



“La Mútua”

PUBLICACIÓ CORPORATIVA

NÚMERO 18

GENER 2006

MÉS SERVEI



PER A MÉS DE

17.000

MUTUALISTES



Benvolguts mutualistes,

Com cada any per aquestes dates, els enviem la publicació corporativa de la nostra Entitat on intentem posar-los al dia de tots els esdeveniments passats, presents i futurs de la Institució.

Aquest cop, destaquem les millors d'infraestructura i serveis que hem fet durant l'any 2005 i fem esment de les properes incorporacions de professionals, atès que estem incrementant la massa social (més de 17.000 persones protegides) i, per tant, tots els serveis han d'anar ampliant la seva oferta, ja que la demanda és creixent.

Cal esmentar també una de les estructures més mal vistes del nostre edifici com era el terrat. Les hem cobert definitivament i hem posat un distintiu lluminós que millora la imatge de la nostra Entitat de manera definitiva.

En l'aspecte assegurador, estem tenim molt d'èxit amb la nova pòlissa per la gent gran que hem anomenat explícitament "La Mútua Amiga". Creiem que és una oferta asseguradora de caire "social" de cara a les persones grans, que no tenen cobertura en altres mútues per l'edat i que només sol·liciten poder visitar-se amb un metge o especialista uns quants cops l'any.

Respecte l'any 2006, estem preparant una sèrie de mesures de cara a l'associat per evitar llistes d'espera a la seu central i per apropar encara més els serveis mèdics a les poblacions de la comarca. En aquest sentit, rebran notícies en els propers mesos de metges i serveis nous a poblacions properes al seu domicili.

Dins d'aquesta publicació, hi trobaran les noves quotes per als socis per l'any 2006. L'increment ha estat per sota de l'IPC a desembre del 2005 per la "La Mútua Familiar" i "La Mútua Segur DC", i hem congelat els preus de "La Mútua Amiga", "La Mútua Quirúrgica", "La Mútua Total", "La Mútua Dental" i el "Servingrés". L'única que ha sofert un increment per sobre de l'IPC ha estat "La Mútua Ambulatoria" atesa la seva alta sinistralitat.

Alhora els volem fer saber que els descomptes aplicats als socis en relació a prestacions no cobertes passarà del 10% actual al 15% aquest any 2006.

D'altra banda, en referència als descomptes dels quals gaudeixen determinats productes pel fet d'integrar en una mateixa pòlissa més d'una persona, es continuarà en la línia d'actuació endegada l'any passat que pretén la seva reducció i unificació progressiva.

Finalment, en nom de la Junta Directiva i en el meu propi els vull desitjar, des d'aquestes línies, un bon any 2006.

Dr. Ricard Blanch i Mas
Director General

Plaça Pau Casals, s/n
Tel. 93 8708099
08400 Granollers

Pi i Margall, 55
Tel. 93 8653504
08140 Caldes de Montbui

Dos de Maig, 1
Tel. 93 8674506
08470 Sant Celoni

www.mutua.org
mutua@mutua.org



"La Mútua"

MUTUALITAT NTRA. SRA. DEL CARME

PUBLICACIÓ CORPORATIVA

NÚMERO 18

Gener 2006

Disseny i impressió:

Bengar Gràfiques, S.L.

Dipòsit Legal: B-33695-2002

MÉS SERVEIS

"LA MÚTUA AMIGA"

"LA MÚTUA DENTAL"

"SERVINGRES"

"LA MÚTUA SEGUR DC"

UDT

ARTICLE MÈDIC

Fumes? No t'enganyis,
tu també ho vols deixar

ARTICLE MÈDIC

El càncer de mama

ARTICLE MÈDIC

L'Optometria al vostre servei

VII CONCURS DE DIBUIX DE NADAL

DIADA DE NTRA. SRA.
DEL CARME

ELS NOSTRES NADONS

BREUS

CARTELLERA

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12-13

14

16

17-18

19

MÉS SERVEIS

Cada dia més i més persones confien la seva salut a “La Mútua”. La xifra de 17.000 mutualistes ja ha quedat enrera i continuem avançant sense aturar-nos, a pas ferm, adequant els serveis a les noves necessitats. És en aquest sentit que a partir d'aquest mes de gener, veureu que al quadre mèdic hi consten diversos nous professionals de diferents especialitats i que els horaris d'alguns dels nostres metges s'han ampliat sensiblement. Creixem en socis, creixem en serveis.

