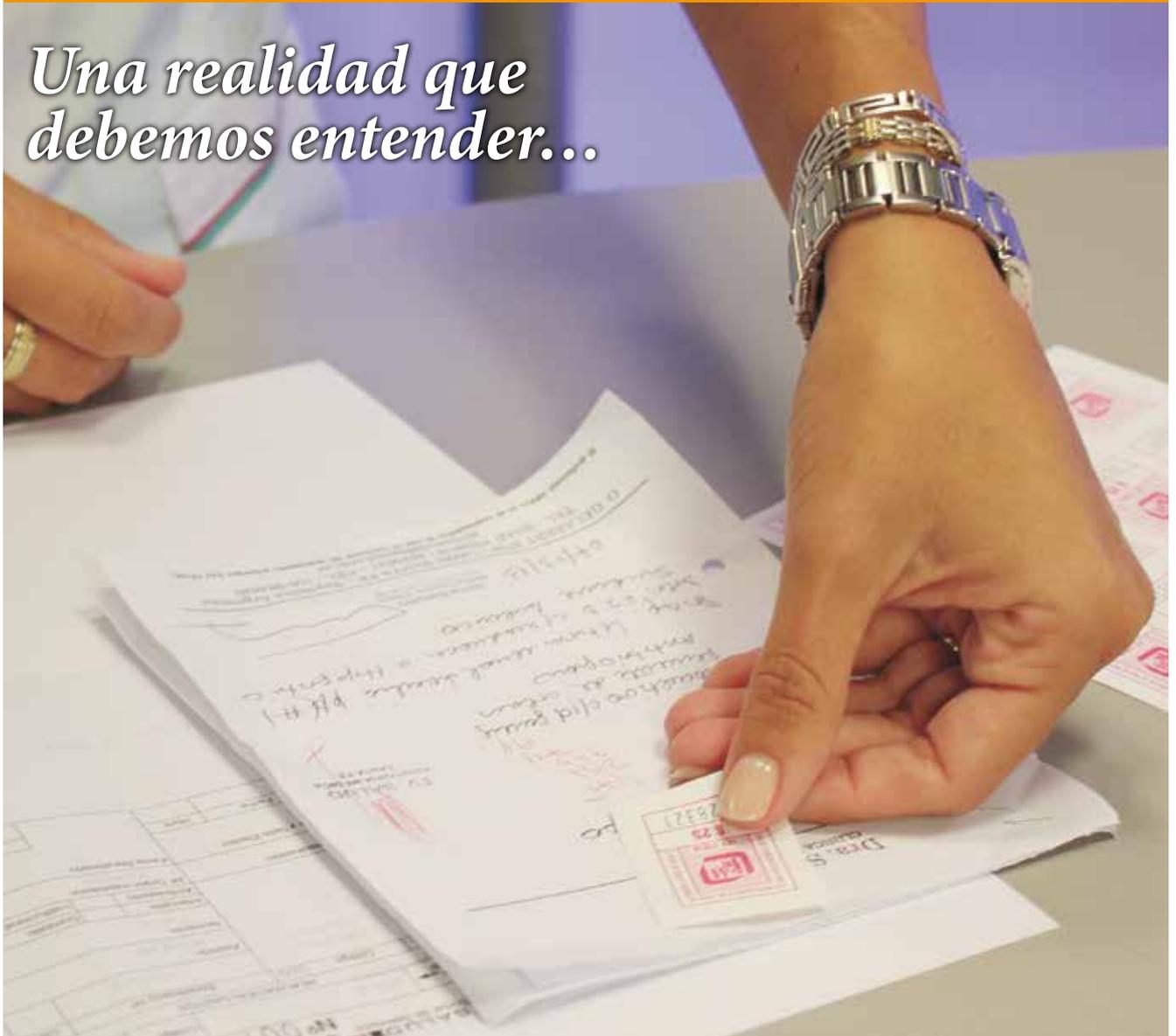


ENTRE NOSOTROS

Revista de la Caja de Seguridad Social para los Profesionales del Arte de Curar de la Provincia de Santa Fe

*Una realidad que
debemos entender...*



INSTITUCIONALES · OSPAC – Nuestros servicios *Pág 4* · Vacuna antigripal 2013 *Pág 7* · Nuevo Sistema de Estampillado – NSE *Pág 8* · Usted debe saber... *Pág 8*.

SALUD & VIDA · Enfermedades periodontales *Pág 9* · Sugerencias útiles para quienes conviven con personas hipoacúsicas *Pág 11*.

TURISMO *Pág 12* / BAZAR *Pág 16*.

ÓRGANOS DE LA CAJA DE SEGURIDAD SOCIAL PARA LOS PROFESIONALES DEL ARTE DE CURAR DE LA PROVINCIA DE SANTA FE

DIRECTORIO

- **Presidente** Farm. Cynthia N. Sevilla
- **Vicepresidente** Méd. Carlos E. Chaillou
- **Secretario** Méd. Mario P. Dipré
- **Tesorero** Odont. Leonardo L. Carnielli

•Vocales

- Méd. Luis M. Arriola
- Bioq. Roberto O. Casabianca
- Méd. Carlos A. Griccini
- Méd. Hugo B. Oteo

•Vocales Suplentes

- Méd. Marcelo A. Mariño
- Farm. María Rosa Sartor
- Méd. Pedro Tártara
- Méd. Horacio Locatelli
- Méd. José Luis Felipe Sañudo
- Méd. Marcelo Bugna
- Bioq. Sonia M. Helman
- Odont. Raúl E. Allín

CONSEJO DE REPRESENTANTES

- **Presidente** Bioq. Andrés Agustín Rizza - Distrito N° 14 - Rosario
- **Vicepresidente** Bioq. Jorge O. Rivarossa - Distrito N° 6 - San Jerónimo
- **Secretario Zona Norte** Bioq. Alberto E. Perman - Distrito N° 3 - La Capital
- **Secretario Zona Sur** Méd. Gustavo A. Silicani - Distrito N° 10 - Caseros

•Vocales

- Farm. Myriam Ferrero de Bruera - Distrito N° 1 - Castellanos
- Méd. Rubén O. Pedicino - Distrito N° 2 - Gral. Obligado
- Méd. Roberto A. Jossen - Distrito N° 4 - Las Colonias
- Méd. Orlando H. A. Zenobi - Distrito N° 5 - 9 de Julio, San Cristóbal y Vera
- Méd. Norberto Chichizola - Distrito N° 7 - Garay, San Javier y San Justo
- Farm. Nelly Ángela Suppo - Distrito N° 8 - San Martín
- Méd. Elvijo Florentín - Distrito N° 9 - Belgrano
- Farm. Rosana S. Martina - Distrito N° 11 - Constitución
- Vet. Julio Lozano - Distrito N° 12 - Gral. López
- Méd. Fernando Esteban - Distrito N° 13 - Iriondo
- Odont. Eleonora Dasso - Distrito N° 14 - Rosario
- Méd. Abel Varela - Distrito N° 15 - San Lorenzo

