

Por Nuestra Salud



- ▶ **Uso de barbijos sociales**
- ▶ **Calendario de Vacunación**
- ▶ **Planta medicinal**
- ▶ **Mascarillas tapabocas en niños**
- ▶ **Cuarentena: Impacto emocional**
- ▶ **Humor de Periotti**



ESTE INVIERNO POTENCIÁ TUS DEFENSAS



VITAMINA C

Barrera Inmunitaria



- Ayuda a fortalecer las defensas del organismo potenciando la respuesta del sistema inmunitario.
- Ayuda a disminuir más rápidamente los síntomas de infecciones respiratorias, incluido el resfrío común.
- La Vitamina C se considera indispensable para el crecimiento, desarrollo y funcionamiento del organismo.



PROPÓLEO SPRAY

Barrera Respiratoria



- Actúa como agente antiséptico del aparato respiratorio.
- Ayuda a una respuesta antiviral natural.
- En garganta y boca colabora a la acción germicida del organismo previniendo el desarrollo y colonización de agentes infecciosos.



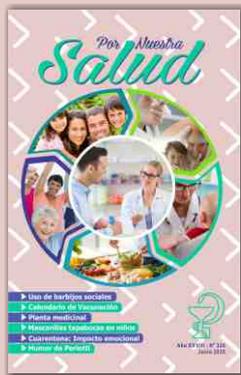
**LACTOBACILLUS r GG
PROBIÓTICO**

Barrera Digestiva



10.000 MILLONES (UFC) DE PROBIÓTICOS

- Ayuda a potenciar la respuesta del sistema inmunitario.
- Ayuda a prevenir infecciones de las vías respiratorias.
- Ayuda a restaurar el equilibrio digestivo.



AÑO XXVIII - N° 326
Junio de 2020

Propietario Colegio
de Farmacéuticos de
la Provincia de Santa Fe
1° Circunscripción.
Crespo 2837 (3000) Santa Fe

Dirección:
Farm. Adriana A. CUELLO

Producción y Redacción:
Farm. Ana M. GONZÁLEZ
Farm. María Rosa PAGANI

Colaboración:
Celia RUDI
Adriana GITRÓN

Diseño: Ma. Victoria Acosta
Tel.: 0342 - 154056987

Impresión:
Imprenta LUX S. A.
Hipólito Irigoyen 2463
(3000) Santa Fe

Fuente:
La información general
proporcionada en los artículos
que se mencionan en el temario,
es extraída del Sistema
de Información de Medicamentos
(SIM) del Colegio de Farmacéuticos
de la Prov. de Sta. Fe, 1° C.
Página web: www.colfarsfe.org.ar
f Colegio de Farmacéuticos
de Santa Fe 1ra Circunscripción

Registro de la Propiedad
Intelectual 09432432



04 Uso de barbijos sociales



06 Calendario de Vacunación



09 Planta medicinal: Hiedra



12 Mascarillas tapabocas en niños



14 Cuarentena: Impacto emocional



18 Receta de cocina: Pastel de naranja

Es una publicación del Colegio de Farmacéuticos de la Provincia de Santa Fe, 1ª Circunscripción, producida por su Dpto. de Actualización Profesional (DAP) para ser distribuida en farmacias.

9 de Julio 2967 - Tel.: (0342) 455-0189 / 410-1000 - 3000 Santa Fe

TIRADA: 35.000 EJEMPLARES

GESTION PUBLICITARIA: 9 de Julio 2967. Tel.: (0342) 455-0189 / 410-1022
celia.rudi@colfarsfe.org.ar

Publicación auspiciada por las Direcciones de Red de Medicamentos y Tecnologías Farmacéuticas, y de Promoción y Prevención de la Salud del Ministerio de Salud de la Provincia de Santa Fe.

El mensaje y contenido de los anuncios publicitarios no son responsabilidad del Colegio de Farmacéuticos de la Provincia de Santa Fe, 1ª Circunscripción, a menos que así se especifique.

Uso de barbijos sociales



Los barbijos sociales, es decir aquéllos confeccionados en forma doméstica para cubrir nariz, boca y mentón, se usan como barrera de protección durante la actual pandemia por coronavirus. Para que cumplan esta función, es importante que su elaboración y modo de empleo sean adecuados.