SERVEIS ASSISTENCIALS:

GINECOLOGIA I OBSTETRICIA

- ✓ Ampliació de l'horari de la Dra. Novoa, el Dr. Ayensa i el Dr. Martínez
- ✓ Incorporació del Dr. Beuter, com a especialista en ecografies obstètriques
- ✓ Incorporació del Dr. Guillermo Hernan Gauthier

HEMATOLOGIA

- ✓ Ampliació de l'horari del Dr. López

TRAUMATOLOGIA

- ✓ Incorporació del Dr. Vega

MEDICINA INTERNA

- ✓ Incorporació de la Dra. Bueso

DERMATOLOGIA

- ✓ Incorporació de la Dra. Robles

DIGESTOLOGIA

- ✓ A la delegació de Caldes de Montbui, s'incorpora el Dr. Rigau

ÀREA QUIRÚRGICA

- ✓ Ampliació puntual d'horaris per a Cirurgia General i Cirurgia Vascular, per a intervencions quirúrgiques

una coordinadora per planta

Dins l'àmbit de l'**ÀREA QUIRÚRGICA** s'ha habilitat un nou quiròfan per a cirurgia ambulatoria, passant de tres a quatre sales. També hem renovat la tecnologia en les intervencions de cataractes adquirint un nou FACO, que és un instrument que permet operar amb una tècnica menys agressiva aquest tipus d'operacions oftalmològiques. Així mateix no deixem de renovar material i aparells, recentment amb una nova taula de quiròfan i altres útils fent que, tecnològicament, estiguem ben al dia.

Al **DEPARTAMENT D'URGÈNCIES** està previst que ben aviat s'incorpori un nou metge per reforçar el servei i fer més àgil l'atenció als pacients

Quant al **SERVEI DE PEDIATRIA**, ja fa uns mesos vàrem posar en marxa un projecte d'infermeria pediàtrica que afavoreix una atenció més integral als nostres petits associats i sobre el qual força pares ja ens n'han manifestat la seva satisfacció

A **GINECOLOGIA**, a part de les ampliacions d'horari d'alguns professionals i de la incorporació de nous, també s'ha obert un nou despatx a fi que tots ells puguin treballar en les millors condicions, fet que de ben segur revertirà directament en una millora atenció per a les pacients que acudeixin a aquests especialistes.

La infraestructura principal de “La Mútua” està a les instal·lacions de Granollers. Tot i així però, tenim centres mèdics concertats en altres poblacions de la nostra comarca per evitar que els mutualistes que hi viuen s'hagin de desplaçar per a tot. Ara mateix, a part de les delegacions pròpies de Caldes i Sant Celoni, hi ha servei mèdic a Cardedeu, La Garriga, Paret del Vallès, Aiguafreda, L'Ametlla del Vallès i Palau de Plegamans. Recentment hem incorporat nous serveis a **MOLLET DEL VALLÈS**, vista la gran quantitat de mutualistes d'aquesta població:

✓ PEDIATRIA

Dr. Gustavo Navarro Arias

✓ A L'INSTITUTO MÈDICO VALLESANO els mutualistes poden anar a les consultes de:

MEDICINA GENERAL

- Dra. Montserrat Español Carrillo

DERMATOLOGIA

- Dra. Marta Capella Hempel

GINECOLOGIA I

OBSTETRÍCIA

- Dra. Mercè Roser Pérez Quintana

✓ També s'hi poden fer ECOGRAFIES TRANSVAGINALS, GINECOLÒGIQUES i OBSTÈTRIQUES, així com ELECTROCARDIOGRAMES INFORMATS

Mollet però, no serà pas l'última població que integrem al nostre quadre de centres concertats. Al llarg d'aquest any altres centres d'altres localitats de la comarca aniran oferint servei als socis de “La Mútua”.

SERVEIS ASSEGURADORS:

En el decurs d'aquest darrer semestre hem iniciat la comercialització de dos nous productes “La Mútua Amiga” i “La Mútua SegurDC”. Aquests productes donen resposta a necessitats percebudes i complementen la nostra oferta asseguradora.

SERVEIS AMB VALOR AFEGIT:

També volem informar-los que la cartellera de la revista compta amb nous col·laboradors que és interessant tenir en compte. Ser soci de “La Mútua” cada dia li ofereix més avantatges!

Nova sala d'estar de la Clínica



D'altra banda, s'han tirat endavant altres actuacions seguint sempre amb la intenció de donar més servei als mutualistes, algunes de les quals us detallarem a continuació:

Durant molts anys la companyia Sanitas ha comptat amb “La Mútua” com un dels seus centres concertats. Ja fa uns mesos vàrem decidir rescindir el contracte amb aquesta asseguradora per tal de deixar més hores de consulta lliures per als nostres associats.