•Vocales Suplentes

- Odont. David A. Heinzmann - Distrito N° 1 - Castellanos
- Farm. María Fernanda Viano - Distrito N° 2 - Gral. Obligado
- Psicop. María Alejandra Vasallo - Distrito N° 3 - La Capital
- Odont. José Brero - Distrito N° 4 - Las Colonias
- Méd. Alberto E. López - Distrito N° 5 - 9 de Julio, San Cristóbal y Vera
- Méd. Alberto J. Mazzucchelli - Distrito N° 6 - San Jerónimo
- Farm. Guillermo Domingorena - Distrito N° 7 - Garay, San Javier y San Justo

- Bioq. Alejandro Sabbatini - Distrito N° 8 - San Martín
- Psic. Silvia N. Macagno - Distrito N° 9 - Belgrano
- Odont. Mateo Zaninovic - Distrito N° 10 - Caseros
- Odont. Raúl Enrique Allín - Distrito N° 12 - Gral. López
- Farm. Silvia Urquiza - Distrito N° 13 - Iriondo
- Psic. Mónica A. Culla - Distrito N° 14 - Rosario
- Psic. Juan A. Marchetti - Distrito N° 14 - Rosario
- Farm. Fabián Eduardo García - Distrito N° 15 - San Lorenzo

COMISIÓN FISCALIZADORA

•Titulares

- Bioq. Gustavo Bertuzzi
- Méd. Orlando Ángel Santi
- Fga. Graciela M. Trento de Villanueva

•Suplentes

- Odont. Oscar Giordano
- Odont. Silvia M. Parra
- Méd. Nicolás F. Di Nardo

PAGUE SIN FACTURA

Recuerde que ahora puede pagar su chequera utilizando el nuevo servicio de HOMEBANKING o por DÉBITO AUTOMÁTICO

**CAJA DE SEGURIDAD SOCIAL PARA LOS PROFESIONALES DEL
ARTE DE CURAR DE LA PROVINCIA DE SANTA FE (LEY 12.818)**

www.cpac.org.ar

CASA CENTRAL

25 de Mayo 1867 - 3000 - Santa Fe - Tel./Fax: (0342) 459 3385 • artedecurar@cpac.org.ar

DELEGACIÓN

Jujuy 2150/54 - 2000 - Rosario - Tel./Fax: (0341) 425 1158 • artedecurarros@cpac.org.ar



DIRECCIÓN GENERAL
 Directorio de la Caja de
 Seguridad Social para los
 Profesionales del Arte de Curar
 de la Provincia de Santa Fe.

**DIRECCIÓN EDITORIAL
 Y REDACCIÓN GENERAL**
 Comisión de
 Comunicación Institucional:
 - Director Méd. Luis
 María Arriola
 - Director Odont.
 Leonardo Carnielli
 - Consejera Farm.
 Myriam Bruera
 - Consejera Farm.
 Rosana Martina

**COORDINACIÓN
 Y DISEÑO**
 Consultora Arcadia SA

30.000 ejemplares de distribu-
 ción gratuita para afiliados a la
 Caja de Seguridad Social para
 los Profesionales del Arte de
 Curar de la Prov. de Santa Fe.

Editorial

UNA REALIDAD QUE ALGUNOS NO QUIEREN ENTENDER...

El haber jubilatorio que cobran nuestros pasivos se compone de dos partes: la **jubilación pura**, que sale de multiplicar la cantidad de módulos que cada uno acumuló en su vida aportativa por el valor del mismo y la **bonificación extra solidaria**.

Todos sabemos que este haber jubilatorio es magro y debemos mejorarlo ostensiblemente. ¿Pero cómo lo hacemos? Tenemos dos caminos:

Aumentar significativamente el valor del módulo; situación que perjudicaría mucho a los activos, que se verían seriamente comprometidos para seguir abonando sus chequeras. En este sentido el Directorio ha tomado la decisión de aumentar el módulo solo para compensar la inflación anual.

El otro camino, en el que estamos trabajando, es aumentar la bonificación extra solidaria o sea el estampillado. Debemos aumentarlo en cantidad de documentos a estampillar y en los montos de estas estampillas.

Debemos entender claramente y sin buscar excusas que este es el **único** aporte a nuestra jubilación que no sale de nuestros bolsillos. Debemos tomarlo claramente como el aporte patronal que solo nosotros no tenemos.

Y más aun con la implementación del nuevo sistema de estampillado; este beneficio también lo vemos al corto plazo bonificando una parte de nuestras chequeras aportativas para aliviar la difícil realidad económica de los afiliados activos. Por esto nos resulta difícil de entender como aún hay Entidades Profesionales que no han adherido al nuevo sistema de estampillado, privando a sus socios de recibir este beneficio.

Seguirá siendo nuestro desafío convencerlos de esta realidad.

El Directorio

BUZÓN DE SUGERENCIAS

Sr. Afiliado: para su reclamo utilice EL BUZÓN DE SUGERENCIAS.

Hay oportunidades en que se puede sentir contrariado, con dudas o disconforme en determinada situación con la Caja. Para ello cuenta con un buzón de sugerencias, que está a disposición en Casa Central (Santa Fe), Delegación Rosario y cada Agencia de la Provincia.

Sus opiniones-reclamos serán atendidos como Ud. lo merece.

El Directorio

INSTITUCIONALES

NUESTROS SERVICIOS

OSPAC, un Sistema Solidario de Salud

Es un sistema solidario de salud inmerso en un escenario de actualidad con las siguientes características

A NIVEL MUNDIAL

- Mayor longevidad, incremento de la expectativa de vida para ambos sexos.
- Aumento de patologías crónicas, oncológicas o especiales.
- Avances tecnológicos y científicos con evidencias científicas comprobadas de alto costo. • Tratamientos diagnósticos y métodos aún experimentales, también muy costosos que se publicitan y se exigen como prestaciones.
- Accesibilidad a la información con mayor difusión en la población de temas médicos que alientan falsas expectativas en salud.

A NIVEL NACIONAL

- El Estado delega a las Obras Sociales (prepagas o no) la atención de cuestiones de salud que en muchos casos son inherentes a él, con exigencias cada vez más altas.
- Creación de leyes y resoluciones particulares para atención primaria de la salud, patologías especiales, discapacidad, etc., que son muy amplias en sus redacciones y prácticamente ilimitadas en su implementación.
- Intromisión de la Justicia en las decisiones de las Obras Sociales.
- Emisión masiva de Certificados de Discapacidad con altas exigencias.
- Desfinanciamiento de la Salud en general, en todos sus niveles y alcances.

El principio de solidaridad es fundamental para todos los sistemas de salud; promueve la unión de sus miembros por intereses comunes para lograr un mejor servicio entre todos. Posibilita afrontar pequeñas, medianas y grandes enfermedades o inconvenientes de salud, poder prevenirlos y sentirse respaldados ante los imprevistos que puedan tener en el futuro, el titular o cualquiera de los integrantes de su grupo familiar.

Es el gran desafío a lograr, por ello OSPAC trabaja a diario para lograr el mejor funcionamiento de su Sistema Solidario de Salud, administrando de la mejor manera posible sus recursos. Para esto se fueron creando los diferentes "Fondos" que permiten el financiamiento de las prestaciones de alto costo y ayudan a descongestionar lo recaudado por la Cuota Pura de la Obra Social.

