



BOLETIN

Publicación de la Sociedad de Medicina Rural del Neuquén

BUENO, ¿Y POR QUÉ EN ESTE AÑO QUE VIENE NO INICIAMOS DE UNA BUENA VEZ LA TAN POSTERGADA CONSTRUCCIÓN DE UN MUNDO MEJOR? ¿EH?



¿O ALGÚN ZANAHORIA NOS PERDIÓ LOS PLANOS?



MAFALDA Y SUS AMIGOS, DE JOAQUÍN LAVADO «QUINO»

"20 de Noviembre"

DECLARACIÓN DE LOS DERECHOS DEL NIÑO

Octubre de 2002 - Nro.115

Sociedad de Medicina Rural de la Provincia del Neuquén
Pasaje Los Claveles 295 - B° Alta Barba (8300) Neuquén Capital
Tel/Fax: (0299) 433-1723 - E-mail: smr@neuquen.com.ar

● COMISIÓN DIRECTIVA

PRESIDENTE

● *LUIS DELUPI*

SECRETARIO

● *JOSÉ M. TAPPA*

TESORERO

● *DANIEL FEDELE*

DIRECTORA PRENSA Y DIFUSIÓN

● *DORIS CASANAVE*

DIRECTOR DE LA REVISTA

● *GUSTAVO COATZ ROMER*

DIRECTORA DOCENCIA E INVESTIGACIÓN

● *VACANTE*

VOCAL ZONA METROPOLITANA

● *ENRIQUE OLARTE*

VOCAL ZONA I

● *FABIO FORTUNA*

VOCAL ZONA II

● *ADRIANA MARCUS*

SUPLENTE:

● *ALICIA NIEMETZ*

VOCAL ZONA III

● *EUGENIO PALERO*

VOCAL ZONA IV

● *GERMÁN SARMIENTO*

SUPLENTE:

● *PABLO OLMEDA*

SUBCOMISIÓN LACTANCIA MATERNA

● *ALEJANDRA MERCADO*

SUBCOMISIÓN CASA ZAPALA

● *RUBÉN MONSALVO*

● *ADRIANA MARCUS*

SUBCOMISIÓN FAMFyG

● *GUILLERMO DE HOYOS*

● *ESTEBAN MANGO*

CONTENIDO

Editorial Pág.03

Información Institucional Pág.04

Información General

— *Discurso Dra. Roses como
Directora de OPS* Pág.05

— *Informe sobre Semana Internac.
de la Lactancia Materna* Pág.07

— *Declaración de los derechos
de los niños* Pág.08

— *Día Internacional de la
Erradicación de la Pobreza* Pág.10

**Los Residentes en MR
Medicina Ayurvédica y su
aplicación en la APS** Pág.12

La Sociedad en el Recuerdo Pág.15

Correo de Lectores Pág.16

Agenda Pág.17

Varios Pág.18/20

Diseño y Diagramación
GESTALT Diseño Gráfico Tel. (0299) 155082568
Neuquén - E.mail: gestalt@arnet.com.ar

Editorial

Después de algunos meses de formar parte de esta comisión, quería referirme sintéticamente a lo vivido en este corto período. Nuestra primera experiencia fue comenzar a conocernos, y a enfrentar los temas cotidianos de la sociedad que en un principio parecían interminables, pero como en toda nueva experiencia, nos fuimos adaptando a la dinámica.

Una de las dificultades que afrontamos durante estos meses fue la imposibilidad, por cuestiones personales, de la Dra. Ethel Sabadín de seguir en la comisión. Estamos definiendo la incorporación de un nuevo integrante a través de las vocalías.

Se han realizado asambleas zonales, para la constitución formal de las respectivas vocalías, aunque la participación no ha sido masiva, en cada una de ellas se ha ido sumando gente interesada en trabajar en este espacio que la sociedad brinda. Creemos sumamente importante la función de estas vocalías zonales, sería imposible poder estar en contacto con todos los asociados sin tener un referente cercano a cada hospital.

Hoy, percibimos que en poco tiempo podremos trabajar en cosas concretas, dirigidas según nuestro entender a mejorar por una parte "el cómo nos sentimos hoy como trabajadores en salud", y por otra, propiciar capacitaciones hacia todo los asociados, pero de manera diferente. ¿Porque diferente?

-Simplemente porque queremos avanzar hacia espacios de capacitación, que nos brinden las herramientas necesarias para el abordaje de las problemáticas identificadas por cada uno de nosotros. ¿Porque herramientas?

-Porque creemos que es el recurso indispensable para realizar el trabajo adecuado, el uso de recetas, prospectos, experiencias ajenas, no fue suficiente para resolver de fondo las problemáticas que enfrentamos a diario. **Se impone el hágallo usted mismo.**

Por otra parte siento la necesidad de compartir con ustedes lo que me pasa en lo personal. Creo que la mayoría de nosotros percibimos a diario lo difícil que es participar en diferentes espacios, ya sean estos laborales, sociales, y hasta personales. Uno por momentos tiene la sensación de que todo huele mal, y que a veces no solo huele, sino que esta realmente podrido. Les puedo asegurar que esto no ocurre en la sociedad de medicina rural, este es uno de esos espacios en el que se respira *aire limpio*, en donde quedan muchas puertas para abrir; donde cada uno de NOSOTROS decidiremos cual abrir.

¿Por qué temer a la participación en estos espacios?, seguiremos creyendo, como en estos últimos tiempos, que nuestro *«bienestar»* depende de otros. No nos engañemos, nadie va a hacer NADA por nosotros, todo depende de **nuestra acción**.

Los argumentos más frecuentes de "no tengo tiempo", "no se que hacer", "se necesita de ayuda", "no es importante", "no me siento capacitado", nos mantendrán en el actual ostracismo, en el trabajo, en la sociedad, en lo personal. Nosotros somos los protagonistas, y por lo tanto seremos merecederos de lo que nos suceda. Para terminar, desde esta comisión no sé si no equivocaremos poco o demasiado, pero lo peor que nos puede pasar es **no hacer nada**, estamos tranquilos de que a ésta, es una de las puertas que tenemos bien identificada, y con una gran, *pero gran traba*.

Deberemos dejar de lado las soluciones mágicas y fáciles que van a llegar de algún lado, salir del cascarón que hemos creado por estos tiempos y comenzar a ser protagonistas de esta historia, que es simplemente **NUESTRA HISTORIA**.