Està prevista també l'ampliació de la plantilla d'auxiliars d'infermeria amb

“LA MÚTUA AMIGA”



“La Mútua Amiga”

Una assegurança de salut
per a gent gran

► Característiques:

- Aquesta pòlissa cobreix 5 prestacions anuals (visites a especialistes, procediments diagnòstics, actes terapèutics i urgències 24 hores).
- A partir de la 6a. prestació anual, l'assegurat gaudeix d'un 25% de descompte sobre la tarifa del servei (servei franquiciat).
- Els injectables i els controls d'HTA no tenen limitació.
- “La Mútua” ofereix tarifes especials per a d'altres serveis.
- Servei d'urgències 24 hores, 365 dies l'any.

► Consideracions:

- Aquesta cobertura d'assistència sanitària va destinada exclusivament a persones a partir de 65 anys.
- L'assistència es prestarà de manera única i exclusiva a les instal·lacions pròpies de la mutualitat (Granollers, Caldes de Montbui i Sant Celoni).
- Hi ha una carència d'un mes (llevat d'urgència).
- No es consideren les pre-existències.
- Cal tenir en compte que un mateix contacte del pacient amb el Servei Assistencial pot originar més d'una prestació.

“La Mútua Amiga” 20 € persona/mes

"LA MÚTUA DENTAL"

"La Mútua Dental"

Una assegurança per a
facilitar la preservació de la salut
bucodental i el goig de la rialla

Consideracions:

- ▶ Les prestacions amb franquícia tenen una carència de 3 mesos; els serveis coberts al 100% no tenen carència.
- ▶ Sense límit d'edat.
- ▶ Queda exclosa l'hospitalització i l'anestèsia general, així com les intervencions derivades de causes congènites o preexistents.

"La Mútua Dental"

7€ persona/mes

Fins als 9 anys, els fills
tenen quota gratuïta.

"La Mútua"

MUTUALITAT NTRA, SRA, DEL CARMÉ, MPS

GRANOLLERS:

Plaça Pau Casals, s/n · 08402 ·
Tel. 93 860 01 56 · Fax 93 870 43 55

www.mutua.org · comercial@mutua.org

Característiques:

Extens quadre mèdic repartit per tota la geografia catalana
Serveis coberts al 100%:

- ▶ Examen i diagnosi d'odontologia, periodòncia, ortodòncia, implantologia (visita, urgència i revisió).
- ▶ Radiografies intrabucals, ortopantomografies, teleradiografies.
- ▶ Exodòncies i obturacions provisionals.
- ▶ Fluoritzacions, segelladors d'oclusió, tartrectomia i educació bucal.
- ▶ Actes complementaris en obturacions, pròtesis i implants.

La resta són serveis franquiciats, en què l'assegurat assumeix una part del cost.

De més de 70 serveis, vegeu-ne els següents exemples:

Obturació simple amb compòsit	24€
Endodòncia uniradicular	55€
Pròtesi parcial removable de resina amb una peça	92€
Per cada peça de més	21€
Dentadura completa de resina	397€
Corona colada de metall	85€
Pont fix de metall-porcellana	165€
Aparatologia removable d'ortodòncia	181€
Implant	596€
Corona ceràmica sobre implant	228€
Emblanquiments (per arcada)	120€
Careta ceràmica	190€

Les pròtesis tenen una garantia d'un any.
Servei d'urgències 24 hores.

“SERVINGRÉS”

“Servingrés”

Una assegurança per alleugerir econòmicament el trasbals que pot suposar una intervenció quirúrgica

► Si s’ha de sotmetre a una:

- Intervenció quirúrgica.
- O bé a una exploració o tractament especial (que per la seva complexitat i dificultat tècnica pot ser equiparada a una intervenció quirúrgica, per exemple una gastroscòpia o una artroscòpia)

► Podrà percebre les següents indemnitzacions econòmiques:

- Indemnització per intervenció, segons un barem on cada tipus d’acte quirúrgic té una valoració econòmica.
- Indemnització pels dies d’hospitalització quirúrgica (fins a 120,20€ diaris segons la modalitat contractada)
Exemple: en cas d’apendicitis, indemnització de 841,40€ (480,80€ segons barem i 360,60€ per 3 dies d’hospitalització)

Indemnitzacions “Servingrés”			Prima mensual per persona	
edat	Aplicació barem	€ per dia d’hospitalització	home	dona
<20	50%	30,05	4,45	4,45
20/55	100%	60,10	7,52	10,22
20/55	100%	120,20	10,22	14,13
>55	100%	60,10	10,52	12,93
>65	100%	120,20	13,83	17,74

► Consideracions:

- Els actes mèdics relacionats amb l’embaràs o el part tenen una carència de 12 mesos; la resta, de sis mesos. En cas d’urgència vital, no s’aplica carència.
- L’edat màxima d’inscripció és de 65 anys.
- Pel que fa a la indemnització per dies d’hospitalització, hi ha una limitació de 90 dies a l’any.
- Queden excloses les intervencions derivades de causes congènites o preexistents.

