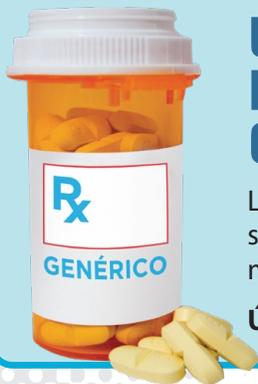




FELIZ 2023

La vida está compuesta por momentos buenos y otros de dificultad y retos. En este nuevo año que comienza les deseamos éxito, alegría, paz y mucha prosperidad para enfrentar todas las experiencias que vivan. ¡Qué sus días estén llenos de trabajo que dé buenos frutos y de tiempo para disfrutar lo que cosechan! Busquemos el balance físico, emocional y espiritual para tener buena salud y aportar lo mejor de nosotros a nuestra isla. Son los deseos sinceros de todo el personal del Plan de Bienestar.



Usemos Medicamentos Genéricos

Los medicamentos genéricos son tan efectivos como los de marca, pero más económicos.

Úsalos y ahorra.

ÚLTIMA HORA: SE APRUEBA NUEVA CUBIERTA PARA CIRUGÍAS DE ESPALDA, CADERAS Y RODILLAS

Durante los últimos años hemos observado una tendencia a aumentar los casos de trabajadores que, por la naturaleza de sus trabajos, sufren de condiciones de espalda, caderas y extremidades. Estas condiciones de salud a la larga terminan en costosas cirugías que hasta el presente estaban excluidas de la cubierta médica que ofrece **EL PLAN**. Ésto en adición a los problemas económicos que trae consigo al trabajador por ser en la mayoría de las ocasiones el sustento del hogar.

Conscientes de esta situación la Junta de Síndicos solicitó un estudio para determinar la viabilidad de ampliar la cubierta de salud que ofrece EL PLAN a la matrícula, de tal forma de incluir en ésta las condiciones lumbares.

Nos place informarles por este medio que luego de evaluar los resultados del estudio realizado, se aprobó la ampliación de la cubierta médica

Continúa en la próxima página.

Las mujeres haciendo la diferencia
en el muelle **Página 5**

Cubierta de servicios médicos para
padres mayores de 65 años **Página 11**

SE APRUEBA NUEVA CUBIERTA PARA CIRUGÍAS DE ESPALDA, CADERAS Y RODILLAS



para incluir las enfermedades degenerativas lumbares tales como cirugías de espalda y reemplazos de cadera y rodilla, incluyendo las bandejas quirúrgicas. Inicialmente la nueva cubierta estará limitada al socio principal. Esta acción en beneficio de los socios representa uno de los cambios más significativos aprobados durante los últimos años. Las guías para la concesión del beneficio y su rápido acceso se incluyen a continuación:

- Se amplía la cubierta médica para incluir procedimientos quirúrgicos con motivo de enfermedades degenerativas de caderas, espalda y rodillas.
- La nueva cubierta está dirigida al socio elegible principal.
- Las bandejas y prótesis, según resulten necesarias, estarán sujetas a un co-pago de un diez por ciento (10%) del precio cotizado a **EL PLAN** por el proveedor.
- Se requiere precertificación de **EL PLAN** aprobando el procedimiento quirúrgico.

- La cubierta mantendrá un tope máximo de \$500,000 de por vida por cada socio elegible.
- La cubierta será efectiva el 1 de enero de 2023.
- El paciente será evaluado por un médico primario, el cual ordenará los estudios necesarios. El resultado de los estudios será analizado por el médico primario, quien recomendará consulta con un ortopeda o neurocirujano, según sea el caso.
- La evaluación del ortopeda o neurocirujano será traída al Plan de Bienestar para así comenzar el proceso.
- Si el especialista forma parte de la red de proveedores de **EL PLAN**, el caso será coordinado a través de la Coordinadora de Servicios Médicos de éste. De ser proveedor a través de **MAPFRE**, la Coordinadora del Dispensario de **EL PLAN** enviará la autorización para comenzar el proceso.
- En estos casos especiales aplicarán los siguientes co-pagos o deducibles:
 - a. Uso de sala de operaciones – co-pago \$75.00
 - b. Anestesia requerida – Cero deducible o co-pago.
 - c. Asistente quirúrgico (si alguno) – cubierta 100% (Se pagará por reembolso)



