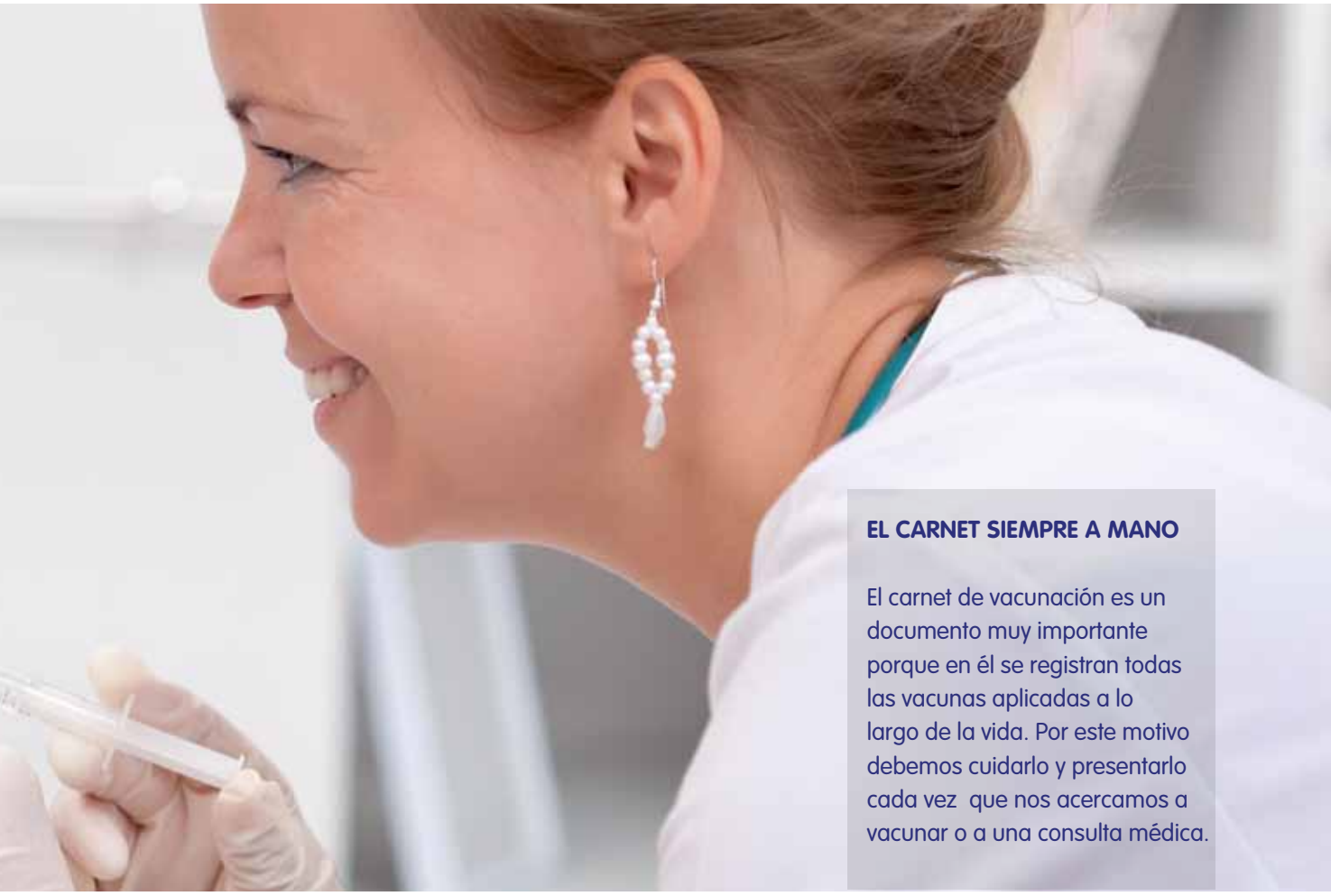
Un hábito tan sano como el agua

Las vacunas son un mecanismo para el control de muchas infecciones. Sin ellas, las epidemias causadas por muchas enfermedades prevenibles podrían reaparecer y llevar a un aumento en el número de casos por enfermedad, discapacidad y muertes.