“La Mútua”
MUTUALITAT NTRA. SRA. DEL CARMÉ, MPS

GRANOLLERS:

Plaça Pau Casals, s/n • 08402 • Tel. 93 860 01 56 • Fax 93 870 43 55
www.mutua.org • comercial@mutua.org

“LA MÚTUA SEGUR DC”



“La Mútua Segur DC”

Una assegurança de decés
per a ajudar d'allò més
en un moment tan difícil

► Característiques:

- Cobertura del cost del servei funerari fins al capital contractat.
- El servei funerari pot ser d'enterrament o d'incineració.
- L'assegurança inclou també les següents garanties i prestacions:

Trasllat del difunt (àmbit mundial)

Desplaçament d'un familiar al lloc de la defunció (àmbit mundial)

Transport de ferits fins al centre sanitari més pròxim (territori espanyol)

Despeses mèdiques fins a 1.202,02€ (a l'estranger)

Orientació legal: pensions, herències, fiscalitat, accidents laborals, incapacitat, assegurances, lloguers, productes financers, reclamacions...

Tràmits de gestoria: certificacions, fe de vida, últimes voluntats, llibre de família, gestions davant l'INSS...

- La quota és mensual i el seu valor es determina en funció de l'edat i el sexe.
- Hi ha tres modalitats d'assegurament, segons els capitals assegurables següents:

“La Mútua Segur DC1” 1.742,12 €

“La Mútua Segur DC2” 3.335,59 €

“La Mútua Segur DC3” 4.536,36 €

- Revalorització automàtica anual de capitals i primes.

► Consideracions

- L'edat màxima d'inscripció és de 65 anys.
- Hi ha una carència d'un mes, llevat de defunció per accident o si es tracta d'un nadó inscrit.



“Unitat de Deshabitució Tabàquica”

El volem ajudar a deixar de fumar

Des de la unitat de Deshabitució Tabàquica de “La Mútua”, li donarem el suport necessari per tal que la seva decisió de deixar de fumar acabi essent tot un èxit, i comptarà amb un equip de professionals experts al seu servei.

De manera genèrica, el programa consta de 4 visites programades i de 6 trucades telefòniques, segons les necessitats de cada pacient.

A banda, en casos de dificultat extrema, el programa també té prevista la possibilitat de sessions d'acupuntura i/o psicoteràpia.

► La metodologia d'aquesta unitat es fonamenta en els següents principis:

- Estudi complet previ i de seguiment del pacient: història clínica, antecedents de tabaquisme, mesura de la dependència, mesura de la motivació per deixar de fumar, exploració física, espirometria, presa de la tensió arterial i analítica (si s'escau).
- Utilització d'estratègies per augmentar la motivació del fumador a deixar de fumar.
- Establiment d'una data per a l'inici de la cessació (dia D).
- Prescripció de fàrmacs o altres tractaments.
- Establiment d'un calendari de visites per tal de fer un seguiment del cas, veure els seus símptomes i els del fàrmac (en cas d'usar-lo), conèixer les dificultats, prevenir recaigudes i recordar els beneficis a llarg termini.
- Control del pes i establiment de pautes dietètiques.
- Lliurament de material informatiu i de seguiment del programa.
- Detecció de pacients amb dificultats i prescripció de sessions d'acupuntura i/o psicoteràpia.
- Determinació de l'èxit del programa mitjançant la quantificació del CO a l'aire exhalat (cooxímetre).
- Càlcul del risc cardiovascular abans i després de l'acció.
- Detecció d'altres factors de risc cardiovascular.

Tarifes	Mutualista	No mutualista
Primera visita	80 €	110 €
Programa de seguiment	145 €	190 €
Sessió d'acupuntura	50 €	50 €
Sessió de psicoteràpia	50 €	50 €

Els fàrmacs no estan inclosos en el preu

En cas d'abandonament del programa, “La Mútua” no retornarà l'import percebut

FUMES? NO T'ENGANYIS, TU TAMBÉ HO VOLS DEIXAR!