- d. Uso de robótica. (exclusivo para cirugías de espalda, rodilla o cadera)
- e. Bandejas quirúrgicas – co-pago 10% (Se trabajarán a través de **EL PLAN**).
- f. Máquina de Movimiento Pasivo Continuo (MPC) en cirugías de rodilla (Se requiere coordinación a través de **EL PLAN**).
- g. Uso de centros de rehabilitación, de resultar necesarios. (Se requiere coordinación con **EL PLAN**).
- h. Terapia en el hogar – máximo 21 terapias
- i. Terapia deportiva – máximo 21 terapias
- j. Terapia acuática – máximo 21 terapias
- k. Cubierta de medicamentos:
1. Anticoagulantes con recetas requieren preautorización de **EL PLAN**.
 2. Medicamentos para dolor – cubierta 30/30. De continuar el dolor requerirá nueva receta.
 3. Medias de compresión y/o neumáticas – Se reembolsará el 100% del costo. Es necesario presentar la orden médica y el original del recibo de pago.

• No son parte de la cubierta aquellos medicamentos que tengan carácter experimental para la patología en tratamiento o que no estén endosados por las sociedades científicas correspondientes.

Esperamos que este nuevo beneficio ayude en la rehabilitación de aquellos pacientes que así lo necesiten. 

TARJETAS DEL PLAN MÉDICO PARA EL 2023



Las tarjetas del plan médico para el 2023 están disponibles en las oficinas del Plan, incluyendo las de **MAPFRE** y **DELTA**. Si aún no ha recibido las mismas, comuníquese o visite la Oficina de Servicios Auxiliares para la entrega de éstas. De esta forma evitará inconvenientes al momento de requerir servicios médicos. De no estar disponible la tarjeta propia del Plan al momento de solicitarla y de usted necesitar algún servicio inmediato, se emitirá a su favor una certificación de cubierta lo que es el equivalente a la tarjeta. Puede comunicarse con esa Oficina a través del número telefónico 787-268-0404, ext. 222.

No estás solo

- Grupos de apoyo
- Asistencia económica
- Educación al público y profesionales
- Programa de rehabilitación y calidad de vida
- Programas de educación y detección temprana
- Albergue temporero para niños pacientes



Sociedad Americana del Cáncer
de Puerto Rico Inc.

Esperanza. Progreso. Respuestas.

Llámanos al 1-800-ACS-2345 ó visita nuestra página en internet: www.cancer.org

LAS MUJERES HACIENDO LA DIFERENCIA EN EL MUELLE



Antes los muelles eran un mundo de hombres en el que las mujeres tenían muy poca oportunidad porque se consideraba un trabajo demasiado fuerte que las féminas no podían sobrellevar, pero como todo en la historia también ahí han entrado y han demostrado que se puede. En esta edición de la Bahía comenzamos una serie de entrevistas a mujeres que han sido pioneras y han dicho “yo puedo”.

Nuestra primera mujer que desde el 1984 está demostrando que las mujeres pueden hacer un gran trabajo en el muelle es Theresa Rivera Figueroa, que comenzó en el Muelle 14. Nos dice que antes el muelle era un lugar más fuerte que ahora donde se descargaba a mano la varilla, madera y los barcos de frío. Ella comenzó haciendo lo mismo que sus compañeros, descargando mercancía. Recuerda que a ella siempre la llamaban para que subiera a la bodega del barco y ella que es una mujer intrépida, se trepaba en el gancho de la grúa y subía por ahí. Su lema desde ese entonces hasta ahora fue “de los portones del muelle para adentro yo soy como cualquier hombre y de los portones para afuera soy una mujer, una esposa, una madre y hay que respe-

tarme.” En realidad, pienso que mis compañeros eran y son locos conmigo.