Por Dra. Mónica Ramos (*)

De acuerdo con cifras de la Organización Mundial de la Salud, las vacunas evitan entre dos a tres millones de muertes al año al proveer protección contra enfermedades como la difteria, sarampión, neumonía, rotavirus , rubéola, tétanos y polio. Se sabe que después de la depuración del agua, no existe una intervención sanitaria de mayor impacto en prevenir la morbimortalidad que las vacunas. Además éstas son la mejor manera de prevenir las infecciones no solo en los niños, sino también en los adultos.

Las vacunas refuerzan la inmunidad, evitan adquirir enfermedades que no se tuvieron y previenen infecciones, pero la necesidad de vacunarse no termina al llegar a la edad adulta. De hecho, las vacunas continúan siendo tan importantes como cuando éramos niños vulnerables. Por eso, a lo largo de la vida adulta, necesitamos ponernos distintas vacunas para adquirir inmunidad y protegernos contra distintas enfermedades.



EL CARNET SIEMPRE A MANO

El carnet de vacunación es un documento muy importante porque en él se registran todas las vacunas aplicadas a lo largo de la vida. Por este motivo debemos cuidarlo y presentarlo cada vez que nos acercamos a vacunar o a una consulta médica.

Las vacunas específicas que un adulto necesita dependen de factores como la edad, estilo de vida, afecciones de alto riesgo, destinos y tipo de lugares a donde viaja y vacunas anteriores.

Pero nuestro involucramiento con el tema no debería terminar aquí, ya que como adultos tenemos influencia en la salud de nuestra familia y por lo tanto la responsabilidad de enseñarle a cuidarse. Por ejemplo, es importante animar a los adultos mayores de la familia a consultar con sus médicos para saber qué vacunas necesitan para protegerse contra enfermedades prevenibles, ya que las vacunas de la niñez no los protegerán por el resto de su vida.

Desde abril de este año, Federada Salud cuenta con un Centro de Vacunación propio, que ofrece la posibilidad de aplicarse vacunas obligatorias y opcionales en forma confiable y segura, según grupo etario comorbilidades. El mismo cuenta con un Director Médico propio, personal de enfermería (enfermeras matriculadas) y personal de administración acorde al servicio. También dispone de un grupo electrógeno propio, que si bien es un requerimiento de todo Centro de Vacunación, principalmente para mantener la cadena de frío de los medicamentos, va a permitir brindar energía a todo el edificio (Federada Farmacia Rosario, Administración y Centro de Vacunación), y mantenerlo siempre en funcionamiento.

De esta manera, los asociados y la comunidad disponen de un servicio y una infraestructura de primer nivel, pensados para mantener vivo este hábito que tiene un impacto concreto en la salud de las generaciones actuales y futuras.

PORCENTAJES Y COBERTURAS DE FEDERADA SALUD

Las vacunas incluidas en el Calendario Nacional de Vacunación, así como las incluidas en el Plan Materno Infantil de Federada Salud y las opcionales del mismo, cuentan con una cobertura del 100 % . El resto de las vacunas serán cubiertas de acuerdo a la cobertura en medicamentos prevista en cada plan.

ENFERMEDADES Y VACUNAS

Gripe o Influenza:
es una enfermedad viral respiratoria muy contagiosa. Por lo general, la mayoría de los afectados se recuperan en una o dos semanas sin necesidad de recibir tratamiento médico. Sin embargo, en niños pequeños, adultos mayores, embarazadas, puérperas hasta el egreso de la maternidad (si no fueron vacunadas durante el embarazo) y personas que presenten enfermedades crónicas, la infección puede conllevar graves complicaciones. Asimismo, el personal de salud puede contraer la enfermedad y contagiar a los pacientes a quienes presta cuidado. La inmunización es la principal medida de prevención.

