

# AMProS

*Junto a la comunidad*



WWW.AMPROS.ORG.AR

## Crianza con amor y respeto

Los primeros años de vida son los que dejan huellas para el resto, por eso una licenciada en psicología que pertenece al Programa de Prevención y Atención del Maltrato Infantil, nos brinda algunos aspectos favorecedores y perjudiciales para afrontar la tarea de forma sana, propiciando establecer lazos amorosos entre padres e hijos.

## Visita al Sur Provincial

Parte de la Comisión Ejecutiva de AMProS viajó a los departamentos San Rafael, Malargüe y General Alvear para realizar un relevamiento de la situación laboral de los profesionales que prestan sus servicios en efectores de salud. Los resultados de una serie de reuniones importantes de cara al futuro.

## El desafío de reducir el consumo de sal a la mitad



Un especialista nos alerta sobre los escalofriantes niveles de sal que consumimos. La Fundación Española del Corazón (FEC) afirma que reduciendo el consumo de diario a la mitad, tendría efectos comparables a dejar de fumar.



## Salud Integral de la Mujer

Llega el Día Internacional de la Mujer y desde nuestra revista queremos hacer foco en su salud. Sobre todo en dos aspectos fundamentales: Parto Respetado y Maternidad Segura.



## Trabajo Decente, objetivo de la ONU, la OIT y AMProS

La meta del "Trabajo Decente" se encuentra dentro de los objetivos de la agenda 2030 de Desarrollo Sostenible de ONU. La finalidad, que también la comparte la Organización Internacional del Trabajo (OIT) y AMProS, es "promover el crecimiento económico sostenido, inclusivo y sostenible, el empleo pleno y productivo y el trabajo decente para todos".

## NOTA EDITORIAL

# Bienvenido 2019

Dra. María Isabel Del Pópolo.  
**Secretaria General - AMProS.**

Un nuevo año se puso en marcha y desde la Asociación Mendocina de Profesionales de la Salud renovamos nuestro compromiso con los mendocinos a través de la Revista **"AMProS junto a la Comunidad"**, con los consejos médicos puntuales según cada enfermedad y la realidad gremial en el ambiente de los profesionales de la salud.

Nuevamente entregaremos en Centros de Salud, hospitales y efectores de toda la provincia, seis ediciones de 10 mil ejemplares cada una, cargadas de información útil, tanto pacientes como para los trabajadores mendocinos.

En la primera edición del 2019 sobresalen temas como el peligro que significa el alto consumo de sal para el ser humano, las claves de una crianza ligada al apego de la familia con los niños y también notas relacionadas a los días que corren, como la de Cáncer Infantil y la Salud Integral de las Mujeres.

También recorreremos la realidad laboral de los profesionales de la salud con material acerca de trabajo Decente, la visita de los integrantes de la Comisión Ejecutiva de **AMProS** al Sur Provincial y la crónica de un fallo judicial que benefició a un delegado de nuestra institución.

Será otro año en el que renovamos el lazo entre los mendocinos y los profesionales que los atienden en cada efector de salud de la provincia, con el propósito de seguir informándonos acerca de temas de salud y sobre todo en defensa de la Salud Pública en la provincia y el país.



La Comisión Ejecutiva de AMProS.

## STAFF REVISTA



**AMProS**  
*Junto a la comunidad*

Dirección General  
**María Isabel Del Pópolo**

Coordinación General  
**Silvia Cadelago**

Dirección  
 y Edición Periodística  
**Leandro Sturniolo**

# Desafío: Reducir el consumo de sal a la mitad

Dr. Carlos Gómez Valdivia. **Médico Clínico.**  
**Comisión Ejecutiva AMProS.**

El consumo excesivo de sal es responsable de numerosos problemas de salud relacionados con insuficiencia renal, osteoporosis o cáncer de estómago, además de las conocidas enfermedades cardiovasculares.

La Fundación Española del Corazón (FEC) afirma que reduciendo el consumo diario de sal a la mitad, tendría efectos comparables a dejar de fumar.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) estableció que el consumo máximo de sal diario no debería sobrepasar los 6 g mientras que la media de consumo en el mundo estaría entre 10 y 12 g logrando en Argentina el consumo de este nefasto valor. El 80% proveniente de los productos envasados y precocinados.

