



# DIBA

Dirección de  
Bienestar de la Armada



Año VIII • Diciembre de 2011

# NÚMERO 27

# AVISOS Y NOVEDADES

**Avisos  
y Novedades** p. 2-3

**Novedades  
regionales** p. 4-5

**Historias  
de vida** p. 6-8

**Especial  
Verano** p. 9-11

**Promoción  
de la salud** p. 10-12

Foto de tapa, cortesía  
de Gastón Tardeu de  
DIBA Central

## **CARTILLA MÉDICA EN ZONAS TURÍSTICAS**

Recuerde consultar sobre los prestadores DIBA que atienden en la zona donde pasará sus vacaciones.

## **VACUNA CONTRA EL VIRUS DEL PA-PILOMA HUMANO (VPH)**

Desde este año Argentina la incorporó al Calendario Nacional de Vacunación de manera gratuita y obligatoria para las niñas de 11 años.

## **BECAS SARMIENTINAS**

El 1º de diciembre comienza la inscripción a las becas Sarmientinas. Solicite la planilla de inscripción en la Delegación de su zona.

## **NOVEDADES REGIONALES**

Mejoras en el laboratorio del Hospital Naval de Buenos Aires, Nuevo servicio de emergencias en la Delegación La Plata, Nuevos prestadores y cambio de dirección de la Delegación Trelew y Gestoría Bariloche. (Más información en págs. 4 y 5.)

## **HISTORIAS DE VIDA**

Eduardo tiene 46 años, nació con escoliosis grave, una enfermedad que le dejaría marcas tanto físicas y emocionales de por vida. A los 22 años descubrieron que padecía, además, una enfermedad renal crónica que lo obligó a ser trasplantado de riñón en dos oportunidades. Conozca más sobre esta historia (Pág. 6).

**0800-444-3422 - [www.diba.org.ar](http://www.diba.org.ar)**

## Equipo

### Director:

Capitán de Navío (RS)  
Héctor Jorge ARAUJO

### Coordinadora

#### Editorial:

Lic. María Verónica  
Fernández

### Redacción:

Marianela Villagrán  
Nora Crego

### Diseño y

#### Diagramación:

Lic. Milagros Santini

Si desea hacernos  
llegar algún  
comentario puede  
escribirnos a la  
siguiente dirección de  
correo electrónico:  
[comunicacion@diba.org.ar](mailto:comunicacion@diba.org.ar)

División

Comunicación  
con el Afiliado -

Dirección de  
Bienestar  
de la Armada

# Editorial

*El Boletín que usted tiene en sus manos comenzó a editarse en el año 2004 en la División Comunicación con el Afiliado. Desde entonces, quienes somos responsables de su edición, nos enfocamos en aquellos temas que consideramos de interés general para nuestros afiliados.*

*Quienes toman contacto regularmente con esta publicación habrán notado que durante las últimas dos ediciones éste Boletín comenzó a atravesar ciertos cambios. Se trabajó desde el diseño para conseguir un formato más ameno y dinámico y se revisaron sus contenidos, con el fin de mejorar la calidad de los mismos.*

*En las primeras páginas encontrará la sección Avisos y Novedades, en la que se brinda información de interés para afiliados de todo el país. A continuación aparecen las Novedades Regionales, sección en la que se detallan las altas y bajas de prestadores o servicios locales.*

*En el centro del Boletín se ubica una nueva sección denominada Historias de Vida, la que nos acerca relatos de personas afiliadas a DIBA que pudieron superar situaciones difíciles en relación con su salud.*

*En esta edición acercamos un Especial de Vacaciones que concentra información relacionada con recreación y turismo, además de datos útiles para tener en cuenta antes de salir de vacaciones.*

*Finalmente, en la contratapa, le acercamos recomendaciones para alimentarse saludablemente durante el verano.*

*La tarea que hacemos a diario por mejorar, por mantener su interés en el Boletín requiere de su apoyo. Necesitamos conocer su opinión sobre nuestras secciones, queremos conocer qué temas desea que se aborden, cuáles son sus expectativas. Es por esto que lo invitamos a participar, acercando sus comentarios llamando al 0800-444-3422 de lunes a viernes de 8 a 16 hs. o escribiéndonos a [comunicacion@diba.org.ar](mailto:comunicacion@diba.org.ar).*

*Desde ya le agradecemos su valioso aporte.*

*División Comunicación con el Afiliado.*

[comunicacion@diba.org.ar](mailto:comunicacion@diba.org.ar)

## CARTILLA MÉDICA EN ZONAS TURÍSTICAS

DIBA pone a disposición de sus afiliados un práctico boletín que incluye el detalle de los prestadores médicos y las farmacias que atienden por la Obra Social en los principales destinos turísticos del país.