Difteria y Tétanos:
La difteria es una enfermedad infecciosa grave que puede causar fiebre, debilidad y dificultad respiratoria. Se transmite de persona a persona, a través de las secreciones respiratorias que los pacientes infectados expulsan al toser, hablar o estornudar.
El tétanos es una enfermedad grave causada por una bacteria que se encuentra en el medio ambiente que ingresa al organismo a través de heridas contaminadas o a través de cortes o penetración de objetos oxidados.
Neumococo: Este agente es el causante frecuente de otitis media aguda y suele complicar una infección viral previa, produciendo enfermedades graves como meningitis, sepsis (infección generalizada) y neumonía, entre otras.

Herpes zóster:
El herpes zóster o culebrilla es una enfermedad causada por la reactivación del virus de la varicela zóster, el mismo que causa la varicela y permanece toda la vida en el cuerpo de quienes la tuvieron. En los individuos sanos esta enfermedad se presenta sobre todo a partir de los 50 años, y el riesgo va aumentando con la edad debido al deterioro del sistema inmunológico.
La complicación más frecuente del herpes zóster es la neuralgia posherpética, un dolor invalidante que padece 1 de cada 4 personas, que puede durar meses o varios años, después de la erupción.

VPH:
El virus del papiloma humano genital (también conocido como HPV) es la infección de transmisión sexual mas frecuente. Puede infectar las zonas genitales de hombres y mujeres, transmitiéndose por contacto genital mientras se mantienen relaciones sexuales. La vacuna es una herramienta muy eficaz que permite inmunizar contra el cáncer de cuello de útero.

Estas son sólo algunas de las vacunas ya que usted puede necesitar de otras, como las que protegen contra la hepatitis A o B, la varicela, el sarampión, las paperas y la rubéola

Bibliografía:
www.cdc.gov/especialesCDC/VacunasAdultos • www.msal.gov.ar • www.stamboulian.com.ar/
(*) Médica Infectóloga. Directora Médica Centro de Vacunación Federada Salud

FEDERADA SALUD

FEDERADA TURISMO

EL CALAFATE Y USHUAIA

SALIDA GRUPAL ACOMPAÑADA

7 Noches

Salida desde Rosario: 6 de octubre

(Fin de semana largo de octubre)

INCLUYE:

- Pasajes aéreos Rosario/ El Calafate / Ushuaia / Rosario volando por Aerolíneas Argentinas.
- Traslados Aeropuerto/ Hotel / Aeropuerto (ambos destinos).
- 4 Noches de alojamiento con desayuno en El Calafate. Hotel Calafate Parque 4 ★.
- 3 Noches de alojamiento con desayuno en Ushuaia Hotel Albatros 4 ★.
- Excursiones: Parque Nacional Los Graciares (No incluye entrada), Full Day Chalten, Parque Nacional Tierra del Fuego (No incluye entrada).

Tarifa por persona: $ 16.827 (*)
(*) Tarifa final en pesos argentinos expresada por persona en base doble sujeta a confirmación al momento de la reserva.

CUPOS LIMITADOS

Financiamos tu viaje a través de Ayuda Económica, un nuevo servicio para asociados, ágil, sencillo y de acceso inmediato.
Las tarifas se encuentran sujetas a reajustes. Los montos y cuotas de la financiación se encuentran sujetos a la aprobación del Departamento de Ayuda Económica.

OFICINA DE SERVICIOS COMPLEMENTARIOS
Mendoza 1950. Tel: (0341) 4409325 / 4409340 / 4476091

FEDERADA TURISMO:
Int.: 242 y 243 | 0810 888 0066 | turismo@federada.com

FEDERADA AYUDA ECONÓMICA:
Int.: 248, 249, 250 | ayudaeconomica@federada.com
www.federada.com

FEDERADA AYUDA ECONÓMICA

FEDERADA FARMACIA

ESTAMOS CUANDO NOS NECESITAS

Una contención grande como un elefante

Ocupa un lugar preponderante que hasta el 2011 nadie había llenado: contener y apoyar a familiares de víctimas de enfermedades terminales o graves. La historia de la Fundación Virginia Fidelli, que sueña con tener una casa propia para acompañar a más familias.