Luis María Delupí

ZAPALA

Se llevó a cabo en la ciudad de Zapala la Asamblea donde se definió la vocalía de zona II, quedando conformada por:

Vocal Titular: *Dra. Adriana Marcus*
Vocal suplente: *Dra. Alicia Niemetz*

Se sigue desarrollando el curso de enfermería Comunitaria con la participación activa en la organización de la *Lic. Bety Salas, Lic. Mirta Sánchez, Dra. Alicia Niemetz y la Dra. Adriana Marcus.*

Junín de los Andes

Se llevó a cabo en la ciudad de Junín de los Andes una Asamblea donde se definió la vocalía de zona IV, quedando conformada por:

Vocal Titular: *Dr. Germán Sarmiento*
Vocal suplente: *Dr. Pablo Olmeda*

ASAMBLEAS

Se informa el calendario de las distintas zonas para definir las respectivas vocalías:

| | | |
|--------------------|------------------|----------|
| Zona Metropolitana | 25-10-2002 | 18:30Hs. |
| Zona I | 26-10-2002 | 10:30Hs. |
| Zona III | 01-11-2002 | 20:00Hs. |
| Zona V | Mes de Diciembre | |

Nuevos Socios

Se incorporaron a nuestra Sociedad de Medicina Rural los siguientes Socios:

HERNANDEZ ELSA (ZAPALA)
NAHUEL SILVIA (ZAPALA)
BRAVO VIRGINIA (ANDACOLLO)
PEREZ ALBERTO (CHOS MALAL)
VILLANUEVA OSMAR (LAS OVEJAS)
MUÑOZ OLGA (ANDACOLLO)
CHIAPERO ALEJANDRO (CENTENARIO)
CAFFA DAVID (ZAPALA)
LEUNO ANDRES (ZAPALA)
NAVARRETE JUAN R. (EL CHOLAR)
FIGUEROA ROSA I. (CUTRAL CÓ)

Bienvenidos!!

«Gracias por sumarse»

HORARIOS DE ATENCIÓN

de la Oficina de SMR.

de Lunes a Viernes de

08:00 Hs. a 12:00 HS.

y de 16:00 Hs. a 20:00 Hs.

de ingreso al Albergue

de 07:30 Hs. a 23:00 Hs.

REALIZAR RESERVAS

Se transcribe a continuación el discurso completo de aceptación de la Dra. Roses como directora de la OPS. Sus palabras adquieren trascendencia no sólo por la responsabilidad que asume sino por el fuerte aval a un renovado liderazgo de los organismos de salud en el bienestar de la región y la referencia a nuestro país y a ciertas personas, como la benemérita Dra. Elsa Moreno.

Dr. Enrique O. Abeyá Gilardon

Comité Editorial

*Dirección Nacional de Salud Materno Infantil
Ministerio de Salud de la Nación*

... Sabía de la emoción de este momento y, en el poco tiempo disponible para prepararme, pensaba que debería iniciar mis palabras con un agradecimiento a todos Uds. Lo agradezco de corazón ... Hay tantas personas y tantos mensajes que agradecer. Inicío con un agradecimiento a los Dres. Carlyle Guerra de Macedo y al Dr. Alleyne. El primero por haberme dado la oportunidad de iniciar mi trabajo con la OPS junto al CAREC, a través del cual pude conocer de cerca las gentes caribeñas y apreciar su generosidad, honestidad y transparencia, defensa de la equidad y sentido de solidaridad, la unidad y la integración; y también me dio la oportunidad de pasar a la responsabilidad gerencial en dos países. Y al Dr. George Alleyne, porque tuvo la valentía y la confianza de invitarme al puesto de Subdirectora de la OPS, dando así una demostración de verdadero compromiso con el derecho de las mujeres a participar de los niveles de decisión. Tema que ha sido una constante en las decisiones de su administración en la OPS.

Mucho aprendí con Ud. Dr. Alleyne, sobre la dignidad y transparencia del puesto de Dirección de esta Institución, sus complejos mecanismos en la relaciones internas y externas y el valor del servicio público, la honestidad y ética del comportamiento internacional.

Un reconocimiento a la Dra. Bruntlandt que marcó el camino, pionera como máxima líder po-

lítica en su país y con su llegada a la OMS y está culminando su gestión habiendo cumplido con sus sueños y sus propuestas de colocar a la salud en el centro de la agenda política mundial. A las mujeres que hicieron el camino dentro de la OPS, solo unos pocos nombres que nos representan a todas: la Dra. Ruth Puffer que acaba de fallecer a los 95 años, la Dra. Sumeda Khana, la Dra. Elsa Moreno, la Dra. María Isabel Rodríguez, la Dra. Norma Andrews, la Dra. Helena Restrepo, todas ellas fueron las primeras en ir alcanzando niveles de jerarquía y con su prestigio y calidad nos abrieron las puertas para siempre.

Mi reconocimiento a los Ministros de Salud que tomaron la decisión de respaldarme y que han apostado su confianza en mi, por encima de las influencias y consideraciones de otra índole.

Soy una mujer de la América del sur pero al haber compartido los problemas y aspiraciones de todos los países de la región me hacen sentir comprometida y respetuosa con la misión de nuestra Organización sin distinciones.

La competición es parte del proceso democrático y las diferencias de opinión se expresan en la etapa de campaña. Pero terminada esta etapa confío que todos estaremos dispuestos a seguir entregando lo mejor de nuestro esfuerzo para hacer una realidad el aporte de nuestra Organización a la salud y el bienestar de nuestra América.

Agradezco al Dr. Juan Antonio Casas, de Costa Rica y al Dr. Jaime Sepulveda, de México, por haber contribuido con sus propuestas y su movilización a despertar el interés en este proceso y a enriquecerlo.

Información General

Seguramente seguirán ofreciendo, desde sus lugares de trabajo, sus valiosas opiniones y experiencias.

Un especial y emocionado reconocimiento al Gobierno de mi país, la República Argentina. Es necesario recordar, aunque todos lo conocen, el gran esfuerzo y sacrificio puesto a disposición de mi candidatura.

Y es a mi pueblo argentino al que le dedico esta alegría, como un símbolo del inicio de la recuperación y el renacimiento. No es igual que ganar la copa del mundo pero seguramente les hará sentir orgullosos y les dará un momento de felicidad.

Los sufrimientos y dificultades no son exclusivos de mi país, sino que afectan cíclicamente a todos los países en forma periódica, generados por las injustas condiciones económicas engendradas

Dentro y fuera de los países con repercusiones devastadoras para las condiciones de vida y de salud de la gente.

Necesitamos que la información y los avances de la ciencia se expresen en mejorías sustanciales de la salud. La Promoción de la Salud, es el arma más poderosa con sus instrumentos y su llamamiento a la inclusión, para lograr los cambios en las condiciones de vida y en el entorno físico de los ciudadanos que determinan el capital humano y social de la salud.

En esta reunión hemos analizado cinco documentos fundamentales para guiar nuestro próximo ejercicio.

La situación de salud de las Américas, el estado de la salud pública, el plan estratégico, el informe del Director, el informe financiero. Los desafíos, las prioridades, la capacidad de la Organización para enfrentarlos están a la vista.

