

POR NUESTRA 30 AÑOS SALUD



- Ámbitos profesionales del farmacéutico
- Día Mundial contra el Cáncer
- Cardiopatías congénitas
- Triquinosis. Prevención
- Planta medicinal: Botón de oro
- Resiliencia para superar la adversidad
- Cuidados de los pies. Recomendaciones
- Primeros auxilios. Ahogamiento



COLEGIO DE FARMACÉUTICOS
DE LA PROVINCIA DE SANTA FE
1ª Circunscripción

Año XXX - N° 358
Febrero 2023

• Más información con código QR



GEONAT FLEX

El más completo
y al mejor precio
\$ 5350

Huesos y articulaciones, para una vida activa!

- ✓ Ayuda a reducir el dolor articular y a mejorar su función.
- ✓ Colabora en la regeneración del cartílago.
- ✓ Disminuye el riesgo de lesiones.
- ✓ Protege tendones y ligamentos.
- ✓ Mejora la calidad de piel, cabello y uñas.

HIGH
QUALITY

EFFECTIVIDAD
GARANTIZADA
CON AVAL CIENTÍFICO



10 gr Colágeno 100% hidrolizado

400 mg Magnesio

300 mg Calcio

50 mg Acido Hialurónico

45 mg Vitamina C

15 mcg Vitamina D3

10g
DE COLÁGENO
HIDROLIZADO
POR PORCIÓN



www.provefarma.com.ar

Servicio al Consumidor 0810 444 5145 - Tel. 0342 4995292

☎ 3425240910 - info@provefarma.com.ar

El consumo de suplementos dietarios no reemplaza una dieta variada y equilibrada. Consulte a su médico y/o nutricionista

POR NUESTRA SALUD
30 AÑOS



- Ambitos profesionales del farmacéutico
- Día Mundial contra el Cáncer
- Cardiopatías congénitas
- Triquinosis. Prevención
- Planta medicinal: Botón de oro
- Resiliencia para mejorar la adversidad
- Cuidados de los pies. Recomendaciones
- Primeros auxilios. Ahogamiento

Más información con código QR

COLEGIO DE FARMACÉUTICOS DE LA PROVINCIA DE SANTA FE
Año XXX - Nº 358
Febrero 2023

AÑO XXX - Nº 358
Febrero de 2023

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

Dirección:
Farm. Mirian MONASTEROLO

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

Colaboración:
Adriana GITRÓN

Diseño: **RIO de la PLATA**
SOLUCIONES/CREATIVAS
(0342) 156-109910

Impresión:
Imprenta LUX S.A.
Hipólito Yrigoyen 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 Santa Fe, 1º C.
Página web: www.colfarsfe.org.ar
f Colegio de Farmacéuticos de Santa Fe, 1ra Circunscripción

Registro de la Propiedad Intelectual 31471491

4



Tu farmacéutico AHORA

Ámbitos profesionales

6



Día Mundial

contra el Cáncer

6



QR + Info

Cardiopatías congénitas

8



Triquinosis

Prevención

9



Planta Medicinal

Botón de oro

11



Resiliencia

Sabía Ud. que...

12



Cuidados de los pies

Recomendaciones

14



La página del pediatra

Primeros auxilios. Ahogamiento

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

9 de Julio 2967 - (3000) Santa Fe - Tel.: (0342) 410-1054

TIRADA: 25.000 EJEMPLARES

GESTIÓN PUBLICITARIA: 9 de Julio 2967 - Tel.: (0342) 410-1054
Correo electrónico: dap@colfarsfe.org.ar

Publicación auspiciada por la Subdirección de Medicamentos y Tecnologías Farmacéuticas, y la Dirección 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, 1º Circunscripción, a menos que así se especifique.



Tu farmacéutico

AHORA

:: Informa :: asesora :: cuida :: colabora :: evalúa ::

El farmacéutico en diferentes ámbitos profesionales

El farmacéutico es el “especialista en medicamentos” y desarrolla su labor en muchos ámbitos de actuación.