Actualmente contamos con el Fondo de Trasplante, Fondo de Prótesis y Ortesis, el Fondo de Discapacidad y el Fondo de Implantes Dentales.

En el año 2012, los afiliados en derecho al uso de los servicios fueron 33.400 en toda la provincia, 63% del Plan B y 37% del Plan A. Brindamos a continuación un resumen de algunos aspectos de OSPAC y su funcionamiento, datos estadísticos del año 2012 y ejemplos actuales de los gastos de funcionamiento necesarios para sostener la atención de los Afiliados.



MEDICAMENTOS AMBULATORIOS

Todas las farmacias de la provincia de Santa Fe pueden atender afiliados de OSPAC a través del sistema online.

No es necesario adquirir recetas en la obra social, las mismas también son online. La prescripción es en hoja membretada del profesional tratante.

- OSPAC cuenta con un Vademécum de Medicamentos de uso Ambulatorio, el cual brinda una cobertura del 60% para Afiliados al Plan

El principio de solidaridad es fundamental para todos los sistemas de salud; promueve la unión de sus miembros por intereses comunes para lograr un mejor servicio entre todos.

B y del 40% para Afiliados al Plan A. Dicho vademécum se puede consultar desde www.cpac.org.ar. También puede bajar e imprimir el modelo de historia clínica a completar por su médico tratante en caso que el medicamento requiera autorización previa de la obra social.

- En caso que le indiquen algún medicamento fuera del Vademécum de OSPAC, la cobertura para el Plan B será del 40% y del Plan A del 25%.
- Ambos planes cuentan con el P.S.P.C., es decir, el Plan de Seguimiento de Pacientes Crónicos, con coberturas del 70 al 90% de acuerdo a este vademécum especial. Para acceder a este servicio baje el formulario de historia clínica desde www.cpac.org.ar para que su médico tratante lo complete. Una vez que los presente, se auditará y lo autorizado se ingresará en el sistema online de farmacias para que usted pueda adquirir sus medicamentos con esta cobertura en cualquier farmacia de la provincia. Puede consultar el Vademécum PSPC completo en www.cpac.org.ar con cobertura del 70/90%.
- Brindamos 100% de cobertura en Insulinas y Tiras Reactivas, completando los formularios especiales para el Registro de Pacientes con Diabetes.
- Beneficio exclusivo para Afiliados al Plan B: si posee otra obra social, puede complementar la cobertura hasta llegar a un 90%. Para acceder al servicio es necesario que concurra a su farmacia de confianza con una receta de la otra obra social y presente también el carnet de OSPAC solicitando la complementariedad.
- Ante cualquier consulta puede escribirnos a asefarmacologicos@cpac.org.ar y a la brevedad nuestro asesor farmacológico le responderá.

PROMEDIOS MENSUALES DEL AÑO 2012

- 7.400 Afiliados por mes consumen Medicamentos Ambulatorios.
- 1.200 Farmacias por mes, distribuidas en 186 localidades de toda la provincia de Santa Fe atienden Afiliados de OSPAC.
- Brindamos cobertura a 15.750 recetas mensuales promedio, prescriptas por 4.400 profesionales.
- Estamos entregando en promedio 23.700 envases mensuales, considerando todas las modalidades de cobertura de OSPAC.
- OSPAC cubre en promedio \$1.280.000 por mes en Medicamentos Ambulatorios.

MEDICAMENTOS B.I.A.C.

(Baja Incidencia y Alto Costo):

Brindamos una amplia cobertura para ambos planes a pacientes oncológicos o con patologías

especiales.

Contamos con formularios específicos, digitalizamos los estudios de cada afiliado, dependiendo de la patología contamos con asesores especializados.

Las prescripciones se aceptan en recetario particular del profesional tratante. La dispensa se realiza en farmacias, con órdenes especiales de provisión retiradas en OSPAC. OSPAC asegura la trazabilidad en la provisión de medicamentos.

En el año 2012:

- Atendimos 422 tratamientos oncológicos o especiales.
- Entregamos 760 envases en promedio por mes, con un egreso mensual promedio de \$1.130.000.-
- Los egresos que producen los medicamentos para este tipo de tratamientos (760 envases por mes) son comparables con los egresos mensuales en medicamentos ambulatorios (23.700 envases por mes).

Nuestros correos electrónicos:

- Medicamentos Biac Casa Central
MedBIACCC@cpac.org.ar
- Medicamentos BIAC Delegación Rosario
MedBIACRos@cpac.org.ar



FONDO DE PRÓTESIS Y ORTESIS

Este Fondo se creó en 07/2008, es exclusivo para los afiliados al Plan B y brinda cobertura del 100% sobre el menor de 3 presupuestos. Las indicaciones médicas se deben efectuar por nombre genérico, no se aceptan sugerencias de marcas, proveedores, ni especificaciones técnicas que orienten la prestación de determinado producto. No se reconocen las prótesis biogénicas o bioeléctricas, tampoco no convencionales.

Brindamos formularios específicos para la solicitud de estos elementos; se contemplan cirugías programadas y de urgencia. Contamos

Complementariedad: si posee otra obra social, puede complementar la cobertura hasta llegar a un 90%.

INSTITUCIONALES

con asesoramiento especializado y analizamos cada caso de manera muy dinámica. También resolvemos casos por reintegro, cuando no pudieron realizarse con autorización previa de la Obra Social.

Además, contamos con la posibilidad de complementar coberturas, si posee otra obra social. En el año 2012: en promedio, atendimos las solicitudes de 80 afiliados al mes, con un promedio mensual de egresos de \$460.500.-

Nuestros correos electrónicos:

- Protesis Ortesis Casa Central

ProtOrtesiscc@cpac.org.ar

- Protesis y Ortesis Delegación Rosario *ProtOrtesisRos@cpac.org.ar*

FONDO DE DISCAPACIDAD

Comenzó en febrero de 2011 para ambos planes. Se creó para cubrir la totalidad de los egresos de los Afiliados incluidos en este rubro.

Por primera vez se registra toda la información contenida en los Certificados de Discapacidad, su clasificación y los alcances de la cobertura, para poder brindar el 100% de todo lo inherente a la discapacidad, automáticamente por sistema.

Se simplificaron los circuitos administrativos.

Tendencia al pago directo a prestadores, evitando los reintegros.

El Fondo de Discapacidad es la profundización del Sistema Solidario de Salud. Actualmente estamos brindando cobertura a través del Fondo de Discapacidad a 271 Afiliados en toda la provincia, los cuales generan erogaciones mensuales por \$870.000.

Nuestro correo electrónico:

DiscapacidadRos@cpac.org.ar

FONDO DE IMPLANTES DENTALES

A partir de octubre de 2011 implementamos el Fondo de Implantes Dentales, exclusivo para Afiliados al Plan B.

Brindamos cobertura de 2 implantes dentales anuales por Afiliado mayor de 13 años, por modalidad de Reintegro (la fecha que se considera para la cobertura es la del reintegro).