Mi visión tiene tres componentes: la unidad y la solidaridad de todos los pueblos del continente en pos de metas concretas; el liderazgo y responsabilidad de los gobiernos para convocar todas las fuerzas de la sociedad y una nueva pro-

puesta de expresión de la equidad: Para lograr la salud para todos deberemos enfocarnos en la salud de los más desfavorecidos. Proteger los éxitos y condiciones de salud más equitativos logrados por algunos países: Dominica y otros países del caribe, Aruba, Costa Rica, Canada, Cuba, Chile. Dedicarnos a los más postergados para que ganen los mismos 6 años de expectativa de vida que ha ganado en promedio la región. Si trabajamos entre todos para mejorar a esos que están más postergados, más marginados, ganaremos todos. Las mujeres campesinas pobres jefes de hogar, los pueblos originarios y las comunidades indígenas, los adultos mayores que viven solos sin protección social, los jóvenes sin educación y sin empleo, los discapacitados. Que nadie quede atrás.

En diciembre en Tartagal al norte de Argentina un cacique chorote me amarró esta cinta de su fibra natural autóctona en la mano derecha, la mano que firma documentos, que se extiende para sellar la amistad, la que se levanta en los juramentos. Me la dio para que no me olvide en mi función donde están los más necesitados de la salud.

Señores Ministros, Señores Delegados, compañeros de la OPS, estas son algunas de las grandes tareas que tenemos por adelante. El potencial de recursos existente, recursos humanos e financieros, permite mirar hacia adelante con optimismo. Sabremos seducir, convencer, argumentar por la salud de los pobres y por los que no tienen voz, para movilizar los apoyos y recursos financieros que se requieren.

Confío en la colaboración de todos y de mi parte tienen el firme compromiso de total dedicación a nuestra tarea común.

Muchas gracias.

Dra. Mirta Roses (OPS).

Informe del encuentro en San Martín de los Andes para la Semana Internacional de la Lactancia Materna.

7 de Septiembre 2002.

Organizado por el Hospital Dr. Ramón Carrillo y el grupo de Amamantamiento de San Martín de Los Andes, auspiciado por la Sociedad de Medicina Rural y la Subsecretaría de Salud del Neuquén, el día sábado 7 de Septiembre se realizó en instalaciones de la Universidad Nacional del Comahue, un Curso de Capacitación en Lactancia Materna destinado a un grupo de docentes y madres de la comunidad de San Martín de los Andes, aspirantes a ingresar en el Grupo De Amamantamiento. El programa fue el siguiente:

Curso de Capacitación en Lactancia Materna

Objetivo: Capacitarnos para generar acciones de promoción y apoyo a la Lactancia Materna.

Destinado a: Madres y docentes aspirantes a ingresar al Grupo de Amamantamiento de San Martín de Los Andes.

Programa

09:00 hs: Bienvenida y presentación del grupo con técnicas de taller.

09:30 a 10 hs: Breve Historia del Destete Universal.

10 a 11 hs: Beneficios de la Lactancia Materna.

Intermedio. (cafecito y mate con facturas)

11 :15 a 11:30 hs: Anatomofisiología mamaria.

11 :30 a 11:45 hs: Claves para una Lactancia Exitosa.

11 :45 a 12:15 hs: Proyección de video sobre técnicas.

Entrega de Diplomas y Apunte.

Del encuentro participaron 10 mujeres, fue entregado junto con el Diploma el apunte de Lactancia Materna realizado por quien suscribe para la Cátedra de Atención Primaria de la Salud de la Escuela de Medicina de la Universidad Nacional del Comahue y los siguientes folletos:

LACTANTES POR ENCIMA DE LOS NEGOCIOS. UNICEF.

AMAMANTAR ES TU DERECHO! UNICEF, Ministerio de Salud de la Nación, SAP.

INICIATIVA HOSPITAL AMIGO DE LA MADRE y EL NIÑO. UNICEF.

GRUPOS DE APOYO A LA LACTANCIA MATERNA. UNICEF.

MADRES SALUDABLES, BEBÉS SALUDABLES. UNICEF , Ministerio De Salud De La Nación, SAP.

Dra. Alejandra Marina Mercado.

La historia recién comienza a escribirse, porque definir al niño como sujeto de derecho y crear las condiciones sociales para su cumplimiento no es fácil.

Nos obliga a todos a re-significar el valor de la vida, desde los temas más simples hasta la dramática realidad de saber que son cientos los chicos que aún están en poder de apropiadores, herencia de la última dictadura militar.

Son los deseos de Mafalda, Guille, Susanita, Felipe, Manolito, Miguelito y Libertad, los «chicos» de Quino de construir una sociedad mejor. Si algún «zanahoria nos perdió los planos» o se niega a dibujarlos, quiero responsabilizarlos del llanto de Victor porque no tiene su documento de identidad, de Pamela que no oye bien y se olvida las letras,, de Gonzalo porque el cinturón de «viejo le arde en el lomo», de María que cuida hasta las 5 de la mañana a sus hermanitos hasta que la mamá vuelve de trabajar, de Augusto que volvió a la escuela y al comedor, de Bélen que sueña con una casa como un castillo, muy blanco y muy lindo donde vive una princesa muy feliz.

En la esperanza de estar cuidando a los constructores de un mundo libre de injusticias renuevo el compromiso.

Declaración de los Derechos del Niño



Aprobada por la Asamblea General de las Naciones Unidas el 20 de noviembre de 1959

Artículo 1°.

El niño disfrutará de todos los derechos enunciados en esta declaración.

Estos derechos serán reconocidos a todos los niños sin excepción alguna ni distinción o discriminación por motivos de raza, color, sexo, idioma, religión, opiniones políticas o de otra índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento u otra condición, ya sea del propio niño o de su familia.

¡Y DEL SIGNO DEL ZODIACO SE OLVIDARON, CLARO; AHORA RESULTA QUE UN CUALQUIERA NACIDO EN LEO SE CREERÁ IGUAL A QUIENES VIMOS LA LUZ EN ARIES!; ¡JHA!; SE PAN QUE ESO DE LA IGUALDAD NO ESTA MAL, PERO HAY IGUALDADES E IGUALDADES!

¡EMPEZAMOS BIEN!



Artículo 2°.

El niño gozará de una protección especial y dispondrá de oportunidades y servicios, dispensado todo ello por la ley y por otros medios, para que pueda desarrollarse física, mental, moral, espiritual y socialmente en forma saludable y normal, así como en condiciones de libertad y dignidad. Al promulgar leyes con este fin, la consideración fundamental a que se atenderá será el interés superior del niño.

Y SOBRETUDO PROTECCION ANTE CIERTOS ANTIGUOS METODOS DE PROTECCION



HOGAR DE PROTECCION AL MENOR



Artículo 3°.

El niño tiene derecho desde su nacimiento a un nombre y a una nacionalidad.

¡¡YO QUERÍA LLAMARME BATMAN!!; ¡Y ADEMÁS SER SUIZO, PARA COMER CHOCOLATE TODO EL DIA!!