Comencé a trabajar en Transcaribbean y pasé a Yiyo Line en la que llegué a ser capataz. De ahí pasó a Intership, Villalón, SSA, la Milla Truck y por último el Tote que lo maneja Ayala Colón. Yo trabajo en el Tote desde que comenzó a venir. Ahí he trabajado duro. A veces hasta llegar a hacer 32 horas corridas hasta terminar la descarga de un barco completa. “En Ayala querían que fuera “Bosso”, pero dije que no porque ya estoy mayor y los muchachos de esta época les da trabajo escuchar. Yo conozco los peligros que hay en el muelle y no puedo evitar que me afecte, recalco Theresa”.

Muchas veces la necesidad es la que lleva a las personas a buscar oportunidades donde no es común encontrarlas. Así es el caso de Theresa que llegó al muelle porque tenía 3 hijos pequeños y pensó que no perdía nada con tratar. Le dieron la oportunidad y de ahí hasta ahora el muelle ha sido parte de su vida. Nos cuenta que en un momento trabajando de capataz en un barco que traía papel, en vez de cuatro pacas se podían estibar 8. Los Navieros quedaron encantados, aunque cuenta a grandes carcajadas que sus compañeros no porque significaba más trabajo para ellos.

Theresa que ha criado 13 hijos y todos trabajan en el muelle, lleva casado con su esposo 36 años y ambos trabajan juntos en la compañía Ayala Colón. Ambos se levantan a las 3:30 am y prepararse para “el llamado” que comienza a las 7 am. “A las 6:45 escogen a los que van a trabajar ese día, nos dice Theresa. En el muelle hay hora de entrada, pero no de salida. Antes podía trabajar los barcos hasta terminar, pero ahora sólo hago 10 horas diarias máximo. Creo que me lo he ganado, nos cuenta riendo”. Como ya sus horas de

trabajo han disminuido nos cuenta que trabaja en los Doles que son un tipo de barco más pequeño que usualmente se trabajan de cinco a seis horas.

Su consejo a las mujeres que trabajan en el muelle o quieran trabajar allí es que se cuiden y se comporten para que las respeten. “El muelle es de hombres. Se podría decir que tierra de nadie. Nosotras las mujeres tenemos derecho de trabajar ahí, pero las cosas como son nos tenemos que cuidar más y comportarnos para que haya mucho respeto. Eso no quiere decir que no se pueda relajar, pero siempre con mucho respeto.



Algunas de nuestras compañeras.

Otra mujer que ha demostrado que se puede hacer un gran trabajo en los muelles es Ruth Marrero quien lleva dos años y que llegó por su compañero Luis Ángel Henríquez, el gemelo. Lo primero que dijo al comenzar la entrevista fue que ha sido una experiencia diferente ya que no es monótona ni repetitiva. Asegura que como es un trabajo riesgoso tienes la adrenalina en “high”. Para ella hacer un buen trabajo depende del entusiasmo, de lo alerta que estés y de las habilidades que vayas aprendiendo en el camino. Nos asegura Ruth que ella se visualiza trabajando 10 o 15 años más en los muelles.

“Me gusta mi trabajo porque es muy dinámico y contribuyo a que el país se mueva porque en una mercancía que los puertorriqueños utilizamos”, aseveró. Ruth que trabaja de estibadora para Trans-caribbean nos cuenta que ella posee un bachillerato en Justicia Criminal, aunque nunca practicó en ese campo. Además, tiene su propio negocio de compra y venta de mercancía.

Una de las cosas que ha aprendido es que el que se

cuida del sol y el calor puede hacer mejor el trabajo. “Me protejo con bloqueador y me cubro lo más que puedo. El trabajo en los muelles siempre se ha considerado un trabajo de hombres porque es tan físico y a veces uno siente que dudan de que podamos hacerlo. Por eso, yo trato de mantenerme lo mejor posible y sorprenderlos a todos al poder hacer el trabajo igual o mejor que ellos”, aseguró Ruth.