Añadir sal en la comida, es innecesario, sabiendo que el elemento nocivo para la salud es el sodio que contiene, en cualquier tipo de sal.

El sodio contribuye a la retención de líquidos en el organismo, produciendo presión sobre las arterias y la aparición de la hipertensión.

Según datos de la OMS, la hipertensión causa el 62% de los accidentes cerebro vasculares y el 42% de las enfermedades del corazón.

Se ha constatado a través de estudios de alto contenido científico, que una reducción de 3 gramos diarios de sal, disminuiría



significativamente el número anual de enfermedades cardiovasculares, infarto de miocardio y fallecimientos por cualquier causa.

Esta medida también sería beneficiosa desde el punto de vista económico, donde los Estados Unidos consiguieron un ahorro entre 10.000 y 24.000 millones de dólares anuales.

En Finlandia, gracias a una medida de concientización del consumo de sodio, consiguieron una disminución en de 12 a 9 g diarios. Esto redujo las enfermedades cardíacas coronarias y accidente cerebro vascular, entre 75% y 80%, aumentando la esperanza de vida en 5 a 6 años.

Esta tarea se consigue con la participación de todas las partes implicadas. Por el lado de la población, se puede cocinar sin sal, retirar el salero de la mesa o comprar los productos que sean bajos en sal. Por el

lado de la industria alimentaria, debería disminuir la cantidad de sal añadida a los productos que elabora e informar el contenido de sodio en cada uno de sus recipientes. Finalmente, los organismos públicos deberían tomar medidas restrictivas con el consumo de sal: iniciando campañas masivas dirigidas a informar sobre los efectos nocivos de este consumo elevado de sodio.

**Fuente:** Sobre datos de la Fundación Española del Corazón

# La Justicia restituyó al director de un centro de salud que había sido removido

El fallo remarca que el acto fue considerado discriminatorio. En tanto, obligó al Gobierno de Mendoza a que el trabajador retome su puesto como director del Centro de Salud, con las mismas condiciones laborales y salariales.



El doctor Carlos Alico, a cargo del departamento legal de AMProS estuvo al frente del caso.

Luego de la intervención del Departamento Legal de **AMProS**, el director de Centro de Salud N° 60 y delegado gremial del sindicato, que fuera destituido de su cargo por parte del Ministerio de Salud de la provincia, logró el fallo favorable de la Justicia en su caso y debió ser reinstalado en su cargo.

En febrero de 2018, el director del Centro de Salud N° 60, que además había sido designado como delegado gremial en representación de la Asociación Mendocina de Profesionales de la Salud en el Área Departamental de Maipú, fue removido de su cargo por parte de las autoridades de Salud pertinentes.

Lo cierto es que en su derecho como trabajador y como representante gremial de **AMProS** en su ámbito de trabajo, el director del Centro de Salud marcaba a las autoridades las falencias con las que contaba el efector, entre otras la falta de personal y los problemas de infraestructura que impedían realizar de manera

adecuada su trabajo y el del resto del personal.

Es por eso, entre otros tantos fundamentos que la Justicia en su fallo remarca que el acto de removerlo de su puesto fue considerado discriminatorio. En tanto obligó al Gobierno de Mendoza a que el trabajador retome su puesto como director del Centro de Salud, con las mismas condiciones laborales y salariales.

Carlos Alico representante legal de **AMProS** aseguró al respecto: "El fallo consiste en que un representante de **AMProS**, que estaba de director de un Centro de Salud marcaba los inconvenientes que tenía el lugar y la falta de personal y los problemas de infraestructura, fue removido de su cargo en febrero de 2018. La justicia lo tomó como un acto discriminatorio y obligó a reinstalarlo en sus condiciones de trabajo normales y en su puesto de director del centro de salud por considerar la decisión del delegado de Maipú como discriminatoria".

# El apego como lazo afectivo vital en la crianza

Lic. María Virginia Rodríguez Cadelago. Lic. en Psicología.  
Programa de Prevención y Atención del Maltrato Infantil.

Una de las tareas más complejas, comprometidas y desafiantes es la crianza de los hijos. Comienza desde que el bebé está en la panza de la mamá y continúa durante toda la vida. La etapa más importante es la niñez, pubertad y adolescencia.