Artículo 4°.

El niño debe gozar de los beneficios de la seguridad social.

Tendrá derecho a crecer y desarrollarse en buena salud; con este fin deberán proporcionarse, tanto a él como a su madre, cuidados especiales, incluso atención prenatal y postnatal. El niño tendrá derecho a disfrutar de alimentación, vivienda, recreo y servicios médicos adecuados.

VENIMOS POR LA VACUNA CONTRA EL DESPOTISMO, POR FAVOR



Artículo 5°.

El niño físico o mentalmente impedido o que sufra algún impedimento social debe recibir el tratamiento, la educación y el cuidado especiales que requiere su caso particular.

¡A MI MAMA LOS NIÑOS IMPEDIDOS LA CONMUIVEN TANTO...! LE DESPIERTAN TAN PROFUNDO AMOR QUE SU SENSIBILIDAD NO SOPORTA EL DOLOR DE ACORDARSE SIQUIERA QUE EXISTEN! ¡POBRE MAMA!

Y SÍ, HAY MUCHÍSIMA GENTE ASÍ BONACHONA



Artículo 6°.

El niño, para el pleno desarrollo de su personalidad, necesita amor y comprensión. Siempre que sea posible, deberá crecer al amparo y bajo la responsabilidad de sus padres y, en todo caso, en un ambiente de afecto y de seguridad moral y material; salvo circunstancias excepcionales, no deberá separarse al niño de corta edad de su madre. La sociedad y las autoridades públicas tendrán la obligación de cuidar especialmente a los niños sin familia o que carezcan de medios adecuados de subsistencia. Para el mantenimiento de los hijos de familias numerosas conviene conceder subsidios estatales o de otra índole.

DIGO YO...¿Y POR HACERLOS QUERER DE ESA MANERA NOS PAGAN NAD.....



Artículo 7°.

El niño tiene derecho a recibir educación que será gratuita y obligatoria por lo menos en las etapas elementales. Se le dará una educación que favorezca su cultura general y le permita, en condiciones de igualdad de oportunidades, desarrollar sus aptitudes y su juicio individual, su sentido de responsabilidad moral y social y llegar a ser un miembro útil de la sociedad. El interés superior del niño debe ser el principio rector de quienes tienen la responsabilidad de su educación y orientación; dicha responsabilidad incumbe, en primer término, a sus padres. El niño debe disfrutar plenamente de juegos y recreaciones, los cuales deben estar orientados hacia los fines perseguidos por la educación; la sociedad y las autoridades públicas se esforzarán por promover el goce de este derecho.

NUESTRO DERECHO A LA EDUCACION ES TAN INDISCUTIBLE.....

...QUE NO HAY LA MAS MINIMA ESPERANZA DE QUE ALGUN ALMA CARITATIVA NOS LO quite!



Artículo 8°.

El niño debe, en todas las circunstancias, figurar entre los primeros que reciban protección y socorro.

¿O SEA QUE EN CASO DE HAMBRE MUNDIAL, TODOS, TODOS, TODOS LOS HELADOS DE FRESA CON CREMA NOS LOS DARIAN PRIMERO A NOSOTROS?



Artículo 9°.

El niño debe ser protegido contra toda forma de abandono, crueldad y explotación. No será objeto de ningún tipo de trata. No deberá permitirse al niño trabajar antes de una edad mínima adecuada; en ningún caso se le dedicará ni se le permitirá que se dedique a ocupación o empleo alguno que pueda perjudicar su salud o educación o impedir su desarrollo físico, mental o moral.

TOTAL, TODO ESO YA TENDREMOS TIEMPO DE SUFRIRLO CUANDO SEAMOS GRANDES



Artículo 10°.

El niño debe ser protegido contra las prácticas que puedan fomentar la discriminación racial, religiosa, o de cualquiera otra índole. Debe ser educado en un espíritu de comprensión, tolerancia, amistad entre los pueblos, paz y fraternidad universal, y con plena conciencia de que debe consagrar sus energías y aptitudes al servicio de sus semejantes.

Y ESTOS DERECHOS... A RESPETARLOS, EH? ¡NO VAYA A PASAR COMO CON LOS DIEZ MANDAMIENTOS!



17 de Octubre Día Internacional POR LA ERRADICACIÓN DE LA POBREZA

(Resolución de la Asamblea General de Naciones Unidas A/RES/47/196,
Diciembre 1992)

El 17 de octubre 2002, en ocasión de un nuevo Día Internacional por la Erradicación de la Pobreza, **Médicos del Mundo Argentina** y la **Red Médecins du Monde International** se movilizan para exigir a la **opinión pública** y al **Gobierno Nacional** como a las administraciones provinciales medidas concretas para paliar las graves consecuencias de la pobreza.

Médicos del Mundo Argentina expresa su profunda preocupación por las dramáticas condiciones en que están viviendo millones de personas en la Argentina. A través de nuestro trabajo diario podemos constatar que las frías cifras de 20 millones de pobres, 9 millones de indigentes, y un aumento en la última década de la desocupación en más del 74%, de la pobreza en un 67% y de la indigencia en un 180% tienen impacto directo sobre el desarrollo de la vida de las personas.

La salud no es compatible con la pobreza. Nuestros equipos constatan cada día que la mala alimentación, las dificultades para la higiene, las inaceptables condiciones de vivienda hacen a estos millones de personas tremendamente vulnerables desde el punto de vista sanitario y crean además un gran sufrimiento psíquico o anomalías en el crecimiento (7 de cada 10 chicos es pobre).

Médicos del Mundo Argentina ha constatado con su propio trabajo que el sistema de salud pública (único agente de salud para más de la mitad de la población que vive en el país) está cerca del colapso y que su profunda inequidad intrínseca se ha profundizado durante la crisis. En muchos hospitales hay una drástica reducción de la disponibilidad de insumos médicos, en otros hay áreas o equipamiento desfuncionalizados por falta de presupuesto y en la mayoría la provisión de vacunas, medicamentos y aún drogas antibacterianas y antiretrovirales es insuficiente. Las cirugías se suspenden o se retrasan y los medicamentos costosos se sustituyen por otros de menor eficacia. Los centros de salud en la mayor parte de los distritos no proveen medicamentos a los pacientes y estos no pueden comprarlos, cualquiera sea su precio de venta. La calidad de la prestación se ha deteriorado aún más en las provincias y áreas suburbanas, aumen

tando también en salud la brecha ya enorme entre ricos y pobres.

Médicos del Mundo es testigo que esta obvia emergencia sanitaria está asociada a una crítica emergencia alimentaria y nuestros propios datos nos permiten demostrar el aumento de la desnutrición aguda y de las enfermedades asociadas a la pobreza.