"És que a mi m'agrada fumar "	El plaer que s'obté de fumar una cigarreta és perquè aturem el malestar que provoca l'abstinència , és a dir, perquè aturem el "mono". Fumes perquè et desagrada tenir el "mono" no perquè t'agradi fumar. Quan més tardes en encendre la següent cigarreta, més plaer creus que tens..., és perquè el "mono" és major .
"El meu amic va morir de càncer i no fumava "	Tots juguem a la loteria d'emmalaltir.
"Hi ha gen gran que ha fumat tota la vida i no li ha passat res "	No cal que compris més participacions.
"Ara no surt a compte que la gent fumi. La campanya de l'estat només té interès econòmic "	A Espanya moren cada any més de 50.000 persones per culpa del tabac. Interès econòmic?
"Si deixo de fumar, m'engreixaré "	En deixar de fumar es guanya pes, aproximadament un 6%. Amb control adequat no t'engreixaràs, i en tot cas recuperaràs el teu pes en poc temps. Independentment del pes tindràs l'autoestima molt alta.
"La cigarreta em treu l'ansietat "	Ho has pensat bé? Quan fas l'última calada ja tens ganes d'encendre'n una altra.
"Quan estic nerviós el tabac em tranquil·litza "	Vaig contar-me les pulsacions mentre fumava, i 20 minuts després. El cor s'accelera mentre fumo. Això em va neguitejar bastant, i vaig tenir moltes ganes d'una altra cigarreta. Tranquil·litat?
"Aquesta llei talla la llibertat dels fumadors"	Mentre dino, desitjo que arribi l'hora del postre i ...el cafè per poder fumar. Quan vaig al cinema, desitjo que s'acabi la pel·lícula per sortir i fumar... Llibertat?
"Hauria de ser una llei més permissiva , que hi hagués espais reservats per fumar a tot arreu. De fet, una cigarreta no fa tant mal a qui l'olora. "	No s'ha demostrat que l'orina en les piscines públiques sigui perjudicial per a la salut. No hi ha espais reservats dins la piscina per orinar.
"Jo no ho puc deixar, no tinc voluntat "	No es tracta de voluntat, es tracta de tenir-ne ganes , i amb l'ajut adequat, la majoria ho aconsegueix.
"Em sento assetjat, n'estic fart! "	De què estàs fart ?, ... de la llei ?, ... del no fumadors ?, ... de les restriccions? Vols dir que no estàs fart del tabac?
"Jo ho puc deixar quan vulgui"	Sigues sincer, t'ho has plantejat mai seriosament?

Article basat en frases obtingudes dels nostres pacients de la Unitat de Deshabitució Tabàquica.



Dra. Rosa Guitart (metgessa de la Unitat) i **Sra. Marina Querol** (infermera de la Unitat)

EL CÀNCER DE MAMA

Des de la meua especialitat en Cirurgia General i de l'Aparell Digestiu, he dedicat una part important de la meua vida professional a l'estudi i tractament de la patologia mamària en general i al càncer de mama en especial.

Al llarg d'aquestes línies, m'agradaria transmetre un missatge de tranquil·litat a les pacients a qui se'ls ha diagnosticat o se'ls pugui diagnosticar en el futur un càncer de mama. En els darrers anys, estem experimentant una millora en la capacitat diagnòstica i de tractament d'aquesta malaltia, amb un augment considerable de la supervivència i una disminució de les seqüeles i incomoditats.

El càncer de mama és la neoplàsia més freqüent en la dona. Aquest any, seran diagnosticats més de 3.000 nous casos a Catalunya, per la qual cosa hem de ser conscients que es tracta d'un problema greu, que requereix la implicació de tota la societat.

El seu diagnòstic s'aconsegueix per mitjà de:

- ✓ la història clínica de la pacient, valorant els antecedents familiars, les malalties prèvies de la mama, amb o sense cirurgia, i els resultats de les biòpsies, si fos el cas;
- ✓ l'exploració física de les mames, de les aixelles i del vuit supraclavicular de manera específica (mamografia/ecografia més biòpsia amb agulla grossa i/o citologia amb agulla fina). Aquestes exploracions complementàries són bàsiques per tal d'aconseguir el diagnòstic en més del 95% dels casos, ja sigui de benignitat o de malignitat. Només en un petit percentatge necessitem altres proves, com la ressonància magnètica nuclear (RMN) mamària o la tomografia per emissió de positrons (PET).

Un cop diagnosticat el càncer de mama i realitzats els estudis d'extensió,



que inclouen els marcadors tumorals (CA 15.3 i CEA), totes les dades obtingudes han de ser comentades i discutides en el comitè de mama de cara a la seva valoració interdisciplinària i de cara a poder decidir la necessitat i l'ordre dels diferents tractaments possibles a realitzar (cirurgia, quimioteràpia, radioteràpia i hormonoteràpia).

En tant que cirurgià, intentaré explicar de forma bàsica els diferents tractaments quirúrgics existents i la incorporació de la Tècnica del gangli centinella. Avui dia, l'estàndard ideal consisteix en el tractament conservador (tumorectomia), en què s'extirpa el tumor conservant la resta de la glàndula mamària i s'acompanya de l'exèresi dels ganglis limfàtics axil·lars.