Otro de los trabajos que hace es en las barcazas que traen carros. Nos explica que en estas barcazas vienen alrededor de 1,200 carros y que se necesitan de 50 a 60 personas para descargar. Usan lo que llaman las machinas (vehículo que se utiliza para llevar y traer trabajadores) y ella es una de las que las conduce. Normalmente cuando guía una machina, está todo el día en movimiento en lo que se termina de descargar la barcaza.

Asegura que le gusta mucho su trabajo también, porque le permite cuadrar sus turnos y atender sus otras responsabilidades. Aunque ella está comenzando y recibe las tarifas básicas, tiene buenos beneficios y siempre hace algo diferente.

Nos recalcó que se siente contenta de poder contar con un plan médico que tiene una buena cubierta para ella y para su hijo. “Antes de trabajar en los muelles yo tenía la reforma y pasaba las de Caín, ahora estamos cubiertos por el Plan y para mí, los servicios son excelentes. A mi me ha tocado vivir muchas cosas difíciles y este trabajo me ha dado una estabilidad económica y emocional para mi y para mi hijo que lo siento como una bendición”.

Al preguntarle qué le recomendarías a otras mujeres que trabajen o que quieran trabajar en el muelle nos dio unas recomendaciones mas bien generales. Lo primero que nos dijo fue que mientras los trabajadores sigan las instrucciones, tengan despierto el sentido común y estén alerta de su alrededor todo va a salir bien. Si te distraes pendiente del celular te pones a ti y a todos los demás en riesgo de un accidente. Mientras estés trabajando en el muelle debe haber compañerismo con respeto ya que es el tipo de trabajo que hay que trabajarse en equipo si no, no fluye. 🌍

PROGRAMA DE BECAS



El Plan de Bienestar UTM-PRSSA (EL PLAN), al comienzo de cada año académico otorga, de entre los candidatos que califiquen, cinco (5) becas en beneficio de hijos (as) de socios elegibles. Exhortamos a hijos de socios elegibles que aprovechen esta oportunidad única para continuar sus estudios universitarios.

REPASEMOS CRITERIOS DE ELEGIBILIDAD

1. Ser hijo (a) de un Socio Elegible, según definido, que haya trabajado físicamente 210 horas o más durante el año fondo previo (octubre a septiembre). Incluye los oficiales y empleados permanentes de las Locales de la Unión y del Plan de Bienestar.
2. Ser hijo (a) soltero (a) de un socio elegible, o legalmente adoptado o colocado para adopción, o hijastro (a) si el socio, su cónyuge o pareja tiene su custodia legal total otorgada por un tribunal competente. En todas las posibilidades, excepto en caso de incapacidad, el hijo (a) tiene que ser menor de 26 años y no estar emancipado (a).
3. Haber obtenido un diploma de escuela superior o su equivalente que le permita admisión en una institución de educación superior o estar cursando estudios de nivel de Grado Asociado,

Técnico, Práctico o Bachillerato en una institución educativa reconocida.

4. Haber sido admitido a la institución educativa donde interesa cursar estudios. Al momento de la adjudicación de la beca, deberá estar matriculado en un mínimo de doce (12) créditos o su equivalente, ya sea a nivel de grado asociado, técnico, práctico o bachillerato.

5. Tener en su origen y mantener durante todo el transcurso de la beca, un índice académico acumulativo no menor de 3.00.

6. Al momento de la solicitud el candidato no poseerá un grado académico de igual o un nivel superior al que solicita la beca que ofrece **EL PLAN**.

7. Someter por escrito las razones por las cuales entiende que se le debe considerar para otorgársele la beca y su compromiso personal para estudiar y completar el grado académico.

8. Será elegible un solo componente y en una sola ocasión por núcleo familiar y para un solo grado académico.

La concesión de la beca estará condicionada a que no haya cambios en las condiciones originales al solicitar la misma y que se demuestre el cumplimiento conforme a la reglamentación vigente.