El uso de barbijos sociales confeccionados con telas “no sanitarias” se recomienda para todas las personas sin síntomas y que no están en el grupo de riesgo, en particular cuando transitan ámbitos públicos (supermercados, farmacias, bancos, transporte público), como una estrategia para reducir el contagio del virus y evitar que personas que no saben que están infectadas lo diseminen. En algunas localidades, el uso es obligatorio.

Los niños menores de 3 años, las personas con problemas para respirar y las que no puedan sacarse el barbijo sin ayuda (personas con discapacidad), no deben utilizarlo.

Los **barbijos de uso quirúrgico** y los **respiradores N95** deben reservarse para los integrantes del equipo de salud ya que ellos tienen mayor riesgo de enfermarse al estar más expuestos al virus que el resto de la población. Es necesario protegerlos asegurándoles la disponibilidad del material de barrera, y tener en cuenta que un personal de salud enfermo significa menor capacidad de atención para los pacientes.

¿Qué se debe tener en cuenta para la selección y el uso del barbijo social?

Debe estar confeccionado de modo que...

- Se ajuste bien pero cómodamente contra el puente nasal y el costado de la cara.
- Sea fácil de retirar por los elásticos, para evitar tocarlo o acercar las manos a la cara.
- Tenga varias capas de tela (al menos dos).
- Permita respirar sin dificultad.
- Se pueda lavar con agua y jabón y secar, sin dañarlo ni cambiar su forma.

Se recomienda usar telas de algodón de alto gramaje (densidad). Varios estudios su-

gieren que tejidos densos con mezcla (no 100% algodón) son adecuados y se enfatiza en que puedan ser lavables a fin de asegurar su reutilización.

En cuanto al uso...

- Antes de colocarse un barbijo, higienizarse las manos con agua y jabón o utilizar una solución alcohólica al 70%.
- Cubrirse la boca y la nariz con el barbijo. Asegurarse que no haya espacios entre el barbijo y la cara.
- Evitar tocar el barbijo mientras se está usando; en caso de hacerlo, higienizarse las manos con agua y jabón o utilizar una solución alcohólica al 70%.
- Cambiar el barbijo en cuanto esté húmedo o visiblemente sucio (en lo posible no más de 90 minutos de uso).
- Para quitarse el barbijo, hacerlo por detrás sin tocar la parte delantera del mismo, ponerlo inmediatamente en un recipiente cerrado (hasta tanto se proceda al lavado) y lavarse las manos con agua y jabón o utilizar una solución alcohólica al 70%.

Pautas para la reutilización de los barbijos sociales

- Si son de tela, lavar con agua y abundante jabón, preferentemente a temperaturas elevadas. Dejar secar en lugar seco sin contacto con otros objetos.
- Dado que el virus puede sobrevivir solo unos días en las telas, es factible dejar el barbijo social en lugar seco (recipiente cerrado) durante al menos tres días. Esto implica contar con un stock de barbijos personales para rotar.

El uso “adecuado” del barbijo social colabora en la protección de la comunidad contra el coronavirus.



URGENCIAS ODONTOLÓGICAS

Lunes a Viernes 22 a 4 hs.
Sábados A partir de las 14 hs.
Domingos y Feriados las 24 hs.

Atención sin cargo para los socios del D.O.S.

