

Programa de Gestión de Recetas para pacientes con Enfermedades Crónicas de SUTEBA

Con la finalidad de modificar el escenario de gestión mensual de recetas del coseguro por parte de los afiliados en los Centros de Salud de SUTEBA, en el 2008 iniciamos un nuevo modelo de gestión de prescripciones destinado a los afiliados con Patologías Crónicas.

El nuevo circuito es el siguiente:

- El médico empadrona a los afiliados portadores de alguna de las patologías, crónicas completando una ficha destinada para tal fin.
- La/el enfermera/o ingresa los datos en una base y emite una credencial al paciente que se encuentra bajo programa en el Centro de Salud.
- El paciente concurre en forma trimestral a la consulta con el profesional en la cual el médico realiza el control por la patología y confecciona las recetas por 3 meses (a menos que por indicación médica deba concurrir con mayor frecuencia).

La consulta trimestral consiste en un turno preferencial de 30 minutos por lo que es importante que el afiliado avise a las admisoras en el momento de solicitar un turno de control por su patología crónica, que se encuentra empadronado en el Programa de Gestión de Recetas.

Para cualquier otra consulta no relacionada con su patología crónica el afiliado podrá solicitar un turno común. En esta primera etapa se incluyeron 36 patologías crónicas, entre ellas la diabetes, que requieren de modo permanente y/o recurrente de medicamentos de uso normatizado. Asegurar el acceso oportuno y permanente a estos tratamientos deviene en mejor calidad de vida para el afiliado.

ACERCATE A NUESTRAS SECCIONALES o CENTROS DE SALUD PARA RECIBIR ASESORAMIENTO, ATENCIÓN O CONSULTÁ CON TU MÉDICO DE CABECERA.

NUESTROS CENTROS DE SALUD

"1° de Junio" - MORÓN
Rep. O. del Uruguay 47 - Tel. 4628-7337/6240

"1° de Mayo" - LA MATANZA
Paraguay 2565 - Tel. 4484-9988/4651-7214

"Eduardo Requena" - MERLO
1° de Mayo 252 - Tel. (0220) 483-2662

"María C. Cournou" - MORENO
Dorrego 2766 - Tel. (0237) 4635110

"Susana Pertierra" - SAN MIGUEL
Peluso 1331 - Tel. 4667-2898

"Isauro Arancibia" - SAN MARTIN
Sarmiento 1936 - Tel. 4755-7275

"Azucena Villafior" - AVELLANEDA
Mitre 1340 - Tel. 4222-9129

"Carlos Casinelli" - LANUS
Ituzaingo 1518 - Tel. 4241-0749

"Marina Vilte" - LOMAS DE ZAMORA
Belgrano 80 - Tel. 4244-7828

"Germán Abdala" - QUILMES
Humberto Primo 361 - Tel. 4254-2380

"Paulo Freire" - FCIO. VARELA
Belgrano 442 - Tel. 4237-0888

"Mario Bornio" - OLIVOS
Córdoba 2485 - Tel. 4711-1200

"Carlos Mugica" - SAN ISIDRO
Alsina 380 - Tel. 4732-2851

"23 de Mayo" - SAN FERNANDO
3 de febrero 3196 - Tel. 4725-4182

"María Esther Albano" - GRAL. PACHECO
Hipólito Irigoyen 912 - Tel. 4740-6082

"Eva Perón" - MAR DEL PLATA
Catamarca 2166 - Tel. (0223) 491-5727

"Malvinas Argentina" - BAHIA BLANCA
Caronti 126 - Tel. (0291) 455-1655

SUTEBA
Secretaría de Salud

mail: direcciondesalud@suteba.org.ar - web: www.suteba.org.ar
Piedras 740 - Ciudad de Buenos Aires - Tel: (011) 4361-6647

CTERA CTA



DIABETES

La epidemia del siglo XXI

En el mundo la padecen 240 millones de personas. Sólo en Argentina hay más de dos millones y medio de diabéticos, pero un alto porcentaje de la población no lo sabe, ya que en la mayoría de los casos la enfermedad es asintomática y silenciosa. Es fundamental detectarla lo antes posible. Obtener un diagnóstico precoz y llevar adelante un tratamiento adecuado permite controlar la enfermedad, mejorar la calidad de vida y prevenir las complicaciones derivadas de la misma: ceguera, insuficiencia renal e infartos.