Ahora nos vamos a enfocar en los primeros años de vida, que son los que dejan huellas para el resto de la misma. Es importante conocer algunos aspectos favorecedores y perjudiciales para afrontar la crianza de forma sana y establecer lazos amorosos entre padres e hijos.

Estos lazos son tan importantes porque marcan los vínculos que los chicos establezcan con los demás, en el futuro. En las relaciones entre padres e hijos debe haber amor, apego, contención, respeto, límites claros, diálogo, atención y sinceridad.

El apego es el lazo afectivo más profundo, importante e inicial entre el bebé y sus personas significativas (madres, padres, cuidadores). Es recíproco, de ambos padres a su hijo y viceversa. Es constante, no se altera y es perdurable, dura casi toda la vida.

El vínculo de apego se logra atendiendo las necesidades físicas y emocionales del bebé, se hace fuerte cuando el niño se siente cuidado y protegido con cariño, se siente amado y entendido. El bebé crecerá sano si el apego es seguro, confiable y estable con los adultos que lo cuidan.

Además del amor y respeto, es importante educar con la verdad, acerca de su identidad, sus orígenes, en caso de adopciones, no ocultarlo, adaptando la respuesta a la edad que tienen cuando lo plantean, sin adelantarse si no lo preguntan. Ocultar la verdad lastima, genera inseguridad, deja rastros que no se ven, que pueden tener consecuencias a largo plazo en la personalidad y la salud mental de los chicos.

Los aspectos perjudiciales en la crianza son diferentes formas de maltrato:

- Maltrato físico: incluye zamarreos, golpes, tirones de ore-



jas o de pelo. Estas actitudes bruscas que se realizan habitualmente y que pueden parecer naturales y normales, en verdad no lo son.

- Maltrato psicológico: gritos, insultos, amenazas, humillaciones, desvalorización, desinterés frente a lo que hace o dice, reproches o comparaciones con el objetivo de lastimarlo.

El descuido y abandono se da cuando se deja a los niños solos o al cuidado de otro niño que no está en condiciones de cuidarlo, no es atendido frente a una enfermedad, no asiste a la escuela, trabaja, etc.

- Otras formas: abuso sexual, que puede producir daños irreparables. Otras más sutiles: no aceptarlos como son y pretender que sean como queremos que sean, cuando no respetamos sus opiniones o no les damos lugar para crecer. Cuando perdemos la paciencia y no les damos tiempo para que incorporen lo que queremos transmitirles, estamos ejerciendo violencia.

***Debemos respetar los derechos de los niños y darles la seguridad básica para que puedan crecer con tranquilidad y confianza.***



Del Pópolo y Jiménez estuvieron al frente de la visita de AMProS a los departamentos San Rafael, Malargüe y General Alvear.

## AMProS recorrió el Sur Provincial

Leandro Sturniolo.  
Departamento de Prensa - AMProS

En un viaje de cuatro días de duración, parte de la Comisión Ejecutiva de **AMProS** recorrió los departamentos San Rafael, Malargüe y General Alvear, donde se mantuvieron reuniones con los delegados de la institución, directores de hospitales, miembros de las delegaciones de OSEP, Áreas Departamentales y trabajadores en general, con quienes se trataron temas laborales que día a día afectan la labor de los profesionales de la zona.

El recorrido incluyó los hospitales Schestakow en San Rafael, Enfermeros Argentinos en General Alvear y el Hospital de Malargüe, donde María Isabel Del Pópolo, secretaria general de **AMProS**, y Daniel Jiménez, secretario gremial de la institución, aprovecharon para acercar la nueva edición de la revista "AMProS Junto a la Comunidad" y bolsas ecológicas para vehículos que reparte el gremio en toda la provincia, en lo que es un compromiso asumido con los mendocinos.

En lo netamente laboral, hubo importantes reuniones con Residentes Nacionales a quienes se le llevaron planillas para el reclamo por el pago de diferencias sobre los aguinaldos. "El objetivo es que con el dictamen legal que reconoce la deuda del Estado, ésta pueda ser cobrada por parte de los trabajadores. "Solo falta que se hagan las liquidaciones para que puedan cobrar", aseguró Daniel Jiménez, secretario gremial de **AMProS**.