CIRCULO ODONTOLÓGICO SANTAFESINO
EVA PERON (ex Catamarca) 2467 - 3000 SANTA FE

CALENDARIO DE VACUNACIÓN

Recién Nacido	2 Meses	3 Meses	4 Meses	5 Meses	6 Meses	12 Meses	15 Meses	15-18 Meses	24 Meses	5-6 Años	11 Años	ADULTOS	
HEPATITIS "B" Dosis Neonatal 1	QUÍNTUPLE Hib DPT HB 1ª Dosis 3	MENINGOCOCO 1ª Dosis	QUÍNTUPLE Hib DPT HB 2ª Dosis	MENINGOCOCO 2ª Dosis	QUÍNTUPLE Hib DPT HB 3ª Dosis	TRIPLE VIRAL SRP 1ª Dosis 6	VARICELA Única Dosis	CUÁDRUPLE Hib DPT 1ª Refuerzo 7	TRIPLE VIRAL SRP 2ª Dosis	HEPATITIS "B" Iniciar o completar esquema 9	TRIPLE VIRAL SRP Iniciar o completar esquema 9	DOBLE BACTERIANA dT * Refuerzo 12	SRP o SR Iniciar o completar esquema 13
BCG Única Dosis 2	NEUMOCOCO Conjugada 1ª Dosis 4	NEUMOCOCO Conjugada 2ª Dosis	NEUMOCOCO Conjugada 2ª Dosis	NEUMOCOCO Conjugada Refuerzo	HEPATITIS "A" Única Dosis	TRIPLE VIRAL SRP 2ª Dosis 6	MENINGOCOCO Refuerzo	TRIPLE VIRAL SRP Iniciar o completar esquema 6	POLIO 3ª Dosis	TRIPLE BACTERIANA acelular dTpa 1ª Dosis 8	VPH Dos Dosis 10	MENINGOCOCO Única Dosis	SRP o SR Iniciar o completar esquema 6
ROTAVIRUS * 1ª Dosis 15	GRUPE ** Dosis Anual 14	GRUPE * Dosis Anual 14	GRUPE * Dosis Anual 14	GRUPE * Dosis Anual 14	GRUPE * Dosis Anual 14	TRIPLE BACTERIANA DPT 2ª Refuerzo 8	POLIO Refuerzo	TRIPLE BACTERIANA acelular dTpa 2ª Dosis 11	SRP o SR Iniciar o completar esquema 13	TRIPLE BACTERIANA DPT 2ª Refuerzo 8	TRIPLE BACTERIANA acelular dTpa 2ª Dosis 11	MENINGOCOCO Única Dosis	SRP o SR Iniciar o completar esquema 13
Embarazo:	GRUPE ** Dosis Anual 14	GRUPE * Dosis Anual 14	GRUPE * Dosis Anual 14	GRUPE * Dosis Anual 14	GRUPE * Dosis Anual 14	GRUPE * Dosis Anual 14	GRUPE * Dosis Anual 14	GRUPE * Dosis Anual 14	GRUPE * Dosis Anual 14	GRUPE * Dosis Anual 14	GRUPE * Dosis Anual 14	GRUPE * Dosis Anual 14	GRUPE * Dosis Anual 14
Personal de Salud:	HEPATITIS "B" Iniciar o completar esquema 9	HEPATITIS "B" Iniciar o completar esquema 9	HEPATITIS "B" Iniciar o completar esquema 9	HEPATITIS "B" Iniciar o completar esquema 9	HEPATITIS "B" Iniciar o completar esquema 9	HEPATITIS "B" Iniciar o completar esquema 9							

Fiebre Amarilla: Para residentes en zonas de riesgo. **18 meses:** 1º Dosis. **11 años:** Único Refuerzo.
Fiebre Hemorrágica Argentina: Única dosis a partir de los 15 años para residentes o trabajadores con riesgo ocupacional en zonas de riesgo.

Vacuna contra la poliomielitis. Nuevo esquema

A partir de junio del 2020, se reemplazará en el Calendario Nacional de Vacunación de Argentina, la vacuna antipoliomielítica oral bivalente (bOPV), más conocida como Sabin, por la Salk que es la vacuna inactivada (IPV) inyectable.



El nuevo esquema de vacunación con la IPV constará de 3 dosis a los 2, 4 y 6 meses de edad y un refuerzo al ingreso escolar.

La vacuna Sabin fue reemplazándose paulatinamente en los calendarios de vacunación dado que esta vacuna está conformada por virus vivos atenuados que son genéticamente inestables. Esto no ocurre con la vacuna inyectable porque los virus están “muertos”.

La poliomielitis es una enfermedad muy contagiosa, en ocasiones grave y afecta principalmente a menores de 5 años. Puede comprometer al sistema nervioso, causar parálisis y hasta ocasionar la muerte. No tiene tratamiento y puede prevenirse a través de la vacunación.



