NOTICIAS **CASA**
BOLETÍN INFORMATIVO MENSUAL

SEPTIEMBRE **2017**
AÑO 13 – NÚMERO 130

Sobrepeso y obesidad infantil: ACTUAR A TIEMPO

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el sobrepeso y la obesidad infantil constituyen uno de los principales problemas de salud pública del siglo XXI. Se calcula que la obesidad infantil se ha casi triplicado en los últimos 30 años.
En este sentido, un estudio realizado por la Fundación Interamericana del Corazón (FIC) determina que:

- La prevalencia estimada de sobrepeso y obesidad en niños de América Latina en edad preescolar (menores de 5 años) es de 7,1%.
- En escolares (5 a 11 años) es del 18,9% al 36,9%.
- En adolescentes (12 a 19 años) es del 16,6% al 35,8%.
- Entre el 20% al 25% del total de la población de niños y adolescentes de América Latina tiene sobrepeso y obesidad.
- El número es impactante: 1 de cada 4 niños y adolescentes de América Latina.

¿Cómo influye la publicidad?
Las horas destinadas a mirar televisión se encuentran asociadas a la obesidad, la publicidad presenta una clara influencia sobre los niños y niñas promocionando y alentando al consumo de alimentos no saludables. Si bien lo publicitario no puede enmarcarse como la única causa de esta problemática, abordar la restricción de este tipo de publicidades es fundamental.
Diversos estudios que analizan los puntos de contacto entre la exposición a la televisión y el sobrepeso/obesidad, destacan cuatro factores principales de relación:
- El tiempo que se pasa frente a la televisión reemplaza el tiempo de ejercicio.
- Mientras se mira televisión aumenta el consumo de alimentos de bajo valor nutricional.
- El aumento de la exposición a la televisión conlleva a un aumento en el consumo de los productos publicitados.
- Los niños influyen en las decisiones de compra de sus padres luego de un tiempo prolongado de exposición a la publicidad de alimentos.

¿Cómo se pueden tratar el sobrepeso y la obesidad?
El sobrepeso y la obesidad, son en gran parte prevenibles. Para ello es fundamental que exista una comunidad comprometida y entornos favorables; asimismo se deben adoptar hábitos saludables todos los días tales como:
- Limitar la ingesta de grasas y azúcares.
- Aumentar el consumo de frutas y verduras, legumbres, cereales integrales y frutos secos.
- Incentivar la actividad física.
- Evitar el sedentarismo.
- Se aconseja que los niños no permanezcan más de 2 horas al día frente a la televisión, la PC o las consolas de videojuegos.

Continúa ▶

La obesidad infantil se asocia con una mayor probabilidad de muerte prematura, discapacidad y obesidad en la edad adulta. Pero además de estos riesgos futuros, los niños obesos sufren dificultades respiratorias, mayor riesgo de fracturas e hipertensión, y presentan marcadores tempranos de enfermedad cardiovascular, resistencia a la insulina y efectos psicológicos.

Cómo calcular el IMC de los niños
El índice de masa corporal (IMC) es un indicador simple de la relación entre el peso y la talla (altura) que se utiliza frecuentemente para identificar el sobrepeso y la obesidad de la misma manera que en los adultos. Se calcula dividiendo el peso de una persona en kilos por el cuadrado de su talla en metros (kg/m2).

Fuente: **Ministerio de Salud de la Nación**
Fundación Interamericana del Corazón Argentina

Este texto es solo informativo. Ante cualquier duda consulte a su médico.

INCREMENTO DE CUOTA CASA

Les recordamos que a partir del mes de septiembre, las cuotas y copagos de todos los planes se incrementan en un 5%.

REINTEGRO POR CONSULTAS

Si contás con Plan Plus/BAYRES 4001 te reconocemos hasta $389 para la consulta con profesionales de arancel libre; si sos afiliado al Plan Integral, Jubilados y Pensionados o MED/BAYRES 3001 el monto es de $260. Recordá que se reintegrarán hasta un máximo de 6 anuales, descontándose el copago correspondiente según Plan.

REDUCÍ EL CONSUMO DE PAPEL

UNA FAMILIA MEDIA **CONSUME** EN PAPEL EL EQUIVALENTE A

6 ÁRBOLES

SI ESA MISMA FAMILIA **RECICLA** TODO ESE PAPEL AHORRA

3 + **34.000** LITROS DE AGUA + **4** MESES DE ELECTRICIDAD

ADHERITE A FACTURA SIN PAPEL

Te invitamos a adherirte a Factura sin Papel y asumir juntos el compromiso de promover la protección y preservación del medio ambiente.