Otro de los temas tratados en el viaje de los integrantes de la Comisión Ejecutiva del sindicato al Sur Provincial fue escuchar el reclamo de los prestadores y contratados que aún no han recibido los aumentos otorgados por la paritaria 2018. "Respecto a ese tema ya salió la resolución ministerial y los aumentos se harán efectivos a la brevedad. A los Prestadores les corresponde un 14,5 % a partir de noviembre, o sea cobrarán retroactivo y

en caso de los contratos lo que resta es que cobren el último trimestre de aumento que correspondería al 53,7 que es el total e la inflación acumulada en 2018", aclaró Jiménez.

En tanto, en el departamento Malargüe, Del Pópolo y Jiménez se reunieron con el director del hospital que lleva el mismo nombre del departamento. Allí se trataron distintos temas relacionados a los problemas existentes a nivel institucional, con respecto a las relaciones entre los trabajadores de los diferentes servicios. En este sentido las autoridades de **AMProS** ofrecieron dictar distintas capacitaciones que en el Gran Mendoza mejoraron de manera positiva el clima laboral de los espacios de trabajo.

En General Alvear, uno de los temas centrales fue el reclamo de prestadores de guardia, para quienes no se había respetado los valores de la grilla, a fin de Iniciar el proceso de pago. También se mantuvieron reuniones en todos los departamentos recorridos con licenciados en enfermería, con respecto al cambio de régimen.

"Todos los requerimos y temas puntuales se van a ir evaluando, en algunos casos se encontró solución y otros serán tratados por la Comisión Ejecutiva y los delegados y en caso de corresponder, se elevarán los pedidos al Ministerio de Salud", contó el secretario gremial de **AMProS**.

Por su parte la doctora María Isabel Del Pópolo rescató la importancia de estar en contacto con los trabajadores del Sur mendocino. "Siempre estamos recorriendo la provincia, creemos que el diálogo es vital para la resolución de problemas y poder mejorar así la situación de nuestros afiliados y defender la Salud Pública de los mendocinos con conocimiento de causa", remar-

# Acceso rápido al diagnóstico, la clave para tratar el Cáncer Infantil

Dr. Daniel Jiménez. **Médico Pediatra.**  
**Comisión Ejecutiva AMProS.**



El Día Internacional del Cáncer Infantil, instituido en 2001 por la Organización Internacional de Padres de Niños con cáncer tiene como objetivo concientizar a la comunidad respecto de la importancia de este problema y de la necesidad de un acceso rápido al diagnóstico y tratamiento adecuado. El pasado 15 de febrero se celebró en todo el mundo y desde AMProS buscamos sumar nuestro granito de arena en un tema que no todos atendemos.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el término cáncer infantil se utiliza para designar distintos tipos de cáncer que pueden aparecer en los niños antes de los 15 años.

La sobrevida del cáncer infantil aumentó notablemente en los últimos años en Argentina. El tratamiento temprano y la mejora del soporte clínico de los niños son fundamentales para aumentar las chances de curación.

Se producen anualmente, aproximadamente **1.370 casos de niños entre 0 y 15 años de edad**, lo que implica más de 3 diagnósticos nuevos en promedio por día.

Si bien recibir la noticia de un diagnóstico de esta condición en un familiar puede tener un impacto emocional fuerte, es importante recordar que, con el diagnóstico a tiempo y el tratamiento correcto, en muchos casos el cáncer infantil se cura.

Los tipos de cáncer más comunes en niños son las **leucemias, tumores cerebrales y tumores sólidos**. Por lo general, en comparación con los adultos, **presentan mayor tolerancia a tratamientos agresivos y mejor capacidad de recuperación**.

Con respecto a la detección temprana, los especialistas insisten en que ante cualquier síntoma fuera de lo común, los padres o responsables consulten con el pediatra, quien debe estar alerta y conocer las características de estas patologías para poder detectarlas a tiempo.

## Una enfermedad 'familiar'

Se considera al cáncer pediátrico como una enfermedad fami-

liar, el tratamiento debe contemplar a todos los miembros. Los padres suelen sentir conmoción, incertidumbre, negación, culpa y ansiedad. Los hermanos pueden tener miedo, preocupación y culpa, pero también celos, porque sus padres están muy dedicados al hijo enfermo. Esto puede producir que el hermano tenga trastornos de escolaridad, pesadillas y enuresis (orinarse involuntariamente). Se aconseja el acompañamiento terapéutico a toda la familia.