Colegio de Podólogos
Provincia de Santa Fe
1ª Circunscripción

Psje. Liniers 3709 - Santa Fe - Tel: 0342 -4563799

Email: cpodologosfe2011@gmail.com

¡Cuidar nuestros pies evita trastornos importantes en la salud!

**Micosis (Hongos) - Helomas (Callos)
Traumatismos ungueales (Uñas encarnadas)
Y otras afecciones**



**Deben ser tratadas sólo por un profesional matriculado.
No arriesgue su salud.**

Visite nuestra web-page: cpodologosfe.org

EL ÚNICO QUE GARANTIZA
98%
ABSORCIÓN

AYUDA A REGENERAR

CARTÍLAGOS Y LIGAMENTOS

AYUDA A REDUCIR

DOLORES ARTRÍTICOS Y
REUMATOIDES

AYUDA A INCREMENTAR

LA TONICIDAD MUSCULAR

AYUDA A MEJORAR

LA CALIDAD DE LA PIEL
LA CALIDAD DEL SUEÑO
RECUPERACIÓN DESPUÉS
DE UN ACCIDENTE



Genacol®

LA EVOLUCIÓN DEL COLÁGENO

 AminoLock
Tecnología Secuencial

 Tecnología Canadiense


INNOVAPHARMA
ARGENTINA

Genacol® *Derma*

BELLEZA A TRAVÉS DEL COLÁGENO

LA IMPORTANCIA DEL COLÁGENO

El colágeno constituye más
del 90% de la dermis de la piel.

PRODUCTOS EXCEPCIONALES

Una fórmula que ayuda en la producción
del colágeno de la piel.

TECNOLOGÍA PATENTADA

Producto Canadiense de la mas alta
tecnología.

 Tecnología secuencial AminoLock®



TRATAMIENTO NUTRICOSMÉTICO ÚNICO

"La combinación perfecta para la Salud y Belleza de tu Piel"



Plantas medicinales

Hiedra

Hedera helix L.

La hiedra pertenece a la familia de las Araliáceas. Se caracteriza por presentar hojas tri o pentalo-
buladas de forma variada.



Características

Esta planta es originaria de Europa y está ampliamente distribuida en las regiones templadas de Asia y norte de África.

Es un sufrútice (planta pequeña con ramificaciones leñosas en la base y herbáceas hacia el ápice) trepador y perenne, que puede alcanzar grandes dimensiones. Tiene numerosas raíces adventicias que le sirven como sostén para trepar por muros o hasta gran altura por los árboles. No es una planta parásita.

Sus hojas pecioladas son coriáceas de color verde brillante, tienen forma entre acorazonada y elíptica, con numerosas nervaduras más claras, palma-lobuladas. Sus flores amarillas verdosas están reunidas en umbelas terminales. Sus frutos son bayas negras globosas, esferoidales, de olor aromático, contienen semillas de albumen córneo; su sabor es amargo, desagradable.

Medicinalmente se utilizan las hojas. Las ubicadas en los extremos de las ramas en flor y recolectada en otoño, contendrían mayor cantidad de principios activos. Se deben secar cuidadosamente al aire.

Componentes

Las hojas contienen: flavonoides, saponinas (hederina, hederacósido A, hederagenina, glucopiranosil-hederagenina, caulósido F), ácidos polifenólicos (cafeico, clorogénico), taninos.

Propiedades

Tiene propiedades espasmolítica, sobre todo a nivel bronquial, y expectorante. También es vasoconstrictora. Por vía externa tiene acción analgésica y lipolítica.

Usos de la hiedra

Se utiliza para calmar la tos. Se prepara una infusión con una cucharadita de hojas desecadas y trozadas a la que se le agregan 250 ml de agua hirviendo, se deja en reposo 10 minutos, se cuela y se bebe endulzada con miel. Se debe limitar su uso a unas pocas tomas y no sobrepasar la dosis. En la actualidad, están disponibles especialidades medicinales con *Hedera helix* para la tos.

Por su acción analgésica, se utiliza externamente en reumatismo y neuralgias. En zonas rurales se elabora una pomada con 300 g de grasa de cerdo y 150 g de hojas de hiedra fresca picada. Se calienta a Baño María (BM) durante 4 h y se revuelve de vez en cuando. Se deja enfriar y se elimina el líquido sobrenadante. Luego se funde a BM y se cuela con un paño limpio.