La tècnica del gangli centinella ens permet seleccionar les pacients que són tributàries de l'exèresi dels ganglis axil·lars, d'aquesta manera evitem les extirpacions ganglionàries innecessàries i ens estalviem les possibles seqüeles d'aquest acte quirúrgic. Val a dir que no totes les pacients són tributàries d'aquesta tècnica i, per tant, la informació és bàsica per evitar malentesos.

El tractament radical, que consisteix en l'extirpació de tota la mama, amb o sense l'exèresi dels ganglis limfàtics de l'axil·la, és l'alternativa.

Actualment, la proporció entre el tractament conservador i el radical és de 3/1, amb l'objectiu manifest d'augmentar els tractaments conservadors. Quan s'ha practicat un tractament radical, es pot seguir amb la reconstrucció de la mama de forma immediata o diferida.

Finalment, permeteu-me una consells pràctics:

- ✓ L'aparició de nòdul a la mama, secreció pel mugró (si no s'està en lactància), ulceracions, asimetries i plecs s'ha de consultar al metge.
- ✓ La dona asimptomàtica, a partir dels 35-40 anys, ha d'iniciar els controls de la mama per part d'un expert en patologia mamària (primera mamografia/ecografia).
- ✓ És molt aconsellable l'autoexploració mamària un cop al mes.



Dr. Josep Mª Tàrrach
Cirurgià

L'OPTOMETRIA AL VOSTRE SERVEI

Actualment exigim molt als nostres ulls i a la nostra visió. L'abús, cada dia més freqüent, de la visió propera (treball, estudi, informàtica, etc) fa que el nombre de nens i d'adults que necessiten ulleres augmenti constantment en la nostra societat.

La correcció òptica ens arribarà un moment o altre al decurs de la nostra

anormalitats o malalties ens permet, si el cas ho requereix, recomanar la visita a l'oftalmòleg o a d'altres professionals.

L'informarem detalladament de les seves condicions visuals o de la dels seus fills, li prescriurem ulleres i/o lents de contacte, ajudes per a la baixa visió, teràpies o entrenament visual i tots

de prop, etc), cal fer una revisió preventiva.

Més del 80% de la informació que rebem ens arriba a través dels ulls i només tenim dos ulls per a tota la vida. Una bona informació ens ajudarà a entendre les possibles alteracions i la seva repercussió a nivell escolar, laboral i social.



biografia. De fet, una bona vista forma part de la nostra qualitat de vida i cada vegada demandem veure-hi millor i durant més temps.

Tenir una bona visió no és només tenir una bona agudesa visual. La salut del nostre sentit de la vista implica un bon rendiment a totes les distàncies i sense anomalies binoculars.

L'OPTOMETRISTA és el professional de la salut que té cura de la funció visual. Diagnostica, preveu, soluciona i/o millora els trastorns visuals mitjançant exàmens i anàlisis visuals, la graduació de la vista i altres tractaments optomètrics.

L'exploració dels ulls i de les estructures relacionades amb els ells per tal de detectar possibles

aquells consells d'higiene visual que li siguin de menester.

L'optometria té com a tasca cabdal l'acció PREVENTIVA, com per exemple el cas del control dels trastorns de la miopia.

L'ambliopia o "ull gandul" forma part d'aquest món preventiu del qual estem parlant i necessita d'un diagnòstic i tractament els primers anys de vida, per això és important que els nens passin revisions visuals abans de començar el col·legi, entre els tres i els sis anys.

A l'edat adulta, cada dos anys o abans si es tenen molèsties (pèrdua de visió en un ull o ambdós, cefalees, visió doble, fatiga visual, visió borrosa de lluny després de molt treball en visió

"La Mútua" posa a disposició de tots els seus mutualistes aquest servei excepcional en el món de les assegurances de salut.

Tenir cura dels ulls dels nostres assegurats és un dels nostres eixos d'actuació en l'àmbit de l'acció preventiva i és una prestació coberta per tots els nostres productes asseguradors.



Coral Ruiz
Optimetrista

DIADA DE NTRA. SRA. DEL CARME

El divendres dia 15 de juliol, la nostra Mutualitat va celebrar, per segon any consecutiu, la Diada de Ntra. Sra. del Carme.

Al llarg de tot el matí, va tenir lloc el II Concurs de Pintura Ràpida, amb la considerable participació de 44 pintors vinguts d'arreu de Catalunya. Les obres van ser exposades durant dues setmanes a la Sala d'actes de "La Mútua" i el 10% de les vendes de les obres exposades va ser donat a la Fundació Vallès Oriental. El dia 20 de juliol va tenir lloc l'acte de lliurament dels premis, després d'una llarga deliberació per part del jurat, en el qual va participar el conegut pintor Antoni Granja. El guanyador del primer premi va ser precisament el pintor més



Mútua", va tenir lloc una festa infantil, amb l'actuació del grup granollerí El tramvia Blanc, que amb les seves cançons i la seva animació van fer bellugar d'allò més els nens i nenes assistents. En el decurs de la festa, vam repartir globus a la mainada i vam regalar flors a totes les Carme presents.