> "A las mamás que perdemos un hijo, nos quedan dos opciones: morirnos de dolor o hacer algo. Yo elegí hacer algo, empecé a trabajar en una Fundación, que, por supuesto, lleva el nombre de mi hija". Las palabras pertenecen a Graciela Spurio, presidenta de la Fundación Virginia Fidelli.

Graciela perdió a su hija en junio de 2011, luego de que a Virginia le diagnosticaran cáncer de ovario. La enfermedad no le dio ninguna oportunidad y se la llevó en apenas 10 meses, cuando sólo tenía 27 años de edad. "Cuando sucedió lo inevitable y desandé en recuerdos el camino, sentí la falta de amor, la frialdad y el poco tacto o compasión con que fui tratada yo, su madre; de parte del sistema sanitario", expresa Graciela en la Web de la Fundación.

Así fue que para la Navidad de 2011, Graciela decidió crear la Fundación Virginia Fidelli, realizando una colecta de juguetes que fue donada al Hospital de Niños Zona Norte.

"Surge en esa primera Navidad con el objetivo de acompañar a los familiares de los pacientes terminales o con enfermedades graves, que era lo que nosotros sentíamos que faltaba; no teníamos quién nos contenga, porque el enfermo está contenido por las familiares y amigos, pero su familia no tiene apoyo", subraya Corina Fidelli, hermana de Virginia y vicepresidenta de la Fundación, quien también es asociada de Federada Salud.

La Comisión Directiva la conforman nueve personas, entre familiares y amigos de Virginia. Además de su objetivo principal, de apoyo, contención y respaldo, trabajo que realiza la propia Graciela en su propia casa , la Fundación también lleva adelante colectas y campañas solidarias para ayudar a niños con enfermedades graves en varias provincias del país.

Una de sus iniciativas es el "Gini Móvil" (Gini era el apodo de Virginia). Se trata de una pequeña biblioteca móvil, que se conforma a partir de donaciones y que llega a distintos hospitales. Allí, "los chicos eligen un cuento, lo leen y lo devuelven", indica Corina.

Para este año, proyectan además realizar un encuentro abierto para dar a conocer su cometido y acciones principales, sobre todo para aquellas familias que se sientan identificadas con su cometido.

Pero el sueño primordial de Graciela y Corina es tener un lugar que funcione como sede de la Fundación, ya que hoy en día, el espacio físico de la misma es su casa. "Cuando estamos en colectas, no tenemos casi lugar. Con un lugar específico, podríamos hacer otras actividades. Por ejemplo, podría haber psicólogos", señala Corina, quien estudia justamente Psicología y anhela poder ejercer algún día en la Fundación.

Hay que tener en cuenta que la Fundación se financia únicamente con la venta, a través de Facebook, de una tacita con el logo de la misma, cuyo valor es de $60. "Con eso, hemos hecho casi todo; hemos hecho maravillas".

La Fundación lleva como logo un elefante azul, seguido del slogan "vidas felices". Consultada sobre la elección del mismo, Corina dice: "A mi hermana le gustaban los elefantes. Tenía tatuado uno con alitas en la panza, tenía peluches de elefante y elefantitos de cerámica. Es algo representativo de Virginia", una persona, según narra su hermana, que vivió con mucha alegría cada momento y con "suma entereza" la enfermedad. "Era maravillosa", afirma.

VÍAS DE COMUNICACIÓN DE LA FUNDACIÓN VIRGINIA FIDELLI
Teléfono: 0341 437 63 65
virginiafidelli.wix.com/fundacion
www.facebook.com/fundacion.virginiafidelli

UNA RED SOCIAL

Las personas que se acercan a la Fundación para hablar con Graciela generalmente acuden cuando su familiar ya falleció. "Principalmente, van las mamás; también algunas tías se contactan. Y después, se suman los hermanos, por ejemplo", relata Corina, quien apunta que "ahora, hay algunos casos de familiares que llegan durante la enfermedad".

