

# sms

Sumamos

**SE HIZO  
JUSTICIA**

TRASCENDENTE  
DECISIÓN DE LA JUSTICIA  
SANTAFESINA

Pág. 4

---

**SUBSIDIO POSTPARTO**

Pág. 23

---

**A CONTRAMANO DE NERUDA**

EN ESTE NÚMERO NOS VAN A CONOCER A TODOS

Pág. 10

---

**CAMPAÑA HIPERTENSIÓN  
ARTERIAL 12-8**

Pág. 31

---

**ESPACIO MUTUAL**

Pág. 40



**Caja de Ingeniería** **MUTUAL Ingeniería**

Santa Fe · 1ª Circunscripción

Asociación Mutual Afiliados a la Caja de Ingeniería

# Nuevo UP!

**NUEVO**  
PLAN AÑO SEGURO

desde  
**\$1.400\***  
POR MES



**Autoahorro**  
Tu Plan

**Financiá hasta el 100%**

# Amarok

**NUEVO**  
PLAN AÑO SEGURO

desde  
**\$3.300\***  
POR MES



**Autoahorro**  
Tu Plan

**Financiá hasta el 70%**



Caja DE Ingeniería  
Santa Fe · 1ª Circunscripción



MUTUAL Ingeniería  
Asociación Mutual Afiliados a la Caja de Ingeniería

**DIRECTORIO**  
**CAJA DE INGENIERÍA**  
PERÍODO 01-07-2015 al 30-06-2016

DIRECTORES TITULARES  
PRESIDENTE  
Arq. Amaro Enrique Busatto

VICEPRESIDENTE  
Ing. Agrón. Gerardo F. Severín

DIRECTOR SECRETARIO  
Ing. en Constr. Eduardo J. R. Borlle

VOCAL TITULAR  
Arq. Oscar Luis Ezcurra

VOCALES SUPLENTE  
Ing. en Constr. Rodolfo E. Mezio  
Agrím. Fabricio Ramón Aquino  
Téc. Mec. Omar Antonio Bonacci  
Ing. Agrón. Oscar Darío Aschieri  
Sasia

REPRESENTANTES DE  
ADHERENTES JUBILATORIOS  
TITULARES  
Téc. Const. Elbio R. Roldán  
Ing. Gfo. Jorge O. Gagliardo

SUPLENTE  
Ing. Mec. Alberto Víctorio Celi  
Téc. Const. Juan Manuel Iozia

**DIRECTORIO**  
**ASOCIACION MUTUAL**  
**DE AFILIADOS A LA**  
**CAJA DE INGENIERIA**  
**(AMACI)**

PRESIDENTE  
Arq. Oscar L. Ezcurra

SECRETARIO  
Ing. Agrón. Gerardo F. Severín

TESORERO  
Arq. Graciela Mantovani

VOCALES TITULARES  
Arq. Amaro E. Busatto  
Ing. Civil Gustavo Balbastro  
Agrím. Aron Vaisman Tello

VOCALES SUPLENTE  
Ing. Rec. Hidric. Rubén Saravia  
Ing. Agrón. Marcelo César Codesal  
Ing. Agrím. Néstor Angel Milesi

JUNTA FISCALIZADORA  
FISCAL TITULAR 1º  
Arq. Waldemar Giacomino

FISCAL TITULAR 2º  
Arq. Mario Anselmi

FISCAL TITULAR 3º  
Arq. Francisco Daniel González

VOCAL SUPLENTE  
MMO. Luis Enrique Ferreyra



Caja DE Ingeniería

Santa Fe · 1ª Circunscripción

sms es una publicación propiedad de la Caja de Previsión Social de los Profesionales de la Ingeniería de la Provincia de Santa Fe, 1º Circunscripción, con domicilio legal en calle San Jerónimo 3033 de la ciudad de Santa Fe, Argentina. N° de Registro DNDA "en trámite". Se prohíbe la reproducción parcial o total del material contenido en sms sin citar la fuente.

SE HIZO  
JUSTICIA



Poder Judicial

La Sala Primera de la Cámara de Apelación en lo Penal, integrada,

RESUELVE: Declarar la incompetencia por razón de la materia de este Tribunal.

## **TRASCENDENTE DECISIÓN DE LA JUSTICIA SANTAFESINA**

La Cámara de Apelación en lo Penal (Sala 1) resolvió que es incompetente para intervenir en la cuestión suscitada por la oposición a la medida del Directorio de no aceptar la oficialización de una de las listas de candidatos a las elecciones de junio de 2011.

No obstante que el Directorio había obrado en ejercicio de sus facultades y aplicando un precedente en la materia, los afectados interpusieron recurso ante el fuero penal. La Caja de inmediato contrapuso la incompetencia del Tribunal por entender que el acto no entrañaba una sanción disciplinaria ni consistía en denegar una matriculación. Éstos, en efecto, son los únicos supuestos que, según la ley, habilitan que el asunto sea juzgado por los tribunales penales.

La defensa de la Caja no tuvo rápido tratamiento judicial, permitiendo otras vicisitudes procesales en las que se comprometieron el buen nombre de los administradores y la estabilidad de la Institución por la amenaza cierta de intervención estatal. Éstas fueron felizmente resistidas lográndose mantener la normalidad del funcionamiento y de la renovación periódica de sus autoridades.

El pasado 13 de agosto la Sala 1 de la Cámara de Apelación en lo Penal hizo lugar a la excepción interpuesta por la Caja aceptando que no es competente para intervenir en la materia, dando definitivo término a toda cuestión judicial pendiente.

## ACERCA DEL RESPETO MUTUO

La degradación de las instituciones tradicionales es un fenómeno mundial cuyas consecuencias impactan directamente sobre la sociedad, deteriorando el sistema informal de códigos y pautas referenciales reguladoras de los vínculos entre los individuos que la componen; pareciera así legitimarse la implícita falta de respeto que se establece entre dos personas cuando una demanda y la otra estar a su disposición.

Según Aristóteles, la reiteración de las buenas decisiones genera el hábito del bien, denominándola virtud; por el contrario llama vicio

a las decisiones incorrectas y a su persistencia.

El respeto es la virtud que tienen las personas para el reconocimiento y valoración del otro. No es posible una virtud a medias, definitivamente es o no es. No existe virtud cuando no son respetadas todas las personas; un segundo será suficiente para demoler una lección al hijo sobre la valoración hacia los abuelos si ese momento es interrumpido, sea atendiendo una inoportuna llamada al teléfono o contestando con degradación al otro.

La desconsideración es un desprecio hacia la dignidad del otro y, más difícil de reconocer, es que bajo estas formas subyace una falta a la propia dignidad.

La peor falta de respeto anida en la burla, difamación, irreverencia, desprecio, intolerancia, abuso o discriminación de cualquiera de las partes.

Pero ¿hay faltas más graves que otras?; depende de lo que se hace y de la dignidad que se intenta dañar. El respeto mutuo protege la honra de las personas y por lo tanto promueve seguridad y confianza.

En cualquier sociedad, familia, aula, Caja, hay autoridades que dirigen, subordinados que ejecutan, clientes, usuarios, afiliados, etc. La consideración de todos y cada uno de los integrantes de esta cadena, en todo sentido y dirección, es la base de la convivencia y tolerancia.

El Directorio.



Caja DE Ingeniería

Santa Fe - 1ª Circunscripción



MUTUAL Ingeniería

Asociación Mutual Afiliados a la Caja de Ingeniería



- 8. LA CAJA EN 180°
- 10. A CONTRAMANO DE NERUDA
- 18. ESPACIO PROFESIONAL
- 20. COLEGIOS
- 23. INGRESO GARANTIZADO
- 26. MÉDICO DE CABECERA
- 29. LACTANCIA MATERNA
- 31. CAMPAÑA HIPERTENSIÓN 12/8
- 32. COCINA SANA
- 40. ESPACIO MUTUAL



Colegio de Profesionales de la Ingeniería Civil de la provincia de Santa Fe.



Colegio de Profesionales de Maestros Mayores de Obras y Técnicos de la Provincia de Santa Fe.



Círculo Socio Cultural de los Profesionales Pasivos de la Caja de Previsión Social de la Ingeniería de la Provincia de Santa Fe. 1ra. Circunscripción



Colegio de Arquitectos de la Provincia de Santa Fe.



Colegio de Ingenieros Agrónomos de la Provincia de Santa Fe.



Colegio de Ingenieros Especialistas de la Provincia de Santa Fe.



Colegio de Profesionales de la Agrimensura de la Provincia de Santa Fe.



# LA CAJA EN 180°

Esta panorámica del sector abierto de la Caja en 180° refleja varias cosas.