Médicos del Mundo cree además que la respuesta que hoy se está dando a estas personas expulsadas hacia la pobreza más extrema es absolutamente insuficiente. Este país proclama en su Constitución Nacional que la salud es un derecho humano esencial y acuerda con sus ciudadanos la cobertura universal de salud expresando que "El Estado otorgará los beneficios de la seguridad social, que tendrá carácter de integral e irrenunciable". Sin embargo, hospitales devastados por el desfinanciamiento, escasez de medicamentos esenciales y falta de alimentos para amplios sectores de la población, hacen de esta afirmación una cínica hipocresía.

Médicos del Mundo reclama a la dirigencia nacional que tome medidas urgentes con soluciones concretas y efectivas para los 20 millones de pobres de la Argentina. Al tiempo que asegure de esa manera la paz social, imposible de soñar con el grado de exclusión y marginación social existente hoy en día. La extrema vulnerabilidad en la que vive cada ciudadano excluido no admite postergaciones en la toma de decisiones que reviertan su situación, y a la hora de elegir, los gobernantes deben recordar que el primer y más urgente compromiso de las autoridades es con estos ciudadanos más

desprotegidos. Los políticos y los actores privados deben mirar más allá de sus intereses inmediatos y brindar las condiciones para que se tomen medidas de fondo que disminuyan la pobreza en el corto plazo y que garanticen a quienes hoy son pobres el cumplimiento de sus derechos básicos de vivienda digna, alimentación suficiente y acceso a la salud. Los gobernantes deben asumir su responsabilidad de liderazgo y definir las prioridades en la asignación de recursos y en la inteligencia administrativa para garantizar los derechos económicos, sociales y culturales de los ciudadanos así como para permitirles recuperar su autonomía, su libertad y la capacidad de criar a sus hijos y de vivir su vida con dignidad recibiendo lo que les corresponde por derecho sin tener que solicitar beneficencia alguna, muchas veces usada para clientelismo político.

Hablar de respeto o cumplimiento de los derechos humanos con más de la mitad de la población expulsada a la marginalidad y la pobreza es una ingenuidad cuando no una perversa ficción. **Médicos del Mundo Argentina** reclama hoy al Estado Nacional que cumpla los compromisos adquiridos con sus ciudadanos y dé prioridad inmediata a la solución efectiva de la emergencia alimentaria y sanitaria por encima de cualquier otro compromiso alternativo.

Luchamos contra todas las enfermedades, inclusive la injusticia.

MÉDICOS DEL MUNDO ARGENTINA.

DEPARTAMENTO DE COMUNICACIÓN. GONZALO BASILE

(011) 154-023-2765.

PRESIDENTA: DRA. SILVIA QUADRELLI.

Medicina Ayurvédica y su aplicación en la APS

Ayur = vida - Veda = conocimiento

Un poco de su historia

El Ayurveda nace en la India hace más de 3.500 años. Alrededor del 1.000 A.C. surge el primer y más importante texto ayurvédico, el «Charaka Sambita», junto con el tratado quirúrgico más famoso, el Sushruta Samhita.

Durante la edad de oro de la cultura india, se produjo un importante florecimiento intelectual y se constituye la primera escuela alrededor del 500 AC.

El Ayurveda crece apoyado por el budismo que fomenta su práctica y se expande hacia Nepal, Tíbet, Sri Lanka. Cerca del s. III A.C. se comienzan a construir hospitales gratuitos y los médicos de aldea eran mantenidos por el gobierno. Estudiantes de todo el mundo acudían a las universidades indias para aprender los conocimientos ayurvédicos.

Entre los años 900-1 100 culmina la Edad de Oro con las invasiones musulmanas que destruyen prácticamente todo pero gracias a la expansión que había tenido el ayurveda resurge, posteriormente.

Finalmente, cuando los europeos llegan a la India comienzan a denigrar la sabiduría tradicional y sólo se reconoció la legitimidad de la medicina occidental. A pesar de todo el Ayurveda sobrevivió y continuó realizando aportes a la medicina. Con la afirmación del nacionalismo indio a comienzos del s. XX, resurgió el interés por los conocimientos indios y el Ayurveda volvió a renacer.

Ayurveda en el mundo

Hoy en día, el Ayurveda se practica en muchos países del mundo, como por ejemplo, Ale-

mania, México, Italia, Francia, Suiza, España, Australia, Nueva Zelanda y Estados Unidos. Actualmente en la Argentina se dicta un curso de postgrado, avalado por la Universidad de Buenos Aires. Pero es en la India donde se practica más ampliamente, existiendo: 2.200 hospitales, 33.145 camas, 14.250 dispensarios, 366.812 médicos, 185 facultades donde se cursa una carrera de cinco años y medio y donde egresan alrededor de 6.000 médicos por año. Además existen 51 instituciones de postgrado, y se realiza una importante inversión en investigación por parte del gobierno (en patologías y medicamentos).

Consta de varias especialidades tales como Medicina Interna, cirugía, oftalmología, ORL, tocoginecología, toxicología, pediatría, psiquiatría, rejuvenecimiento, afrodisíacos.

Tanto su ciencia como su farmacopea (alrededor de 5000 medicamentos) están reconocidas por la OMS, así como también por el Centro Mundial de Medicinas Alternativas y Complementarias. Sugiero realizar una búsqueda en Internet con una de sus palabras principales, DOSHA, «se sorprenderá».

Definición

Se trata de una ciencia médica que según la constitución de cada persona, ofrece un plan integral para mantener y/o reestablecer el equilibrio mente-cuerpo. Basándose en la alimentación, actividad física, rutinas cotidianas, armonía mental y el desarrollo espiritual, apoyándose en hierbas medicinales y técnicas de desintoxicación. De esta manera preserva la salud, promueve una vejez saludable, previene y cura enfermedades.

Lo primero para el Ayurveda

El Ayurveda considera que todos somos distintos, es por ello que es de suma importancia determinar, en primer lugar, la constitución psico-física, biotipo o prakriti de nuestro paciente para, de esta manera, realizar un correcto diagnóstico. Esto se logra mediante un detallado interrogatorio y un riguroso exámen físico, a través del cual se obtienen las múltiples variables que, adecuadamente relacionadas e interpretadas, nos permitirán determinar el tipo doshico del paciente.

¿Qué son los Doshas?

Se trata de centros de asimilación, en donde las energías o estímulos se transforman en materia. Cada dosha indica características, inclinaciones o tendencias, en cuanto a gustos, estilos de vida, enfermedades susceptibles de ser desarrolladas, etc.

Los 3 Doshas principales son: VATA, que está relacionado con el movimiento, PITTA que controla el metabolismo y KAPHA que se relaciona con la estructura. Todas las personas cuentan con estos tres elementos, pero en distinta proporción, lo cual va a constituir su prakriti o tipo biofísico.

¿Para qué conocer el prakriti?

Una vez determinado el biotipo, podremos ejercer prevención temprana, y, en el caso de que haya patología establecida a nivel orgánico, se podrá orientar en forma específica el tratamiento para cada paciente en particular.