Las familias se comunican, fundamentalmente por Facebook y luego coordinan una reunión personal. "Ahí encuentran una contención porque ven que hay personas que sienten lo mismo, que si no te pasó, es muy difícil que lo puedas sentir. Y se hace una amistad. Es ver que hay otra persona que siente lo mismo o algo similar a vos", explica Corina.

"Es lindo después ver en el Facebook cómo se van conectando entre ellas y se hacen amigas entre sí. Se forma como una red social", resalta y añade que "una chica que se curó de cáncer, se conoció con mi mamá y ahora se sumó para ayudar e ir a hablar con gente que esté mal para dar mensajes de esperanza y superación".

Tinelli y una mayor repercusión

"Me hizo llorar mucho esa mañana en mi casa porque era muy conmovedora. Una de las cosas que quedan de este año en el programa es esta historia", dijo Marcelo Tinelli en su último programa de 2011, mientras hacía alusión a la carta que le había escrito Graciela. Es que, explica Corina, "una amiga envió al diario Clarín una carta que había escrito mi mamá a Marcelo Tinelli. Ella siempre decía que le iba a decir a Tinelli cómo él nos acompañó en ese momento en el que Virginia estaba mal".

Durante varios meses de su enfermedad, Virginia, que por su medicación dormía mucho, se despertaba automáticamente a las 22.00 horas y decía `vamos a ver a Tinelli´. Con el programa, Virginia "se reía como si nada pasara", lo que para Graciela era "una fiesta", asegura ella misma en un video que realizó Showmatch y transmitió aquel día, en el que se cuenta la historia de Virgina, la carta y la Fundación.

"Pasaba un momento lindo dentro de todo lo que estábamos pasando", señala Graciela en el material audiovisual, que está subido a la web.

En aquella edición televisiva, Tinelli cuenta que vio la carta y, tras leerla, invitó a la mamá de Virginia y Corina a conocerlo detrás de cámara.

"Al otro día del programa se entregó la primera colecta de juguetes, por lo que tuvo mucho más repercusión", subraya la mayor de las Fidelli. Y en 2012, además, la pareja de María Vázquez bailó en representación de la Fundación.

Tras este acontecimiento, han llegado hasta Graciela personas tanto de varias provincias argentinas como de ciudades de otros países, como Montevideo, y le ha escrito gente de Europa y Estados Unidos. "Incluso, muchos que no tienen un familiar grave, pero que les gusta lo que hacemos", destaca Corina.

Ushuaia y El Calafate, el comienzo de un mundo inolvidable

POR BEATRIZ CROSETTI (*)

Con un grupo de amigas decidimos viajar a Ushuaia y El Calafate. Así fué que llamé a Federada Turismo, donde me ofrecieron una salida grupal, que no solo visitaba los lugares deseados, sino que además partía en avión desde Rosario. La decisión fue casi inmediata. Todas estuvimos de acuerdo. De esta manera, partimos desde el aeropuerto de Fisherton junto a un grupo de turistas de Rosario, Colón y Casilda.

Nuestra aventura comenzó en Tierra del Fuego y de la mejor manera posible. El Centro Invernal "Las Cotorras" nos recibió con un cordero patagónico al lado de un gran fogón de leños. Allí conocimos los perros que son adiestrados para llevar trinéos, y terminamos la jornada degustando un riquísimo café llamadado "del mono", en honor al dueño del lugar.

A partir de aquí esta provincia no dejó de sorprendernos. Conocimos el Lago Fagnano y el Lago Escondido, al pie de la cordillera, atravesando los Andes Fueguinos y disfrutando de paisajes maravillosos. También aprendimos sobre la vida de los Yámanas, etnia que vivió a orillas del Canal de Beagle, y dentro del Parque Nacional Tierra del Fuego visitamos Bahía La Pataia.