Antes que nada, un orgullo por lo realizado.

Luego, con este artilugio fotográfico podemos apreciar una dimensión que el ojo humano no puede ver.

Así, a la derecha tenemos el ingreso al estacionamiento y plaza central por Crespo y un sector cubierto para estacionamiento vehicular.

La peatonal del centro atraviesa la plaza verde y conduce directamente el Círculo de Jubilados.

A la izquierda apreciamos el sector grande de estacionamiento que en el fondo termina en el ingreso al hall

central, a la sede administrativa de la Caja, de la Mutual y a la farmacia, con entrada/salida peatonal a San Jerónimo.

A nuestras espaldas se encuentra la nueva sede social, el salón de eventos de la Mutual y los consultorios odontológicos. Pero apreciarlos exige una panorámica de 360° que podrá verse a través de la web.

## **IDÉNTICO GIRO EN LA GESTIÓN**

Este giro físico se corresponde con el de 180° que dimos en nuestra gestión, la cual fue firmemente ratificada en la Asamblea del 26 de marzo del presente año. Los miembros electos del Directorio fueron proclama-

dos el 1° de junio por la autoridad de comicio.

## **MISMA GESTIÓN, NUEVOS PROYECTOS**

En lo inmediato se implementarán nuevos servicios para los afiliados a través de la Mutual, como la óptica. Estamos ampliando el staff de especialistas en odontología.

En la Caja propiamente dicha, se están reemplazando procesos, como las nuevas credenciales plásticas, que garantizan seguridad en el proceso identificatorio y se integra a los modernos sistemas informáticos que la Caja implementará para tramitaciones varias de sus afiliados.





**CUANDO SE CONSTRUYE CON CALIDAD, LA MARCA QUEDA PARA SIEMPRE.**



[www.capitelsa.com.ar](http://www.capitelsa.com.ar)



Viviana  
Laura  
Dolores  
Sol  
Romina  
Natacha  
Paola

Mercedes  
Julia  
Gabriela  
MARÍA ELENA  
Ivana  
Marisa  
Jorge

Hugo  
PABLO  
ERICA  
FERNANDO  
José  
Mariela  
CARLOS  
Bernardo

LUCÍA  
Nicolás  
Silvana  
Gustavo  
JOSÉ  
Laura

# A CONTRAMANO DE NERUDA

*“Nosotros, los de entonces, ya no somos los mismos...”, dijo Pablo Neruda en su Poema 20.*

Aquí, en la Caja nosotros sí; seguimos siendo los mismos de siempre y seguiremos siéndolo. Cambiará el entorno, será más lindo y confortable, trabajaremos en un mejor espacio, pero el personal que atiende cotidianamente a sus afiliados, siempre son los mismos hombres

y mujeres dedicados a su tarea, con las mismas ganas y la misma vocación de servicio.

En esta edición de SMS decidimos publicar las fotos del personal, para que todo el mundo nos conozca por cara, nombre y apellido. Muchas veces, quizás las más de las veces, ha-

blamos por teléfono con cualquiera de ellos a los que sólo oímos su voz y teléfono por medio.

Acá tenemos la oportunidad de conocer con quién hemos hablado o quién, uno de estos días, escuchará nuestra inquietud.



**Delegación  
Rafaela**

De izq a derecha  
Marisa Boidi,  
Mercedes Bellis



**Delegación  
Reconquista**

Mariela Ruiz Díaz.

**Delegación  
Esperanza**

Gabriela Stessens



**Sede  
Santa Fe**

De izquierda a derecha  
Laura Ciola,  
(Responsable área Jubilaciones)  
Julia Martín  
(Coordinadora Caja)  
Dolores Lauría  
(Comunicación Institucional),  
Bernardo Bertone,  
(Gerente Mutual)  
Romina Chmaruk,  
(Área Jubilaciones)  
Sol Schmets  
(Secretaria)



**Sede Santa Fe**

Régimen Asistencial  
de izquierda a derecha

Gabriela Anza (Afiliaciones)

Fernando Cardozo (Sector Facturación)

Lucía Puygros (Sector Facturación)

Romina Andreotti (Atención Afiliados)

Enrique Hein (Sector Facturación)

Sol Moretti (Atención Afiliados)

Paola Colombo (Internaciones/Medicamentos)

Natacha Joannas (Responsable del Sector)



**Sede Santa Fe**

Tesorería - Contaduría  
de izquierda a derecha

Carlos Fernandez (Tesorero)

Patricia Arosio (Contadora)

Viviana Santucci (Tesorería)

Erica Lopez (Atención afiliados Caja)

Ivan Miretti (Contador)

Pablo Lovotti (Tesorería)

**Sede  
Santa Fe**

Área Sistemas,

de izquierda a derecha

Gustavo Doldan (Responsable  
del área)

José Iglesias (Desarrollo y  
soporte informático)



**Sede  
Santa Fe**

Intendencia y  
Archivo general

Juan Espindola

Juan Manuel Cardozo

Jorge Godano



Asesores  
de izquierda a derecha:  
Fernando Fonti (Legales)  
José Sturniolo (Auditoría Médica)  
Nicolás Vio (Auditoría Médica)



Asesores  
izquierda a derecha:  
Silvana Rossler  
(Auditora Contable Externa)  
Hugo Genevois  
(Odontología)  
Ma. Cecilia Matta  
(Discapacidad)



SI UN MOMENTO  
DE TRANQUILIDAD  
TE HACE BIEN,  
IMAGINATE  
TODA UNA VIDA

Invertí en tranquilidad, ahorrá en ladrillos.

0800 777 2299

San Martín 1878. Santa Fe.  
[www.pilayinversiones.com](http://www.pilayinversiones.com)



**PILAY** INVERSIONES

Tu futuro, presente.

**FIDEICOMISO FINANCIERO PILAY I**

La presente operación fue autorizada por resolución N° 17.179 y 17.241 de la CNV y por providencia de su Directorio el 30.01.2014. No constituye un fondo común de inversión, ni se encuentra alcanzada por la ley 24.083. Tales autorizaciones sólo significan que se han cumplido con los requisitos en materia de información. La CNV no ha emitido juicio sobre los datos contenidos en el suplemento de prospecto. Pilay S.A. es una sociedad inscrita como Fiduciario Financiero en la CNV bajo el N° 52. Para más información [www.cnv.gov.ar](http://www.cnv.gov.ar)



**Mutual ingeniería**

Victoria Lascurain  
(Administración)  
Nicolás Porfiri  
(Administración)  
Ma. Elena Menapace  
(Óptica)

**Mutual ingeniería  
Farmacia**

Paola Perelló (Atención afiliados)  
Germán Escudero (Farmacéutico)  
Ivana Rivero (Farmacéutica)  
Agostina Domenicone (Atención Afiliados)  
Ma. Laura Heller (Atención afiliados Caja)



+ acrílicos + policarbonatos + letras corpóreas + vinilos + gigantografías  
+ corte con plasma + grabado laser + trabajos especiales en acrílico



**ACRIMEV**  
MATERIALES DEL FUTURO

• Av. Freyre 3237 - (3000) Santa Fe - Argentina | • Vera Mujica 1240 - (2000) Rosario - Argentina  
Tel.: (0342)4531761 - E-mail: info@acrivev.com.ar | Tel.: (0341)4380772 - E-mail: rosario@acrivev.com.ar

# NUEVOS BENEFICIOS PARA AFILIADOS A CAJA Y MUTUAL INGENIERÍA



## HELADOS

1.

**2X1**  
en KILO

Con Caja de Ingeniería y Freddo disfrutá los JUEVES de un 2x1 en la compra del kilo de helado.

**lleva 2 kilos al precio de uno**

## CAFETERÍA

2.

**25%**  
de descuento

Disfrutá de los más ricos cafés y tortas con un 25% de descuento todos los días

**en todos los productos de CAFETERÍA,**  
todos los días en el local de Bv Galvez 1711.

## EVENTOS

3.

**10%**  
de descuento

Contrata nuestro exclusivo stand para tu evento y beneficiate con el 10% de descuento sobre el monto contratado.

**en la contratación de Freddo Eventos.**



### PROMO 2X1 EN KILO

**Términos y Condiciones del Beneficio:**  
Promoción válida hasta el 15/10/2015 inclusive.  
El beneficio se aplica los días jueves sólo por mostrador y en envase de kilo. Válido en los 2 locales de la ciudad de Santa Fe, Bv. Galvez 1711 y Shopping La Ribera. No acumulable con otras promociones o beneficios vigentes. Exclusivo para afiliados a Caja de Ingeniería 1ra. C. y a Mutual Ingeniería.