Por sobre todas las cosas, le da al paciente la posibilidad de conocerse a sí mismo, entender por qué determinadas situaciones lo alteran o por qué tal o cual alimento le cae bien o mal, pudiendo de esta manera tener mas control sobre su estado de salud y su relación con el medio.

Uno de los principios fundamentales del Ayurveda: el Panchamahabuta o Teoría de los cinco grandes elementos.

Esta teoría afirma que todo en el universo se halla

constituido por cinco elementos:

ETER: Fuente de toda materia y espacio don de ésta existe

AIRE: Estado gaseoso de la materia. Movimiento.

FUEGO: Poder de cambio. Metabolismo. Acción

AGUA: Estado líquido de la materia. Fluidez. Cambio

TIERRA: Estado sólido de la materia. Firmeza. Masa

Estos se manifiestan en todos los niveles de la naturaleza, en las estaciones, los climas, sabores,

emociones, actividades, impresiones sensoriales y también a través del cuerpo. Cada sustancia del universo podrá ser clasificada de acuerdo al elemento que predomine en ella. Por ejemplo, una montaña posee los cinco elementos, pero en ella predomina el elemento tierra, por lo tanto presentará como característica principal la firmeza.

A nivel del hombre, la tierra representa la masa (ósea; muscular), el agua representa los fluidos corporales, el fuego, el metabolismo, el aire representa el aliento vital y el éter los espacios virtuales.

Estos cinco elementos se van a presentar en cada persona de acuerdo al dosha predominante, confiriéndole características especiales a cada uno. Un predominio de VATA implica una mayor incidencia del elemento aire y éter, una persona PITTA presenta un predominio de los elementos fuego y agua, mientras que una persona KAPHA presentará en mayor proporción a los elementos agua y tierra. La combinación de estos elementos así presentada también implicará una mayor tendencia a sufrir de un determinado tipo de padecimiento o desequilibrio.

Principales características y tendencias de los distintos biotipos

VATA: Una persona vata equilibrada es delgada, activa y movediza, ya que en ella predomina el elemento aire. Este movimiento se manifiesta tanto a nivel del cuerpo como a nivel mental. Son personas rápidas para aprender como para olvidar. También hablan rápidamente, cambian de opinión con facilidad y caminan deprisa. Se trata de personas que tienen mucha energía pero por poco tiempo, son inquietos e inestables. Se exigen en el trabajo hasta agotarse.

Cuando un vata se desequilibra le cuesta tomar decisiones, surge el miedo o la angustia a partir de la ansiedad, se vuelven excitables y pueden alternar entre introversión y extraversión. Padece de insomnio, fatiga e incapacidad para concentrarse. A nivel orgánico a menudo sufren de cólicos intestinales, estreñimiento y frío en las extremidades, sequedad en la piel. Pueden perder peso y sufrir dolores de diferentes tipos (jaquecas, articulares, neurálgicos, mialgicos).

PITTA: Una persona pitta equilibrada es eficiente, precisa, ordenada, tanto a nivel mental como físico, esto implica que tienen una digestión fuerte, pudiendo comer cualquier cosa. Son calurosos, ya que en ellos predomina el elemento fuego, y transpiran fácilmente. Son apasionados y obsesivos. Generalmente, presentan canas y calvicie precoz.

Cuando se desequilibra un pitta el «calor» determina sus alteraciones, tales como irritación gástrica o de la piel, ulceraciones, mal aliento. Pueden sufrir gastritis, diarreas y erupciones en la piel. A nivel mental se muestran coléricos, tienden a ser déspotas, hostiles, agresivos e hirientes en sus comentarios.

KAPHA: Los Kapha equilibrados son de complexión grande, debido al predominio del elemento tierra. Son lentos y relajados para andar y para expresarse. Pocas cosas los alteran, lo que les otorga más resistencia frente a las enfermedades. Son tiernos, dulces, afables, bonachones. Tienen tendencia a engordar ya que generalmente comen

de más. Se trata de personas que les cuesta levantarse de la cama pero se duermen con facilidad.

Cuando se desequilibran, los kapha sufren de congestión en todos los niveles, mental (letargo), a nivel de los senos paranasales (sinusitis), bronquios (bronquitis), digestivos (dispepsia), edemas, hinchazón. Es característico en ellos la tendencia a padecer de alergias, asma y diabetes. A nivel mental tienden a acumular bienes, se tornan egoístas y apáticos, con una importante tendencia a la depresión.

¿Cómo equilibrar a los distintos biotipos?

El objetivo a cumplir sería el equivalente ajustar la imagen en un televisor: regular el brillo, el color, la intensidad, etc. La idea es lograr mantener el equilibrio del prakriti, o sea, el porcentaje de cada dosha que constituye a esa persona en particular. Por ejemplo, si alguien nació con un predominio Vata-Pitta, es este equilibrio el que debemos mantener en todo momento a lo largo de su vida. Si esta persona sufre una exacerbación de Vata, debido a una influencia agravante tal como el frío o el viento, salir de la rutina, la comida muy picante o con mucha verdura cruda, el objetivo será apaciguar dicho dosha mediante actividades, alimentos y estímulos de diverso tipo, que sean específicos para equilibrar a vata.

Nuestra función como terapeutas, luego de determinar el tipo doshico, será realizar un delicado trabajo con cada uno de nuestros pacientes, donde las palabras claves a tener en cuenta para cada dosha son: VATA - Regularidad PITTA - Moderación y frescura KAPHA - Estimulación

El Ayurveda es otra de las tantas herramientas que nos ofrece la filosofía oriental. Este punto de vista, distinto al nuestro pero no por eso menos valioso, nos permite disponer de nuevos recursos para el tratamiento de nuestros pacientes que a fin de cuentas es lo que más nos interesa.

Dr. Roberto Vitale - Residente de Medicina General - Posgrado de Ayurveda - UBA

La Sociedad en el Recuerdo

Con la idea de recordar y recuperar el trabajo realizado por nuestros antecesores, raíces de nuestra SMR, publicamos este crucigrama rescatado del Boletín N° 7 del año 1983, siendo en esa época Director de publicaciones el Dr. Alejandro González Vottero.