Los derechos del niño establecidos por Convención Internacional y legislaciones argentinas, deben tenerse en cuenta en el tratamiento de una enfermedad oncológica:

- **Derecho al descanso, esparcimiento y juego:** En todas las unidades de oncología pediátrica de Argentina debe haber una juegoteca o biblioteca.
- **Derecho a volver a su casa:** Siempre que el tratamiento lo permita, deben poder disfrutar de su hogar, familia y amigos.
- **Derecho a la educación:** Tienen que continuar con la escolaridad, con maestras domiciliarias u hospitalarias en todas las unidades de oncología pediátrica del país.
- **Derecho a saber qué les sucede:** Se les debe contar cada procedimiento que se les va a realizar con anticipación para que se puedan preparar emocionalmente. Ahora se sabe que desde los 5 años deben conocerlo, porque la falta de información les puede provocar ansiedad y miedo.
- **Derecho al alivio del dolor:** Para esto, se cuenta con un plan de medicación que garantiza que no sufran dolor en ningún momento de su tratamiento.
- **Derecho a la toma de decisiones:** Si bien las decisiones de gran escala serán tomadas por sus padres y los médicos, los niños tienen la oportunidad de elegir cuestiones del día a día en la medida en que la flexibilidad del tratamiento lo permita, como por ejemplo elegir el brazo del que le saquen sangre, estar en cuarto compartido o acomodar los horarios de las terapias para poder irse a su casa.



# La importancia de educar con tolerancia

Dra. María Isabel Del Pópolo.  
Secretaria General AMProS.

La importancia de educar a los hijos radica en los valores que sabemos enseñarles, como el amor, el respeto, la paciencia, el valor de la paz en la convivencia con los demás.

En todas las épocas la educación en la familia ha sido un desafío, no siempre los hijos arrancan a sus padres una sonrisa, no siempre los padres tienen su ánimo predispuesto para ser tolerantes, para escuchar o para estar atentos a los requerimientos de sus hijos. Se comprende que el estrés, la gran enfermedad de nuestro tiempo, es la culpable de la falta de paciencia, pero cuidado, porque podemos desperdiciar la posibilidad de ser el apoyo en un momento o situación de crisis.

Debemos ser conscientes y responsables de la tarea a realizar, que no es más ni menos que ayudarlos a crecer, sanos física y psíquicamente, con valores que los hagan ser seres pensantes, con la realidad de que forman parte de un todo que al principio se reduce a su familia, para luego ir creciendo como círculos concéntricos que se expanden incluyendo en ellos a la sociedad completa con las virtudes y los vicios típicos que lleva a cuestras.

La paciencia es una de las virtudes, que suele perder con más frecuencia el ser humano y cuando ella se pierde, se suele dar rienda suelta muchas veces sin desearlo, a las angustias acumuladas y esto hace que se grite o se expresen descalificaciones, que no hacen más que desmotivar a los hijos en la búsqueda de caminos de superación.

En muchas ocasiones, cuando el ambiente familiar es hostil, el niño o el joven suelen buscar otras compensaciones.

No olvidemos que la vida es un constante aprendizaje y los hijos necesitan desde que nacen, cuidados, amor y orientación para que durante su crecimiento, desarrollo y la incorporación de sus propias vivencias, puedan reconocer sus virtudes personales, como así también respetar las pautas preestablecidas de toda sociedad democrática y justa, adecuando sus principios al bien común.

## Hay frases que en este aprendizaje de la vida, son útiles para recordar:

- Si otro puede, Tú puedes.
- Si vas hacer algo, hazlo bien.
- No le hagas a otro lo que no quieres que te hagan a ti.
- Se coherente entre lo que dices y lo que vives.
- Ten siempre una actitud positiva, contigo y con los demás.
- Levántate alegre, porque tienes un nuevo día por delante para vivir.
- Da siempre las gracias, porque reconfortas a quien hace algo por ti.
- Aprende a perdonar, el odio sólo a ti te daña.
- Bendice tu vida y la vida de quienes te rodean en todo momento.
- Respeta a los demás y ganarás su respeto.
- Sonríe y disfruta cada momento de tu vida, la vida es como el río, pasa y no vuelve.
- Haz que los demás se sientan felices de compartir contigo sus días.