### BENEFICIO 25% DESCUENTO

**Términos y Condiciones del Beneficio:**  
Promoción válida hasta el jueves 31/12/2015 inclusive.  
El beneficio se aplica todos los días. Válido en el local de Bv. Galvez 1711. No acumulable con otras promociones o beneficios vigentes. Exclusivo para afiliados a Caja de Ingeniería 1ra. C. y a Mutual Ingeniería.

### BENEFICIO 10% DESCUENTO

**Términos y condiciones del beneficio:**  
Promoción válida hasta el jueves 31/12/2015 inclusive.  
El beneficio se aplica a la contratación de Freddo Eventos en el Salón de Eventos de Mutual Ingeniería. No es acumulable con otras promociones o beneficios vigentes. Exclusivo para afiliados a Caja de Ingeniería 1ra. C. y a Mutual Ingeniería.



**Mutual ingeniería  
Centro Odontológico**

Marcos Páez Allende  
(Odontólogo)  
Silvia Casanovas  
(Odontóloga)

**Mutual ingeniería  
Centro Odontológico**

Javier Rolando  
(Odontólogo)  
Juan Felli  
(Odontólogo)

**Mutual ingeniería  
Centro Odontológico**

Viviana Allemann  
(Secretaria)  
Romina Sbroja  
(Secretaria)



*Hoy más que nunca  
Sin Industria no hay Nación*



**UNION INDUSTRIAL DE SANTA FE**





# UN CLUB PARA DISFRUTAR

ASOCIATE A CATAR CLUB, EL CLUB DE VINOS DE CASACATAR Y DISFRUTÁ DE NUESTRAS PROMOCIONES MENSUALES.

## KING PARTNER

< **Lamadrid**  
*Reserva Bonarda*  
Estate Wines  
MENDOZA

> **Cadus**  
*TriMalbec*  
Nieto Senetiner  
MENDOZA

<< **Zuccardi Q**  
*Malbec*  
Familia Zuccardi  
MENDOZA

>> **Luigi Bosca**  
*Reserva Malbec*  
Bodega  
Luigi Bosca  
MENDOZA



**\$500**  
Precio Regular \$ 823

San Lorenzo 2825 | Santa Fe  
Tel. 0342 455 22 55 | 0800 777 vino (8644)  
f casacatar | www.casacatar.com.ar



# Casacatar

GUARDA DE VINOS

BEBER CON MODERACIÓN. PROHIBIDA SU VENTA A MENORES DE 18 AÑOS.

## EL ESPACIO DE PROFESIONALES CON IDEAS



# CUÉNTENOS, LO QUE USTED HACE NOS INTERESA

LO INVITAMOS A DIFUNDIR EN NUESTRA REVISTA ACTIVIDADES DE INTERÉS QUE HACE O HAYA HECHO EN LA PROFESIÓN, COMO INVESTIGACIONES, DESARROLLOS, INVENTOS; O FUERA DE ELLA, COMO ACTIVIDADES SOCIALES, ARTÍSTICAS, CULTURALES, COMUNITARIAS.

**ESTE ES UN ESPACIO DE TODOS.**  
ENVÍENOS UN INFORME DE INTERÉS PROFESIONAL O  
EXTRAPROFESIONAL PARA QUE LO CONOZCAMOS TODOS.





sms  
19

# NUEVOS SANITARIOS EXTERNOS

PARA DAMAS, CABALLEROS  
Y DISCAPACITADOS CON  
RAMPA DE ACCESO

Las obras en la Caja no cesan, esta vez con la construcción de nuevos sanitarios exteriores sobre el área de estacionamiento. Así, gradualmente vamos sumando comodidades para nuestros afiliados, adecuando nuestras instalaciones y lo que es más importante desarrollando un concepto de integración porque además de los sanitarios para damas y para caballeros ya tenemos un tercero destinado a discapacitados con acceso por rampa desde estacionamiento.

# EXTREMO STORE

INDUMENTARIA OUTDOOR

Camisetas térmicas / Buzos de polar y micropolar / Camperas impermeables / Accesorios / Pantalones de trekking y urbanos de Ripstop® Respirables de Gore-Tex® / Kayaks / Somos representantes exclusivos de ANSILTA, SDK y PATAGONIAN KAYAKS

Suipacha 3042 · [3000] Santa Fe · 0342 4562608 · [www.extremostore.com](http://www.extremostore.com) · [f/extremostore](https://www.facebook.com/extremostore)

ENCUENTRA MÁS AVENTURA EN:  
**EXTREMO**  
MAGAZINE

REVISTA DE AVENTURAS  
[www.extremonline.com](http://www.extremonline.com)

**EXTREMO**  
TELEVISION

TU PANTALLA EN ACCIÓN  
[www.extremotv.tv](http://www.extremotv.tv)

**EXTREMO**  
TRAVEL

AGENCIA DE VIAJES  
[www.extremoviajes.com](http://www.extremoviajes.com)

overdesign.biz

**COLEGIO DE PROFESIONALES DE LA INGENIERÍA CIVIL  
DE LA PROVINCIA DE SANTA FE.**

# 6 PATAS TIENE LA MESA

**NUESTRA CAJA ES UNA MESA APOYADA SOBRE SEIS PATAS: LOS COLEGIOS PROFESIONALES. DEDICAMOS A ELLOS UNA SECCIÓN DE NUESTRA REVISTA PARA PUBLICAR LO QUE CONSIDEREN DE INTERÉS PARA SUS MATRICULADOS. HOY, EL COLEGIO DE PROFESIONALES DE LA INGENIERÍA CIVIL.**

---

## TIEMPO DE CAMBIOS

**E**n el proceso del diseño y la construcción de las obras civiles y de arquitectura es importante contar con un marco reglamentario actualizado, que garantice un adecuado nivel de confiabilidad junto a la razonabilidad económica, compatible con los avances en el estado del arte.

A su vez, los reglamentos son un instrumento que contribuye a la leal competencia entre quienes ofrecen servicios en las distintas etapas de la construcción, desde el proyecto hasta la materialización de la obra.

Actualmente llega a su culminación en nuestro medio un proceso que se inició a finales de los años '90, cuando se empezó a analizar la necesidad de actualizar los reglamentos CIRSOC de la primera generación, que databan de finales de los

años '70 y principios de los '80.

Este proceso incluyó diversos estudios y consultas, para elegir la línea normativa de base a adoptar. Por diversos motivos que exceden la extensión de esta nota, se optó por tomar como base el conjunto de documentos normativos estadounidenses, luego de lo cual se comenzó con la adaptación de los mismos al esquema reglamentario argentino, en algunos casos introduciendo cambios acordes a las costumbres y nivel tecnológico local.

En el año 2005 estuvieron disponibles los primeros reglamentos de la nueva generación. Debido a la gran cantidad de cambios que representaban con respecto a los anteriores, desde el Colegio de Profesionales de la Ingeniería Civil de la Provincia de Santa Fe se fueron organizando cursos de actualización, que estuvieron a cargo de destacados especialistas, a fin de ir poniendo al alcance de los





profesionales del medio la posibilidad de efectuar la transición. Aparecieron además nuevos reglamentos dedicados a temas no cubiertos por los de la primera generación.

A partir del año 2013 los reglamentos de la segunda generación fueron puestos en vigor mediante la Res. 247/12, con lo cual estos se hicieron obligatorios en el ámbito nacional.

La provincia de Santa Fe, por su parte, lo hizo recientemente mediante el Dec.1339/15, con lo cual ahora también resultan obligatorios en el ámbito provincial.

Acorde con estas medidas, el Cole-

gio ha programado un nuevo ciclo de cursos destinados a los nuevos reglamentos, para facilitar su uso por parte de los profesionales encargados del proyecto, dirección, inspección o control de las obras civiles y de arquitectura.

Este nuevo ciclo comienza con un curso destinado a los reglamentos para estructuras de acero, CIRSOC 301-2005 y 308-2007, que se desarrollará en el mes de septiembre. Luego, durante el mes de octubre se dictará otro curso dedicado al reglamento de estructuras de hormigón, CIRSOC 201-2005, y en el mes de noviembre se dictará otro curso dedicado a las estructuras de

aluminio, CIRSOC 701-2010, que es uno de los temas novedosos de los nuevos reglamentos.

El ciclo seguirá con cursos destinados a los restantes reglamentos, donde también aparecen cambios y novedades.

Es de esperar que estos cursos, así como las otras posibilidades de perfeccionamiento y actualización que el Colegio brinda a sus matriculados mediante el otorgamiento de subsidios y becas para asistir a congresos, cursos, etc., resulten provechosos para una ingeniería civil cada día mejor.