Quizás el ámbito más conocido es el de la **farmacia comunitaria**, centro sanitario de primera necesidad al que las personas acuden para adquirir medicamentos y hacer consultas de salud. En este espacio, el farmacéutico ejerce un rol importante en el área de la atención primaria de la salud y suele llevar a cabo labores tales como:

- **Dispensar medicamentos.** Ésta es su principal función en la farmacia. Para ello, verifica la legalidad de la receta, decide si se le puede entregar el medicamento al paciente teniendo en cuenta los otros fármacos que se administra y sus comorbilidades, se asegura de dispensar la dosis y la cantidad de medicamento correctas e instruye al paciente para el buen uso del fármaco.
- **Aconsejar para el tratamiento de síntomas menores.** Si los síntomas están relacionados con una afección leve, el farmacéutico puede recomendar un medicamento de venta libre. También deriva al paciente a la consulta con el médico, si los mismos persisten más de unos días.
- **Informar y realizar seguimiento** del tratamiento farmacológico. Además, vigilar los posibles efectos adversos de los medicamentos.
- **Elaborar medicamentos**, como fórmulas magistrales, adaptados a las necesidades de cada paciente, según prescripción médica.
- **Promocionar hábitos de vida saludable** y participar en campañas sanitarias.

Otro ámbito de desarrollo profesional del farmacéutico es la **farmacia hospitalaria** de instituciones públicas o privadas. Si bien en ella, muchas de sus actividades son similares a las que realiza en la farmacia comunitaria, existen varias diferencias.



El farmacéutico de un hospital o sanatorio:

- tiene la oportunidad, por su cercanía y mayor interacción con el profesional que prescribe, de fomentar la prescripción racional de medicamentos;
- al tener acceso a las historias clínicas, puede intervenir en la selección de medicamentos y regímenes de dosificación, como así también vigilar exhaustivamente el cumplimiento del tratamiento y la respuesta terapéutica;
- puede participar en los comités encargados de formular políticas sanitarias, incluidos los que se ocupan de la selección de medicamentos, el uso de antibióticos y las infecciones intrahospitalarias; intervenir más frecuentemente en estudios para determinar los efectos beneficiosos o adversos de los medicamentos; formar parte del equipo de planificación y ejecución de ensayos clínicos.



Pero los ámbitos de ejercicio de la profesión farmacéutica no terminan aquí, sino que se extienden a la investigación y la docencia, el cuidado de la salud pública, la distribución de los medicamentos y otros productos para la salud, la fabricación de medicamentos a nivel industrial.

Para ejercer la profesión en todos estos ámbitos, el farmacéutico se actualiza y capacita permanentemente.

ULTRAPURE[®] Beauty

COLÁGENO HIDROLIZADO DE ALTA DENSIDAD

Mejora la calidad de la piel del rostro

Prevención de arrugas

Restablece la turgencia y elasticidad de la piel

Sin TACC

COENZIMA Q10

VITAMINA E

ÁCIDO HIALURÓNICO



DISTRIBUYE
DRUGUERIA UniFAR

Efermérides

SÁBADO

4

Febrero

DÍA MUNDIAL
CONTRA EL CÁNCER

El cáncer es una enfermedad genética. Los cambios en los genes que controlan el funcionamiento de las células, en especial cómo se forman y multiplican, causan el cáncer.

Existen **factores de riesgo** que pueden aumentar la probabilidad de padecer cáncer, algunos de ellos son **modificables**, como: consumo de tabaco, baja ingesta de frutas y verduras, consumo nocivo de alcohol, insuficiente actividad física.

Ciertas infecciones crónicas se consideran **factores de riesgo específicos** de algunos tipos de cáncer; por ejemplo, la infección por el virus del papiloma humano (VPH) para cáncer cervicouterino.

Al limitar la exposición a dichos factores, se puede disminuir el riesgo de esta enfermedad. Por ello, es importante:

- realizar una alimentación adecuada y actividad física,
- limitar el consumo de alcohol,
- evitar el tabaco,
- vacunarse contra el VPH (si corresponde) y la hepatitis B,
- controlar otros factores de riesgo específicos.



QR + Info

MÁS INFORMACIÓN DE ACTUALIDAD

Cardiopatías congénitas



Las cardiopatías congénitas son alteraciones o malformaciones que ocurren en el corazón o en los grandes vasos durante el desarrollo del feto, antes del nacimiento.

Existen más de 50 de estas malformaciones, la mayoría son leves y solo requieren controles.

En la Argentina, nacen al año unos 7 mil niños con esta patología; alrededor del 50 % de ellos requiere cirugía en el primer año de vida.