SUTEBA cuenta con el Programa Integral de Patologías Crónicas cuyo modelo de gestión de recetas le permite al afiliado tener el 100 % de cobertura en medicamentos. Además, los pacientes diabéticos se pueden realizar controles clínicos programados y recibir información y consejería.

Nuestro sindicato instrumenta el Programa de Atención del Adulto Sano un espacio de promoción y detección precoz de problemas de salud, donde los beneficiarios se pueden realizar controles periódicos y prácticas preventivas, más la orientación y/o derivación a otros niveles de atención.

"Este material incluye información específica para los docentes, como así también información de interés para toda la comunidad".

SUTEBA
Secretaría de Salud

LA SALUD TAMBIÉN ES AGENDA PARITARIA

Licencia para realización de exámenes médicos preventivos.

Acuerdo Paritario del 06-10-09

La diabetes es pasible de prevención secundaria, ya que un diagnóstico precoz y un tratamiento oportuno, pueden aportar a mejorar la calidad de vida de la persona diabética, evitando complicaciones que esta enfermedad presenta librada a su evolución. Es conveniente practicar una prueba de tamizaje para diabetes cada tres años en las personas mayores de 45 años y anualmente en quienes presenten factores de riesgo, como sobrepeso u obesidad, familiares diabéticos, hijos que al nacer pesaron más de 4 kg, enfermedad coronaria, hipertensión arterial, dislipemia, alteración previa de la glucemia. **Esta pesquisa puede realizarse en el contexto del control de salud, y para la realización los docentes tienen el derecho de hacer uso de esta conquista paritaria.**

Licencia por enfermedades crónicas

Acuerdo Paritario del 28-02-08

Tienen derecho a esta licencia quienes teniendo una enfermedad crónica atraviesan una etapa de disminución de la capacidad laborativa. En este estadio la diabetes se encuadra dentro de las enfermedades metabólicas con afección sistémica con insuficiencia de órganos y sentidos (ver listado de enfermedades crónicas art.114.a.2.8)

LA PARITARIA constituye un paso fundamental en la consolidación de nuestra fuerza como trabajadores y en la concreción de una herramienta que nos es indispensable para poder discutir nuestros puestos de trabajo y para la conquista de todas las condiciones laborales que merecemos.

Salud y derechos laborales van de la mano.

¿QUÉ ES LA DIABETES?

Es una enfermedad muy frecuente que se diagnostica midiendo la glucosa en sangre. Se calcula que la padece el 7% de la población en nuestro país. **Hay muchos diabéticos que no saben que lo son por falta de controles.** Al ser una enfermedad silenciosa, **durante años no sentimos síntomas**, sin embargo va, de a poco, produciendo daño a nuestro cuerpo, obstruyendo sus arterias. Por tal motivo, **es fundamental detectar la enfermedad y sólo basta con la realización de un chequeo de sangre en ayunas, en especial las personas que presentan factores de riesgo.**

¿Cuales son los grupos de personas más vulnerables?

Los que tienen mayor riesgo de contraer la enfermedad son las personas que tienen familiares de primer grado con diabetes (alguno de los padres o hermanos)

- Sufren obesidad o tienen sobrepeso
- Tienen más de 45 años de edad
- Padece de hipertensión arterial o tienen colesterol en sangre
- Las mujeres con antecedentes de diabetes gestacional o en caso de haber tenido un hijo con un peso superior a los cuatro kilos y medio.

¿Cuales son las complicaciones que produce esta enfermedad?