# SIGNOS COMPUTACION

**Reciclados inkjet  
y láser con garantía,  
nuevos y originales**

**Envíos al interior**

**San Martín 3182 - Santa Fe - Tel: (0342) 455-1340 / 456-1404  
e-mail: signoscomputación@hotmail.com**

*“Pareciera que el tiempo de los derechos de los consumidores habilitaría el maltrato en cualquiera de sus formas; la atención al público no escapa a ello.”*



**EN LA CAJA SIEMPRE RECIBIMOS  
DE PARTE DE NUESTROS AFILIADOS,**

# BUENA ONDA

**E**l tema de la violencia es llamativo, actual e incómodo. Aunque no nos agrada, si nos interesa comprenderlo, debido a sus implicaciones en la imagen social, en la salud y en las relaciones personales. Definimos violencia como toda expresión de la fuerza mediante la cual algunas personas se imponen sobre otras para dominarlas, lastimarlas o eliminarlas, en contra de su voluntad, y con las consecuencias de generar diversos tipos de daños. La persona de tendencia violenta suele responder a ciertos estímulos de manera impulsiva y descontrolada, sin considerar los sentimientos o intereses de los demás, o los afectos de sus conductas de coerción física, psicológica o ideológica contra personas, ambiente o propiedades. En cuanto

a la violencia contra las personas, suele dirigirse contra niños, mujeres y ancianos, por ser los grupos humanos de mayor debilidad y llamativamente también contra los empleados que nos atienden, en el banco, en la Caja, en la escuela, etc.. Pareciera que el tiempo de los derechos de los consumidores habilitaría el maltrato en cualquiera de sus formas; la atención al público no escapa a ello.

Muchos personas aplican violencia física y otras, violencia psicológica. Existen otras expresiones de violencia, como la violencia mediática, que se disfraza de entretenimiento y que ofrece un abanico de programas plenos de agresión, venganza, uso de drogas, violencia sexual, éstas y otras manifestaciones agresivas resultan comunes. Si intentamos aproximarnos a la causa de la violencia, podemos referirnos a la inconsciencia, la ignorancia, la in-

tolerancia y el miedo. Inconsciencia de nuestro papel, de nuestra misión en la vida, de nuestras opciones y de los beneficios de no actuar destructivamente. Ignorancia acerca de las posibilidades existentes para acordar y armonizar. Intolerancia como incapacidad para vivir con lo diferente, y el miedo a perder, a no ser amados, a ser dominados por otros, a perder la libertad, la individualidad, a morir y a la ausencia o inexistencia de Dios. Frente a la violencia, casi siempre evadimos o atacamos, y muy pocas veces o tardíamente, negociamos acuerdos. Huye el que se percibe como más débil, ataca el que se siente más fuerte, negocia el que se ha hecho más consciente y por ello se cuida y preserva, evita el caos y el daño, y valora lo que le rodea. Ese, debe decirse, es el más evolucionado, la esperanza del mundo. Alguien que se ha encumbrado por encima de las miserias y es capaz de observarse, aprender y cambiar. Para acabar con la violencia hay que suprimir sus justificaciones y manifestaciones; inyectarle amor al miedo, fe a la desesperanza y la conciencia a la inconsciencia. Si cada uno asume la responsabilidad por su vida, y aprender a vivir y dejar vivir, no tendrá que someter por la fuerza a los demás para alcanzar sus intereses.

**SUBSIDIO INGRESO GARANTIZADO****AHORA  
EXTENDIDO  
A LA MUJER  
EN EL  
POST PARTO**

*A través de la mejor calidad de prestaciones que reciben nuestros afiliados, también nosotros vamos superándonos institucionalmente. Caja y afiliados constituimos una gran familia. En el reciente Subsidio de Ingresos Garantizados creado para cubrir la falta de ingresos del profesional causada por accidentes, incluimos la cobertura a la mujer profesional en el período del post parto. Una mejora más; no será la última, seguiremos sumando.*

**POR ACCIDENTE**

El Subsidio de Ingreso Garantizado fue creado con el fin de brindar una solución a los profesionales en caso de un eventual accidente (laboral, deportivo, doméstico o cualquiera sea su origen), y que debido a esto se vea incapacitado en forma total o transitoria para desempeñar sus actividades laborales (siempre que esta incapacidad supere los treinta días de la fecha de accidente). Para recibir la prestación el interesado debe denunciar el accidente en un plazo no mayor a 30 días contados desde la primera manifestación invalidante. El goce del beneficio se extiende por el plazo que determine la Auditoría médica (entre 3 y hasta 6 meses). En caso de necesidad de mayor tiempo, el profesional dispone de otras soluciones para afrontar dicha situación, como la solicitud de jubilación transitoria.

**POR POSTPARTO**

Ahora, el Directorio de la Caja ha decidido acompañar a la profesional afiliada en la etapa postparto, extendiendo el subsidio en momentos que ella inicia o reitera su camino en la maternidad y atraviesa la no fácil tarea de combinar trabajo y familia, como parte de su desarrollo personal y profesional. Es una tranquilidad para la mamá en los dos primeros meses de vida de su bebé y, lo más importante, la manera que encontramos en la Caja para darle la bienvenida a un nuevo integrante de nuestra gran familia.

PRÉSTAMOS PERSONALES PARA PROFESIONALES

COMENZÁ TU NUEVO PROYECTO.



TENÉS HASTA \$ 300.000  
EN SÓLO 30 MINUTOS  
EN NUESTRAS SUCURSALES.

FÁCIL DE SACAR, LISTO PARA USAR.



Nuevo

**Banco de Santa Fe**

[WWW.BANCOBSF.COM.AR](http://WWW.BANCOBSF.COM.AR)



# DESDE 1874, EL BANCO LÍDER ENTRE LAS ENTIDADES FINANCIERAS DE LA PROVINCIA

## SERVICIO DE ACREDITACIÓN DE HABERES

Contamos con una amplia experiencia en la operatoria de Pago de Haberes, avalada por la vasta trayectoria en los servicio de pago de sueldos de la Administración Pública Provincial.

Más de 1200 puntos de contacto en todas las provincias para estar cerca de nuestra gente.

- 109 sucursales
- 50 dependencias operativas
- Más de 600 cajeros automáticos
- Más de 500 puestos de Santa Fe Servicios.

Los personas que cobran sus haberes en el NBSF acceden inmediatamente a un conjunto de servicios financieros especialmente desarrollados para ellos:

- **PRÉSTAMOS PERSONALES:**
  - **300.000 EN NUESTRAS SUCURSALES**
  - **40.000 POR CAJEROS AUTOMÁTICOS**
  - **ANTICIPO DE HABERES (\*)**
  - **TARJETAS DE CRÉDITO**
  - **CUENTAS GLOBALES**
  - **SEGUROS**
  - **HOME BANKING**

(\*) Anticipo de haberes es un servicio disponible exclusivamente en nuestros cajeros automáticos. El monto del anticipo es de hasta el 25% de la última acreditación del empleado y se cancela con la próxima acreditación de haberes.



Nuevo

**Banco de Santa Fe**



*Alfredo C. es derivado por el clínico a un especialista a raíz de que éste detectó en sus análisis bioquímicos ciertos valores en sus límites, que si bien no son preocupantes es conveniente ir controlándolos más de cerca.*

*Alfredo C. de 56 años de edad, acompañado de su esposa concurre al especialista, quién le indica además de una serie de estudios más, iniciar una actividad física y le traza una dieta con cuatro comidas distribuidas en el día.*

*El mismo procedimiento que replica en todos sus casos, independientemente que el paciente esté o no en condiciones de llevarlo a cabo; así el éxito o fracaso del tratamiento depende sólo del paciente.*

*Alfredo, quién deberá comenzar con una ronda de análisis y estudios de control y nuevas consultas, termina preguntándose si será realmente necesario atravesar todo esto por unos valores que están en el límite y/o preocupándose, porque empezó a sospechar que están ocultándole la verdad.*

---

# EL MÉDICO DE CABECERA VUELVE

## POR PARTES COMO DIJO JACK, NO ES

Cada persona es un todo, incluida su psiquis; lejos estamos de ser un conjunto de partes independientes unas de otras, o sea un corazón + un estómago + un páncreas..., restringiéndose al análisis cardiológico, gastroenterológico, etc.

Una persona debe ser vista por el médico en forma integral; por ejemplo su estómago está manifestando una situación de estrés, siendo más un problema psicológico que gastroenterológico. Por lo tanto hay que ser más cauteloso a la hora de indicar estudios complejos, muchas veces innecesarios para establecer el tratamiento.