Si tiene previsto irse de vacaciones no olvide consultarlo. Puede retirarlo en las Delegaciones o Gestorías DIBA como así también puede bajarlo de la página web: [www.diba.org.ar](http://www.diba.org.ar).

## VACUNA CONTRA EL VIRUS DEL PAPILOMA HUMANO (VPH)

Desde este año Argentina la incorporó al Calendario Nacional de Vacunación de manera gratuita y obligatoria para las niñas de 11 años. La vacuna previene el cáncer de cuello de útero. Está disponible en todos los hospitales y vacunatorios públicos del país



## BECAS SARMIENTINAS

El 1° de diciembre comienza la inscripción a las becas Sarmientinas. Las mismas son otorgadas por DIBA a los afiliados que sean estudiantes de nivel secundario con promedio destacado y que sean provenientes de grupos familiares de recursos económicos limitados. Su propósito es facilitar a sus padres la adquisición de material didáctico.



Foto: Flla. de Silvana Morfondo, Paraná

### Requisitos a reunir por los postulantes:

- Ser afiliado a DIBA.
- Ser menor de 21 años de edad.
- Cursar el polimodal o nivel secundario o ESB. (cada establecimiento educativo deberá indicar claramente el nivel de estudio que el alumno cursará en el ciclo lectivo 2012)
- Tener un promedio final por materia no inferior a 7 puntos.
- No haber rendido materias en diciembre y/o marzo (independientemente de la calificación obtenida)
- No adeudar materias.
- Presentar en termino el formulario correspondiente.

Para afiliados que residan en Área Metropolitana las solicitudes serán entregadas a partir del 1° de diciembre de 2011 y hasta el 16 de marzo de 2012 en la oficina de Beneficios Sociales 3° piso Of. 135. En el interior del país el límite para entregar las solicitudes es unos días antes, consulte fecha exacta en su Delegación.

# NOVEDADES REGIONALES

## DELEGACIÓN ÁREA METROPOLITANA

### Mejoras en el laboratorio del Hospital Naval

Durante los meses de noviembre y diciembre se procedió al cambio total del instrumental bioquímico del laboratorio del Hospital Naval Pedro Mallo. Se incorporó tecnología de punta y un sistema informático de gestión integral. Ello redundará en una superior calidad de atención e importantes mejoras para los afiliados. Durante el período de reformas están restringidos los turnos del laboratorio. Sepa disculpar las molestias ocasionadas.

## CAPITAL FEDERAL

### Odontología

#### Recoleta

Se informa el fallecimiento del Odontólogo Héctor Mariotto, quien prestaba servicios para DIBA en su consultorio de Recoleta. Los afiliados podrán continuar su tratamiento con la Odontóloga Adriana Mariotto (Ecuador 1107 3ºB, Tel.: 4962-1447)

## ZONA NORTE

### Farmacias

#### Derqui

Se ha incorporado la FARMACIA RASPO ubicada en Av. de Mayo 297, Tel.:02322-48-5598.

## ZONA SUR

### Medicina Familiar

#### Monte Grande

El Dr. Alfredo NOHARA mudó su consultorio a la calle Primera Junta 155. Se mantienen los teléfonos: 4243-8876 y 4292-0211. El consultorio de Burzaco continúa en Ricardo Rojas 1047, 2º casa.

### Pediatría

#### Lanús

Se informa que el Dr. Claudio TRILLO mudó su consultorio a la calle Castro Barros 200. El teléfono continúa siendo el 4249-7996.

## DELEGACIÓN LA PLATA

### Nuevo Servicio de Emergencias Médicas

Se ha firmado un convenio con la Empresa VITTAL – (Socorro Médico Privado S.A), para atender el Servicio de EMERGENCIAS, URGENCIAS y VISITAS MEDICAS a DOMICILIO, todos los días durante las 24 horas.