La cobertura es hasta \$3.000.- que corresponden a cada implante y activador.

Se excluyen maniobras previas complementarias que fueran requeridas (injertos óseos, expansión de tablas óseas, levantamiento sinusal, etc.).

Desde octubre de 2011 a diciembre de 2012 autorizamos en toda la provincia de Santa Fe, 764 implantes dentales a 525 Afiliados al Plan B.

Acérquese al Sector Odontología y solicite asesoramiento personalizado o consulte por mail a la casilla: *OdontologiaRos@cpac.org.ar* y a la

brevidad contestaremos su inquietud.

BENEFICIOS PARA JUBILADOS, PENSIONADOS Y SUS CÓNYUGES

Además de las 5 consultas médicas gratuitas mensuales que ya poseían los jubilados y pensionados para consumo de todo su grupo, el año pasado se sumaron grandes beneficios.

A partir del 01/03/2012 implementamos para titulares de Jubilaciones y Pensiones y sus cónyuges:

- Del Plan A: reducción en un 50% de los coseguros sobre prácticas ambulatorias y de internación.

- Del Plan B: se brinda el 100% de cobertura sobre prácticas ambulatorias y de Internación.

- Se exceptúa a los Jubilados y Pensionados y a su grupo familiar primario, del pago de la cuota del Fondo de cobertura de Trasplante, manteniendo su cobertura.

Actualmente estamos brindando estos grandes beneficios a 3.937 Afiliados (titulares de Jubilaciones, Pensiones y sus cónyuges) en toda la provincia.

Vamos a cumplir 1 año de su implementación y hemos tenido muy buena repercusión, principalmente de los Afiliados al Plan B por la quita de coseguros.

Nuestros correos electrónicos:

- Autorizaciones Casa Central

AutorizacionesCC@cpac.org.ar

- Autorizaciones Obra Social Delegación Rosario *AutObraSocialRos@cpac.org.ar*

SISTEMAS ONLINE

Desde el 01/12/2009 implementamos el Sistema Online Médico, en Rosario y zona de influencia.

Desde el 18/01/2010 también implementamos el Sistema Online Bioquímico, en Rosario y zona de influencia.

Desde Enero de 2011 se incorporó el Sistema Online Bioquímico en la ciudad de Santa Fe. A partir de 11/2011 se incorporó la Agencia Reconquista y en 03/2012 la Agencia Rafaela, para realizar Autorizaciones Online Médicas y Bioquímicas en lugar de los prestadores de su región.

Actualmente:

- Estamos atendiendo vía Sistemas Online a 245 Afiliados por día, notando una importante disminución en las personas que concurren personalmente a OSPAC.

- 4.904 Afiliados al mes se están atendiendo online.

- 830 Prestadores Médicos lo utilizan.

- Todos los laboratorios bioquímicos de Rosa-



*Beneficios para jubilados y pensionados:
Plan B: no paga coseguro.
Plan A: pagan 50% del coseguro.*

rio y Santa Fe lo utilizan.

Si como Prestador todavía no está utilizando el sistema online, asesórese y comience a brindar este gran beneficio para nuestros Afiliados. Solicite usuario y contraseña para poder acceder a este servicio gratuito.

Nuestro correo electrónico: Sistemas Online Delegación Rosario SisOnlineRos@cpac.org.ar

COBERTURA A TRAVÉS DE UNIVERSAL ASSISTANCE

El servicio de asistencia al viajero contempla la cobertura para todos aquellos inconvenientes repentinos que los Afiliados presenten mientras se encuentran a más de 100 km del lugar de residencia o en países limítrofes, sea un simple dolor de cabeza o algún inconveniente de mayor complejidad.

Una sola vez al año el titular debe acercarse a OSPAC para firmar los comprobantes de este rubro, le entregarán una credencial para llevar en sus viajes y un folleto explicativo con todos los detalles.

La cobertura está incluida durante todo el año con un límite de 60 días por cada viaje y no hay necesidad de informar a OSPAC cada vez que decida viajar.

La cobertura de este importante servicio contempla: asistencia médica (en ambulatorio e internación), odontología de urgencia, reintegros de medicamentos en un 40%, gastos de hotelería del beneficiario por convalecencia, traslados, acompañamiento de menores de 15 años o de beneficiarios mayores de 80 años, asistencia para localización de equipaje extraviado o robado a nivel nacional, indemnización y localización por pérdida de equipaje, transmisión de mensajes urgentes y asistencia ante la pérdida de documentos o tarjetas de crédito.

El detalle de cobertura de este servicio está publicado en www.cpac.org.ar.

Para acceder al servicio, SIEMPRE deberá comunicarse con la central de asistencia de Universal Assistance para informar el inconveniente y puedan coordinar el servicio.

Desde 11/2007 a 01/2013 inclusive fueron atendidos por Universal Assistance 581 casos, 445 en Argentina y 136 en el exterior. También respondimos a 4 pérdidas de equipaje en dicho período.

SERVICIO DE URGENCIAS/ EMERGENCIAS A TRAVÉS DE ECCO Y SU RED EN TODA LA PROVINCIA

El servicio es gratuito para los titulares de Jubilaciones y Pensiones y sus cónyuges, en casos de urgencias/ emergencias. El resto de los afiliados pueden solicitarlo por teléfono al 0800-888-3226 con un arancel diferencial para OSPAC.

En caso de solicitar consulta médica a domicilio, se cobrará un coseguro de \$25.

Es importante recordarles que aunque la empresa Ecco no se encuentre en su localidad de residencia o su zona, el servicio se presta igual a través de la red con la que cuenta Ecco en toda la provincia de Santa Fe, por eso siempre es necesario llamar al número 0810-888-3226 de la central de atención y derivarán al servicio más cercano de acuerdo a su residencia y la patología a atender.

Nuestros correos electrónicos para consultas sobre Universal Assistance/ Ecco:

- Secretaria Casa Central
SecretariaCC@cpac.org.ar
- Mesa Entradas Delegación Rosario
MEntradasRos@cpac.org.ar



Vacuna antigripal 2013

A partir del 01/04/2013 comienza la CAMPAÑA DE VACUNACION ANTIGRIPAL DE OSPAC y se extiende hasta el 31/05/2013. La vacuna del Plan es AGRIPPAL S1 - jga.prell.x 1 de Laboratorio Novartis, vacuna trivalente, que incluye la cepa del nuevo virus de Influenza A H1N1, más las cepas correspondientes de influenza estacional. Esta vacuna tiene la siguiente cobertura:

- **AFILIADOS mayores de 65 años:** Sin Cargo para ambos planes. No requiere la autorización previa de la Obra Social, puede concurrir directamente a la Farmacia con la receta.
- **AFILIADOS con patologías prevalentes y factores de riesgo:** Sin Cargo para ambos planes.