Sus propiedades lipolíticas son aprovechadas en la preparación de jabones, geles y cremas para tratar los nódulos celulíticos, y en la prevención y tratamiento de las estrías dérmicas. Suele asociarse a la *Centella asiatica* L.

Para uso externo se prepara una decocción con 200 g de hojas/L de agua y se aplica sobre várices, zonas inflamadas y doloridas.

Popularmente se elabora una pasta y se aplica sobre callos, "ojos de gallo" y otras durezas de pies. Se prepara con 100 g de hojas frescas maceradas en ½ L de vinagre durante 3 días y luego se trituran. Es conveniente poner los pies en remojo antes de su aplicación.

Precauciones

La hiedra no debe usarse durante el embarazo ni en la lactancia.

En uso interno (infusión) se deben emplear "siempre" las hojas secas, nunca las frescas.

Las bayas son tóxicas, pueden provocar vómitos y cólicos. En niños, 2 ó 3 bayas pueden ocasionar una intoxicación grave.

Las hojas y las bayas pueden producir dermatitis de contacto en personas sensibles.

Curiosidades

Antiguamente esta planta era considerada "mágica", protegía contra los malos espíritus y la borrachera. Baco, el dios romano del vino, se presenta coronado por hiedra.

Las coronas de hiedra representaban el símbolo de la fidelidad y adornaban las ceremonias matrimoniales en la antigua Grecia.

Debido a su longevidad, esta especie fue venerada como símbolo de la inmortalidad.

Colaboración: Farm. Yenie Eichenberger

RECUERDE: el uso de plantas medicinales no debe ser motivo de retraso a la consulta médica. Tampoco debe reemplazar la medicación prescrita por el médico. Cuando consulte al médico, comuníquelo si está utilizando hierbas medicinales.

MARGEN AZUL SRL



DISTRIBUIDORA DE PERFUMERÍA NACIONAL E IMPORTADA, COSMÉTICAS
TINTURAS, PRODUCTOS DE HIGIENE PERSONAL Y MUCHO MÁS

ENVIOS A TODO EL PAÍS 

SITIO WEB PARA PEDIDOS ONLINE

<http://www.margenazul.com.ar>

ISSUE

paco
rabanne

adidas

Petit Enfant

FC
FRAGRANCIAS CANNON

BOOS

Mimo & Co

ONASAEZ

Fulton
SINCE 1953

BENITO
BENITOfernandez

317 LIBERA
tu belleza
interior

KEVINGSTON

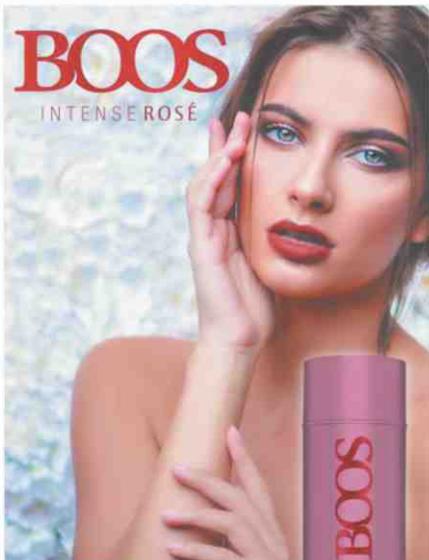
Cherubelle

KOSIUKO

DISNEY

NUEVO LANZAMIENTO

BOOS
INTENSE ROSE



EAU DE PARFUM

BOOS
INTENSE ROSE



Uso y riesgos de las mascarillas tapabocas en niños

COVID-19



- 1** Poner máscaras faciales en bebés y niños pequeños puede provocar asfixia y resultar mortal.
- 2** **A partir de los tres años** los niños pueden necesitar una máscara en lugares públicos. Sin embargo, lo más importante es mantener el distanciamiento social y que los miembros de la familia se laven las manos antes de tocar al bebé o al niño pequeño.
- 3** Deben utilizarse en lugares donde sea difícil mantener más de 2 metros de distancia, o donde exista riesgo de aglomeración (transporte público, supermercados, etc.)