El Programa Nacional de Cardiopatías Congénitas del Ministerio de Salud de la Nación garantiza el tratamiento a todos los niños del país con diagnóstico de cardiopatía congénita que cuentan con cobertura exclusiva del sistema público de salud.

♥ Cómo trabaja el Programa

♥ Cuáles son sus objetivos

Encontrá esta información, escaneando el código QR.



**El 14 de febrero se celebra el
"Día Mundial de las Cardiopatías Congénitas".**

Triquinosis

Prevención



La triquinosis es una enfermedad parasitaria causada por las larvas y parásitos adultos de *Trichinella* spp, que afecta al ser humano, mamíferos domésticos, silvestres, aves y reptiles.

Esta **zoonosis** se transmite a los seres humanos de modo accidental, por la ingestión de carne o derivados cárnicos, crudos o mal cocidos, que contienen el parásito.

En Argentina, la principal fuente de infección para el ser humano es el cerdo. Con respecto a los cerdos domésticos, la parasitosis está estrictamente relacionada a las condiciones de crianza de los mismos, especialmente con la alimentación y presencia de ciertos animales, como ratas, en el criadero o en basurales cercanos.

Síntomas

Las manifestaciones gastrointestinales pueden surgir de 1 a 3 días después de la ingestión de la carne infectada. Los síntomas sistémicos, por lo común, aparecen de 8 a 15 días según el número de parásitos infectantes ingeridos.

Frecuentemente hay malestar general y cefalea, fiebre, escalofríos y, a veces, diarrea, dolor abdominal. El principal síntoma es el edema facial (bipalpebral y bilateral). También es común la aparición de una erupción.

El dolor muscular es proporcional a la intensidad de la infección. Generalmente suelen doler los músculos del tronco y miembros.

Prevención

- La carne fresca de cerdo (o de animales silvestres tales como jabalí) debe cocinarse completamente; una forma segura de cocción es cuando desaparece el color rosado de la carne y no pierde más jugo (esto indica que se alcanzó una temperatura interna de 71 °C suficiente para eliminar las larvas si las hubiera).
- Cuando se faenan animales en forma domiciliaria se debe tomar una muestra del diafragma - entraña- y músculos de la cara como base de la lengua y maseteros, para realizarles análisis y siempre se debe esperar el resultado para consumir chacinados elaborados con su carne. Estos productos pueden ser para uso familiar, pero su venta es ilegal.
- Consumir productos a base de carne de cerdo (embutidos, salazones) elaborados en establecimientos habilitados por la autoridad sanitaria correspondiente. Esta autorización implica que los productos cuentan con control bromatológico y además deben presentar rótulo o etiqueta con marca, identificación del lote, fecha de elaboración y vencimiento, identificación del establecimiento elaborador y registro ante la autoridad sanitaria.

Planta Medicinal

BOTÓN DE ORO

Tithonia diversifolia (Hemsl.) A. Gray

Es conocida popularmente también como: mirasol, árnica de la tierra, rayo del sol, quil amargo, mão-de-deus (Brasil), crisantemo de Nitobe (Japón).



CARACTERÍSTICAS

T. diversifolia pertenece a la familia de las Asteráceas. Es originaria de México y Centroamérica, pero se encuentra ampliamente distribuida en zonas tropicales de diferentes continentes.

Es una planta herbácea o arbustiva, muy ramificada; puede alcanzar una altura de hasta 4 m. Las hojas son largamente pecioladas, alternas, ovoides, con 3 a 5 lóbulos acuminados; la cara superior es bastante hispida (cubierta por pelos ásperos y rígidos), de color verde; la cara inferior tiene puntos glandulares y es de color verde grisáceo. Las flores, de color amarillo brillante y perfumadas, se disponen en capítulos solitarios terminales o, a veces, laterales sobre pedúnculos de hasta 20 cm de largo. El fruto es un aquenio indehisciente con vilano; contiene una sola semilla.

En medicina popular se usan las hojas y las flores.

COMPONENTES

- Sesquiterpenos (tagitinina A, C, F; tirotundin);
- flavonoides;
- fenoles;
- cumarinas;
- saponinas;
- alcaloides.

PROPIEDADES

Popularmente se le reconocen propiedades:

- hipoglucemiante,
- hipolipemiante,
- antiinflamatoria,
- analgésica.