¿Cómo me adhiero a Factura sin Papel?
En tres simples pasos desde **www.casa.org.ar**
1. Con tu clave de acceso ingresá en CASA ON LINE
2. En el menú, seleccioná la opción Factura sin Papel
3. Tildá la opción Confirmar y listo!!

Si no contás con clave de acceso solicitala previa y personalmente en cualquier Delegación mediante el formulario de solicitud que conlleva la autorización para la publicación de estos datos.

RENOVAMOS TU CREDENCIAL

Recordamos que a partir del 30 de septiembre vencen las credenciales de todos nuestros planes. Las nuevas podrán ser retiradas únicamente por el titular del grupo familiar o su apoderado a partir de la última semana del mes, en la Delegación del Departamento Judicial en que se encuentra matriculado.
Cabe destacar que, para que la credencial pueda ser entregada se debe contar con todas las cuotas al día, es decir, que si se retira la credencial la última semana de septiembre, el afiliado deberá tener pago hasta el mes de agosto inclusive, si lo hace el 2 de octubre, deberá tener pago hasta el mes de septiembre inclusive.

¡COMUNICARTE CON CASA NUNCA FUE TAN FÁCIL!

Conectate a través de nuestro chat on line y no pierdas tiempo. De 8 a 17 hs. autorizá tus órdenes y consultanos lo que necesites de forma ágil, rápida y sencilla. Ingresá a www.casa.org.ar >autorizaciones>chat on-line

La Caja cumple 70 años y CASA bonifica tus copagos

Durante todo el mes de octubre bonificamos los copagos para la realización de: ecografía mamaria, mamografías y mamografía con técnica de Eklund. No pierdas tiempo y reservá tu turno ahora.
La realización de chequeos preventivos permite la detección temprana del cáncer de mama. El 95% de las mujeres puede salvarse si lo descubre a tiempo. ¡No te quedes sin hacer tus chequeos!

DÍA MUNDIAL DEL CORAZÓN

Cada 29 de septiembre se celebra el día mundial del corazón con el objetivo de dar a conocer las enfermedades cardiovasculares, su prevención, control y tratamiento.
No olvides consultar a tu médico y realizar tus controles periódicos; algunos de los recomendados son: Electrocardiograma, Rx torax, Análisis Clínicos y Ecocardiograma Bidimensional.
Conocé en nuestra Web los prestadores en cartilla de acuerdo a tu Plan

ODONTOLOGÍA: BAJA DE PRESTADOR

De acuerdo a lo dispuesto por la Auditoría Odontológica se resolvió dar de baja de nuestra cartilla de prestadores al odontólogo Dr. Ariznavarreta Nicolás (MP 91227) de la localidad de Mar del Plata perteneciente a la Asociación Odontológica Marplatense. Como así también, a la odontóloga Dra. Herrlein Gabriela (MP 44891) de la localidad de Vicente López perteneciente a la Federación Odontológica de la Provincia de Buenos Aires.

LE DAMOS LA BIENVENIDA A LOS NUEVOS AFILIADITOS

Benicio Ameijeiras Chiarullo; Felipe Frigoni; Santiago Herrera; Ranbir Anibal Kumar; Sofía Luisa Ratti; Nina Russo; Ángela Saggese; Sofía Tempestoso; Emilia Tempestti; Vicente Vitali.

Tenga su cuota al día - Medios de Pago

ePagoMisCuentas Banelco · LINK Pagos · rapipago Venís, pagás y listo. · Provincia NET · Banco Provincia · DELEGACIONES Caja de Abogados · VISA Débito y Crédito en Delegaciones · Débito Automático en cuenta bancaria · BBVA Banco Francés Transferencia · Banco Provincia Transferencia

CAJA ABOGADOS
Provincia de Buenos Aires

Propiedad intelectual N°5245478

Impresión
La Stampa Impresores S.R.L.
consultas@lastampaimpresores.com.ar

Editor Responsable:
Dr. Daniel Mario Burke

Director:
Dr. Fernando P. Levene

Propietaria:
Caja de Previsión Social para Abogados de la Provincia de Buenos Aires

CUIT: 30-53270805-9

Dirección:
Avenida 13 N° 821/29 3° Piso
(1900) La Plata
Provincia de Buenos Aires
Teléfono: (0221) 439-3939

Página Web:
www.cajaabogados.org.ar

Producción Integral:
Área de Comunicación Institucional
Lic. Cecilia Pérez Ledesma

Redacción:
Lic. Camila Lazzarini
Lic. Dana I. Chiérico

Diseño y diagramación:
Carlos S. Luchetti