Este Servicio se presta en toda el Área Geográfica de Delegación La Plata y Gestoría Verónica, reemplazando al que actualmente se venía cubriendo. Para acceder al Servicio, el Afiliado o familiar debe:

- Comunicarse con alguno de los siguientes números telefónicos:

**(0221) 410-9555 / 9867**

**(011) - 4000-8888 / 4805-4545**

- Tener a mano la Credencial DIBA.

En caso de tratarse de una Emergencia o Urgencia, el servicio será gratuito para el Afiliado, las Visitas Médicas a Domicilio tendrán un costo de \$25 en calidad de coseguro.

Los Traslados Programados tanto de corta como larga distancia deberán ser tramitados y autorizados a través de la Delegación La Plata o Gestoría Verónica.

Se recomienda a los Afiliados transcribir esta información a la pagina 3 y la 5 de la “Guía de Servicios de La Plata – 2011” recientemente distribuida, para poder acceder rápidamente a la misma en caso necesario.

### Medicina Familiar

#### Ginecología

La Dra. María de las Mercedes CHIRÓN, Médica de Familia especialista en ginecología, ha dejado de atender a Afiliados DIBA. Sus pacientes podrán solicitar turno para atenderse con los profesionales de las Clínicas y Sanatorios convenidos.

## DELEGACIÓN MAR DEL PLATA

### Mar del Plata

#### Nuevo Centro Integral de Kinesiología y Rehabilitación

Aquellos afiliados derivados por el Hospital privado de la Comunidad para la atención de kinesiología y fisioterapia podrán concurrir al Centro KREHA, Tel.: (0223) 491-4325. El mismo reemplaza al Centro Kinesport. Para su atención se deberá concurrir con la orden de la prestación médica y con el bono de \$10 cada tres sesiones.

### Miramar

Informamos que la empresa de Emergencias Médicas SEMIR, encargada de proveer bonos de atención médica en Miramar, se trasladó a la calle 34 N° 1168 entre 21 y 23, Tel.: (02291) 43-2013 / 42-3034.

### Gral Lavalle

Se incorporó la Farmacia Espinosa ubicada en Av. Mitre 957, General Lavalle, Tel.: (02252) 49-1220.

## DELEGACIÓN PARANÁ

### Odontología en Chajarí

El Odontólogo Dr. Antonio Salvador PICCONE ha dejado de prestar servicios para DIBA. Continúa atendiendo en la misma localidad el Dr. DAYDE M., H. Irigoyen 309, Tel.: (03456) 42-3720.

## DELEGACIÓN TUCUMÁN

### Farmacias

Han dejado de atender por DIBA las farmacias Por la Vida y Selecta. Los afiliados de la zona pueden concurrir a las siguientes farmacias:

Catedral, 24 de Sept. 546

La Unión, San Martín 623 PB (Centro) y 25 de Mayo 653, (Bo. Norte)

Nieves, Av. Sarmiento 525 local 3

América, Junín y Marcos Paz

América II, Av. Belgrano 2726

## DELEGACIÓN TRELEW Y GESTORÍA BARILOCHE

Recordamos que la Delegación Trelew se mudó a la calle Soberanía Nacional N° 447, Tel.: (02965) 43-1369, 42-8043 y la Gestoría Bariloche a la calle Belgrano N° 97 - PISO 3° Oficina "B", tel.: (02944) 42-4438.

### Nueva Clínica en Trelew

Informamos la incorporación de la Clínica San Miguel, ubicada en Edison N° 898 Trelew, Tel: 42-0928 / 42-8798

### Odontología

Se incorporaron las Dras. Paula Andrea y María Candela ZARO, atienden en su consultorio de la calle - Moreno N° 746, Trelew, Tel.: 430603

Se informan los cambios de dirección de los siguientes odontólogos de Trelew:

Dr. Javier LLARQUES, A.P.Bell esq. Inmigrantes, Tel.: 42-8695;

Dr. Jorge SCHEMBARI, Rivadavia y Rondeau, Tel.: 42-0741;

Dr. Raúl SONEYRA, Pecoraro 440, Tel.: 43-0603;

Dra. Alejandra ZIRONE, (odontopediatra) Rivadavia y Rondeau, Tel: 42-0741.