USOS DEL BOTÓN DE ORO

En Paraguay, a *T. diversifolia* la llaman popularmente jagareté po; la usan como hipoglucemiante, y para disminuir la presión arterial y el colesterol. Se emplea la hoja fresca machacada en agua fría (tereré) o bien en infusión; para 1 L de agua solo se usa una hoja porque resulta ser muy amarga.

Un estudio en animales mostró que el extracto etanólico de *T. diversifolia* tiene un efecto antihiper-glucémico.

En Brasil, esta planta se emplea tradicionalmente para aliviar el síndrome de abstinencia en personas con alcoholismo, drogadependencia y tabaquismo. Se elabora una infusión con 2 cucharadas de hojas trituradas en 1 L de agua, se hierve 4 a 5 minutos, se deja reposar tapada durante 10 minutos. Se bebe esta infusión hasta 3 tazas al día, fría o a temperatura ambiente.

Además se describe que presenta acción diurética y actividad antipalúdica.

Externamente *T. diversifolia* se emplea para aliviar contusiones y calambres (con un efecto semejante al de *Arnica montana*). Se prepara una tintura con 25 g de flores y 250 ml de alcohol de 70°. Se aplica embebida en algodón, directamente sobre la parte afectada.

Por su contenido en proteínas y minerales, particularmente calcio y fósforo, se utiliza como alimento para animales.

Dado que florece todo el año y es una excelente planta melífera, se emplea en la apicultura.

También es muy valorada como ornamental.



PRECAUCIONES

No debe administrarse durante el embarazo, la lactancia ni en niños. Estudios en animales mostraron que algunos componentes de *T. diversifolia* pueden ser tóxicos en uso prolongado a dosis altas, ya que afectan los riñones y el hígado.

CURIOSIDADES

En Tailandia se organizan actividades turísticas y un festival alrededor de su época de floración (noviembre). La flor de *T. diversifolia* representa a la Provincia de Mae Hong Son, Tailandia.

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, comuníquese si está utilizando hierbas medicinales.

Sabía Ud. que...

Resiliencia

Para superar la adversidad y vivir mejor

La resiliencia

- es la capacidad de afrontar la adversidad mediante el uso de recursos psicológicos, salir fortalecido y alcanzar un estado de bienestar.
- está relacionada con la autoconfianza, la flexibilidad, la orientación al logro y la perseverancia.
- promueve la pérdida del miedo y la reducción de los niveles de estrés, al desarrollar pensamientos alternativos positivos.

Ante una enfermedad,

- recibir su diagnóstico puede representar un “duro golpe”, sobre todo cuando la dolencia es grave o crónica.
- no todos los pacientes reaccionan de la misma manera cuando le informan el diagnóstico.
- las personas resilientes aceptan la realidad, desarrollan fortaleza para afrontar la situación y mejorar su calidad de vida.

InnovaNaturals Omega 3

MÁXIMA PUREZA,
MÁXIMA CONCENTRACIÓN,
MÁXIMOS RESULTADOS



SALUD
COGNITIVA



SALUD
CARDIOVASCULAR



SALUD
MUSCULAR

800 EPA / 400 DHA

PROTEGE EL SISTEMA CARDIOVASCULAR.
AYUDA A NIVELAR EL COLESTEROL Y
REDUCIR LOS NIVELES DE TRIGLICÉRIDOS.

PRESENTACIÓN 30 Y 60 CAPSULAS



CERTIFICADO DE
MÁXIMA CALIDAD



DISTRIBUYE

DROGUERIA
UniFAR

Cuidados de los pies



Los pies, a pesar de ser fundamentales para nuestra traslación, en ocasiones reciben escasos cuidados. Es usual escuchar a algunas personas expresar que sólo se ocupan de la higiene de sus pies sin procurarles otros cuidados, cuando al mismo tiempo manifiestan que mantienen múltiples atenciones con otras partes del cuerpo.

— RECOMENDACIONES —

Exfoliar al menos 2 veces a la semana. Aplicar el producto exfoliante sobre los pies secos antes de bañarse o ducharse. Frotar suavemente con las manos durante unos minutos y luego enjuagar.

Hidratar diariamente. Usar una crema hidratante intensiva después del baño. Realizar movimientos circulares con los pulgares en el arco y la planta de los pies; masajear los dedos, la parte superior de los pies, los tobillos y el tendón de Aquiles.