## UNA REALIDAD

Desde el punto de vista estrictamente médico estaría todo perfecto si no fuera porque Alfredo es una persona quién, como todas, vive su propia vida. Preferimos mantener en reserva su identidad laboral, pero se trata de un profesional independiente con mucho traslado en vehículo consecuencia de tu trabajo, que en algunos momentos del año le insume hasta diez horas diarias de dedicación. Se levanta muy temprano, porque antes de las 7:00 ya debe estar al timón de su vehículo; almuerzo donde le toca a la hora que le toca y recién a las

17:45 / 18:00 está en casa, lo cual no significa que se haya desvinculado totalmente de sus compromisos laborales.

## UNA DUDA

Es difícil imaginarse a Alfredo, a los 56 años, comenzar un seguro agotador día de trabajo con una rebanada de pan integral y una taza mediana de café con leche descremada; obligarse a media mañana a beber una taza de leche descremada con cereales sin azúcar; a la hora del almuerzo abrirse el taper con la dieta que le preparó anoche su esposa; llegar a su casa y darse una merienda igual al desayuno; salir a caminar una determinada cantidad de cuadras; y finalmente cenar liviano. Encima, tendrá un martes interrumpido a causa de un estudio a que deberá someterse.

## EL ROL DEL MÉDICO DE FAMILIA

Si Alfredo puede cumplir a rajatablas con lo indicado o no al especialista es algo que no le compete, para él está fuera de discusión; la lógica médica aconsejando/paciente acatando es la gran ausente en esta relación. A la inversa, las decisiones compartidas con el paciente es un concepto predominante en un médico de familia.

Con este ejemplo vemos la necesidad de todo lo que significa estar bajo la

supervisión de un médico que tenga empatía con su paciente, conocedor de las características personales, su modo de vida, su situación social: en definitiva, su entorno.

La literatura médica habla de diabéticos, hipertensos, tabaquistas, muy técnico y como dijimos, por partes. Entender que no hay enfermedades sino personas que padecen diferentes afecciones es base fundamental para el tratamiento exitoso. Uno de los desafíos más difíciles que enfrentan los médicos de familia es escuchar a la gente.

En nuestro ejemplo, es evidente que Alfredo necesita ser escuchado porque le resulta casi imposible cumplir correctamente con el tratamiento indicado. Es ahí donde el médico de cabecera encuentra su lugar exacto: **adaptar el libro a la realidad del paciente.**

Son las indicaciones las que deberán adaptarse a su rutina, no al revés, para obtener resultados positivos y también evitar desajustes en la vida del paciente invadiéndolo y tensionándolo; o dicho vulgarmente: que termine siendo peor el remedio que la enfermedad.

Esta figura tan fundamental en nuestros padres y abuelos, fue debilitándose con el paso del tiempo a partir del crecimiento de las especialidades y el desarrollo tecnológi-

co; comparativamente la dependencia de la medicina con la tecnología era mínima, antes el médico viajaba solo con su sabiduría y su maletín. Del mismo modo que una persona depende de su entorno, el nuevo perfil de médico de familia también está determinado por el contexto. El médico de familia de hoy no podrá retomar ese viejo vínculo míti-

co, debe reinventarse como nueva figura en un nuevo medio: el del hombre dominado por las tensiones entre el cuerpo, la tecnología y el consumo.

No sólo por conocer integralmente a la persona y su entorno el médico de cabecera es fundamental; la credibilidad que transmite también es factor excluyente. Porque debe sa-

ber coordinar tratamientos complejos que implican estudios complementarios fuera de su consultorio, con la confianza que genera en él y en su núcleo familiar. Porque debe trabajar con una verdad que por lo general es incertidumbre.

La medicina familiar es, por lo tanto, una forma muy moderna de ser médico.

## DEFENDAMOS TODOS LA ÓRDEN MÉDICA SIN PLUS

La Caja tiene cerrado convenios con instituciones médicas a través de las cuales los profesionales nucleados en las mismas se comprometen a cobrar a los afiliados al sistema asistencial de la Caja los honorarios estipulados por esas mismas instituciones.

Esta es la manera por la cual nosotros hacemos valer sus derechos. Pero usted, como afiliado, también tiene la obligación de hacerlos cumplir cuando visita a su médico y exigirle atención a cambio de la orden únicamente. Los adicionales o plus no están contemplados en ningún convenio suscripto por la Caja de Ingeniería.

**CAJA + AFILIADOS + MÉDICOS  
HAGAMOS VALER NUESTROS DERECHOS Y CUIDEMOS LOS  
RECURSOS DE TODOS.**



# SANATORIO GARAY

Rivadavia 3130. Santa Fe. Capital  
Tel: 0342 - 4552360 (LR)

[www.sanatoriogaray.com](http://www.sanatoriogaray.com)



# LACTANCIA MATERNA: AMOR Y SALUD PARA SIEMPRE

Amamantar es una experiencia maravillosa pero, a pesar de que se trata de un acto natural, implica también un proceso de aprendizaje y adaptación, por eso muchas mamás sufren complicaciones o tienen dificultades en esta etapa. En esta importante elección de nutrir amorosa y naturalmente a tu hijo, la Caja quiere acompañarte brindándote ayuda para sortear las diferentes di-

ficultades que se puedan presentar e información para disipar dudas y desterrar mitos.

La leche materna es el alimento perfecto para satisfacer las necesidades de tu bebé.

Proporciona los nutrientes necesarios en las diferentes etapas de su desarrollo, aporta anticuerpos, crea un fuerte vínculo emocional

madre-hijo favoreciendo el desarrollo psicológico del pequeño al fortalecer su autoestima, personalidad e independencia, y ayuda a un mejor desarrollo cerebral. Conlleva también ventajas para la salud de la mamá ya que reduce el riesgo de padecer enfermedades como cáncer de mama, útero y ovario.

## SOLICITÁ NUESTRO APOYO Y TE ENVIAREMOS PERSONAL ESPECIALIZADO EN SANTA FE Y EN EL INTERIOR

### • EN EL POST PARTO INMEDIATO.

Consulta gratuita a domicilio o en el sanatorio, dentro de las 48 hs. posteriores al parto.

### • DURANTE EL PERÍODO DE AMAMANTAMIENTO.

Si utilizaste la consulta post parto, 20% de descuento en consultas posteriores.

### • DURANTE LA GESTACIÓN.

Grupo de apoyo a la Lactancia Materna, una vez al mes en Maternarte (Francia 3070, Santa Fe).

# %15 DE AHORRO EN LAS CUOTAS DE JUBILACIÓN



Caja DE Ingeniería  
Santa Fe - 1ª Circunscripción

Solicite su tarjeta CAJA-BANCO MACRO y benefíciense con el 15 % DE AHORRO EN LAS CUOTAS del Sistema Jubilatorio durante 1 año, adhiriéndose al Débito Automático con tarjeta de crédito Visa. Tope máximo de reintegro \$400 mensuales.

Para más información: Caja de Ingeniería, San Jerónimo 3033, Santa Fe o en Banco Macro (consulte la sucursal más cercana a su localidad en: [www.cajaingenieria.org.ar](http://www.cajaingenieria.org.ar) o en [www.macro.com.ar](http://www.macro.com.ar)



Comercializamos y distribuimos las siguientes marcas



Construcción en seco  
(Cielorrasos, tabiques y revestimientos).



Pinturas y revestimientos  
texturados.



Fachadas y Parasoles.



Morteros técnicos  
y proyectables.



Yesos Proyectables  
y de obra.



Yesos especiales  
y de obra.



Sistema EIFS para muros  
y Steel Framing.



Perfiles para sistemas en  
seco y Steel Framing.



Aislaciones Termo  
acústicas.



Yesos de obra.

Av. Galicia 1360 - Santa Fe • [disser@arnetbiz.com.ar](mailto:disser@arnetbiz.com.ar)  
Tel. (0342) 4697923 / 4191919 • [www.dissersrl.com.ar](http://www.dissersrl.com.ar)

# CAMPAÑA DE PREVENCIÓN DE LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL

DEL 18 AL 22 DE MAYO

COMAMOS  
*más*  
SANO

CONCURSO  
de  
RECETAS

Por del Día Mundial de la Hipertensión Arterial, la Caja instaló puestos de medición de la presión arterial en su sede Santa Fe y delegaciones del Interior. Además del control, Auditoría Médica evaluará integralmente cada caso y efectuará el seguimiento de casos detectados, con empadronamiento y clasificación de los mismos así como también sugerencias para generar cambios saludables en prevención cardiovascular.

En esta primera etapa se presentó un programa integral de intervención destinado a prevenir la enfermedad como así también educar y fomentar la adopción de hábitos saludables en pacientes hipertensos, evaluar el nivel de conocimiento acerca de la enfermedad y el nivel de adherencia a los tratamientos.