Cuando nuestros ojos no terminaban de bajarse de esos lugares, nos subimos al " Tren del fin del Mundo", de trocha angosta y locomotora a vapor, recorriendo un paisaje bellísimo de bosques de lengas, ñires y guindos; con el río Pipo serpenteando permanentemente nuestro recorrido, que nos llevó a la prisión bautizada con el mismo nombre.

Otro paseo fascinante, fue recorrer el Canal de Beagle y llegar al Faro de Eclaireurs, y ver las islas donde habitan lobos marinos y cormoranes.

Después de tres días en Usuahia, dejamos el Hotel Lennox, y partimos hacia el aeropuerto para viajar a El Calafate. En esta bonita ciudad ubicada a orillas del Lago Argentino, nos alojamos en el Hotel Imago, muy lindo y con una preciosa vista al lago. En las cercanías están los fantásticos glaciares, que el día siguiente fuimos a visitar.

Cuando se presentó ante nuestra vista el majestuoso glaciar Perito Moreno, la emoción fue enorme. Personalmente, no podía creer tanta belleza. De regreso, conocimos Glaciarium o Bar de Hielo, donde pasamos un momento muy divertido.

Otro paseo precioso fue el "Full Day Chaltén", en el que se recorre el camino hacia la localidad de El Chaltén. En ese trayecto, está el Volcán Fitz Roy, que en días luminosos se puede apreciar. Allí visitamos el Chorrillo del Salto, una gran cascada que, según se dice, bebiendo de su agua se rejuvenece.

Finalmente, navegamos el lago Viedma y avistamos el Glaciar que lleva el mismo nombre, con sus desprendimientos de témpanos; y en Punta Gualichu pudimos apreciar las pinturas rupestres en enormes rocas y cuevas.

Después de vivir semejante experiencia emprendimos el regreso, con el placer de saber que llegaríamos directamente a Rosario en avión.

Agradecemos a Federada Turismo que organizó este viaje inolvidable, que nos permitió conocer gente maravillosa, con la que compartimos días que nos acompañarán para siempre.

(*) Asociada de Federada Salud de Rosario, Santa Fe.

Felipe les da las gracias

Señores de Federada Salud

Allá por noviembre del 2012 nos enteramos de la feliz noticia de que íbamos a ser padres. Todo marchaba muy bien, pero el 17 de mayo de 2013, después de una eco, comenzaron algunos problemitas que culminaron con el nacimiento de nuestro hijo Felipe a las 29 semanas de gestación y con tan solo 940 gramos. A partir de ahí, todo fue bastante difícil para Feli, que estuvo 89 días internado en el Sanatorio de la Mujer.
Hoy, nuestro campeón Felipe ya tiene 20 meses y es un niño sano. Por eso damos gracias a Dios y agradecemos especialmente a Federada Salud que nos acompaño desde el primer momento y jamás nos molestó por nada.
También queremos agradecer a nuestra Agencia Bigand, especialmente a Graciela, quien fue nuestro gran respaldo durante todo ese tiempo.
Igualmente, mil gracias a Julio, Paula, Walter, enfermeras, familia y amigos por estar siempre.
Un abrazo

Juan Pablo Andreose y Yanina Giampaoli.
Asociados N° 124982. Bigand, Santa Fe.

Ver el valor de una cobertura médica

Señores de Federada Salud

Soy Soledad Novelli de Cruz Alta, Córdoba, y por este medio quería hacer llegar un agradecimiento a Federada Salud. Si bien soy joven y nunca usé mucho los servicios de la mutual, en este último tiempo me tuve que operar de la vista. La intervención consistió en la colocación de una lente intraocular, que como se deducirá, es un elemento imprescindible para realizar la cirugía y tiene un altísimo costo, que sumado al de la cirugía, hubiese sido muy difícil de afrontar de manera particular. Federada se hizo cargo de todos los estudios pre-quirúrgicos, de la operación y el mayor valor del implante que me colocaron.
Por todo ello, quería dar las gracias a Federada Salud por hacerse cargo de tan importante cirugía para mejorar notablemente mi calidad de vida, y agradecer muy especialmente a Alicia (Agente en Cruz Alta) por la predisposición que tuvo para responder todas las dudas que se me presentaban.
Ahora realmente conocí el valor de tener una cobertura médica tan prestigiosa.
Muchas Gracias

Soledad Novelli.
Asociada N° 82918. Cruz Alta, Córdoba.