Tratar los talones agrietados. Sumergir los pies en un baño tibio durante 5 a 15 minutos. Humedecer una piedra pómez en agua tibia y jabón, luego frotarla suavemente en las áreas secas de los pies. Secarlos con palmaditas. No frotar. Aplicar una crema nutritiva e hidratante.

Cuidar las uñas. Mantener siempre las uñas de los pies recortadas y rectas. Se recomienda cortarlas después del baño.

Llevar a cabo una dieta equilibrada. Consumir verduras, frutas y carnes magras, especialmente pescado, beneficia la piel y las uñas.

Mantener una postura correcta. Pararse erguido, que el pecho y la cabeza se mantengan como si estuvieran tirados por una cuerda delgada.

Realizar gimnasia con los pies. Se trata de fortalecer los músculos y las articulaciones. Para ello, por ejemplo, dibujar círculos con los tobillos, caminar en puntas de pie, ejercitar el agarre, realizar movimientos de extensión y de flexión.

Visitar periódicamente al podólogo. Él revisa los pies, realiza la práctica que se requiera y asesora al paciente para prevenir afecciones en ellos.

Colaboración:
Lic. Erica Johanna Díaz



DROGUERÍA
UniFAR



AL SERVICIO DE LOS
FARMACEUTICOS

*Para el cuidado
de los pies*



Solicitud de Pedidos - Ingresar en la web de Droguería UniFAR

Consultas de pedidos y envíos: (0342) 410-1069 / 410-1070 - unifar@gestmed.com.ar
Consultas de administración y pago: (0342) 410-1065 - administracion@gestmed.com.ar

SERVICIO INTEGRAL DE ENFERMERÍA Y ASISTENCIA AL ADULTO MAYOR

SANATORIO y DOMICILIO



- ♥ Equipo de Profesionales Matriculados
- ♥ Enfermeros/as
- ♥ Cuidadores/as
- ♥ Psicólogos
- ♥ Terapeuta Ocupacional
- ♥ Kinesiólogos
- ♥ Bioquímicos
- ♥ Nutricionista
- ♥ Podología para la tercera edad
- ♥ Unidad de traslado

CONTACTANOS

342 - 5058792

342 - 4870514

La Página del Pediatra

DR. RAÚL NESSIER



Primeros auxilios. AHOGAMIENTO

Este accidente conlleva la posibilidad de muerte, por eso es importante saber cómo actuar con los primeros auxilios. Además, lo fundamental es PREVENIR; es decir, anticipar todas las situaciones de riesgo y proceder en consecuencia.

¿Dónde se produce?

En piscinas, lagos, ríos o en la playa.

Los más pequeños también pueden ahogarse en la bañera de casa al resbalarse y no poder incorporarse.



¿Qué hacer?

Intente sacar al niño del agua lo más rápido posible sin ponerse usted en peligro.

Si el niño está inconsciente pida ¡AYUDA! sin separarse de él.

Si respira, quítele la ropa mojada, acuéstelo de costado y tápelo para evitar que se enfríe.

No intente dar golpes en el estómago o en el pecho para sacar el agua.

Si no respira: inicie inmediatamente maniobras de Reanimación Cardiopulmonar (RCP).

Esta es la secuencia de actuación:

1. **Confirme que se encuentra en un sitio seguro** para usted y el niño. Solo muévelo si existe peligro.
2. **Compruebe si responde.** Arrodílese al lado del niño, hágale en voz alta, frótele el pecho, presiónese el hombro o dele pellizcos y observe si abre los ojos, emite algún sonido, respira o mueve los brazos o las piernas.
3. **Pida ¡ayuda!**, gritando a las personas de su alrededor, sin separarse del niño/a. Inicie inmediatamente las maniobras de RCP durante 2 minutos antes de separarse de la víctima.
4. Colóquelo **boca arriba sobre una superficie dura.**
5. Reanime al niño según la **secuencia A-B-C:**

A. ABRIR LA VÍA AÉREA

Realizar la maniobra frente-mentón (con una mano en la frente y la otra en la barbilla, inclínele la cabeza ligeramente hacia atrás).



Comprobar si respira (ver si mueve el pecho, oír/sentir el aire).





Escanee el QR para ver el video correspondiente.