CRITERIOS DE SELECCIÓN

Una vez las solicitudes sean cotejadas y verificadas por **EL PLAN** en términos de cumplir con todos los criterios de elegibilidad, se le asignará un número a cada solicitud obviando cualquier característica que permita la identificación prematura del participante y se incluirá en la lista de aquellos candidatos que serán sometidos a la consideración de un Comité Ejecutivo designado para esos propósitos por la Juna

de Síndicos de **EL PLAN**. Las becas serán adjudicadas por ese Comité Ejecutivo y no por la Junta de Síndicos.

INSTITUCION EDUCATIVA

Toda institución o entidad educativa publica o privada (universidades, colegios, institutos y otros) acreditada por alguna agencia acreditadora reconocida por el Departamento de Educación Federal y licenciada por el Consejo de Educación Superior de Puerto Rico (si opera en Puerto Rico) que ofrezcan cursos de estudios de naturaleza académica, práctica, técnica o especializada y que conlleven la aprobación de créditos. Casos de estudios en el extranjero serán evaluados individualmente.

DOCUMENTOS REQUERIDOS

Todo solicitante, ya sea por iniciativa propia o a través del Socio Elegible, deberá completar la Solicitud de Beca y la someterá a **EL PLAN**. **No se aceptarán solicitudes a las que les falten documentos o que no se completaron los encasillados en su totalidad.** Conjuntamente con la solicitud deberá presentar el original de los siguientes documentos:

1. Transcripción de créditos de la institución educativa donde cursó sus últimos estudios que incluya el índice académico del solicitante. En caso de que dicha transcripción no incluya el índice académico, el mismo se computará conforme a los criterios para dicha operación matemática establecida en el Reglamento de Becas aprobado por la Junta de Síndicos para estos propósitos.
2. Para solicitantes en su primer año de estudios, se requerirá una certificación de admisión de la institución educativa donde cursará estudios. La institución educativa seleccionada debe figurar acreditada conforme a su definición incluida en el Reglamento para Becas aprobado por la Junta de Síndicos. En caso de que el solicitante esté cursando estudios o sea readmitido, deberá

entregar una carta oficial de la institución educativa certificando que está cursando estudios en esta o en su lugar, deberá presentar el programa actual de clases donde figure el sello de la institución.

3. Certificado de Nacimiento del solicitante. EL PLAN no retendrá el original del Certificado de Nacimiento. Para fines de evidencia se retendrá una copia fotostática o se digitalizará el documento.
4. Cualquier otro documento que se determine necesario para la evaluación del candidato.
5. No se aceptarán solicitudes de becas luego de transcurrida la fecha límite para la entrega de esta.
6. Las solicitudes de becas de los candidatos que no reúnen los requisitos establecidos o que no sean seleccionados serán devueltas al solicitante, luego que finalice el proceso de adjudicación.
7. Para aclarar cualquier duda comuníquese al 787-268-0404, ext 243.

¡APROVECHA ESTA GRAN OPORTUNIDAD!

Junta de Síndicos

Sr. Carlos Sánchez - Presidente
 Sr. Ramón A. Umpierre - Secretario
 Lcdo. Rafael Cuevas Kuinlam
 Sr. Miguel Ayala
 Sr. José Rivera
 Sr. Eliud Moreno



Sirviendo al obrero portuario y su familia

PROTOCOLO ESTABLECIDO EN EL PLAN DE BIENESTAR PARA EL MANEJO SEGURO DE PACIENTES CON SOSPECHA CON LA VIRUELA DE SIMIO (MONKEYPOX)

DEFINICIÓN

La viruela símica, también conocida como “viruela del mono” que pertenece a la familia Ortopovirus, es una infección zoonótica (enfermedad que puede transmitirse entre animales y seres humanos) endémica, que proviene de varios países de África central y occidental.

PROPÓSITO

Esta guía se establece para dirigir el manejo de pacientes con sospecha de viruela símica. Se enfatiza en orientar al paciente aplicando las recomendaciones del Departamento de Salud de Puerto Rico y del Centro para el Control y Prevención de Enfermedades de Estados Unidos (CDC), las cuales están sujetas a actualizaciones según se recopile nueva información científica sobre esta enfermedad.