Requiere autorización previa de la Obra Social y un sello en su receta que dice "VACUNA ANTIGRIPAL AL 100%"

- **AFILIADOS menores de 65 años:** deben abonar el siguiente coseguro: **Plan B** abona \$2,06 y **Plan A** abona \$24,04. No requiere la autorización previa de la Obra Social, puede concurrir directamente a la Farmacia con la receta. **La prescripción deberá realizarse en el receptor de su médico y en la receta debe estar prescripta únicamente la vacuna Antigripal. Ante cualquier duda consulte en Casa Central (Santa Fe) Delegación Rosario, Agencias y Bocas de Expendio más cercana a su domicilio.**

INSTITUCIONALES

UNA REALIDAD QUE DEBEMOS ENTENDER

Nuevo Sistema de Estampillado –NSE–

Entre los desafíos para 2013 está el hacer comprender la real naturaleza del estampillado; mejorar el beneficio del pasivo y, de manera equitativa, colaborar con el aporte el activo.

Desde la puesta en marcha del Nuevo Sistema de Estampillado –NSE–, hemos ido informando por este medio y reuniones con Entidades Colegiadas y Gremiales, sobre los objetivos del NSE: el incremento del haber de los pasivos a través de la bonificación extra solidaria, basado en una mayor recaudación, a la vez que generando un reconocimiento a los afiliados activos que adhieran contractualmente al sistema ya sea en forma individual o por medio de las instituciones que los nuclean, a las cuáles también se les hace extensivo un reconocimiento por su colaboración en la implementación de este plan. La Comisión de Estampillado a través de un intenso trabajo, elaboró en base a las pautas fijadas por el Directorio y el Consejo de Representantes, propuestas de instrumentos para ampliar la participación de todas las profesiones para poder hacer una efectiva contribución al sistema.

Como resultado de la aplicación del sistema, el Directorio resolvió efectuar un pago extraordinario de \$ 400 a todos los beneficiarios en el mes de diciembre y a partir de enero de 2013, sumar \$ 100 a la bonificación extra solidaria. Con la acreditación semestral en las cuentas individuales, se genera una disminución de la carga aportativa proporcional al esfuerzo del activo, se destina dicho ingreso al pago de los aportes previsionales mensuales.

Oportunamente comunicamos los primeros resultados en la aplicación del sistema para los



activos.

En el último semestre operativo, se cuenta con 4.489 afiliados adheridos al sistema que generaron un importante ingreso promedio suficiente para abonar 2.401 chequeras de aporte previsional del activo, con un aporte promedio de 22 módulos previsionales de aporte, por lo que podemos informar que el 53% de los afiliados adheridos, en promedio, pudieron pagar al menos una chequera mensual.

Cabe destacar que se observan casos de afiliados que acreditaron, por la aplicación del estampillado correspondiente, no sólo las cuotas aguinaldo sino también los aportes previsionales mensuales del semestre. Resulta no sólo importante sino también interesante tomar nota e interiorizarse de las ventajas del sistema, tanto para el pasivo como para el activo, invitando a estos últimos a sumarse.

Queremos además, transmitir nuestro agradecimiento a todos aquellos afiliados e instituciones que ingresaron al NSE y que permiten con su participación, el beneficio de afiliados pasivos y activos de la Caja.

La real naturaleza del NSE es mejorar el beneficio del pasivo y, de manera equitativa, colaborar con el aporte al activo.

Usted debe saber ...

«Visto el avance en la implementación administrativa del Nuevo Sistema de Estampillado, el Directorio de la Caja resolvió adelantar las acreditaciones de la recaudación semestral de las cuentas individuales, por lo tanto, lo recaudado en el primer semestre se imputará como pago a cuenta de los aportes previsionales de la chequera del mes de septiembre, y lo recaudado en el segundo semestre, en la chequera del mes de marzo.

Dicha modalidad se pondrá en práctica a partir del mes de marzo de 2013.»



Enfermedades periodontales

¿Sabemos diagnosticarlas a tiempo?

Se comprobó que a nivel nacional el 96,8% de los pacientes mayores de 18 años necesita alguna forma de atención periodontal.

Introducción – Objetivos

Como resultado del Estudio Epidemiológico Nacional, sobre el “ Diagnóstico de la necesidad de tratamiento periodontal en adultos, de la República Argentina,” realizado entre C.O.R.A. (Confederación Odontológica Argentina) y S.A.P. (Sociedad Argentina de Periodontología) (1999- 2000); se comprobó que a nivel nacional el 96,8% de los pacientes mayores de 18 años necesita alguna forma de atención periodontal.

De este porcentaje:

- 17, 3% necesita sólo instrucción de técnicas de Higiene Oral (T.H.O.),
 - 65, 2% necesita T.H.O. y raspado alisado supra y subgingival (R y A),
 - 14, 3% requiere T.H.O. R y A y además tratamiento de mayor complejidad (quirúrgico).
- Lo llamativo de este estudio es que sólo el 12% de los 3.694 pacientes encuestados consultaron por sangrado en sus encías, mientras que presentaba este signo el 90%; esto demuestra que el sangrado no es considerado un motivo para solicitar tratamiento odontológico. El estudio epidemiológico nos arrojó muchos datos, pero estos fueron los que nos interesaron compartir con ustedes, por ser los más relevantes y significativos. Después de analizarlo

y conocer a ciencia cierta esta realidad Argentina, es que la Seccional de Periodoncia del C.O.S., decidió encarar un plan de divulgación de conocimientos para el práctico general y a su vez motivarlo a OBSERVAR Y DIAGNOSTICAR en cada boca que examina, alguna afección periodontal de sus pacientes; así poder solucionárselas o en su defecto orientarlos para su atención, pero nunca dejarlas pasar. No decirles: “No tiene importancia” y que solo con un “BUCHE MÁGICO” (generalmente con agua oxigenada) se le solucionará.

Esto no está indicado para tratar la enfermedad periodontal y puede ser fatal para el futuro de las piezas dentarias de ese individuo. También es muy común la prescripción de buches con clorexidina, en la mayoría de los casos no lo necesita el paciente y tampoco lo va a curar; sólo estaremos provocando manchas en sus dientes y dilatando la terapia apropiada, con el consecuente riesgo que conlleva.

Nuestro objetivo será lograr detectar y diagnosticar a tiempo enfermedades periodontales en nuestra población, debido a que aquellas (E.P.) se encuentran presentes en ésta, en un 96, 8%. Debemos estar preparados para tener respuestas adecuadas a la requisitoria de la gente, que está ávida de información y ansiosa por tomar

SALUD & VIDA

conocimiento de sus problemas de salud oral y solucionarlos satisfactoriamente.

Cómo detectar la enfermedad periodontal

Nuestra responsabilidad y obligación es detectar a tiempo alguna afección periodontal.

Un instrumento muy sencillo, económico y de fácil utilización es la SONDA PERIODONTAL MILIMETRADA, la que nos ayudaría a VER lo que a simple vista no observamos.

Este, es un método clínico, conjuntamente con la observación de los tejidos, la anamnesis, y los estudios radiológicos, etc., para arribar a un diagnóstico apropiado.

Cuando tenemos certeza de que el paciente tiene alguna afección en sus tejidos de soporte, debemos hacer el diagnóstico preciso para poder aplicar el tratamiento adecuado.

El sangrado gingival, ya sea espontáneo o provocado es referido por el paciente muchas veces como; "No me cepillo, porque me lastimo las encías".