PALABRAS CRUZADAS

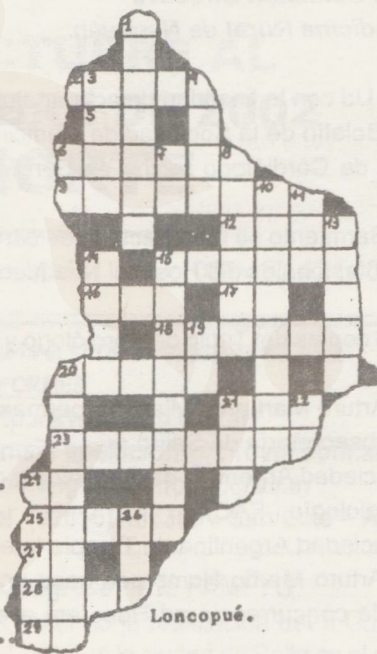
Horizontales:

- 2- En El Huecú, para ocluir el frasco.
- 5- Sol egipcio.
- 6- El piñonero vive de él.
- 9- Agua del peludo. Area de Chos Malal.
- 12- El idiota tiene un déficit congénito o adquirido.
- 15- Desparasitémoslo.
- 16- Inicial de la 9 horizontal.
- 17- De Neuquén nadie se quiere...
- 18- Valle en Mapuche
- 20- Río del Norte en Zona I.
- 21- Inicial de la 25 horizontal.
- 23- Camélidos patagónicos.
- 24- Artículo.
- 25- Río afluente del Neuquén que desemboca al sur de Andacollo.
- 27- Preposición.
- 28- Puel.
- 29- Nota musical.

Verticales:

- 1- Volcán semiapagado al N.O. de
- 3- El médico no está, se fue al...
- 4- Nuevamente hoy tendrá que ir...
- 6- Popular movimiento, perdió el movimiento.
- 7- Artículo indefinido.
- 8- Mamífero carnívoro, roedor, que abunda en mallines, muy buscado por su piel.
- 10- El sátiro Arturo.
- 11- Mineral que fue buscado a orillas de ríos y arroyos.
- 13- Mamífero cuadrúpedo que fue utilizado para el traslado de carga, en especial en veranada-invernada. (Plural).
- 14- El 4 mapuche.
- 15- Paso internacional al O. de Las Lajas.
- 19- Artículo indefinido.
- 20- El "loco" está en Loncopué.
- 21- El sonido se refleja.
- 22- Existe.
- 24- Médico que suele estar con abundante catarro.
- 26- ¿Qué letra falta en la 6 vertical?

La solución en el próximo Boletín.





San Martín de los Andes, 04 de setiembre de 2002.

Al Sr. Luis Delupi
Presidente de la Comisión Directiva
Sociedad de Medicina Rural de Neuquén.

Me dirijo a Ud con la finalidad de aclarar algunos conceptos vertidos en una carta de lectores publicada por el Boletín de la Sociedad de Medicina Rural del Neuquén, (mes de agosto) titulada « Nomenclatura de Cardiólogo trucho en San Martín de los Andes «filmada por el Dr. Germán Sarmiento.

1)- El Dr. Sarmiento se ha retractado de cartas de similar tenor, publicadas en el Boletín de la Asociación de Profesionales del Hospital Neuquén. y otros lugares. (Adjunto fotocopias de las mismas)

2)- Adjunto copias del Titulo de Cardiólogo y Cardiólogo pediatra debidamente certificadas del Dr. Arturo Martín.

3)- El Dr. Arturo Martín es Miembro permanente de la Comisión Asesora de Especialidades Médicas de la Subsecretaría de Salud.

Miembro de la Sociedad Argentina de Cardiología con cede en Bariloche. Miembro de la Federación Argentina de Cardiología (FAC).

Miembro de la Sociedad Argentina de Terapia Intensiva.

4)- El Dr. Arturo Martín Nombrado hace un mes como Cardiólogo de Adultos y Pediátrico, tiene autorizada la concurrencia ad Honorem a este Hospital desde 1995 . (adjunto copia de la Disposición).

5)- El nombramiento del Dr. Martín es para cubrir 25 Hs. semanales con Guardia Pasiva.

6)- La discriminación que se efectúa en dicha carta (50 años de edad, diabético) hacia un colega , me avergüenza como ser humano y compañero de trabajo . (debo aclarar que el Dr. Martín no padece tal enfermedad.)

Es mi interés que se publique esta carta o un comentario para conocimiento de todos en relación a toda la documentación que les hago llegar, mi único interés es que se conozca la verdad de estos hechos que tanto daño han causado a los nombrados, a mi persona , y a la Institución que represento.

El futuro se construye sobre la base del presente y este sobre la verdad. Me encuentro en una altura de mi vida en la cual me interesan mas decir cosas ciertas que espectacularidades falsas.

Atentamente.

Daniel Vincent

**VII ENCUENTRO EQUIPO DE SALUD
IV TALLER PROVINCIAL
POLITICAS DE ENFERMERIA**

**DEL 30 DE OCTUBRE AL
02 DE NOVIEMBRE DE 2002
ZONA NORTE**

Para mayor información comunicarse a
Zona Sanitaria III u Hospital Chos Malal - Tel:(02948) 421400.-

VI Seminario Patagónico de Hidatidosis
DELEGACION NEUQUEN DE LA FILIAL ARGENTINA
DE LA ASOCIACION INTERNACIONAL DE
HIDATIDOLOGIA
Para mayor información dirigirse a:
Héctor Bergagna - E-mail: bergagna@infovia.com.ar

Del 14 al 17 DE NOVIEMBRE de 2002
INFORMES
<http://www.famg.org.ar/>
e-mail: apellicioni@infovia.com.ar
mediangelo@infovia.com.ar
Tel. (02656) 438369 - San Luis – Argentina

Se realizarán las
**Segundas Jornadas de Actualización en
Salud. Cutral C6.**
23, 24 y 25 de octubre de 2002.
Para mayor información comunicarse con
Oficina de MR Tel.(0299) 433-1723

II Congreso de la FAMFYG
Se confirmó la realización del II Congreso de la
FAMFYG en la ciudad de Salta en el mes de mayo
de 2003. Invitamos a contactarse con vocales
zonales y/o Dr. Coatz Gustavo para la presenta-
ción de trabajos y talleres.
gustavocoatz@ciudad.com.ar

Curso ACLS
Noviembre de 2002-
Para mayor información comunicarse con
Oficina de MR Tel.(0299) 433-1723

**Congreso Mundial de Medicina en Internet
en Buenos Aires**
Fecha: 5, 6 y 7 de Diciembre de 2002
Sede: Asociación Médica Argentina - AMA -
Av. Santa Fe 1171 - Buenos Aires
Para mas información: Visite el sitio web en
www.latinmednet.com.ar
Dr. Ariel Melamud Presidente LatinMednet
Congreso Mundial de Medicina en Internet
Capítulo Latinoamericano

**XVII CONGRESO NACIONAL DE MEDICINA GENERAL
XII del EQUIPO de SALUD
IV CONGRESO INTERNACIONAL de MEDICINA
GENERAL**
HOTEL INTERNACIONAL POTRERO DE LOS FUNES
SAN LUIS - ARGENTINA

PROGRAMA AMPLIADO DE LIBROS DE TEXTO Y MATERIALES DE INSTRUCCIÓN

Ya está a la venta el material de la serie PALTEX.