Se incorporó el Odontólogo Dr. GARCIA José Adrián. Atiende en su consultorio de la calle 28 de Julio 231, Puerto Madryn, Tel.: 45-5435

Los Odontólogos Dr. Osvaldo ROZA y Dra. G. ZAR de San Antonio Oeste, han dejado de atender por DIBA.

### Nueva Farmacia en Bariloche

Se incorporó la Farmacia Diagonal ubicada en Diagonal Capraro N° 1301. Bariloche, Tel 456522

## GESTORÍA SANTIAGO DEL ESTERO

### Nueva farmacia

Se informa la incorporación de una nueva farmacia: Farmacity, Peatonal Tucumán entre Salta y Jujuy, Tel.: (0385) 42-3236. Horario de atención: de 7:30 a 24 hs.

## HISTORIAS DE VIDA

# La fortaleza de Eduardo

Eduardo tiene 46 años, nació con escoliosis grave, una enfermedad que le dejaría marcas tanto físicas y emocionales de por vida. A los 22 años descubrieron que padecía, además, una enfermedad renal crónica que lo obligó a dializarse en el Hospital Naval de Buenos Aires durante prolongados lapsos de tiempo y a ser trasplantado de riñón en dos oportunidades.

La vida lo llevó a atravesar situaciones difíciles, sin embargo nunca dejó de luchar, de tener proyectos, de abrirse camino y demostrar que cuando se quiere, se puede.

**Comenzamos la entrevista preguntándole por sus trasplantes, si ellos habían sido una bisagra que marcó un vuelco en su vida, pero no fue así. Nos contó que todo empezó mucho antes, desde que era un niño, debido a que la escoliosis delinó una curva tan pronunciada en su columna que ésta pasó por debajo del omóplato haciéndolo sobresalir notoriamente de la espalda.**

El problema se ve físicamente y lo más difícil eran los chistes que hacían todos los chicos... Fue ahí que me cambió la vida, no con el trasplante. El tema del trasplante "lo manejé de taquito". A mí me decían en esa época que tenía que ir a un colegio de discapacitados si yo no quería sentirme mal por ser el diferente. Eso fue lo que me hizo fuerte. La consecuencia

es la madurez, porque empezás a aceptar tu condición, lo mejor que te puede pasar es aceptarlo rápido para poder aceptar todo lo que viene de los demás. Por esto creo que a los 15 años ya era más maduro que los chicos de mi edad. Fue ahí cuando me dejó de molestar.

**Entonces el trasplante fue sencillo para vos, ¿cómo fue ese momento?**

Yo tenía 22 años y me di cuenta que tenía presión alta. Yo no sabía lo que era la presión alta. A esa edad no vas al médico, no te haces nada. Me llevaron de la oreja al médico. Empecé así hasta que terminé internado en el Hospital Naval Pedro Mallo y el diagnóstico fue insuficiencia renal. Fue entonces que empecé las primeras diálisis. Habré estado 9 o 10 meses en diálisis y entré en lista de

espera para un trasplante. En la misma semana me tocó el riñón y me pude trasplantar. Me duró 17 años ese trasplante. Durante esos 17 años trabajé, estudié, crié a mi hijo. Tuve una vida normal.

---

**Cuando Eduardo dice “Habré estado 9 o 10 meses en diálisis y entré en lista” quiere decir que durante esos meses los médicos del Hospital Naval se ocuparon de realizar, además de la diálisis, toda clase de estudios y tratamientos que llevaron a Eduardo al estado de salud que exige ser receptor de un órgano. Incluye examen (y en caso necesario tratamiento) dental, pulmonar, cardiológico, gastrointestinal, genitourinario, psicológico e inmunológico, entre otros.**

---

#### **Sobre el trasplante continuó explicándonos:**

A mí me dejaron de funcionar los dos riñones. Siempre te trasplantan uno nada más. No quiere decir que te quitan el tuyo y te colocan otro en el mismo lugar, el riñón trasplantado va adelante. El primero siempre va del lado derecho, y hoy que tengo el segundo trasplante, lo tengo del lado izquierdo. Esta vez tampoco me tocaron ni los nativos ni el primer trasplantado. Tengo 4 riñones, dos nativos y dos extranjeros. (risas).