Debemos desmitificar este concepto muy arraigado en la población.

Somos nosotros el medio de educación y motivación para el cambio de hábitos en nuestros pacientes.

El odontólogo con una muy buena instrucción de higiene oral, uso del hilo y cepillo adecuado; no lo va a curar; pero SÍ, puede hacerle mucho bien a su salud bucal.

Enfermedad Periodontal ¿qué es? - ¿qué la produce? - ¿Cómo se trata?

La E.P. es una infección producida por bacterias y agravada por un sin número de factores de riesgo que poseen los individuos.

La placa bacteriana o Bio Film; es uno de los agentes iniciales de estas enfermedades y como no es una infección aguda no son de



utilidad en la mayoría de los casos, la prescripción de antimicrobianos, ya sea por vía sistémica (antibióticos) o de uso local (buches); debido a la imposibilidad de éstos, de llegar al interior de la bolsa, que es donde debemos actuar nosotros.

Estos se utilizan en casos muy específicos, en periodontitis agresivas, de avance rápido y aparición temprana; y administrados en el momento adecuado.

Al ser la E.P. una afección que ataca sitios de la boca, puede haber zonas sanas y otras comprometidas en mayor o menor manera inclusive puede haber bolsas de distinta profundidad en distintas caras de una pieza dentaria.

Hay una serie de factores de riesgo internos, inherentes al huésped (individuo) que puede

Una buena instrucción de higiene oral, uso del hilo dental y cepillo adecuado puede hacerle muy bien a su salud bucal.

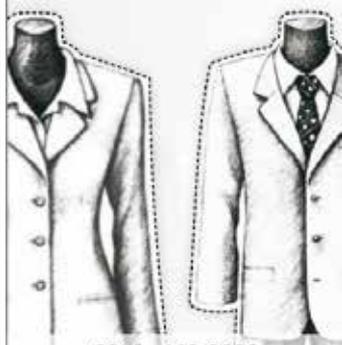
**ENTRE
NOSOTROS**

Para publicitar en la revista comuníquese al

(0342) 455 5511
o envíenos un mail a:

arcadia@santafe.com.ar

Marcela Pandol
uniformes



0341- 465-5555
Mitre 5347 - 2000 Rosario
www.marcelapandoluniformes.com

Litoral Logística S.A.

Correo Privado
R.N.P.S.P. N°.834

SERVICIO POSTAL DE PIEZAS SIMPLES, CERTIFICADAS Y CON ACUSE DE RECIBOS.

Pje. Leiva 3801 - Santa Fe Tel: 0342 - 4562676 - 4566699
Email: info@litorallogisticasa.com.ar

actuar como predisponentes o agravantes de las enfermedades periodontales, como por ejemplo = diabetes, (tipo I y II). – SIDA inmunosuprimidos (transplantados); etc.

El tabaco es un factor de riesgo externo muy alto para los pacientes con afecciones periodontales.

Como usted habrá oído, el aspecto clínico de los tejidos gingivales afectado, cambian de coloración (rojiza) y tamaño (edema); agregado a esto un sangrado que puede ser más intenso o no, dependiendo del paciente; porque en individuos fumadores puede estar ausente, teniendo estos una encía fibrosa, poco edema y sangrado; pero gran profundidad al sondaje. Por lo anteriormente expuesto, es muy común que la mayoría, trate a sus pacientes con E.P., dándoles antibióticos; esto no lo cura y generalmente enmascara la continuidad de pérdida de inserción de los tejidos de soporte; inclusive a veces, puede agravar el cuadro.

El tratamiento dependerá del grado de compromiso periodontal que tenga el paciente y del

diagnóstico certero.

Conclusiones

A nivel nacional el 97% de los pacientes mayores de 18 años necesitan alguna forma de atención periodontal. Existe entre un 8 a 10% de individuos con periodontitis agresiva a temprana edad.

Solo un 12% de los individuos consultaron por sangrado de encías, mientras que el 90% de los 3.694 pacientes presentaron sangrado, esto indica que el sangrado no es considerado un motivo para requerir tratamiento odontológico, lo que evidencia la importancia de implementar tanto a nivel comunitario (población) como individual (odontólogos) acciones específicas de educación que fomenten el conocimiento de los signos y síntomas de las enfermedades gingivo-periodontales.

*Seccional de Periodoncia.
Círculo Odontológico Santafesino.*

El sangrado de encías no es normal, ante la evidencia de este síntoma consulte a su odontólogo.

Sugerencias útiles para quienes conviven con personas hipoacúsicas

- No hablarle de espalda sino de frente, perciben mucho mejor si ven la boca de la persona que les habla. Asegurarse de tener contacto



visual con la persona hipoacúsica.

- Cerciorarse de estar cerca de la persona. Unos pocos metros pueden impedir que el mensaje llegue al hipoacúsico ya que el volumen se reduce a la mitad cada vez que se dobla la distancia.
- Si hay más de una persona presente, es de gran ayuda dirigirse al hipoacúsico por su nombre. En ambientes muy ruidosos es necesario tocar al hipoacúsico antes de hablarle.
- Hablarle claramente sin gritar. En general, no es cuestión de volumen sino de la articulación de cada palabra. Cuando no entiende es muy importante hablarle más despacio.
- Si interpreta mal una sola palabra puede perderse el sentido del mensaje. Si la persona sigue sin entender, intente expresar el sentido de lo que quiere transmitirle utilizando otras palabras.

*Lic. Verónica Capitani
Fonoaudióloga. Mat. 614. foveronica2004@hotmail.com*

Salutaciones

• 13 DE ABRIL • Día del Kinesiólogo

• 12 DE MAYO • Día del Fonoaudiólogo

Adelanto invierno 2013



NEW YORK BLUE STARS

Salidas Marzo a Junio 2013.

Promo temporada alta. Aéreos Bue-Nyc-Bue con Copa Airlines o American Airlines. Traslados de llegada y salida; 7 noches en hotel y régimen según opción; tour en español "alto y bajo Manhattan"; precios salidas: Imperial Court Suites; por pax base doble: USD 2.840; por pax base triple: USD 2.808; por pax base cuádruple: USD 2.743; menor 2 - 11 (compartiendo con 2 adultos) USD 2.343; junior 12 - 17 (compartiendo con 2 adultos) USD 2.456. Impuestos incluidos - consulte opciones hoteleras.

MIAMI BLUE STARS

Salidas: marzo, abril, mayo y junio 2013.

Aéreos Non Stop Eze-Mia-Eze con American Airlines o Lan. Salidas promocionales desde Asunción y Córdoba. Auto dollar compacto con km free y seguros básicos. 7 noches en hotel y régimen según opción. Cupones de descuentos para compras en outlet mall. Disponible con noches adicionales en Miami, Costa del Golfo de México y Orlando. Combinable con crucero NCL "sky" a Bahamas 3 y 4 noches. (Salidas cruceros días viernes y lunes respectivamente). Hotel Howard Johnson Plaza: Por pax base doble: USD 1.892; por pax base triple: USD 1.765; por pax base cuádruple: USD 1.684.