Al obstruir las arterias que se distribuyen en todo el cuerpo, la diabetes afecta al organismo en general, pero provoca daños más importantes en el corazón y en el cerebro produciendo infartos; en los ojos produciendo cataratas, afección de la retina y ceguera; afectando la circulación de las piernas provocando calambres, puntadas, varices e infecciones y también a nivel de los riñones generando insuficiencia renal.

¿Cómo reconocemos los primeros síntomas de un diabético?

No siempre son evidentes. En muchos casos la persona no presenta síntomas y un gran porcentaje de la población puede padecer la enfermedad y no saberlo. Algunos de los síntomas son:

- Sed y hambre intensos
- Ganas de orinar con frecuencia
- Piel seca y con comezón
- Infecciones frecuentes o recurrentes en la piel, las encías, la vejiga o vaginales
- Hormigueo o adormecimiento de manos y pies
- Visión borrosa
- Pérdida de peso sin razón

¿Cuales son los factores de riesgo cardiovascular que es la principal causa de muerte en nuestro país?

Aparte de la diabetes, se le agregan el tabaquismo, el colesterol alto, la hipertensión arterial, ser familiar directo de un paciente con infarto, como las más importantes, y también son factores de riesgo el sobrepeso y la obesidad, la postmenopausia y el sedentarismo. La sumatoria de dos o más de estos factores provoca complicaciones más rápidas y más graves.

¿Cómo prevenir la diabetes?

- Evitar el sedentarismo.
- Realizar actividad física.
- Caminar 30 minutos diarios ayuda a la prevención.
- Llevar adelante una dieta saludable.
- Conseguir y/o mantener un peso adecuado.

¿Qué tiene que hacer el paciente diabético?

Al tratarse de una enfermedad crónica, el paciente tiene que estar bien informado, tiene que saber reconocer los síntomas de baja o alta azúcar en sangre, tiene que saber controlarse solo y, sobre todo, tiene que asumir la enfermedad, aprender a convivir con ella sin negarla. Respetando algunas pautas el paciente diabético puede llevar una vida normal, de buena calidad en los ámbitos laboral, familiar y social.

¿Cuales son las medidas más importantes cuando ya esta el diagnóstico?

Saber que no hay alimentos prohibidos pero sí alimentos que hay que comer de vez en cuando y en pequeñas cantidades. El diabético puede comer de todo, la clave está en la cantidad que se ingiere y en evitar los dulces. Hay una regla útil para los pacientes "COLAMI", que significa Coma La Mitad. Para ello, es bueno servirse la comida en plato de postre. Junto con la dieta y el peso adecuado, la actividad física es fundamental (caminar, correr, nadar, andar en bicicleta, hacer gimnasia, bailar, hacer trabajos de jardinería). Hay que cumplir también con el tratamiento médico, ya sea comprimidos o inyectable. **Todos los pacientes diabéticos deberían realizar actividad física.**

A la hora del ejercicio físico...

Se aconseja tener precaución en pacientes con pobre control de sus glucemias, incapaces de prevenir la hipoglucemia cuando se efectúan ejercicios intensos o prolongados, pacientes con retinopatía proliferativa, neuropatía y arterioesclerosis de miembros inferiores. Se recomienda bicicleta o natación para pacientes con neuropatía, y caminatas, jogging o bicicleta para hipertensos. Es muy importante que el paciente diabético lleve una carta de identificación de diabetes, debe estar alerta a signos de hipoglucemia durante y después de la actividad física, tener siempre caramelos a mano para utilizarlos en caso de hipoglucemia, evitar la deshidratación tomando fluidos extra cuando realizan ejercicios intensos o hace calor.

No es un tratamiento sino un cambio de hábitos

Es importante no pensar el tratamiento del diabético como una restricción sino incorporar la idea de un cambio de hábitos de vida. Y consiste en pasar de una vida sedentaria a una con actividad física como práctica de rutina y, de la ingesta de alimentos ricos en grasas y calorías a la adecuada cantidad de calorías según el peso con la elección de alimentos más convenientes. El paciente debe comprender que estas modificaciones no dan resultados en una semana, sino que los efectos beneficiosos comienzan a evidenciarse a largo plazo.