ORIGEN

Esta enfermedad surgió en el 1958 y los primeros casos identificados en seres humanos se documentaron en el 1970 en las regiones del Congo y África Occidental. En el 2003 se confirmaron casos de viruelas símica en Estados Unidos y en Nigeria se reportó un brote que, hasta la fecha, tenía la mayor cantidad de casos identificados.

En mayo de 2022, nueve pacientes fueron confirmados con viruela símica en Inglaterra; seis se encontraban entre personas sin antecedentes de viaje a África y se desconoce la fuente de estas infecciones. Según información disponible, ya hay más de 5,811 casos confirmados de viruela símica a nivel mundial.

Este virus se aloja en animales salvajes, pero no se ha logrado precisar cuáles son. Hasta el momento, se sospecha de los roedores africanos como propulsores de la transmisión.

MODO DE TRANSMISIÓN

- **Persona a persona**

- **Contacto cercano con persona infectada**
- **Contacto con ropa usada por una persona infectada (incluida ropa de cama o toallas)**
- **Contacto directo con lesiones o costras de la piel del enfermo**
- **Tos o estornudo de una persona contagiada**
- **Mordedura o arañazo de animales o contacto directo o indirecto con secreciones de animales infectados.**

Resumiendo, el virus de la viruela símica que se transmite por medio de contacto directo con fluidos corporales, contacto con objetos contaminados o mediante secreciones respiratorias. La transmisión secundaria (persona a persona) se puede dar por medio del contacto de piel a piel a través de lesiones pequeñas (en algunos casos no visibles) o por la aspiración de particulado respiratorio de una persona contagiada. Sin embargo, estas gotas respiratorias generalmente no son capaces de viajar más de unos pocos metros, por lo que se requiere contacto prolongado directo.

ETAPAS DEL VIRUS

La viruela símica suele tener 2 etapas: el período de invasión y el período de erupción cutánea. La primera etapa ocurre entre los días 0 al 5 y suele ser caracterizada por fiebre, dolor de cabeza intenso, dolor muscular, dolor de espalda, nódulos linfáticos inflamados, escalofríos y fatiga. La inflamación de los nódulos, de aparecer, suele ser clave en el proceso de diagnóstico. Los nódulos linfáticos pueden inflamarse en el cuello (submandibulares y cervicales), las axilas (axilares) o la ingle (inguinales) y aparecer en ambos lados del cuerpo o solo en uno.

La segunda etapa, caracterizada por las erupciones en la piel, suele ocurrir entre 1 a 3 días después del inicio de la fiebre. Generalmente se afecta primero el rostro y se extiende al resto del cuerpo. Las zonas más afectadas son la cara, las palmas de la mano y las plantas de los pies. Las erupciones en la piel pasan por cuatro etapas: Macular, papular, vesicular, postular y

finalmente se forman costras. Las costras se producen en 10 días y su eliminación completa puede tardar hasta 3 semanas. Los síntomas de viruela símica suelen durar de 14 a 21 días y por lo general se resuelven por sí mismos. Los casos más graves ocurren con mayor frecuencia entre los niños.

PROCEDIMIENTO INTERNO

Con el propósito de solicitar la cooperación de los pacientes que visitan el Dispensario para la detección temprana de esta enfermedad, se presenta a continuación el procedimiento interno que se ha implantado.

1. Personal de Enfermería

El primer paso durante la entrevista en el "triage" es identificar a la persona que tiene signos y síntomas precisos y factores de riesgo epidemiológicos que cumplan con la definición de estos casos. Todo paciente dentro de las facilidades tiene que usar su mascarilla.

Se preguntan y se miden los siguientes signos y síntomas:

- Fiebre de 38.5 C (101F) o más
- Dolor de cabeza intenso
- Dolores Musculares
- Dolores de espalda
- Poca energía
- Comezón
- Ganglios linfáticos inflamados (cuello, Ingle o axila)

Erupciones o lesiones en la piel (que comienza generalmente de 1 a 3 días del comienzo de la fiebre)

- Apariencia de las lesiones planas o ligeramente elevadas llenas de líquido transparente o amarillento o costra.
- La erupción se puede concentrar en la cara, palmas de las manos, planta de los pies, boca, genitales o en los ojos.