4 No se recomienda el uso de mascarillas durante la realización de actividad física.

5 Tanto la colocación, como el uso y la retirada de las mascarillas deben estar siempre supervisados por un adulto.

6 Es importante explicar a los niños que las personas usan máscaras como una forma de ayudar a los demás. Los niños deberían pensar en esto como un acto de responsabilidad social.

7 Pueden ser útiles las máscaras informales con motivos acordes a su edad.



! La mascarilla debe ser lavada y secada después de cada uso. Luego desinfecte las manos.



Por un niño sano
en un mundo mejor

SAP

SOCIEDAD ARGENTINA
DE PEDIATRÍA
COMITÉ NACIONAL
DE PREVENCIÓN DE LESIONES

Al coronavirus lo
frenamos entre todos.



Distribuidora Farmacéutica Del Río

Regidiet®



Katalia
cosmética



Disney

PTM



SWEET
SENSATION

TRIM®



Laboratorios

meg line®



ORTOPEDIA



distribuidoradelrioparana@gmail.com
Tel 0343 154 533669 de 8 a 12hs

Up!
★
NAILS

0343-15-103899

La página del pediatra



Dr. Raúl Nessier

Impacto emocional en niños y niñas en cuarentena

De repente, todos debimos quedarnos en casa, confinados por muchas semanas y, con el transcurrir de los días, aparecieron síntomas de ansiedad, irritabilidad o depresión, de los cuales no escapan los niños, las niñas y los adolescentes. Es importante que los padres intervengan para que esta situación no les deje secuelas.

Al principio nos pareció otro “fin de semana largo” o el comienzo de “unas cortas vacaciones” pero a medida que fueron pasando los días y ante la incertidumbre que se planteaba, nos dimos cuenta que “no estábamos preparados para esto y los chicos tampoco”.

La infancia es la edad del movimiento, del juego, del esparcimiento, de la libertad, de la creación: correr, trepar, arrastrarse, saltar, ensuciarse. Pero en pocas horas los niños y las niñas tuvieron que estar más quietos, no podían salir de sus casas. Se suspendieron las clases, dejaron de ver a sus maestros, amigos y compañeritos, se separaron de primos, tíos, abuelos y tuvieron que dejar de frecuentar plazas, peloteros, reuniones familiares, cumpleaños. Deben ahora lavarse las manos con agua y jabón a cada rato (cosa que no les gusta a algunos de ellos), hacer tareas on-line; hasta las tablets y el celular de los que no se desprendían nunca, los aburren. Además, sus padres están todo el día con ellos.

Ante esa situación, los niños y las niñas se desconcertaron y, es que por ser verdaderas “esponjas emocionales”, escucharon, vieron e internalizaron mucho más que lo que los adultos suponían, estuvieron pendientes de noticias, observaron gestos de preocupación y miedo en los mayores. Sin entender del todo lo que pasaba, fueron sintiendo temores (recordemos que los pequeños no diferencian la realidad de la fantasía) y captaron con mucha intensidad que algo “no habitual estaban viviendo”.

Algunos de los síntomas que presentan los niños ante esta situación estresante son: ansiedad, decaimiento, depresión, enojos, rabietas, tristeza, miedo, trastornos del sueño, pesadillas, cambios en su estado de ánimo, regresiones (chuparse el dedo, hablar como bebé o hacerse nuevamente “pis encima”). En los más grandes: aislamiento, rebeldía, depresión o irritabilidad.



Los padres...

¿Cómo podemos ayudar a que esta situación pase sin dejarles secuelas?

Hablarles: preguntarles lo que sienten, escuchar sus respuestas, dialogar, explicarles lo que pasa con conceptos cortos, claros, usando palabras sencillas, para que ellos puedan comprender la realidad que viven, de acuerdo a su edad. Para ello podemos recurrir a un cuento, un juego o un dibujo.



No contagiarles nuestros miedos: darles muestras de seguridad, de amor, de cercanía afectiva. Tal vez es la primera ocasión en que tienen a mamá y papá juntos muchos días seguidos y eso les genera tranquilidad a pesar del miedo.

No consumir compulsivamente noticias de la pandemia delante de ellos: les produce un verdadero bombardeo que no pueden procesar.