## MES INTERNACIONAL DE LA MUJER

# Parto respetado y maternidad segura

Dra. Cecilia Sanguedolce. **Médica Clínica.**  
**Comisión Ejecutiva AMProS.**

Como todos sabemos, el 8 de marzo se celebra el Día Internacional de la Mujer. El lema elegido para 2019 es "Pensemos en igualdad, construyamos con inteligencia, innovemos para el cambio". Uno de los temas fundamentales para producir mejores condiciones para las mujeres es pensar en su salud.

El 28 de mayo es uno de los días más importantes del año para las mujeres, se celebra el Día Internacional de Acción por la Salud de las Mujeres.

Las mujeres profesionales durante esos días debemos apoyar a los medios de comunicación, en la difusión y divulgación de todo lo que rodea a nuestra salud, como lo es cómo nos afectan de manera desigual determinadas enfermedades, la salud ginecológica, la salud mental y psicológica, así como los factores sociales y medioambientales, que menoscaban nuestro bienestar.

La salud implica un proceso de bienestar físico, psíquico y social y va solidariamente acompañado de lo que elige cada mujer, teniendo absoluta autonomía y responsabilidad sobre sus prácticas. Por ello, es importante acceder a los servicios de salud, en hospitales o Centros de Salud, para informarse sobre las prácticas de salud sexual y reproductiva, en un espacio de respeto, confianza e intimidad.

Durante sucesivos números de nuestra revista venimos abordando temas de mucho interés para la mujer, como: Parto respetado y maternidades seguras, Prevención del Cáncer de Mama, Examen Papanicolau, Cuidados en el embarazo, Lactancia Materna, Cuidados del bebé y Fertilización asistida, entre otros.

## **Hablemos de Parto respetado y Maternidad Segura:**

Desde 2004, en la Argentina, la Ley 25.929 establece los derechos de madres, padres e hijos durante el proceso de nacimiento. Ordena una serie de premisas que la salud pública y privada debe tener en cuenta en el embarazo, trabajo de parto y posparto. Entre ellas:

- Las mujeres deben ser informadas sobre las intervenciones médicas que se realizan en el embarazo, parto y posparto, evitando prácticas invasivas
- Ser considerada como persona sana, de modo que se faci-



- lite su participación como protagonista de su propio parto.
- Fortalecer a las mujeres y promover el parto natural.
- Brindar la posibilidad y el ámbito adecuado para que los protagonistas en el momento del parto sea la mujer y su pareja y acompañarlos en la toma de decisiones.
- Un parto respetuoso de los tiempos biológicos y psicológicos, evitando prácticas invasivas y suministro de medicación que no estén justificados.
- Elegir quién la acompañe durante el trabajo de parto, parto y posparto. Tener a su lado a su hijo o hija durante la internación, salvo que requiera de cuidados especiales.
- Recibir información adecuada sobre evolución del parto, estado de su hijo/a, lactancia materna, cuidados de sí misma y del niño o niña, efectos adversos del tabaco, alcohol y drogas y sobre anticoncepción en el momento del puerperio.
- Favorecer la participación del padre del recién nacido
- Comodidad a la paciente, con respeto de su intimidad, creencias
- Estrategias para que no haya dolor.
- Contacto entre madre e hijo de forma inmediata

***El parto respetado encierra la idea de parto humanizado, fundamentado en la valoración del mundo afectivo-emocional de las personas, donde cada intervención del sistema de salud impacta de manera diferente en la mujer.***



El equipo de trabajo de AMProS en cada una de sus secretarías lucha en defensa del trabajo decente en la provincia.

## AMProS y el Trabajo Decente

*La meta del "Trabajo Decente" se encuentra dentro de los objetivos de la agenda 2030 de Desarrollo Sostenible de ONU en punto número 8. La finalidad, que también la comparte la Organización Internacional del Trabajo (OIT), es "promover el crecimiento económico sostenido, inclusivo y sostenible, el empleo pleno y productivo y el trabajo decente para todos".*

Claudia Iturbe.  
Secretaria Adjunta - AMProS.