---

**Para llegar al segundo trasplante tuvo que someterse a diálisis 2 años dado que ese tiempo le llevó hacer todos los estudios y tratamientos para que su cuerpo esté en condiciones de ser receptor y en esa oportunidad el riñón apareció en un mes. Esto no es lo habitual, se puede decir que Eduardo tuvo mucha suerte.**

---

#### **¿Quiénes fueron tus donantes?**

En mi caso los dos riñones fueron de donante cadavérico, a través del INCUCAI. He tenido ofertas de mi familia, pero no he aceptado. El problema es mío y lo soluciono dentro de las opciones que hay. Mis hermanos y mi papá se ofrecían pero no quise. Es muy poco probable que un donante tenga complicaciones, pero yo me moriría si estoy acá y ellos en diálisis por haberme donado un riñón a mí.

Es un tema porque la oferta te tienta. No te olvides

que estando en diálisis no puedes tomar una gota de líquido. En realidad podés tomar hasta un litro. Un vaso de más que el riñón no puede procesar se te va a los pulmones y no respirás más.

Para que te des una idea, si vos te dializás por ejemplo el sábado a la mañana, la próxima diálisis es el martes entonces tenés que pasar todo el sábado, domingo, lunes y durante todo ese tiempo podés tomar no más de tres litros de líquido. Imaginate pasar veranos así. Una taza de café con leche que tomas a la mañana puede tener entre 300 o 400 ml de líquido. Esto para que te des una idea de la lucha que tenes que afrontar para llegar al trasplante.

---

**La diálisis es un proceso mediante el cual se extraen las toxinas que el riñón no elimina por sí mismo. Consiste en extraer toda la sangre del cuerpo para filtrarla a través de una máquina denominada “Riñón artificial”. Este proceso se repite varias veces por semana durante un tiempo determinado y cada sesión puede durar hasta 4 horas. Después de ser dializado, el paciente se siente débil, tembloroso, con extrema fatiga. Tiene todo el cuerpo dolorido. Esta incómoda sensación puede durar 30 minutos o entre 12 a 14 horas en disiparse.**

---

#### **¿Rescatás algo positivo de todo ese período de diálisis?**

La diálisis a mí me humanizó muchísimo. Te vulnera tanto que quedas tan sensible que realmente lográs entender el dolor de los otros. Con todo lo que me pasó en la vida, en mi cuerpo a mí no me duele nada físicamente. Sin embargo, sentimentalmente hoy yo miro una propaganda y se me caen las lágrimas.

#### **Cuáles son las cosas que más te conmueven?**

Sin dudas el nacimiento de mi hijo, Levy, fue el momento más conmovedor de mi vida. Y todo tiene que ver con él. Si tengo que hablar de algo bueno, es todo con él. El momento que me sentí pleno de felicidad fue esa mañana que lo levanté a Levy, lo vestí con el guardapolvo blanco y llevarlo

en colectivo hasta la escuela y que te diga chau desde la puerta. Después ir a buscarlo y que él te vaya contando lo que hizo.

Tengo momentos míos también, pero están en segundo plano. No sé si eso está bien o está mal, pero como te digo, mi vida pasa por él.



**Eduardo junto a su hijo Levy en su cumpleaños**

**Eduardo parece haber encontrado su oasis personal en la crianza de su hijo Levy. Con mucha**

**emoción afirmó: Levy es una de las cosas de las que estoy orgulloso.**

**La conversación fluye naturalmente. Eduardo se muestra abierto y a gusto hablando de su vida. Esto es así porque además de aceptar las dificultades de su salud, las toma como un reto, sin ampararse en ellas para justificarse sino como un desafío para seguir adelante y superándose.**

Yo podría esconderme bajo el manto del discapacitado y decir “Yo no puedo tal cosa” o “A mí me corresponde tal otra”. Pero toda la vida me manejé como si no me pasara nada. Por ejemplo, para ir y volver de diálisis me correspondía un remis de ida y otro de vuelta a casa. Yo iba y venía caminando o en subte. Y salía de diálisis hecho un papel. Y eso lo hacía adrede porque sabía que si me quedaba un rato sentado, no me levantaba más. Siempre traté de estar activo. En mi trabajo me ofrecieron jubilarme, pero no. Para mantener bien mi cabeza yo tengo que seguir trabajando.