Establecer una rutina: tener horarios para levantarse, comer, jugar, descansar, realizar tareas, relajarse, ver tele o usar tablets o celular, esto crea estabilidad emocional... no se está de vacaciones.

Crear espacios para la creatividad: será adecuado compartir lecturas, cuentos, películas, dibujos, pinturas, juegos didácticos o de mesa; incentivar la imaginación de los niños y las niñas.

Organizar momentos de movimiento: canalizar las energías propias de la edad y su necesidad de estar en movimiento. Si bien “no hay” plazas, ni peloteros, debemos utilizar los espacios que tengamos, si son al aire libre y con momentos de sol, mejor; sino con lo que se disponga: hacer ejercicios, saltar la soga, escuchar música y bailar con ellos.

Mantener el contacto con sus seres queridos: como seres sociales, necesitamos compartir con los otros, si bien estamos aislados físicamente, es hora de estar más cerca afectivamente. Se los puede comunicar por video-llamadas o WhatsApp con abuelos, parientes, amigos y maestros. Al compartir los momentos que les toca vivir y ver que a los demás les pasa lo mismo, les ayuda a “metabolizar” sus propios temores.

Un ambiente de calma, paz y armonía, ayudará a los pequeños a mantener la tranquilidad.

Este tiempo de “encierro” es una oportunidad única de convivencia íntima y cotidiana, ojalá podamos hacer de ella una experiencia rica en aprendizaje.

Saber que **esta situación inédita** que paró al mundo y metió dentro de sus casas por semanas a millones de niños en todo el planeta, **pasará**. Volverán gritos, risas, cantos, bullicio, movimientos a llenar de vida los parques, plazas, peloteros, patios de las escuelas...y la niñez habrá recobrado la plenitud!

Esta página quiere estar atenta a las inquietudes de los lectores, por lo que los invita a hacer preguntas o sugerir temas de su interés. Envíenos su propuesta a: lapaginadelpediatra@hotmail.com



Hasta la próxima...

ENTRETENIMIENTO

LA PALABRA ESCONDIDA

Sin cambiar las letras de lugar ¿te animás a encontrar palabras dentro de la palabra **calculadora** ?

Ayuda: cal, calcula, cala, cara, caldo...

¿Y dentro de las palabras?

telescopio

locomotora



La solución en el próximo número...

Solución a la propuesta del número anterior:

Practicá el pensamiento lateral...



- ¿Cuántos meses tienen 28 días? **Doce, ya que todos los meses del año tienen al menos veintiocho días.**
- Dos personas estuvieron jugando a las damas. De cinco partidas cada una ganó tres. ¿Cómo es posible? **Las dos personas no estaban jugando entre sí.**
- ¿Qué animal tiene los pies en la cabeza? **El piojo.**

HUMOR



CÍRCULO DE KINESIOLOGOS DE SANTA FE
SARMIENTO 3964 - SANTA FE - Cp3000
TEL: 0342-4551301
E-MAIL: coordinacion@circulokinessf.com.ar



CÍRCULO DE KINESIOLOGOS DPTO. GRAL. OBLIGADO
PATRICIO DIEZ 1080 - RECONQUISTA - Cp3560
TE: 03482-428284
E-MAIL: circkines@hotmail.com

CÍRCULO DE KINESIOLOGOS DPTO. CASTELLANOS
ALMAFUERTE 78 - RAFAELA - Cp2300
TEL: 03492-437386
E-MAIL: kinesiologos@ciudad.com.ar



**POR INFORMACIÓN SOBRE LUGARES HABILITADOS
(CONSULTORIO, CENTROS Y PISCINAS DE KINESIOLOGÍA),
PROFESIONALES MATRICULADOS Y FORMADOS EN
TERAPIAS ESPECÍFICAS, CONSULTE AL COLEGIO Y/O
CÍRCULOS DE KINESIOLOGOS DE SANTA FE 1ra.
CIRCUNSCRIPCIÓN.**



CÍRCULO DE KINESIOLOGOS DPTO. LAS COLONIAS
AUFRANC 998
ESPERANZA - Cp3080
TEL: 03496-411202
E-MAIL: kinesiologoslascolonias@yahoo.com.ar

CÍRCULO DE PROFESIONALES DE LA REHAB. DPTO.
SAN MARTÍN
Av. Jorge Ortiz 1978 - SAN JORGE - CP 2452
TEL: 03406-442551
E-MAIL: cprsm@hotmail.com - www.cprsm.org.ar

COLEGIO DE KINESIOLOGOS Y FISIOTERAPEUTAS

"Los kinesiólogos son lo únicos profesionales matriculados y legalmente habilitados para brindarle un tratamiento adecuado."