Muchas gracias y hasta pronto

Señores de Federada Salud

Quiero expresar mi infinito agradecimiento a todo lo que es Mutual Federada 25 de junio.
El día 4 de febrero de 2015, por motivos económicos, tuve que solicitar la baja del servicio. Con lagrimas en los ojos firme todos los papeles y luego de firmar le pregunte a la señorita que me atendió, donde podía mandar una nota para que apareciera en la Revista Buenas & Sanas.
Quiero comentar la excelencia de todos los servicios de Federada Salud, el buen trato, la atención en todos los lugares donde me he atendido, sin pagar nunca un peso de mas, y solo presentando mi credencial, así como la rápida resolución de todas y cada una de las inquietudes, o pequeñas cosas, que resolvían al instante. En síntesis, fui tratada como en ningún otro lado y eso que pase por muchas prepagas de salud, hasta que dí con Federada gracias a mi hija que ya era asociada y me la recomendó.
Así es como se debe tratar a la gente para que una empresa sea exitosa. Espero poder volver dentro de poco, si es que este bendito país empieza a funcionar como lo hacen ustedes, con soluciones para la gente.
Cordiales saludos.

Nora Rondano.
Asociada N° 107317. Rosario, Santa Fe

El capital humano

Señores de Federada Salud

Mi nombre es Silvia Lloret y soy asociada de Federada hace ya algunos años. En este tiempo solo requerí algunas prestaciones de menor envergadura hasta que me diagnosticaron una enfermedad oncológica. Siempre fui muy bien atendida, por eso la calidez humana que he recibido durante todo mi tratamiento y su diligencia para solucionar todo lo que se presentaba, solo hace que me dirija a Uds. para agradecerles, en especial a María y Giselle de la Delegación Córdoba y a Claudia de Federada Farmacia Córdoba. Sin ellas todo hubiera sido más difícil, ese capital humano es invalorable, otra vez gracias.

Silvia Lloret.
Asociada N° 93157. Córdoba, Córdoba.

Un papá feliz

Señor Gerente General

Me dirijo a ustedes con el fin de agradecerle la rapidez y eficacia con la que trabajó su personal para el traslado de mi bebe, y la buena predisposición que mostró.
Hoy Virginia se encuentra en el Sanatorio de Niños evolucionando de a poco.
Les mando un abrazo grande. Sigan salvando gente.
Gracias federada, los saluda atentamente, un padre feliz.