La Asociación Mendocina de Profesionales de la Salud, **AMProS**, ha basado su lucha en la defensa del trabajo decente, teniendo en cuenta el contexto económico y social de la provincia y el país en general y siempre buscando generar igualdad de oportunidades y buen trato en el empleo.

Igual énfasis hemos puesto en la lucha por generar ingresos adecuados y trabajo productivo, horas decentes, combinando el trabajo, la familia y la vida personal. También estuvo siempre y seguirá estando en nuestro plan de lucha la búsqueda de la estabilidad y seguridad de la fuente laboral, un entorno seguro y seguridad social que abarque la protección a la maternidad, los accidentes y la protección sanitaria en caso de enfermedad, licencias especiales y vacaciones, entre otros.

La idea incluye la existencia de empleos suficientes que cubran la demanda de salud de la población mendocina, la remuneración, la se-

guridad en el trabajo y las condiciones laborales salubres.

Lo que tiene que ver con la seguridad social y la seguridad de ingresos son, para nosotros, elementos esenciales. Otros componentes que hacen a nuestros objetivos son el reforzar las relaciones sociales de los trabajadores: los derechos fundamentales del trabajo como la libertad de sindicación y erradicación de la discriminación laboral,

Para **AMProS**, el respeto por el Trabajo decente consiste en salarios más elevados y mayor inversión en salud para poder mantener en alto la bandera de la Salud Pública.

Otra de las aristas vitales del tema laboral es la capacitación profesional, aquí buscamos mejores normas sobre el tiempo de trabajo y el respeto de la igualdad. Esto se traduce en trabajadores mejores, más satisfechos, y más capacitados, esto acompaña a la mejora de la productividad y por ende mejora la Salud Pública.

## EL NIÑO Y SU AMBIENTE

# Riesgos ambientales en el hogar: Plaguicidas

Lic. Esp. Silvia Cadelago. Lic. Nutrición, Esp. en Salud Pública.  
Comisión Ejecutiva AMProS

## ¿Qué son los plaguicidas?

Son sustancias tóxicas diseñadas para matar, repeler o inhibir el crecimiento de organismos vivos, como insectos, mamíferos, plantas, hongos, parásitos, que pueden ser un problema para la agricultura, la salud pública u hogares, escuelas, edificios o comunidades.

## Efectos sobre la salud de la intoxicación por plaguicidas:

El modo de acción para el que han sido diseñados puede ser tóxico para las personas, perturbando procesos esenciales en el sistema nervioso, hormonal, inmune y reproductivo.

La intoxicación por plaguicidas puede ocurrir a través de contacto externo (cutáneo) o interno (inhalación o ingestión).

El riesgo de daño para la salud de los niños no depende de la dosis: la misma dosis de exposición al plaguicida puede ser inocua para un adulto y dañina para un niño.

- Exposición a corto plazo y baja dosis: puede causar lesiones

## Los plaguicidas pueden ser:

- Insecticidas (contra insectos).
- Herbicidas (contra hierbas).
- Rodenticidas (contra ratas).
- Fungicidas (contra hongos).
- Destruidores biológicos de bacterias y virus.

## En el hogar se encuentran en:

- Desinfectantes.
- Lavandina.
- Antihongos.
- Limpiadores de baño.

internas y externas, como irritaciones en piel (sarpullidos y ampollas), ojos, nariz, garganta y boca. La inhalación produce problemas respiratorios y exceso de salivación.

Otros efectos: gastrointestinales (náuseas, diarrea, vómitos), neurológicos (temblores, obnubilación, mareos, dolor de cabeza, visión doble o nublada), dolor muscular, calambres, fatiga y debilidad.

- Exposición a corto plazo a altas dosis: puede causar dificultad para respirar, dolores abdominales, diarrea, pérdida de la conciencia (desmayos), mareos, convulsiones, estado de coma e inclusive la muerte.
- Exposición crónica a bajas dosis: afecta el cerebro, sistema inmunológico y hormonal, el hígado. Defectos de nacimiento y malformaciones, esterilidad, abortos espontáneos y repeti-



dos, parto prematuro y bajo peso al nacer, depresión, fatiga y dolor muscular, pérdida de sensibilidad en las manos, temblores, convulsiones y problemas gastrointestinales. Existe una relación entre el cáncer (leucemia, tumores cerebrales y otros) con la exposición a largo plazo a ciertos plaguicidas desde edades tempranas, especialmente desde la concepción.