Així mateix, es va servir un berenar, amb coca, cava i refrescos i, contents i satisfets per haver pogut gaudir d'aquella segona Diada.

jove, en Berto Martínez de Palafrugell. D'altra banda, la Carme Tort de La Garriga va merèixer el premi a la millor obra d'un pintor de la comarca.

Seguint amb els actes de la Diada, al migdia vam celebrar un aperitiu per a tot el personal de "La Mútua", en el transcurs del qual vam homenatjar la Sra. Montse Tónico pels seus 25 anys de servei a l'entitat.

A les set de la tarda, a la plaça Pau Casals, just al costat de l'edifici de "La



Cirurgia Refractiva

Miopia, Hipermetropia i Astigmatisme



**Institut Català
de Retina**

CENTRE OFTALMOLÒGIC

Pau Alcover, 69 · 08017 **Barcelona**

Tel. : 93 254 79 23

www.institutcataladeretina.es

refractiva@institutcataladeretina.es

La tarifa actual de cirurgia refractiva per a un pacient privat és de 1.350€ per ull (224.621 pts.).

LA NOSTRA PROPOSTA PER ALS ASSEGURATS DE MUTUALITAT NTRA. SRA. DEL CARME ÉS LA SEGÜENT:

- **VISITA INFORMATIVA:** Serà gratuïta sense cap tipus de compromís.
- **ESTUDI PRE-OPERATORI, inclou:** Exploració oftalmològica completa, refracció amb i sense ciclopègia, biometria, topografia corneal, paquimetria i altres proves que poden ésser necessàries en l'avaluació de cada cas.
Import: 90 € dos ulls (14.974 pts).
- **FORFAIT CIRURGIA REFRACTIVA, inclou:** Intervenció a la **Clínica Teknon**, Honoraris mèdics, Ajudantia i Possible reintervenció en cas necessari.
Import: 900 € per ull (149.747 pts).

URGÈNCIES OFTALMOLÒGIQUES 24 HORES amb presència física a:
ICR – SARRIÀ: Pau Alcover, 69 – 71 · Tel. Urgències: 93 418 72 27 · Barcelona

PRESÈNCIA A FIRES

Seguint amb la voluntat d'apropar-nos a les poblacions de la nostra àrea d'influència per tal de donar a conèixer els nostres serveis asseguradors i assistencials, aquesta tardor passada hem estat presents a les següents fires comercials: **la de Bigues, la de Parets del Vallès, la de Palau-solità i Plegamans, Exponuvis de Granollers i la de Les Franqueses del Vallès.**



NOVETATS A LA "CARTELLERA"

Pel que fa a la « Cartellera », on periòdicament publiquem tots aquells centres, establiments i entitats que ofereixen avantatges per als nostres mutualistes, ens plau comunicar-los que aquesta vegada disposem de 4 novetats, que són les següents :

- ✓ El Centre Comarcal d'Ambulàncies
- ✓ Els serveis d'optometria i teràpia visual de la Marta Codina
- ✓ Els serveis del diplomad en infermeria Julià Laparra Sibila (massatges, replexoteràpia, acupuntura, flors de Bach i podologia)
- ✓ Els serveis de la infermera i fisioterapeuta Núria Grau Carbonell (drenatge limfàtic –mètode LEDUC-, reeducació funcional del sòl pelvià i tractament de les incontinències d'orina i anys)

COL·LABORACIONS

La voluntat de "La Mútua" d'ajudar institucions i entitats de Granollers i comarca que duen a terme accions socials, culturals o esportives s'ha traduït aquesta tardor en les següents col·laboracions: **diversos congressos d'Espai Empresarial, Festa Major de Granollers, concert de la Coral Semi-fusa de Granollers, diversos actes de l'associació Oncolliga, Campionat de Balls de Saló de l'Escola Partenaire, Campionat 10 Balls de l'Associació ball-vallès de La Garriga i publicació del Gremi d'Electricitat, fontaneria i gas.**

IMPORTANT!

QUAN TINGUI ALGUNA VISITA PROGRAMADA I NO PUGUIN ASISTIR-HI, ÉS MOLT IMPORTANT QUE ENS COMUNIQUI L'ANUL·LACIÓ.

En benefici de tots, **si no pot venir, faci'ns-ho saber**, i "la seva" hora podrà ser utilitzada per a un altre pacient.