El profesional de enfermería le realizará las siguientes preguntas al paciente y lo documentará:

- Historial de viaje
- 1- ¿Viajó en los últimos 30 días?
- 2- ¿A dónde viajó?

3- ¿Ha estado en contacto con alguien que tenga síntomas similares o que haya sido diagnosticado con la viruela del simio?

De identificar un caso sospechoso se comunicará con el médico para aislar al paciente en el cuarto identificado.

Si el paciente presenta lesiones de piel éste debe mantenerse cubierto y se le solicitará que use bata desechable sobre su ropa, camisa o pantalón largo. Se debe orientar al paciente sobre el uso de las facilidades sanitarias. La Unidad de Enfermería debe coordinar la limpieza y desinfección de todas las áreas donde se haya atendido al paciente.

2. Precauciones estándares en todo momento y uso de equipo de protección personal adecuado.

- Mascarilla N95
- "Face Shield"
- Bata

3. Intervención Médica

Una vez el médico es notificado, ordenará el aislamiento al paciente y evaluará los siguientes criterios clínicos:

- Erupción nueva en la piel que puede ser caracterizada como: macular, papular, vesicular, postular, generalizado, localizado, discreto o confluyente
- Fiebre subjetiva o mayor a los 38.5 C
- Sudoración excesiva
- Escalofríos
- Linfadenopatía nueva en una o varias de las siguientes áreas: Periauricular, axilar, cervical o inguinal.

Ordenará aquellas muestras de laboratorio que crea pertinentes. Luego de los resultados ordenará el tratamiento adecuado según la sintomatología del paciente.

4. Notificación de casos sospechosos al Departamento de Salud.

A. En caso de determinarse un caso sospechoso al virus símico será responsabilidad del Plan referirlo al **Programa de Epidemiología del Departamento de Salud de Puerto Rico**, utilizando el formulario "Informe Confidencial de la Viruela Símica (Monkey-pox)." 



Viruela del mono o *monkeypox*

DEPARTAMENTO DE
SALUD



Recomendaciones al participar de actividades sociales y practicas de sexo seguro.

La viruela del mono es una enfermedad causada por un virus que no se ve comúnmente en los Estados Unidos. Los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC) trabaja para contener el brote actual y estudiar el virus, a medida que haya más información, las recomendaciones serán actualizadas.

En el brote de casos recientes, se han identificado casos en personas que tuvieron contacto cercano e íntimo con personas con viruela de mono, entre usuarios de aplicaciones y eventos sociales.

Queremos que tenga información para que tome decisiones informadas cuando se encuentre en espacios o situaciones en las que la viruela del mono podría propagarse a través del contacto íntimo cercano o durante las relaciones sexuales.

Nombres comúnmente utilizados para referirse a la enfermedad:

- viruela del mono
- viruela símica
- *monkeypox*

La viruela del mono es una enfermedad que puede enfermarlo con síntomas similares a la influenza, y en adición con una erupción en la piel que puede parecer espinillas o ampollas. Cualquier persona puede contagiarse con la viruela del mono a través del contacto cercano, a menudo de piel a piel.

Ejemplos de actividades que conllevan contacto cercano:

Contacto directo con lesiones, ampollas o sarpullidos de una persona con la viruela del mono. El CDC indica que esta es la manera más común en que se está propagando la viruela del mono en los Estados Unidos.

Contacto con objetos, telas (vestimenta, ropa de cama o toallas) y superficies que han sido utilizadas por una persona con *la viruela del mono*.

Contacto con secreciones respiratorias, incluyendo a través de los besos y otros contactos personales cercanos.

También el contacto ocurre cuando tiene relaciones sexuales:

Sexo oral, anal y vaginal o el tocar los genitales (pene, testículos, labia y vagina) o el ano (glúteos) de una persona con la viruela del mono.