Hoy creo que estoy a la altura de cualquiera de nosotros. Tengo donde vivir, no me falta nada, mantengo a mi hijo, nadie me ayuda económicamente. Hay muchos que son sanos y no lo logran.

### **Medicación**

A fin de evitar el rechazo del organismo hacia el órgano implantado, el paciente debe recibir medicamentos inmunosupresores para atenuar la respuesta del sistema inmune, mecanismo que tiende a destruir a todo agente extraño. El seguimiento estricto de la medicación es vital, así como los cuidados higiénico-dietéticos.

DIBA se hace cargo del 100% del valor de medicamentos inmunosupresores, de por vida en el caso de los pacientes transplantados.

### **Diálisis en vacaciones**

Si usted se encuentra en tratamiento de diálisis, al planear sus vacaciones debe comunicarse con la Delegación DIBA de su zona con suficiente anticipación (aproximadamente un mes) a fin de que se tomen las provisiones necesarias para la continuidad de su tratamiento

## ***¿Desea compartir su historia?***

*Compartir historias de recuperación brinda esperanza e inspiración a otros que están pasando experiencias similares y nos da la oportunidad de celebrar con quienes hayan superado el reto que representa una enfermedad. Si desea ser parte de esta sección y compartir su historia de vida comuníquese con nosotros escribiéndonos a [comunicacion@diba.org.ar](mailto:comunicacion@diba.org.ar) o llámenos al 0800-444-3422 de lunes a viernes de 8 a 16 hs.*