Moltes gràcies

"La Mútua"

EDIFICI CENTRAL DE GRANOLLERS:

Plaça Pau Casals, s/n
08402 Granollers

Centraleta i petició d'hores	93 870 80 99
Servei d'Urgències 24h	93 870 01 55
Servei Comercial	93 860 01 56
Laboratori	93 860 01 57
Administració	93 860 01 58
Servei d'Atenció al Mutualista	93 870 80 99
Servei d'Admissions	93 870 80 99
Servei de Prestacions	93 870 80 99

Fax 93 879 04 77

DELEGACIÓ DE SANT CELONI:

Dos de maig, 1 - 08470 Sant Celoni
Tel. 93 867 45 06

DELEGACIÓ DE CALDES DE MONTBUI:

Pi i Maragall, 55 - 08140 Caldes de Montbui
Tel. 93 865 35 04

www.mutua.org ~ mutua@mutua.org



- ▶ Termòmetre de febre digital
25 memòries.
Alarma de febre.
Gran pantalla LCD.
Alta d'1 soci



- ▶ Raspall de dents
Capçal oscil·lant
Autonomia de 45 min.
Alta de 2 socis



- ▶ Estació meteorològica
Indicador temp. exterior
Indicador humitat
Snooze
Alta de 3 socis



- ▶ Hidromassatge peus
Bombolles
Vibració
Infrarojos
Alta de 4 socis

*Regals acumulatius



**Porti'ns un nou mutualista
i li ho agraiem !**

Per cada nou associat que
vostè ens presenti,
l'obsequiarem amb aquests
fantàstics regals...

**Truqui'ns al telèfon
93 860 01 56
i l'informarem !**

CARTELLERA

Marca	Adreça	Població	Telèfon	Condicions
	Anselm Clavé, 37 Berenguer III, 20	Granollers Mollet del Vallès	93 879 38 26 93 579 45 89	Graduació de la vista, test de baixa visió i de pressió ocular, adaptació d'audífons i lents de contacte: sense càrrec. Ulleres de sol i esport, audífons, instrumental òptic: 10% descompte. Ulleres graduades: 15% descompte.
	Pau Alcover, 69-71	Barcelona	93 254 79 22	Visita informativa gratuïta. Estudi pre-operatori: 90€ 2 ulls. Cirurgia refractiva (Clínica Teknon): 900€ ull.
	Vidal i Jumbert, 10, 3-4	Granollers	93 846 62 42	Matrícula gratuïta. 10% descompte primer rebut.
	Torras i Bages, 31	Granollers	93 879 37 27	Densitometria òssia: preu especial de 48€.
	Barcelona, 36 11 de setembre, 25 Ctra. Vella, 9	Granollers Llinars del Vallès Sant Celoni	93 879 59 59 93 841 09 66 93 848 43 99	Obsequi segons el tipus de reserva.
	Barcelona, 37-41	Granollers	93 870 24 00	Matrícula gratuïta.
	Verge de Núria, 13 Av. Rei en Jaume, 62 Calàbria, 49 Rafael de Casanovas, 29 Major, 29 Doctor Trueta, 26	Granollers Cardedeu La Garriga Mollet del Vallès Montornès del Vallès Sant Celoni	93 870 08 54 93 846 22 03 93 871 62 43 93 570 71 22 93 568 43 11 93 867 24 00	Quota d'entrada gratuïta. 50% descompte en la quota del primer any.
	Ctra. Granollers a la Roca, Km. 17,00	Granollers	938 603 990	Tarja client sense cost. Condicions especials en vehicle nou i altres serveis.
	Sant Jaume, 53	Granollers	93 870 53 41	10% descompte en ortopèdia. 5% descompte en parafarmàcia.
	Marià Maspons, 4, 4t 1a	Granollers	93 860 60 64	20% descompte en totes les visites
	Av. Gorchs, s/n	Llerona Les Franqueses del Vallès	93 849 34 30	50% descompte en la quota d'entrada familiar.
	Torres i Bages, 50	Granollers	93 840 51 21	25% descompte en les entrades.
	Cal demanar dia i hora a "La Mútua"	Granollers	93 870 80 99	Preus especials en inseminació artificial i fecundació "in vitro".
Servei Neuropsicologia Dra. Irene Vaquer	Museu, 15, 2n. D	Granollers	93 860 63 84	15% descompte en els diferents serveis.
Núria Grau Carbonell Infermera - Fisioterapeuta	C/ Tarafa 14 - 16, 1r C	Granollers	93 861 39 23 609 79 14 32	10% descompte en drenatge limfàtic (mètode LEDUC), reeducació funcional sòl pèlvic, i tractaments de les incontinències d'orina i anals.
Centre Comarcal d'Ambulàncies			902 11 20 62	50% descompte sobre preus a particulars
	C/ Bruniquer 22, bxs	Granollers	629 361 529	15% descompte en diversos serveis (massatges, reflexoteràpia, acupuntura, flors de Bach, podologia)