Abrazos, masajes o besos.

Durante el sexo, tocar la tela u objetos que fueron utilizados por una persona con monkeypox y que no hayan sido desinfectados, esto incluye ropa de cama, toalla, objetos para fetiche o juguetes sexuales.

Estigmatizar personas por su estatus de salud no es correcto. Toda persona puede adquirir viruela de mono.

CUBIERTA DE SERVICIOS MÉDICOS PARA PADRES MAYORES DE 65 AÑOS

El Manual de Beneficios y Servicios del Plan de Bienestar contiene disposiciones en relación a los servicios de salud que disfrutan los padres de socios cuya edad excede de 65 años. A continuación un resumen de estas disposiciones:

En los casos de padres de socios elegibles solteros ingresados al Plan previo a haber cumplido 65 años, continuarán recibiendo servicios médicos luego de pasar de dicha edad. Los servicios médicos se limitarán a los prestados en el Dispensario y servicios ambulatorios básicos. Se mantendrá esta cubierta médica a favor de los padres, mientras el socio elegible soltero no solicite del Plan un cambio de estado civil o incluya a hijos dependientes.

A manera de orientación se ofrecen detalles sobre el alcance y naturaleza de lo que se consideran "servicios ambulatorios".

- 1- Servicios médicos prestados en el Dispensario.
- 2- Visitas a Médicos Especialistas, Medicina Interna, Ginecólogos, Fisiátras, Psiquiatras y Cirujanos. El deducible es de \$15.00 por visita. Esta categoría también incluye:
 - Audiólogos – Examen audiológico
 - Podiatras – Extracción de uñas, extracción de callos y procedimientos sencillos
 - Quiroprácticos
 - Oftalmólogos u Optómetras
- 3- Laboratorios Clínicos básicos, órdenes para detectar sangre oculta, panel de lípidos y panel de hepatitis. El co-pago es de 15%. (se excluyen laboratorios de referencia o que requieran pre-autorización).

4- Visitas a Sala de emergencia cuyo deducible es de \$50.00; \$25.00 en caso de accidente.

5- Rayos X - Incluye:

- Radiografías simples y sonogramas
- CT Scan, uno por región anatómica por año con un co-pago de 15%.
- Densitometría ósea; una cada 2 años.

6- Servicios de trabajo social y psicología en dispensario.

7- Procedimientos quirúrgicos en oficinas médicas utilizados para fines de diagnósticos, con un co-pago de 40%.

8- Terapias físicas - 21 terapias por año; deducible \$2.00 por terapia.

9- Manipulaciones Quiroprácticas- 21 manipulaciones por año; deducible \$7.00 por manipulación.

10- Medicamentos recetados - co-pagos de \$6.00 en medicamentos genéricos; \$11.00 en medicamentos de marca y \$18.00 en medicamentos no preferidos; co-pago especial para medicamentos que exceden de \$500.00.

11- Cubierta Dental:

- A- Servicios de diagnóstico y preventivo - 100% cubierto
- B- Servicios regulares de restauración - 90% cubierto
- C- Servicios especiales de restauración - 60% cubierto
- C2- Prótesis removibles y fijas - 60% cubierto

El máximo cubierto por año para las cubiertas A, B, C y C2 es de \$1,500.

12- Servicios preventivos brindados en el dispensario.

13- Servicios de ambulancia a través de reembolso (máximo de \$100.00).

Aquellos servicios de salud que no figuran en el detalle anterior están excluidos de la cubierta aplicable. 

Sabía usted que:



Es muy importante mantener al día la tarjeta de designación de beneficiarios. Visite nuestras oficinas si interesa cambios.

Cuando no completa la designación de beneficiarios el seguro de vida corresponde a los herederos legales.



El reembolso de espejuelos es anual aún si lo entregaron tardíamente.

Sólo los socios solteros pueden incluir en la cubierta a padre y/o madre, a hermanos solteros menores de 20 años si no tiene incluidos a otros familiares inmediatos tales como su cónyuge o hijos.