Menor 2 - 11 (compartiendo con 2 adultos) USD 1.517; junior 12 - 17 (compartiendo con 2 adultos) USD 1.596. Incluye impuestos // consulte opciones hoteleras.

EUROPA EN COMPAÑÍA

Salida grupal 22 de septiembre 2013 desde Rosario.

26 días de tour visitando: Francia, Bélgica, Holanda, Alemania, Suiza, Austria, Italia y España. Incluye: pasaje aéreo de la cía. Air Europa para la ruta Buenos Aires - París // Madrid - Buenos Aires, clase turista, en las fechas indicadas en el itinerario; traslado de llegada en París y



salida en Madrid; autobús turístico durante todo el recorrido, con asientos reclinables, ventanillas panorámicas, aire acondicionado, audio, video, música, asientos ergonómicos, tapicería ignífuga, carrocería antideformable, comunicación satelital; alojamiento con desayuno buffet o continental buffet en los hoteles categoría primera; nueve (9) comidas en el tour completo; visitas y excursiones mencionadas en el itinerario con guías locales en cada ciudad de habla hispana; guía correo durante todo el tour; propinas a mozos en los restaurantes y maleteros en el aeropuerto; seguro básico de viaje de amplia cobertura asistencial de hasta EUR 30.000.- (consultar condiciones generales del mismo); bolso y neceser de viaje (a entregar en Madrid). Precio por persona en USD. 12 de mayo en hab. doble: USD 5.090.- Incl. imp. 22 de septiembre hab. doble: USD 5.272.- Incl. imp. Suplemento hab. single: USD 1.345.- Suplemento media pensión (15 cenas): USD 590.

GRUPAL CHINA Y HONG KONG 2013

Salidas 07 y 28 septiembre.

Incluye: pasaje aéreo Bs. Aires / Dubai / Pekín // Shanghai / Hong Kong / Bs. Aires; 1 noche de alojamiento en Dubai Hotel 4*; 12 noches en China Hoteles 5 * con desayuno; almuerzos Chinos como indica el programa; 2 noches en Hong Kong. Hotel 4 * sup. con desayuno; todos los traslados y visitas en Español; vuelos internos Pek / Xian / Guillin / Hangzhou; tren Hangzhou / Shanghai; cena especial con Pato Laqueado; espectáculo de Acrobacia; seguro de asistencia: Assist Card Essential; guía acompañante desde Argentina con mínimo 20 pax. Hoteles del Tour categoría 4* / 4* Sup - 5* Precio base dbl: USD 6.653.- Incl. imp.; supl. sgl: USD 1.280.- (Incluyen Dnt, Iva, gtos, visa y propinas); supl. salidas Sep /

Oct: **a confirmar**. Tarifa base 20 pasajeros - Sujeta a fluctuación cambiaria.

Suplemento ASSIST CARD PARA MAYORES DE 65 AÑOS (inclusive) = USD 39.

Garantizamos habitación dbl a compartir. (Para mujer, reserva hasta 60 días antes de la salida)



EXPRESO PATAGÓNICO US H-FTE 3+

Salidas temporada baja abril y junio 2013.

Aereo con AR-AU-LA desde aep o eze. Conexiones desde Ros y Cor. 3 noches en Ushuaia en hotel y régimen a elección; traslados + parque nacional Tierra del Fuego + Tren Fin del Mundo; 3 noches en el calafate en hotel y régimen a elección; traslados + Perito Moreno día completo con pasarelas + safari náutico.

Hotel Cap Polonio - Las Dunas con desayuno: \$6650. Hotel Hostal del Bosque - Sierra Nevada media pension: \$7800. Hotel Los Ñiress - Rochester media pension: \$8250. Hotel Albatros - Posada Los Alamos media pension: \$9600.

PATAGONIA FULL

Salidas temporada baja abril a junio 2013. El programa patagónico más exitoso del mercado. Aereo con AR-AU-LA desde Aep o Eze.

Conexiones desde Ros y Cor. 4 noches en Ushuaia en hotel y régimen a elección; traslados + parque nacional Tierra del Fuego + Tren Fin del Mundo; navegacion beagle con traslados a puerto **; Lagos Escondido y Fagnano y base Cerro Castor (sin ascenso) ** ¡Nuevo! A servicio de snack a bordo free!!; 4 noches en el Calafate en hotel y régimen a elección; traslados + Perito Moreno día completo; + navegacion pared sur glaciar Perito Moreno (safari náutico); excursión "todo glaciares" día completo navegacion con traslados a puerto. Hotel Cap Polonio - Las Dunas con desayuno: \$6650. Hotel Hostal del Bosque - Sierra Nevada media pension: \$8160. Hotel Los Ñiress - Ro-

TURISMO



chester media pension: **\$10600**. Hotel Albatros
- Posada Los Alamos media pension: **\$10100**.

EXTENSIÓN DUBAI

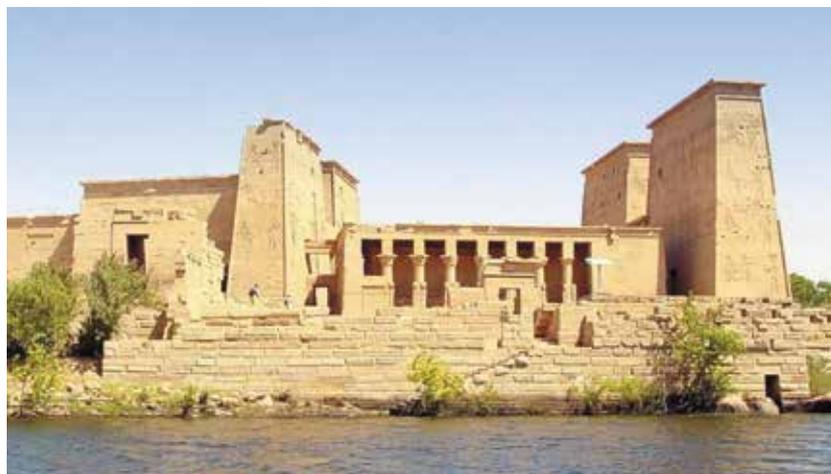
Para programa China y Hong Kong. Incluye: 3 noches de alojamiento en Dubai + Early Check-in; city tour de la ciudad; excursión de día completo a Abu Dhabi; todos los traslados; guía de habla hispana. Hoteles del tour. Con Hotel Taj Palace 5*; tarifa por pax base dbl: **USD 860.-** Incl. imp.; sup sgl: **USD 395**. Con hotel Amwaj Rotana Jumeirah 5* std para salida del 11 de Mayo; tarifa por pax base dbl: **USD 1.50.-** Incl. imp. (Incluye visa Dubai, iva, gtos); sup sgl: **USD 540**. Con Hotel Amwaj Rotana Jumeirah 5* std para salida del 15 de junio; tarifa por pax base dbl: **USD 905.-** Incl. imp.; sup sgl: **USD 325**.

GRUPAL EGIPTO JORDANIA Y DUBAI 2013

Salida 25 Septiembre.