Pueden acumularse en el aire, agua y tierra donde pueden reducir la biodiversidad. Se contamina el agua subterránea, lagos, ríos y el agua de bebida.

## Proteja a los niños del envenenamiento por plaguicidas:

- Evite que los insectos invadan el hogar. Selle las grietas y fisuras.
- Mantenga los alimentos en envases herméticos, no los deje fuera de la heladera o en la cocina y mantenga las superficies de baños y cocinas limpias y secas.
- Mantenga los plaguicidas fuera del alcance de los niños y alejados de alimentos o utensilios de cocina. No los guarde en muebles de cocina o estantes bajos.
- No utilice plaguicidas en el hogar, jardín, lugares de juego, mascotas o donde los niños practican deportes.
- En lugar de insecticida en spray, use trampas para insectos y que estén fuera del alcance de los niños.
- Nunca cambie las sustancias químicas de su envase original a otros que puedan ser confundidos con bebidas o alimentos. Identifíquelos claramente con señales de veneno.
- No deje a los niños en jardines, áreas de juego o recreación, que hayan sido rociados con plaguicidas (herbicidas, hormiguicidas, insecticidas, fungicidas, fertilizantes y otros).
- Lave bien frutas y vegetales antes de comerlas. Seleccione los frutos que no estén coloreados artificialmente. Si es posible, elija verduras y frutas orgánicas o de producción o cosecha casera no expuestas a los plaguicidas.

## Breves, como visita de médico

### Coro de AMProS: Inscripciones abiertas sin cargo y comienzo de actividades



Luego de la excelente experiencia de conformar el Coro de **AMProS** en 2018, el comienzo de los ensayos ya tiene fecha programada para el año en curso y será a partir del próximo jueves 7 de marzo, de 19.30 a 22, día y horario que se mantendrá durante todo el 2019.

Para los interesados en ser parte de los ensayos es importante saber que es un beneficio sin cargo para afiliados y también para familiares y amigos de afiliados. Las inscripciones continúan abiertas y es importante destacar que no se requiere experiencia coral ni conocimientos musicales previos para ser parte integrante. Lo cierto es que los encuentros se desarrollan todos los

jueves de 19.30 a 22, en la sede de nuestra institución, en la calle 25 de Mayo 890 de Dorrego, Guaymallén".

Los interesados en comenzar los ensayos pueden llamar al teléfono de **AMProS**: 4315001, o bien enviar un correo electrónico a [capacitacion@ampros.org.ar](mailto:capacitacion@ampros.org.ar).

### Se instala una oficina de matriculación en el Sur

La entidad gremial que defiende los derechos de los profesionales de la salud de Mendoza logró, tras meses de tratativas, que el Ministerio de Salud de la Provincia abra una oficina de matriculaciones para el Sur mendocino con sede en san Rafael a partir marzo de 2019.

La doctora María Isabel Del Pópolo, secretaria general de AMProS fue quien se puso al frente del reclamo que se había transformado en una cuenta pendiente para los profesionales de la salud del Sur de nuestra provincia. "Esto es muy importante porque los profesionales del sur mendocinos no tendrán que viajar a Capital para llevar a cabo los trámites de matriculación y re matriculación. Veníamos insistiendo con esto desde hace muchos meses y esto será una realidad a partir de febrero del año que comienza en pocos días", aseguró.



### Se completó el incremento a profesionales contratados y prestadores



La Asociación Mendocina de Profesionales de la Salud informa que por Resoluciones 3689 y 3690, se logró el aumento del último trimestre a profesionales contratados y prestadores correspondiente a 2018. Durante diciembre, la entidad gremial mantuvo encuentros con autoridades ministeriales, a fin de gestionar el último incremento para estos profesionales, de los haberes correspondientes a 2018.

Para ello, se informa que los interesados deberán acercarse a la brevedad a la Oficina de Personal o de Recursos Humanos de su lugar de trabajo, a fin de conocer la diferencia del monto a facturar a diciembre.