# DELEGACIONES

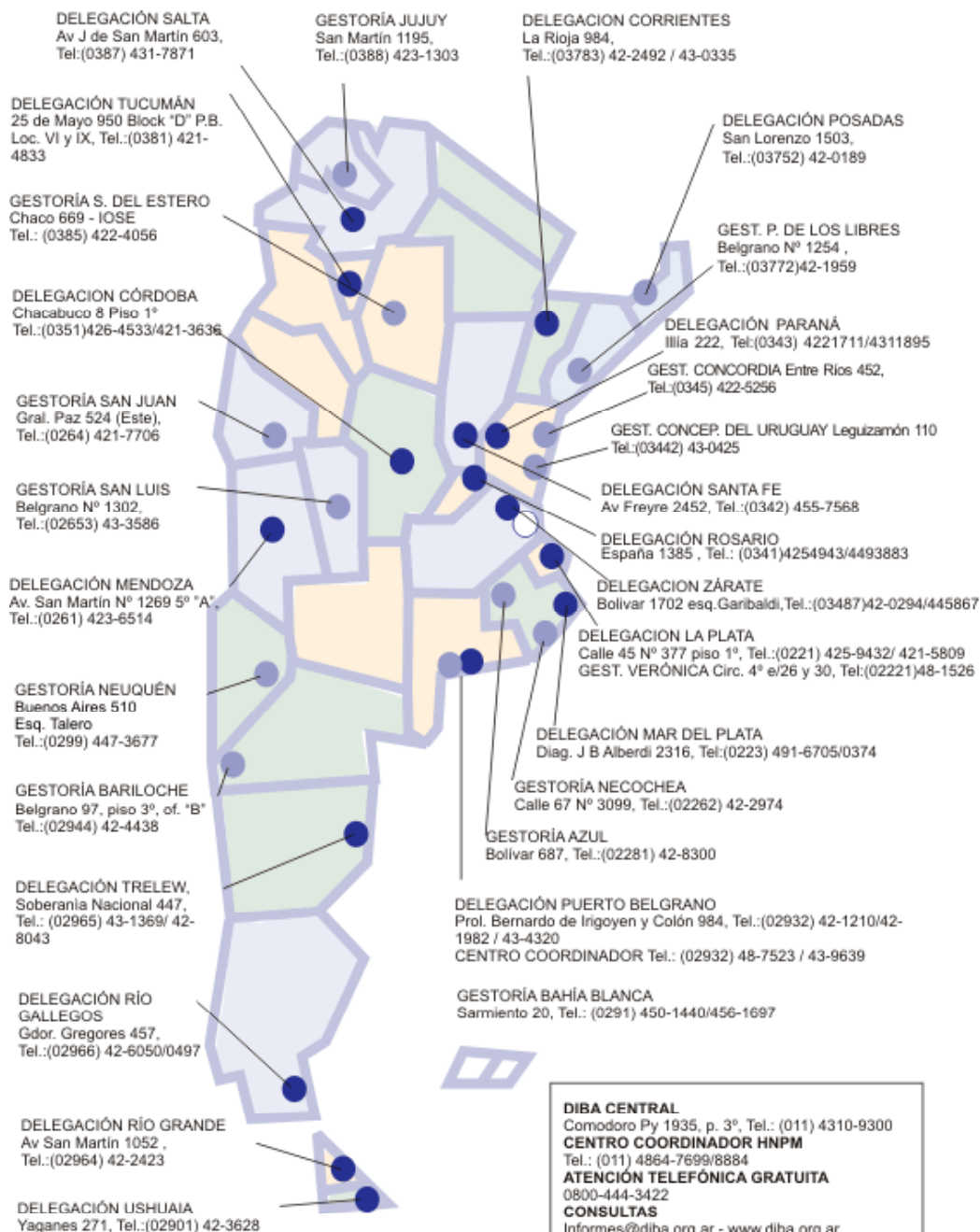




Foto: Agradecemos a la familia de Silvia-Alicia Salinas de Mar del Plata

# VERANO 2012

En esta nota le acercamos las principales opciones que le ofrece DIBA como servicios de recreación y turismo para que pueda disfrutar de un verano a pleno

## HOTELES PROPIOS

DIBA cuenta con hoteles propios y cabañas en los principales centros turísticos del país: Para conocer sus instalaciones puede ingresar a [www.diba.org.ar](http://www.diba.org.ar) y visitar la galería de fotos.

## MAR DEL PLATA

**Hotel Antártida:** Av. Luro 2156 Mar del Plata, Tel.: (0223) 491-5450 al 5454.

**Hotel Tierra del Fuego:** Entre Ríos 1525 Mar del Plata, Tel.: (0223) 491-5667 al 5669.

## BARILOCHE

**Hotel Islas Malvinas:** Av. San Martín 698 Bariloche, Río Negro. Tel.: (02944) 42-2923.

**Cabañas Islas Malvinas:** Av. Bustillo Km. 15 Bariloche, Ruta al Llao-Llao. Tel.: (02944) 42-2923.

## CÓRDOBA (VILLA DEL DIQUE)

**Parador Almirante Brown:** Ruta Provincial N° 5 Km. 106,5- V. del Dique, Córdoba. Tel.: (03546) 49-7348 / 7283.

## BUENOS AIRES

**Hotel Ushuaia:** Av. Córdoba 350 CABA, Tel.: (011) 4312-4811/18.

## HOTELES CONVENIDOS

DIBA cuenta con Hoteles convenidos en distintas localidades del país, con tarifas especiales para nuestros afiliados.

Para mayor información consulte en el Departamento Recreación y Turismo de lunes a viernes de 8 a 14 hs. al 4310-9310/ 9312, ingresando a la página web: [www.diba.org.ar](http://www.diba.org.ar) o por mail a [turismo@diba.org.ar](mailto:turismo@diba.org.ar) u [hoteles@diba.org.ar](mailto:hoteles@diba.org.ar)

## COMPRA DE PASAJES

DIBA ha realizado convenios con empresas de transporte para brindar descuento en pasajes adquiridos en DIBA Central.

Consulte empresas y destinos comunicándose al Departamento Recreación y Turismo de lunes a viernes de 8 a 14 hs. al 4310-9310/ 9312

**Colonia Express:** DIBA realizó un convenio con la empresa Colonia Express, que ofrece a los afiliados 10% de descuento sobre el precio de los pasajes a Uruguay y 8% en Hoteles, Cabañas y centros recreativos que trabajen con la empresa. Para obtener más información puede ingresar a [www.coloniaexpress.com](http://www.coloniaexpress.com).

## OTROS CONVENIOS

### Mundo Marino y Termas - San Clemente del Tuyú

Los afiliados DIBA tendrán un 30% de descuento en la entrada al Parque Mundo Marino, y podrán ingresar sin cargo a las Termas Marinas San Clemente del Tuyú. Para más información puede llamar al Tel.: (011) 4325-2900.



