



Centro Médico de Mar del Plata



## NUESTROS CENTROS DE PAGO



**SAMI SEDE CENTRAL**

**SAMI SUCURSAL LIBERTAD**

**SAMI SUCURSAL PUERTO**

**SAMI SUCURSAL GÜEMES**

escribanos a: [losafiliadosdicen@samimdp.com.ar](mailto:losafiliadosdicen@samimdp.com.ar)



### **SAMI CENTRAL**

SAN LUIS 1978 / TEL. 499-8000 / 9 a 16:30 HS.

### **SAMI PUERTO**

12 DE OCTUBRE 3144 / TEL. 480-0569 / 8 a 15:30 HS.

### **SAMI LA PERLA**

AV. LIBERTAD 4261 / TEL. 472-4561 / 8 a 15:30 HS

### **SAMI GÜEMES**

OLAVARRÍA 2698 / TEL. 451-1758 / 10 a 17:30

DEPTO. COMERCIAL: **499-8080** e-mail: [ventas@samimdp.com.ar](mailto:ventas@samimdp.com.ar)

MAYO

# intersami

INFORMACION & NOTICIAS

2012

## Prevención

# Otoño-Invierno: consejos para vivir una temporada fría saludable.



[www.samimdp.com.ar](http://www.samimdp.com.ar)

# »» Prevención

## OTOÑO - INVIERNO: PROBLEMAS FRECUENTES DE SALUD

Transitando ya el otoño, y cercanos a recibir al invierno, comienzan a manifestarse con mayor frecuencia problemas respiratorios que todas las personas pueden padecer, más aun aquellas personas que sufren de enfermedades respiratorias de base como por ejemplo asma, epoc, hiperreactores bronquiales, etc.

Por dichas razones a continuación sugerimos algunas consideraciones para vivir una temporada fría saludable:

- Evitar los ambientes con aire viciado
- Ventilar de día el hogar / ambientes -mas aun si se presenta un día soleado aunque fresco-
- Evitar tener en el hogar ambientes muy cálidos/calurosos y otros muy fríos
- Es lo ideal mantener la temperatura pareja en todos los ambientes, entre 18 y 21 grados
- Evitar el hacinamiento de personas en los ambientes
- Evitar los cambios bruscos de temperatura
- Evitar el contacto con personas que estén cursando procesos infecciosos agudo (como por ejemplo, gripe)

...Y como siempre recuerde...ante cualquier duda sobre su estado de salud, CONSULTE con su MEDICO.

Dr. Lucas Camarero  
MP 93770

»» Sami informa

# Cobertura en Psicología

SAMI informa a todos sus afiliados que a partir del mes de Abril se esta implementando un convenio directo con los psicólogos prestadores. Éste mantiene inalterable la prestación, continuando la misma modalidad de acceso y mismo nivel de cobertura.



El padrón de profesionales adheridos podrá ser consultado ingresando a [www.samimdp.com](http://www.samimdp.com) en la botonera de **INFORMACIÓN**.

El mismo será actualizado semanalmente, incorporando de manera constante todos los profesionales que desean formar parte de SAMI.

Sus dudas y consultas pueden ser dirigidas por email a [losafiliadosdicen@samimdp.com.ar](mailto:losafiliadosdicen@samimdp.com.ar) o por vía telefónica al 499 8000

## »» Concurso

Centro Médico organiza el 2º concurso de fotografía. Esta vez el tema es: Mar del Plata, estampa histórica. Pueden participar no profesionales mayores de 18 años. Bases y condiciones en San Luis 1978 - 3º piso, de 9,30 a 15,30 hs.