Conclusiones: del total de tomas registradas en Santa Fe, Rafaela,

Reconquista y Esperanza el 38% se encontraba fuera del rango de la normalidad. A estos afiliados se les sugirió concurrir a la consulta con su médico de cabecera para que examine su presión arterial y desde la Caja se implementaron acciones de control y seguimiento de los mismos.

**Para desdramatizar un tema tan sensible, en definitiva se trata de una patología, invitamos a ver el tema médico desde lo gastronómico, que es un poco más divertido.**

**Para nuestros afiliados del interior**

Organizamos un concurso de recetas saludables creativas. Y quienes se animaron a mostrar su arte nos enviaron sus recetas, participando por ello en un sorteo por un viaje a Merlo, pcia. de San Luis, que se realizó el día 1° de julio, cuyo gana-

dor fue el afiliado N°5230, Arquitecto Gustavo Beccaria, D.N.I. N° 20.190.901.

Para todos los afiliados, de Santa Fe y del interior, se organizó un Taller de Cocina Saludable con degustación. Dedicamos en esta edición unas páginas que remiten a la tarde-noche del taller, la cual como puede verse terminó siendo muy positiva y entusiasta.

Nos sentimos altamente gratificados y por más de un motivo: porque obtuvimos respuesta; porque cuando sucede este tipo de convocatoria nos damos cuenta que nuestro trabajo diario en la Caja y en la Mutual es valorado.

COCINA SALUDABLE

# QUIÉN DIJO QUE TODO ES ABURRIDO

EN OCASIÓN DEL DÍA MUNDIAL DE LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL, COMO PARTE DE LA CAMPAÑA DE CONCIENTIZACIÓN, HEMOS DESARROLLADO UN TALLER DE COCINA SALUDABLE, EL CUAL CONCLUYÓ CON DEGUSTACIÓN.



*Siempre dentro de ciertos parámetros, aquello que por fuerza mayor nos resulte aburrido, tedioso y rutinario también tiene su vuelta y puede resolverse, al menos parcialmente. Debemos tener la voluntad de encontrar esa vuelta.*

*Aquí mostramos una de esas vueltas que hay que encontrar; hay mucho por hacer para que la imaginación o el conocimiento tuerquen el brazo de la rutina. Así podemos permitirnos cumplir a rajatablas con los requerimientos (en este caso médicos) haciendo los deberes sin padecer en el intento.*

*Y creasé o no, también es motivo de orgullo hacer bien los deberes. No son pocos los encuentros sociales o familiares donde siempre aparece un tío dictando verdaderas charlas culinarias a base de alimentos sustitutos; ese resignado tío que por razones de salud se ve impedido de los tan adictivos hidratos de carbono o privado de desayunar como un rey, almorzar como un príncipe (bife con papa fritas incluidos), merendar como un duque y eso sí, en la cena no privarse de nada. Por eso, mejor escuchemos a un chef, que de estas cosas sabe de verdad.*





**¿Y SI ABORDAMOS EL TEMA CON OTRO ENFOQUE?**

¡Una receta de alimentos extendida por un médico! Es lo mismo que un chef recetando un análisis o remedios.

Bajo esa premisa, decidimos ver a un chef para que nos indique como comer rico y saludable.

Fue en apoyo al Día Mundial de la Hipertensión arterial.

**¿ASISTENTES O COMENSALES?**

Hemos desarrollado un Taller gratuito de Cocina Saludable a cargo del chef Sebastián Dalla Costa, quién enseñó y preparó platos que fueron degustados por los asistentes; pero muy degustados.

Todo el mundo fue invitado a asistir al Salón de Eventos de Caja y Mutual Ingeniería; quienes se acercaron pasaron un momento ameno, divertido... y sabroso.

La idea fue poner en conocimiento la variedad de platos alternativos para quienes, como en esta ocasión, padecen de hipertensión; pero en realidad la comida sana es recomendable para todos, tengan o no un problema de salud.

Para poder llevarlo adelante contamos con la colaboración de laboratorios que desarrollan medicación para esta patología y que trabajan diariamente en la farmacia de nuestra Mutual.



www.unisem.com.ar

**Sentí la tranquilidad de estar siempre protegido**

- > Atención Integral de emergencias y urgencias médicas.
- > Atención médica domiciliaria adulto / pediátrica.
- > Traslados urbanos programados con o sin médico / Red siem
- > Servicios a domicilio: enfermería, bioquímico, kinesiología, electrocardiograma, ecografía, radiografía
- > Internación Domiciliaria



UNISEM S.A. CUIT 30 41753041-8 - Riv. Surco 3485 - CP 3002 EXC - Tel. 54 343 450 500 - Representación de Servicios de la Salud 0800 725 346 38 079905 - www.unisem.com.ar - A.E.E.M.P. 394.21217

Facundo Zuviria 3601 - CP 53002EXC - Santa Fe - Argentina - **Emergencias:** 455 2000  
**Afiliaiones:** 454 0540 / **Traslados:** 455 3000 / **Enfermería:** 452 5000  
**Administración:** 455 3 500/600 / [clientes@unisem.com.ar](mailto:clientes@unisem.com.ar) / UnisemSantaFe





**VIKINGO**  
■ ■ ■ ■ ■ Ortopedia y Cirugía



**Material e Instrumental Quirúrgico - Plantillas Ortopédicas - Implantes Traumatológicos**

**Rivadavia 3118 - Santa Fe - Santa Fe - Tel.: (0342) 452-5918**

### ¿QUÉ COMEMOS HOY?

Frecuentemente escuchamos que es más saludable preparar la comida con poca sal, que algunos alimentos son más beneficiosos que otros, que hay que cuidarse con el colesterol, con la presión, con el azúcar, con el peso, etc. etc., pero las preguntas del millón son varias...

¿Qué es comer sano?

¿Se puede comer sano, rico y variado?

¿Cómo hacerlo sin recaer en la "ensalada de lechuga y tomate"?

Parece difícil pero todo tiene una respuesta. Por eso, en el taller aprendimos a ver las cosas de otra manera agregándole ideas para transformar en platos saludables, comidas que preparamos a diario, a reemplazar ingredientes, a utilizar otras formas de preparación y a combinar alimentos.

### ¿REPETIREMOS LA EXPERIENCIA?

El taller para hipertensos fue un éxito, terminamos todos contentos o mejor dicho satisfechos. Celíacos, diabéticos, obesos, sanos totales, todos merecemos tener nuestra oportunidad; aunque comida sana es una sola.



¿PEDIRÍAMOS A UN CHEF  
QUE NOS RECETE UN  
ANÁLISIS?

**NO.**

¿Y QUE EL MÉDICO NOS  
EXTIENDA RECETAS DE  
COMIDA?





VILLA  
MINETTI

*Marcando el camino con la más alta tecnología...*

*Con financiación de la Caja de la Ingeniería,*

*incorporamos Estaciones GPS en*

*Villa Minetti, Frontera y San Javier,*

*que se integran a las existentes en*

*Reconquista, San Cristóbal y Santa Fe*



SAN  
JAVIER



FRONTERA

COLEGIO DE PROFESIONALES DE LA  
AGRIMENSURA  
DE LA PROVINCIA DE SANTA FE

# Hoy cocinamos...

## Escabeche de calamar

- 250cc aceite
- 250cc vinagre
- 150cc vino blanco
- 100cc agua
- 2 calamares
- 4 dientes ajo
- 2 hojas laurel
- Sal y pimienta
- 2 zanahorias
- 2 remolachas • rúcula c/n
- espinaca c/n • vinagreta: 1 cuch. de limón; 3 cuch. de aceite; sal fina

Blanquear el calamar en agua hirviendo con sal gruesa, enfriar en agua con hielo y reservar. Pelar las zanahorias y cortarlas en rodajas finas. En una olla verter el vino blanco, el agua y el vinagre, sal, pimienta, laurel, ajo machacado y romero; cuando rompa hervor, agregar el aceite. Llevar a hervor nuevamente, agregar el calamar y las zanahorias y cocinar por espacio de 20 minutos, al pincharlo con un palo de brochete tiene que traspasar fácilmente.



Dejar enfriar. Vinagreta: integrar limón, sal, agregar el aceite y emulsionar. Armar la ensalada con la rúcula, la espinaca, remolachas asadas y los calamares y zanahorias.

puntos de cocción, VINAGRETA: integrar el aceto, sal, miel y mostaza, agregar el aceto y emulsionar. Mezclar todos los vegetales, rociar con la vinagreta, esparcir semillas y frutos secos y servir.

## Ensalada de vegetales asados

- 1 zucchini • 1 cebolla • morrón • 1 puerro • calabaza • nueces • girasol • semillas de sésamo
- VINAGRETA: 3 partes de aceite, 1 parte de aceto, mostaza, miel.