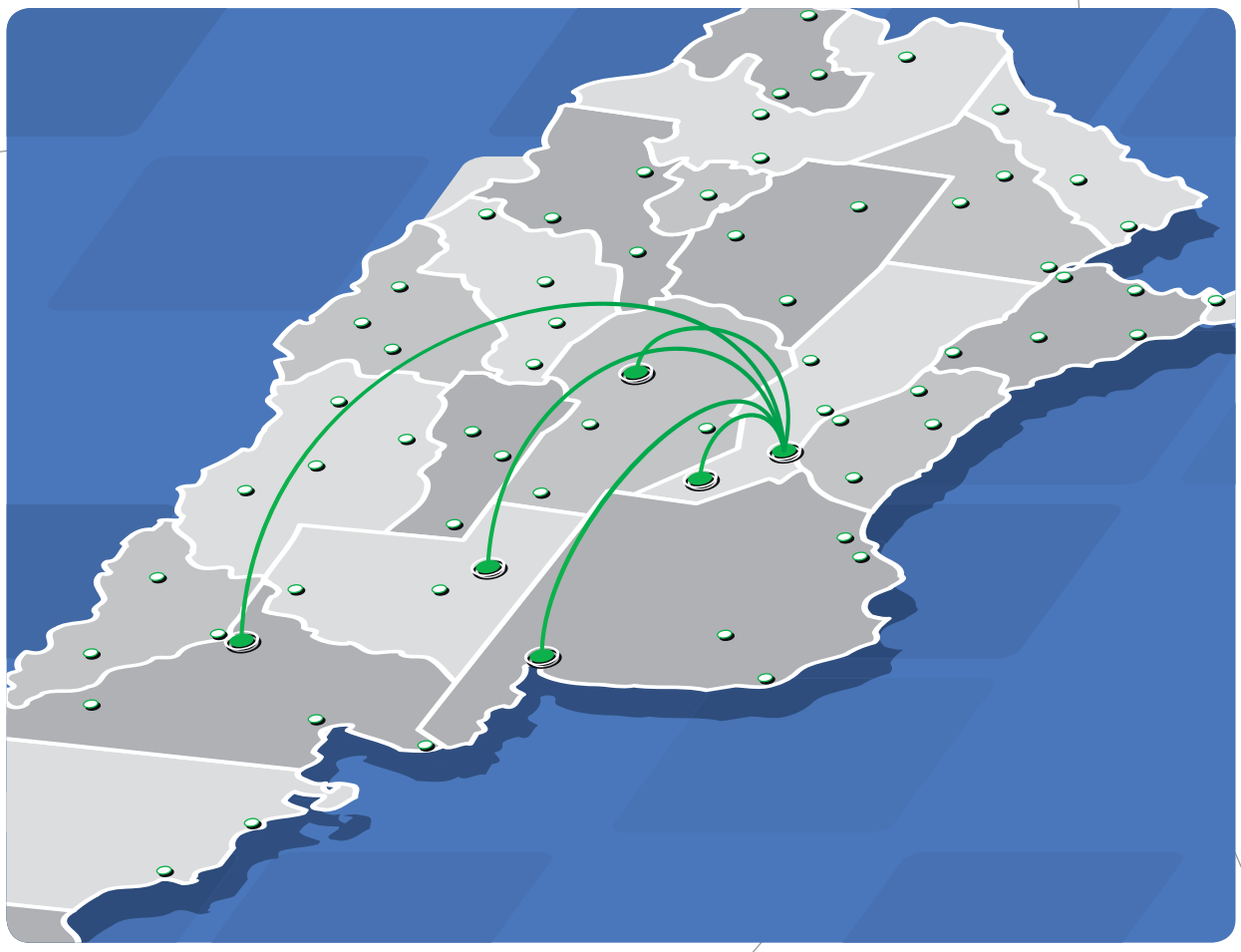
Gustavo Garavano.
Asociado N° 75193. Villa Cañás, Santa Fe.

ESCRIBINOS
Escribiendo a buenasysanas@federada.com podés contarnos tu experiencia con Federada Salud y hacernos llegar sugerencias para mejorar el servicio, que serán compartidas con el resto de los asociados en nuestra sección "Correo".
También podes sugerirnos temas para nuestra revista o enviarnos tu comentario sobre las notas que publicamos en cada número. Tu opinión nos interesa.

FEDERADA SALUD

FEDERADA FARMACIA

Una red para estar cerca tuyo



Federada Farmacia es una red que cuenta con sedes en las ciudades de Rosario, Córdoba, Cipolletti, Bahía Blanca, Santa Rosa y Venado Tuerto, que creció siguiendo el pulso de las necesidades de los asociados, y con planes de expansión hacia distintas localidades y provincias de nuestro país.

FARMACIA BAHÍA BLANCA: Avda. Colón 211.
FARMACIA CIPOLLETTI: Pacheco 280.
FARMACIA CÓRDOBA: Esquiú 501 (esq. Sarmiento).
FARMACIA ROSARIO: Moreno 1143/45 .
FARMACIA SANTA ROSA: Moreno 364/368.
FARMACIA VENADO TUERTO: Alvear 851
www.federada.com

FEDERADA AYUDA ECONÓMICA

FEDERADA TURISMO

ESTAMOS CUANDO NOS NECESITAS