Consulte por otros convenios de recreación llamando a su Delegación o al 0800-444-3422

## ATENCIÓN MÉDICA EN VACACIONES

La atención médica de los afiliados en tránsito contempla las emergencias y urgencias. Para ello debe acercarse a la guardia convenida con un bono rojo, la credencial DIBA y un documento.

Recuerde que ante cualquier duda con respecto a la atención médica puede comunicarse con la Delegación DIBA de esa zona (ver mapa de Delegaciones en pág. 9) o puede llamar al 0800-444-3422 .

## REINTEGRO DE MEDICAMENTOS

Si estando de vacaciones necesita adquirir un medicamento y en el lugar no hay farmacias convenidas, o en caso de que los medicamentos deban ser comprados por razones de urgencia en días u horarios fuera de la atención de la farmacia, podrá manejarse mediante el sistema de reintegro. Éste contempla el descuento del 50% del costo en medicamentos del Vademécum DIBA.

Para obtener un reintegro deberá conservar la receta reglamentaria, los troqueles correspondientes a los medicamentos adquiridos, la factura o ticket del gasto y el motivo que justifica el pedido de reintegro firmado por el afiliado que requirió esa excepción.

No olvide que el medicamento debe estar recetado por monodroga, en la receta debe constar el diagnóstico.

## RECOMENDACIONES

Si esta pensando salir de vacaciones aquí incluimos algunos consejos

- Lleve su credencial DIBA actualizada y la de cada integrante de su grupo familiar. Recuerde también llevar documento.
- Infórmese sobre los prestadores DIBA de su lugar de vacaciones.
- Agende el teléfono de la Gestoría o Delegación de la zona.
- En todo el país se utilizan los mismos bonos. Lleve los bonos a la zona que visite, o adquiéralos en la Delegación local de DIBA o de la Prefectura.
- Lleve recetario DIBA por si necesita que le prescriban medicamentos. Recuerde que, aunque no haya prestadores en la zona que visita, los medicamentos deben estar indicados en receta DIBA para poder solicitar posteriormente reintegro.
- Si tiene dudas con respecto a si un medicamento figura en el vademecum recuerde que puede consultar gratuitamente al 0800-444-3422 o ingresar [www.diba.org.ar](http://www.diba.org.ar) para verificar
- Si necesita tomar medicación en forma periódica, tome las medidas necesarias para viajar con la medicación. Evite las dificultades que puede tener para conseguirla en su lugar de vacaciones.

## ASISTENCIA AL VIAJERO EN EL EXTERIOR

Como la cobertura de DIBA es dentro del territorio nacional, para aquellos que viajan al exterior DIBA realizó convenio con empresas que ofrecen este servicio con descuento

### Sociedad Militar Seguro de Vida

10% de descuento en la contratación de Tarjeta de Asistencia al viajero. [www.smsv.com.ar](http://www.smsv.com.ar)

### Cardinal Seguros Integrales S. A.

20% de descuento en la compra de coberturas internacionales. [www.cardinalassistance.com](http://www.cardinalassistance.com)



**Este verano...**  
**¿Qué vas a preparar de rico  
y saludable?**

*¿Sabías que el  
consumo diario de  
frutas y hortalizas  
disminuye el  
riesgo de*

- tener **Obesidad?**
- tener **Diabetes?**
- **contraer Cáncer de Colon?**
- **padecer Enfermedades Cardiovasculares?**
- **padecer Constipación?**

**Te recomendamos:**

*Cada día consumir 2 porciones de frutas y 3 porciones de hortalizas*



**LAS FRUTAS Y HORTALIZAS DE ESTACIÓN ADEMÁS SON MÁS  
FRESCAS Y ECONÓMICAS**

**FRUTAS:** Ciruelas, Sandías, Uvas. **VERDURAS Y HORTALIZAS:** Tomate,  
Calabaza, Zapallitos, Berenjenas

0800 222 1002  
www.msa.gov.ar



Provincia Nacional de  
Mercado Frutero y  
de Hortalizas Argentinas



0800 444 3422  
www.diba.org.ar  
ARGENTINA



Ministerio de  
Salud  
Provincia de la Nación