Incluye: pasaje aéreo de Emirates Bs. Aires / Cairo // Dubai / Bs. Aires; 1 noche de alojamiento en hotel de aeropuerto de Dubai; 4 noches en Cairo con desayuno; 4 noches de Crucero por el Nilo con pensión completa; 1 noche en Amman con desayuno; 2 noches en Petra con desayuno; vuelos Cairo / Amman / Dubai; 4 noches en Dubai con desayuno; todos los traslados y visitas en Español; excursión de día completo en Cairo, Museo Egipcio y Pirámides; city tour de Amman , Dubai y Abu Dhabi; visita de día completo a Petra y Mar Muerto; pasajes aéreos internos en Egipto: Cairo / Luxor // Aswan / Cairo; seguro de asistencia : Assist Card Essential;

guía acompañante desde Arg. (min. 20 pax). Hoteles del tour categoría 5* y 4* Sup. Precio base dbl: **USD 6.100.-** Incl. imp; supl. sgl: **USD 1.190.-** (incluyen DNT, Iva, Gtos, visa Dubai y propinas). Tarifa base 20 pasajeros – Sujeta a fluctuación cambiaria. SUPL. Salidas Sep / Oct: ****a confirmar**** Suplemento ASSIST CARD PARA MAYORES DE 65 AÑOS (inclusive) = **USD 41**



Garantizamos habitación dbl a compartir. (Para mujer, reserva hasta 60 días antes de la salida).

PUNTA CANA

Salida 2 y 22 de Junio.
7 noches de alojamiento con todo incluido.
Traslados aerop/hotel/aerop; aereo con Lan
Hotel Viva Dominicus Palace.
Precio por persona base hab. doble USD 2.020 con imp. incluidos

CARTAGENA CON CRUCERO POR CARIBE

Salida 01/08 y 26/09. Aereo con Lan; traslados in/out; 1 noche Hotel Decameron Cartagena con TI; Crucero Antillas y Caribe Sur por 8 días con all inclusive camarote interno; 2 noches en El Hotel Decameron Cartagena Con TI; City Tour En Cartagena.
Precio por persona base Hab. Doble Usd 2250 Con Imp. Incluidos

MEXICO/TAXCO /ACAPULCO Y PLAYA DEL CARMEN

Salidas 18/08 y 12/10.

Aereo con Lan; 3 noches de alojamiento en el Hotel Nh Mexico con Map; City Tour en D.f 2 noches de aloj. en el Hotel Monte Taxco con Map; 3 noches aloj. Hotel Crown Plaza Acapulco con Semitodo incluido; 5 noches de aloj. Hotel Viva Windham Azteca Con TI; Visita Paza Garibaldi y Espectaculo de noche con bebida incluida; visita a la ciudad de Mexico D.f; City Tour con Museo; visita a Las Piramides y Basílica con almuerzo; Exc. Taxco a Las Grutas; Paseo en lancha por La Bahía de Acapulco. Todos los traslados. Asistencia médica
Precio por persona base hab doble USD 3.500.

Precios sujetos a modificación sin previo aviso. Precios sujetos a fluctuación cambiaria.

Los esperamos en nuestras oficinas de Santa Fe y Rosario:

- **Rosario:** Jujuy 2154. Tel 0341 4485704
Fax. 0341-4259815 Int. 326/328
E-mail: turismoros@cpac.org.ar
- **Santa Fe:** 25 de Mayo 1867 PB. Tel 0342 4593385 Int 130-131 /Fax 0342-4594305
E-mail: turismocc@cpac.org.ar



OFERTAS SUJETAS A MODIFICACIÓN Y DISPONIBILIDAD AL MOMENTO DE LA RESERVA.

Nuevas modalidades de financiación

La Caja a través de la Oficina de Turismo tiene el agrado de informar a sus afiliados que se han ampliado los montos de financiación de servicios turísticos, así como los plazos, siendo los siguientes:

- Sin garantías: hasta \$ 20.000 y hasta 24 cuotas con tasa de interés accesible en pesos.
- Con garantías: hasta \$ 40.000 y hasta 24 cuotas con tasa de interés accesible en pesos.

Cocina



QUICHE DE ZAPALLITOS, PANCETA, CHAMPIGNON Y HONGOS

Preparación

Desmenuzar la manteca fría y mezclar con la harina y la sal previamente tamizadas. Unir con el huevo hasta formar un bollo liso sin amasar. Dejar descansar la preparación en frío, cubierta con film durante 10 min. Estirar con palote y forrar el molde con papel para hornear. Pinchar la masa y precocinar hasta secarla. Cortar los zapallitos en lonjas y saltearlos en manteca hasta lograr que resulten tiernos. Incorporar la cebolla deshidratada y la panceta ahumada picada. Incorporar una porción abundante de caldo de champiñones y hongos, y retirar del fuego. Mezclar con los huevos batidos, la crema de leche y el perejil deshidratado. Rellenar la quiche y llevar al horno hasta que se cocinen los huevos. Cortar en porciones y servir con ensalada de hojas verdes.

Ingredientes

Para la masa

- 200g de harina
- 100g de manteca fría
- 1 huevo.

Para el relleno

- 2cdas de manteca
- 5 zapallitos
- 1 cda cebolla deshidratada
- 200g de panceta ahumada
- 1 sobre caldo saborizante de champiñones y hongos
- 3 huevos batidos
- 150 ml de crema de leche
- 1 cda perejil deshidratado.

Cine



Si a uno le dicen que es una comedia romántica entre un bipolar y una depresiva adicta al sexo, lo más probable es que huya despavorido en busca de un film de Pixar. Pero como los buenos films de Pixar, es un cuento de hadas perfecto.

El bipolar es el excelente Bradley Cooper, que demuestra tener una enorme cantidad de registros. La depresiva es Jennifer Lawrence, no solo hermosa, sino brillante. Lo que hace ese comediógrafo arriesgado que es David O. Russell es ir directo a la medula de cada situación, dejar que los personajes fluyan y jueguen solos. Y lo que logra es que el viejo cuento de redención tenga, a pesar del caos aparente, un desarrollo terso y una luz precisa. Transmitir el caos de manera clara es un gran mérito. Para terminar: es el único film sobre cosas terribles, donde no pasa nada terrible, donde todo está visto desde el humor y la emoción. No hay películas así.

El lado luminoso de la vida

(EEUU) Comedia. Dirección: David O. Russell. Con Jennifer Lawrence, Robert De Niro, Bradley Cooper. Apta para mayores de 13 años. 5 Estrellas.

Misceláneas

AFORISMOS DE ROBERTO FONTANARROSA

- El dinero es el único dios sin ateos en la tierra.
- También se ufanaba de su piel el tigre que hoy es alfombra.
- Desdichado el mendigo, que no conoce el placer de dar.

- No juzgar a los hombres por sus actos. Condenarlos.
- No basta la buena voluntad si intentas apagar el fuego con gasolina.
- Cuando alcancé la sabiduría, ella me miró y dijo: «Ya me alcanza cualquiera».
- El que nada desea, es sospechoso.
- Por más alta que sea una montaña, no sobrepasa su propia cúspide.
- Si quieres alcanzar la sabiduría, ¡empieza a correr ya!
- Morir... ¡extraña costumbre!