- ▶ ·Atención primaria en salud
- ▶ ·Salud pública
- ▶ ·Administración en salud
- ▶ ·Epidemiología e investigación
- ▶ ·Educación en salud
- ▶ ·Medicina humana
- ▶ ·Enfermería
- ▶ ·Odontología
- ▶ ·Medicina Veterinaria
- ▶ ·Nutrición / Salud ambiental
- ▶ ·Instrumental clínico básico

La venta se realiza de contado, como única forma de pago.

Horario de Atención:

*Lunes a Viernes de 16:30 a 20:00 hs. Solicite
la lista de precios por correo electrónico.*

Comunicarse al:

La fiesta de la Sociedad!!!

“Preparándonos para el nuevo año”

Viernes 06 de Diciembre de 2002
(En la Casa Societaria de Neuquén)

Si querés colaborar en la organización aportar ideas, ya sean relacionadas con espectáculos, shows, etc. Comunicate con nosotros

Te esperamos!!

SITIOS UTILES EN LA WEB

www.samfyc.es

ww.ops.org.ar

www.fisterra.com

www.mdm.org.ar

www.cursosparamedicos.com

www.cimfweb.org

www.sap.org.ar

www.medicapanamericana.com

www.dardemamar.net



Esta publicación pretende mantener una comunicación fluida con todos los compañeros, y la idea es crear este espacio para los que tienen buen humor y quieren compartirlo.

Para ello se hace necesaria tu participación a través de aportes, chistes, cuentos y todo lo que tenga que ver con poder hacer risoterapia de grupo.

Si querés pasar al estrellato envíanos tu material a *la SMR* (Los Claveles 295 - Alta Barda. Tel-fax: 433-1723)

E-mail: smr@neuquen.com.ar -

ESPERAMOS TU COLABORACIÓN

«Se despiden un genio»

Abriel García Márquez se ha retirado de la vida pública por razones de salud. Ha enviado esta carta de despedida y gracias a Internet está siendo difundida. Recomendando su lectura porque es verdaderamente conmovedor este corto texto escrito por uno de los Latinoamericanos más brillantes de los últimos tiempos.

«Si por un instante Dios se olvidara de que soy una marioneta de trapo y me regalara un trozo de vida, posiblemente no diría todo lo que pienso, pero en definitiva pensaría todo lo que digo.

Daríale valor a las cosas, no por lo que valen, sino por lo que significan.

Dormiría poco, soñaría más, entiendo que por cada minuto que cerramos los ojos, perdemos sesenta segundos de luz. Andaría cuando los demás se despiertan, despertaría cuando los demás duermen. Escucharla cuando los demás hablan y cómo disfrutaría de un buen helado de chocolate!

Si Dios me obsequiara un trozo de vida, vestiría sencillo, me tiraría de bruceas al sol, dejando descubiertos, no solamente mi cuerpo, sino mi alma.

Dios mío si yo tuviera un corazón, escribiría mi odio sobre el hielo, y esperaría a que saliera el sol. Pintaría con un sueño de Van Gogh sobre las estrellas un poema de Benedetti, y una canción de Serrat sería la serenata que les ofrecería a la luna. Regaría con mis lágrimas las rosas, para sentir el dolor de sus espinas, y el encarnado beso de sus pétalos...

Dios mío, si yo tuviera un trozo de vida... No dejaría pasar un sólo día sin decirle a la gente que quiero, que la quiero. Convencería a cada mujer u hombre que son mis favoritos y viviría enamorado del amor.

A los hombres les probaría cuán equivocados están al pensar que dejan de enamorarse cuando envejecen, sin saber que envejecen cuando dejan de enamorarse! A un niño le daría alas, pero le dejaría que él solo aprendiese a volar. A los viejos les enseñaría que la muerte no llega con la vejez, sino con el olvido. Tantísimas cosas he aprendido de ustedes, los hombres... He aprendido que todo el mundo quiere vivir en la cima de la montaña, sin saber que la verdadera

felicidad está en la forma de subir la escarpada. He aprendido que cuando un recién nacido aprieta con su pequeño puño, por primera vez, el dedo de su padre, lo tiene atrapado por siempre.

He aprendido que un hombre sólo tiene derecho a mirar a otro hacia abajo, cuando ha de ayudarlo a levantarse. Son tantas cosas las que he podido aprender de ustedes, pero realmente de mucho no habrán de servir, porque cuando me guarden dentro de esa maleta, infelizmente me estaré muriendo.

Siempre di lo que siento y haz lo que piensas. Si supiera que hoy fuera la última vez que te voy a ver dormir, te abrazaría fuertemente y rezaría al Señor para poder ser el guardián de tu alma. Si supiera que esta fuera la última vez que te vea salir por la puerta, te daría un abrazo, un beso y te llamaría de nuevo para darte más. Si supiera que esta fuera la última vez que voy a oír tu voz, grabaría cada una de tus palabras para poder oírlas una y otra vez indefinidamente. Si supiera que estos son los últimos minutos que te veo diría «te quiero» y no asumiría, tonantemente, que ya lo sabes.

El mañana no le está asegurado a nadie, joven o viejo. Hoy puede ser la última vez que veas a los que amas. Por eso no esperes más, hazlo hoy, ya que si el mañana nunca llega, seguramente lamentarás el día que no tomaste tiempo para una sonrisa, un abrazo, un beso y que estuviste muy ocupado para concederles un último deseo. Mantén a los que amas cerca de ti, díles al oído lo mucho que los necesitas, quíerelos y trátalos bien, toma tiempo para decirles «lo siento», «perdóname», «por favor», «gracias» y todas las palabras de amor que conoces.

Nadie te recordará por tus pensamientos secretos. Pide al Señor la fuerza y sabiduría para expresarlos. Demuestra a tus amigos cuanto te importan.»

**SOLICITUD DE INGRESO Y/O ACTUALIZACION DE DATOS
SOCIEDAD DE MEDICINA RURAL DE LA PCIA DEL NEUQUEN**

APELLIDO Y NOMBRES:.....
FECHA NAC:...../...../..... LUGAR NAC:.....
TIPOY N° DE DOC: DIRECCION:.....
TE:.....E MAIL:..... FAX:.....
LUGAR DE TRABAJO:..... ZONA SANIT:.....
DOMICILIO LABORAL:..... TEL. LABORAL:.....
PROFESION:.....
CARGO O PUESTO:.....

CATEGORIAS: (marcar la opción que corresponda)

-profesional con guardia

-profesional sin guardia

-no profesional

-residente

PAGO CON:

CAJA DE AHORRO BPN N° DE CUENTA:..... SUCURSAL:.....

PRESENTADO A CONSIDERACION DE LA COMISION DIRECTIVA POR
..... (actual socio de SMR).

Recordamos que los datos antes presentados tienen validez de declaración jurada.

Autorizo a que se debite el importe correspondiente a la cuota societaria fijada según la categoría que corresponde.

LUGAR Y FECHA:.....

firma

aclaración

(ENTREGAR A VOCAL DE ZONA CORRESPONDIENTE)