Auxiliares en kinesiología, esteticistas, masajistas, masoterapeutas, etc.. No son títulos reconocidos para trabajar en salud. Ante la duda consúltenos, su salud nos importa.

COLEGIO DE KINESIOLOGOS Y FISIOTERAPEUTAS

Av. Rivadavia 2553 Local 73 | CP: 3000 - Santa Fe | TEL: 0342 452-8425
e-mail: info@kinesiologossantafe.com.ar | www.kinesiologossantafe.com.ar



Comidas y dulzuras



Pastel de Naranja

Ingredientes

Para el Pastel:

- ✓ 2 tazas de harina
- ✓ 1 ½ tazas de manteca
- ✓ 2 cditas. de polvo de hornear
- ✓ 2 tazas de azúcar
- ✓ 1 pizca de sal

- ✓ 2 cdas. de ralladura de naranja
- ✓ 1 cda. de ralladura de limón
- ✓ 5 huevos
- ✓ 1 ½ tazas de jugo de naranja natural

Para el Relleno:

- ✓ 1/2 taza de azúcar
- ✓ 1 cda. de harina
- ✓ 1/2 taza de jugo de naranja natural
- ✓ 1 yema de huevo
- ✓ 1 cda. de manteca

Preparación

- 1- Batir la manteca, ralladuras de naranja y limón y azúcar.
- 2- Añadir los huevos. Incorporar poco a poco la mezcla tamizada de harina, polvo de hornear y sal, mientras se alterna con el jugo de naranja.
- 3- Enharinar y enmantecar 2 moldes del mismo tamaño. Distribuir la mezcla equitativamente en los dos moldes y hornea a 180 °C por 45 minutos. Desmoldar y dejar enfriar.
- 4- Para el relleno, en una cacerola mezclar el azúcar, la harina, el jugo de naranja y la yema. Calentar a fuego bajo y revolver hasta que hierva ligeramente y espese.
- 5- Retirar del fuego, agregar la manteca y dejar enfriar.
- 6- Colocar una capa de pastel, relleno, la otra capa de pastel. Espolvorear la superficie con azúcar impalpable.

Tips: Resulta muy rico con un baño de chocolate.



Genacol®

LA EVOLUCIÓN DEL COLÁGENO

EL ÚNICO QUE GARANTIZA
98%
ABSORCIÓN

**AYUDA
A REGENERAR**

CARTÍLAGOS Y LIGAMENTOS

**AYUDA
A REDUCIR**

DOLORES ARTRÍTICOS Y
REUMATOIDES

**AYUDA
A INCREMENTAR**

LA TONICIDAD MUSCULAR

**AYUDA
A MEJORAR**

LA CALIDAD DE LA PIEL
LA CALIDAD DEL SUEÑO
RECUPERACIÓN DESPUÉS
DE UN ACCIDENTE



INNOVAPHARMA
ARGENTINA

 Tecnología Canadiense

 AminoLock
Tecnología Secuencial



Los beneficios de Salud
que más necesitás

www.dsalud.com.ar

Ponete tecno!

Nuevas promociones con descuentos de hasta un 30%



Con D Salud
podés ahorrar
a la hora de
comprar



1



Ingresá a nuestro sitio web,
buscá las promociones que
más te gusten y emití los bonos.

2



Confirmá la reserva para retirar el
producto en tu farmacia de afinidad
o en la que te quede más cómoda.

3



Podés imprimir el bono o solicitar
la promoción con tu credencial
directamente en el mostrador.

¡Super Promos!



Seguíenos en D Salud

Un producto de:

DIAS DE TURNO

Junio
2020



D	L	M	M	J	V	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

Sello de la Farmacia