Si no respira:

B. BOCA-BOCA. Dar 2 insuflaciones boca-boca (niños) o boca-boca/nariz (bebés).



Comprobar signos de vida

Si no hay signos de vida:

(no se mueve, no respira, no hace nada, está muy pálido o morado)

C. COMPRESIONES torácicas. Presionar fuerte y rápido en el centro del pecho para hundirlo (4 cm en bebés y 5 cm en niños), con una frecuencia de 100-120/minuto.



6. Repetir el ciclo de 30 compresiones y 2 insuflaciones hasta que el niño responda (se mueva o respire) o llegue el servicio de emergencias.



Si está solo, después de 2 minutos (5 ciclos):

Llame al servicio de Emergencias Médicas. 107 o 911.



Agradecemos al Dr. Juan Casado Flores.

Autorizó a Raúl Nestor Nessier a que divulgue el contenido de estas guías en la revista argentina Por Nuestra Salud de Santa Fe - Fdo: Juan Casado Flores. Profesor de Pediatría. Hospital Infantil Universitario Niño Jesús. Madrid.

Entretención

¿DE QUÉ TIPO DE ANIMAL ESTAMOS HABLANDO?

A

Adivina...

EL TRABAJO SE HIZO...

A B

La solución la encontrarás en la página 18.

Humor



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

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



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



CIRCULO 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.**



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

CIRCULO 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 KINESIÓLOGOS 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 KINESIÓLOGOS 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



Tarta helada de limón y leche condensada



servir cada porción bañada con salsa de chocolate.

Ingredientes

Base

- 200 g de galletas tipo María
- 80 g de manteca

Crema helada

- 720 ml de leche condensada
- Ralladura de la piel de dos limones
- 75 ml de jugo de limón

Crema de limón

- 75 g de manteca
- 100 ml de jugo de limón colado
- Ralladura de la piel de un limón
- 50 g de azúcar
- 2 huevos

Preparación

- **Base de la tarta:** Triturar las galletas, hasta una textura de arena gruesa, y mezclarla con la manteca fundida. Verter esta mezcla en un molde desmontable de 20 cm de diámetro, cubierto con papel. Presionar la preparación con una cuchara (o con un vaso) para que la capa sea uniforme y compacta. Enfriar en la heladera.
- **Crema helada:** Colocar la leche condensada bien fría en un bol amplio y batir (mejor con batidora eléctrica) hasta que triplique el volumen. Añadir poco a poco la ralladura de limón y por último el jugo de limón, sin dejar de revolver. Cuando la crema esté espesa y más cremosa, estará lista.
- Verter la crema helada sobre la base de galletas que estará ya fría, alisar y llevar al congelador o freezer.
- **Crema de limón:** Fundir la manteca (puede ser en microondas). Colocar en un recipiente y añadir el jugo de limón, la ralladura de la piel, el azúcar y, para terminar, los dos huevos. Mezclar. Cocinar a baño María revolviendo constantemente hasta que la crema espese y tenga una consistencia homogénea. Enfriar en heladera para que termine de tomar cuerpo.
- Una vez que la capa de crema helada se ha endurecido, añadir la crema de limón y llevar nuevamente a congelador o freezer.
- Para servir, sacarla del congelador o freezer, desmoldarla y decorarla con rodajitas de limón y hojas de menta.

(una A con ojos es una A que ve)

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



 Tecnología Canadiense


INNOVAPHARMA
ARGENTINA

 AminoLock
Tecnología Secuencial

DISTRIBUYE
DROGUERÍA
UniFAR



BENEFICIOS ONLINE QUE TE AYUDAN A ESTAR BIEN

www.dsalud.com.ar



% ¡DISFRUTÁ INCREÍBLES OFERTAS EN PRODUCTOS DE PERFUMERÍA!



1. Chequeá
disponibilidad



2. Elegí
tu producto



3. Retíralo en
tu farmacia

NUEVAS PROMOCIONES



HASTA 40% DE DESCUENTO EN LAS MEJORES MARCAS



[beneficiosdsalud](https://www.instagram.com/beneficiosdsalud)



[beneficiosdsalud](https://www.facebook.com/beneficiosdsalud)



[342-5026062](https://wa.me/342-5026062)

Un producto de: **FEFARA** AVANZA

Do	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá
			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				

**DÍAS DE TURNO
DEL MES DE: Febrero**

Sello de la Farmacia