Cortar los zuchinis en rodajas, los morrones en rombos de 4cm x4cm, la cebolla en cuarto, la calabazas en cubos. Cocinar con aceite en placa de horno o sartén hasta que estén al punto deseado (puede ser de oliva) cada vegetal por separado, ya que tienen diferentes



## Sopa de calabazas y zanahorias

- Calabaza • 1 zanahoria • caldo de verduras • vino blanco • pimienta • 1 pera • 1/2 cebolla • 2 dientes de ajo • Canela, muez moscada, pimienta negra, coriandro, comino, mostaza, tomillo.

Cortar cebolla, puerro y ajo, sudar en una cacerola con aceite y sal, agregar la calabaza y la zanahoria peladas y cortadas en cubos, la manzana verde rallada, caldo de verduras, tomillo, vino blanco,



avena, las especias y el tomillo. Dejar cocinar hasta que las verduras estén para puré, licuar y servir, fría o caliente. Se le pueden agregar semillas de sésamo, chia, girasol tostadas.



### Entrecot marinado y curry de vegetales

300 grs entrecot  
• nuez moscada, pimienta verde, hierbas, ajo, vino tinto • 5 chauchas • Morrón • zucchini • cebolla • brócoli • coriandro, canela, comino, ajo, pimienta verde, curry • 1 papa • 10 chauchas

Marinar el entrecot con las hierbas, nuez moscada, pimienta verde, ajo y vino tinto, dejar la marinada 12hs.

Para el curry de vegetales blanquear las chauchas y los brócolis, cortar los zuchinis, las cebollas, los morrones en forma regular, en una sartén caliente agregar coriandro en grano, canela, pimienta verde y calentar. Agregar aceite, las cebollas, morrones y ajo; sudar, agregar papas, caldo de verduras, cúrcuma, comino,



los zuchinis y dejar cocinar 2 minutos. Agregar las chauchas y los brocolis. Escurrir el entrecot y secar, sellar en sartén y terminar al punto deseado en el horno.

### Cous cous de vegetales y pollo

1 pechuga • ralladura y jugo de cítricos • mostaza • pimienta • 3 cucharadas de cous cous • caldo de verduras • morrón • zucchini • cebolla • 2 flores de brócoli • almendras.

Marinar el pollo con los jugos y las ralladuras de los cítricos y las hierbas, dejar la marinada 12hs. como mínimo para intensificar el sabor. Cortar los vegetales en brunoise, cubos muy pequeños regulares o como deseen, pero siempre tienen que ser cortes parejos para asegurar una cocción pareja. Blanquear 3 minutos las flores de brócoli. Tostar las almendras. Sudar en una sartén con aceite los morrones y las cebollas, cuando estén tiernas agregar el resto de los vegetales y el cous cous; verter poco a poco caldo de verduras, hasta que el cous cous este tierno. Rectificar

con sal y pimienta y un hilo de aceite de sésamo. Esparcir almendras tostadas y picadas. Escurrir el pollo y sellarlo en la sartén para darle color, luego terminarlo en el horno.

### Postre

1 pera • 250 cc vino tinto • azúcar • canela • queso crema • azúcar impalpable • nueces y almendras.



Pelar las peras, retirar el centro con las semillas y el tallo. Poner en una cacerola el vino tinto, el azúcar, la canela y el agua. Cuando rompa hervor agregar las peras y cocinar hasta que estén tiernas, retirar y dejar reducir el líquido hasta llegar a 1/4 del total. Por otra parte integrar queso crema con azúcar impalpable, frutos secos tostados.





# LAS MÚLTIPLES POSIBILIDADES QUE LA MUTUAL OFRECE A SUS AFILIADOS

*Mutual Ingeniería ofrece un espectro de alternativas muy convenientes para sus afiliados, el cual seguirá desarrollándose con nuevas propuestas y nuevos servicios. Queremos que nuestros afiliados nos sientan cerca por eso permanentemente creamos cosas, queremos que cuenten con nosotros en sus eventos más felices como en situaciones donde podamos tenderles una mano.*

## MUTUAL PROVEEDURIA

Productos electrónicos y de informática (PC, Impresoras, Monitores, Notebooks, Plotters, Scanners), artículos para el hogar, muebles, colchones, etc. Se financiará hasta un 70% del valor presupuestado en 12 ó 24 cuotas, lo que permite a los afiliados el pago en cuotas sin consumir límite de tarjeta ni cualquier otro límite crediticio que las entidades bancarias o financieras verifiquen para otorgar créditos.

Consultas sobre esta operatoria por e-mail a:

[administración@mutualingenieria.org](mailto:administración@mutualingenieria.org)

## PROVEEDORES CON CONVENIO

- **PROXY** Pje. Martínez 2666, Dto.1 (Santa Fe), Tel. 0342 4811820
- **CHEMES** Casa Central: San Martín 1954 (Vera) Tel: 03483 420261  
En Santa Fe: San Martín 2985, Tel. 0342 4526220
- **TECHNAE** San Luis 2745, Santa Fe, Tel. 0342 4831133
- **TOSELLI HOGAR** Bv. Lehmann 358 y Bv. Lehmann 420, Rafaela, Tel. 03492 430755.
- **LA ESQUINA DEL CAMPING** (Camping, indumentaria Northland) – Gral Lopez y Saavedra (Santa Fe), Tel: 0342 – 4591125
- **CASA MERATI** Artículos para el hogar. Maipú 2455 (Laguna Paiva) e-mail: [norberto@merati.com.ar](mailto:norberto@merati.com.ar)

En Santa Fe tenemos también Convenio con Autoescuela con un 15% de descuento en los cursos para aprender a manejar.

- **AUTOESCUELA** 1° de Mayo 2777, Tel. 0810 4442523

Estamos avanzando en la firma de convenios con más comercios en Santa Fe, Reconquista, Esperanza y Rafaela.





## MUTUAL FARMACIA

### MEDICAMENTOS

Sin obra social y de venta libre: **20% de descuento.**

Con obra social: **según cobertura de la obra social + 10%, la Mutual ofrece diferentes descuentos.**

**Envíos a domicilio en Santa Fe y el interior.**

**OBRAS SOCIALES:** AMUR, JERARQUICOS, OSDE, SWISS MEDICAL, DASUTEN, ENERGIA

SALUD, SANCOR, PAMI  
Consultas y envíos: 0342 4121436

**PERFUMERÍA:** 10% de descuento.

## MUTUAL CONSULTORIOS ODONTOLÓGICOS

Consultorios Odontológicos propios de Mutual Ingeniería, con todas las especialidades a través de los siguientes profesionales:

- Marcos Paez Allende
- Juan Francisco Felli
- Silvia Casanovas
- Javier Rolando

### BENEFICIOS

• Para afiliados Obras Sociales con convenio, posibilidad de financiación en implantes.

Consultar Obras Sociales con convenio a:

[administración@mutualingenieria.org](mailto:administración@mutualingenieria.org)

• Para afiliados cuyas obras sociales todavía no tienen convenio o que no tienen Obra Social: 10% de

descuento en el valor de las prestaciones según cartilla de la Caja y la posibilidad de financiar los tratamientos odontológicos de mayor valor, como implantes, coronas, prótesis, etc.

• **Atención a Jerárquicos Salud y Energía Salud.**

**Turnos: 0342 4121317**

## MUTUAL SALÓN DE EVENTOS

La Mutual ofrece a sus afiliados dos espacios para realizar eventos:

• Un salón ubicado en la Sede Social (Planta Baja), para 120 personas, con acondicionadores de aire frío/calor, estacionamiento incluido (en caso que el evento

se realice fuera del horario laboral de la Caja), guardia de seguridad y personal de limpieza.

• Una galería ubicada en Planta Alta, para 50/60 personas, con cocina, heladera, asador, galería cubierta y terraza.

En ambos casos los salones se entregan con la cantidad de mesas y sillas acordes a su capacidad.

El ingreso al Salón de Fiestas y demás espacios de alquiler es por el estacionamiento, en calle Crespo 2778.

## MUTUAL MEDIOS DE PAGO

Mutual Ingeniería ofrece los siguientes medios de pago:

- Tarjetas Visa Débito y Crédito
- Tarjetas Cabal Débito y Crédito
- Tarjetas Master Débito y Crédito
- Tarjeta de Débito Maestro
- Tarjeta de Crédito Diners
- Tarjeta Nativa
- Tarjeta JCB
- Tarjeta Red Lider
- Ticket Nación

- Tarjeta Cencosud
- Tarjeta CMR Falabella
- Tarjeta Argencard
- Tarjeta Cordobesa
- Tarjeta Discover

• Tarjetas de Crédito de Banco Macro: 6 cuotas con el 10% de descuento.

• Las boletas de pago emitidas por la Mutual pueden abonarse en cual-

quier sucursal del Banco Macro.

• También se puede adherir al débito automático con su tarjeta de Crédito Visa.

• Estamos realizando las gestiones para incorporar el servicio Pago-MisCuentas, para incluir allí todos los consumos de los afiliados y que los puedan abonar desde cualquier dispositivo móvil o electrónico.



I nostri profumi importati  
*Our imported fragrances*  
*Nos parfums importés*

(Nuestras fragancias importadas)



# *Día de la Madre*



**10%**  
DE  
DESCUENTO

**6** CUOTAS  
SIN INTERÉS

**EVÍOS AL INTERIOR**





Arq. Oscar Ezcurra  
Pte. de Mutual Ingeniería



## ¡CERRAMOS LA CAMPAÑA TAPITAS!

Bajo la consigna traé tapas y tapitas de plástico, en Mutual Ingeniería dimos el mejor el mejor destino a las tapas y tapitas plásticas que nuestros afiliados depositaron en las urnas dispuestas en la Caja de Santa Fe, Esperanza, Rafaela y Reconquista. Luego el material reciclable recolectado fue entregado a "La Casa de las Madres" del Hospital de Niños Dr. Orlando Alassia, que aloja a madres de niños hospitalizados y brinda ayuda a los niños bajo tratamiento ambulatorio.



# FESTEJAMOS EL DÍA DEL NIÑO

HEMOS INVITAMOS a participar en el sorteo a niños de afiliados a la Caja y/o a la Mutual, de hasta 12 años.

Para participar les pedimos que nos enviaran un dibujo con el tema: Papá en el trabajo, (o Mamá, si la afiliada es la madre).

La convocatoria fue muy importante y hemos recibido muchos trabajos, entre los cuales realizamos el sorteo.

Los chicos que tuvieron la suerte de concurrir pasaron una tarde fantástica e inolvidable.

través de estas actividades vamos acercando desde muy temprano a los niños a una Institución de la que hoy es parte integrante su familia y que quizás sea su futuro en un tiempo no muy lejano.

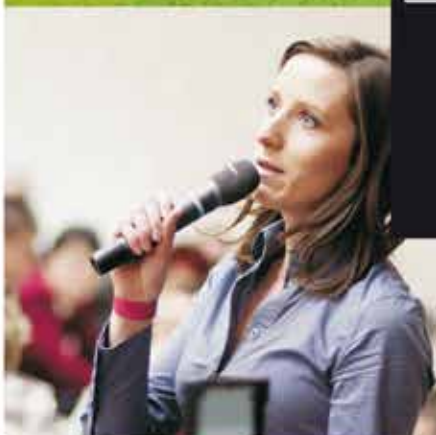
Por haber respondido nuestra consigna, Gracias a todos los chicos.

Sorteamos  
**50**  
entradas

Expo 9na.  
día del  
niño

# SALÓN DE EVENTOS MUTUAL INGENIERÍA

Magnífico lugar de eventos para afiliados a Mutual Ingeniería, con espacios verdes y en pleno centro.



**ESPECIAL INSTITUCIONES**  
LAS INSTITUCIONES QUE LO SOLICITEN PODRÁN REALIZAR EVENTOS SOCIALES CORPORATIVOS



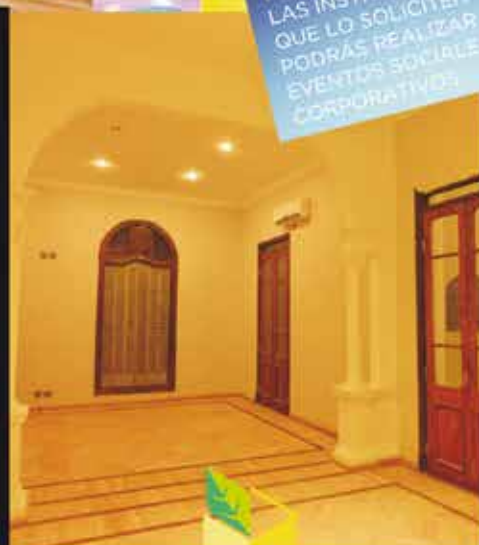
**EVENTOS SIMPLES (afiliados)**  
Cumpleaños, encuentros, celebraciones, otros.

**EVENTOS IMPORTANTES (afiliados)**  
Fiestas generalmente nocturnas que incluyan servicios contratados de catering, música, otros.

**EVENTOS SOCIALES Y CORPORATIVOS (afiliados + instituciones)**  
Charlas, exposiciones, encuentros, jornadas, otros.

**SERVICIOS**

- 1 salón para 120 personas.
- 1 terraza con asador y deck para 40 personas
- Estacionamiento
- Calefacción y Aire Acondicionado
- Seguridad
- Limpieza



San Jerónimo 3033, Santa Fe  
Tel. 0342 4524701 int. 149  
Estacionamiento: Crespo 2748

Consultar servicio de sillas y mesas.



# YA HEMOS ATENDIDO A MÁS DE 1000 CONSULTAS (EN EL PRIMER AÑO)

TURNOS

(0342)

**4121317**

ATENCIÓN DE  
EXCELENCIA

**CONSULTORIOS  
ODONTOLÓGICOS  
DE MUTUAL INGENIERÍA**  
EXTENSIÓN HORARIO: 09 a 17:00 hs.

- Incorporación de profesionales
- Afiliados a la Caja y a Mutual Ingeniería
- Cobertura por autorización -no por reintegro-
- Dentistería, prótesis e implantes
- Condiciones muy ventajosas
- Ampliación de horario: 09 a 17 horas

## Ciclo de charlas sobre proyecto educativo en Sede Social Caja de Ingeniería / Salón de Eventos Mutual Ingeniería

### “La educación Montessori: una ayuda a la vida”

Destinada a todas aquellas personas interesadas en ofrecer a sus niños/as una educación respetuosa y de calidad empezando por el hogar. Con ideas prácticas para aplicar en casa.

- Primera charla : Jueves 13 de agosto
- Segunda charla : Jueves 10 de septiembre
- Tercera charla : Jueves 15 de octubre
- Cuarta charla : 12 de noviembre

#### Para mayor información:

Mutual Ingeniería: San Jerónimo 3033

Por teléfono: 0342 456514

Por mail: [administracion@mutualingenieria.org](mailto:administracion@mutualingenieria.org)



**MEDICINA NUCLEAR**

**CAMARA GAMMA**



**SANATORIO SANTA FE**



### INCORPORAMOS NUEVOS ESTUDIOS

Centellograma con Iodo 131 - TC99 - Mibi  
Centellograma con Mibg

Barrido Corporal con Iodo 131  
Dosis Terapéutica con Iodo 131

Test de Werner

#### ESTUDIOS QUE SE REALIZAN:

Spect Cerebral (Perfusión cerebral).

Spect Óseo.

Spect Cardíaco Sestamibi (Perfusión Miocárdica).

Spect Cardíaco Gatillado c/cuantificación de función ventricular.

Spect Cardíaco con Test farmacológico (Dipiridamol).

Centellograma óseo corporal total y parcial.

Centellograma pulmonar (Ventilación/perfusión).

Detención de ganglio centinella intraoperatoria.

Estudio dinámico real con DTPA.

Centellograma Renal con DMSA.

Cisternografía radioisotópica.

Estudio con ciprofloxacina (infección).

Estudio dinámico esofágico.

Evaluación hemorrágica digestiva.

Evaluación mucosa gástrica ectópica.

Cistografía radioisotópica.

Centellograma Hepático.

Centellograma Tiroideo.

Vaciamiento gástrico.

Transito esofágico.

Flebografía Radioisotópica

Angiografía Radioisotópica

Linfografía Radioisotópica



# Macro *Securities*

## MOMENTOS COTIDIANOS, INESPERADOS, EXCEPCIONALES.

Todos ellos se transforman en valiosos recuerdos cuando van de la mano de la mejor compañía: tus hijos, tus padres, tus amigos... tus afectos. Las personas que elegís y que te eligen para convertir cualquier ocasión en una gran experiencia. Sabemos que la mejor inversión con tu tiempo es vivirlo y ser dueño de él compartiéndolo con quienes te hacen feliz. Por eso Macro Selecta está junto a vos. Para que puedas hacer elecciones valiosas con tu tiempo, asesorándote en la toma de decisiones importantes con una atención personalizada y exclusiva. Porque no hay nada como el placer de poder compartir momentos únicos y especiales: recuerdos que perdurarán por siempre.

