

# iceberg

LA GACETILLA DEL PSIC. AGUSTÍN MENÉNDEZ

# 17

Año III | Diciembre de 2022

Contribuyendo  
a la  
profesionalización  
Página 3

Programa de  
Formación  
de Líderes  
Página 7

Equipos cuidados, sinónimo  
de equipos comprometidos,  
responsables y compasivos  
Página 11

Bienestar  
Psicológico  
Organizacional  
Página 15

Bienvid@ a esta gacetilla, con espíritu de revista, que inicié en marzo de 2020 cuando comenzaba el tiempo de confinamiento a causa del Covid-19.

Estamos llegando al final de este 2022 y mientras la pandemia pareciera ser cosa del pasado, yo comparto contigo, estimad@ lector(a), este nuevo número de esta gacetilla, en la que podrás encontrar textos de mi página web, ilustraciones y “fotos que hablan”, así como escritos de otros autores y alguna otra curiosidad que encuentro navegando (a veces sin mucho rumbo) por la red.

Mi propósito es que el tiempo que pases por aquí te invite a la reflexión y la introspección, actividades cada vez más necesarias en estas complejas e inciertas coordenadas existenciales que nos toca vivir.

En caso que quieras consultarme algo me encontrarás en el e-mail [agustinmenendez@gmail.com](mailto:agustinmenendez@gmail.com) o en el teléfono/whatsapp 099268397.

## ÍNDICE

Editorial	Página 2
Contribuyendo a la profesionalización	Página 3
Programa de Formación de Líderes	Página 7
Equipos cuidados, sinónimo de equipos comprometidos, responsables y compasivos	Página 12
Bienestar Psicológico Organizacional	Página 16
Frase seleccionada	Página 21
Texto seleccionado	Página 22
La foto que (te) habla	Página 23
He estado haciendo	Página 24
Próximamente	Página 36
Estoy leyendo	Página 37
Iceberg - N° anteriores	Página 38
Servicios	Página 39



**Año III | Iceberg N°17**  
Diciembre 2022



**Redactor responsable:** Agustín Menéndez

## Editorial

El 2022 se termina y pronto, en marzo, se cumplirán tres años desde el comienzo de la pandemia, cuando todos, sin excepciones, nos encontramos de la noche a la mañana afectados por las medidas de distanciamiento y restricciones impuestas por los gobiernos a lo largo y ancho del globo.

Las vacunas, durante 2021, trajeron algo de sosiego y tranquilidad. Mientras tanto, este año que ahora se está terminando se convirtió en un año bisagra, que ha significado un tiempo de transición entre lo más *duro* de la pandemia y este nuevo tiempo sin tapabocas.

¿Qué nos ha dejado como legado la pandemia? Sin dudas que una sensación de fragilidad y vulnerabilidad en numerosos casos, así como también de paciencia, solidaridad y esperanza en muchos otros.

Las crisis “golpean” y la experiencia de atravesarlas es singular y solo analizable de persona en persona. Mientras que para algunas personas la crisis habrá sido solo un poco de agua y viento, para otras personas la crisis habrá sido la tormenta perfecta. Entre uno y otro polo encontramos un sin fin de registros, de historias personales que tuvieron a la pandemia como acelerador de desorganizaciones en proceso o de catalizador para la evolución y el crecimiento.

El tiempo pandémico es una incógnita si será olvidado o no. Lo cierto es que pandemias como la del Covid-19 no sabemos si se repetirán. Diferente será la situación en los entornos personales de cada quien, donde sí ocurrirán crisis, algunas previstas y otras no. Ante unas y otras es oportuno preguntarse si estamos preparados o no para afrontarlas, si estamos aptos para responder adaptativamente o, por el contrario, si nos encontrarán *fuera de forma* psíquica.

“

"Nada resulta más atractivo en un hombre que su cortesía, su paciencia y su tolerancia".

Cicerón

# Contribuyendo a la profesionalización



## ESCUELA DE JOCKEYS Y VAREADORES



Seis generaciones de chicos y chicas, uruguayos así como extranjeros, han pasado ya por la Escuela de Jockeys, que nació en 2014 gracias al impulso de HRU S.A.. Con sede en el Hipódromo Las Piedras, la Escuela de Jockeys es un curso anual que alterna sus clases con el Hipódromo Nacional de Maroñas (HNM). Ambos hipódromos, así como en menor escala los que integran el SINT (Sistema Integrado Nacional de Turf) en Colonia, Paysandú, Melo y Florida, constituyen verdaderas industrias sin chimeneas.

La Hípica Nacional registra un relevante desarrollo desde la reapertura del Hipódromo Nacional de Maroñas en junio de 2003. Ello ha derivado en un incremento de las actividades, profesiones y oficios relacionados: criadores, cuidadores, entrenadores, jockeys, vareadores, peones, veterinarios, etc.

Esta situación ha impactado en un aumento de la demanda de mano de obra, que ha estado acompañada por la progresiva formalización del sector y

las condiciones de trabajo, así como también en una necesidad de expandir los niveles de profesionalización de los actores involucrados. Teniendo en cuenta que muchos jóvenes se acercaban permanentemente a ambos hipódromos (HNM – HLP) con el objetivo de generar un sustento económico así como también un proyecto de vida, que los actores hípicos demandaban la formación de los aprendices de Jockey y que la profesionalización del oficio constituía un objetivo impostergable, es que HRU apostó en 2014 a la apertura de la Escuela de Jockeys y Vareadores (EJyV).

Desde entonces, los objetivos de la EJyV son los siguientes:

- Contribuir al proceso de profesionalización de la actividad hípica a través de la formación de jockeys y

vareadores.

- Certificar la idoneidad técnica que habilita a los jockeys aprendices a actuar en competencias oficiales.
- Promover el empleo digno y desarrollo personal de los jóvenes que participan en la Escuela. Innumerables experiencias me ha tocado compartir en todos estos años junto a más de un centenar de chicos y chicas. Trabajando en un gran equipo hemos acompañado en el proceso de formación de jinetes y sobre todo personas.

En 2022, tras dos años inactivos por la pandemia, hemos regresado con la séptima generación de ilusionados jóvenes que esperan recibirse el 6 de enero de 2023 y comenzar a competir en las pistas nacionales.





**REQUISITOS EXCLUYENTES:**

Al lunes 10 de abril (fecha de comienzo del curso), 16 años cumplidos y no más de 21 años.

Peso acorde a la siguiente tabla en la prueba de selección del 14 de marzo de 2023:

	16 años	17 años	18 años	19 años	20 años	21 años
Peso máximo	46 kg.	47 kg.	48 kg.	50 kg.	51 kg.	51 kg.
Altura máxima	1,56	1,57	1,58	1,59	1,60	1,62

**DOCUMENTACIÓN SOLICITADA**

- 1er año de Liceo o UTU aprobado.
- Experiencia hípica (raids, enduro, pencas, prueba de riendas, equitación, etc).
- Certificación médica mayores de edad (carnet de salud).

Menores de edad: carnet de salud del adolescente y autorización de padre, madre o tutor.

- Se valorará: La altura acorde a la tabla.
- La presentación de un Tutor Hípico (un entrenador con patente vigente) con quien el alumno pueda desempeñarse durante el período de formación.

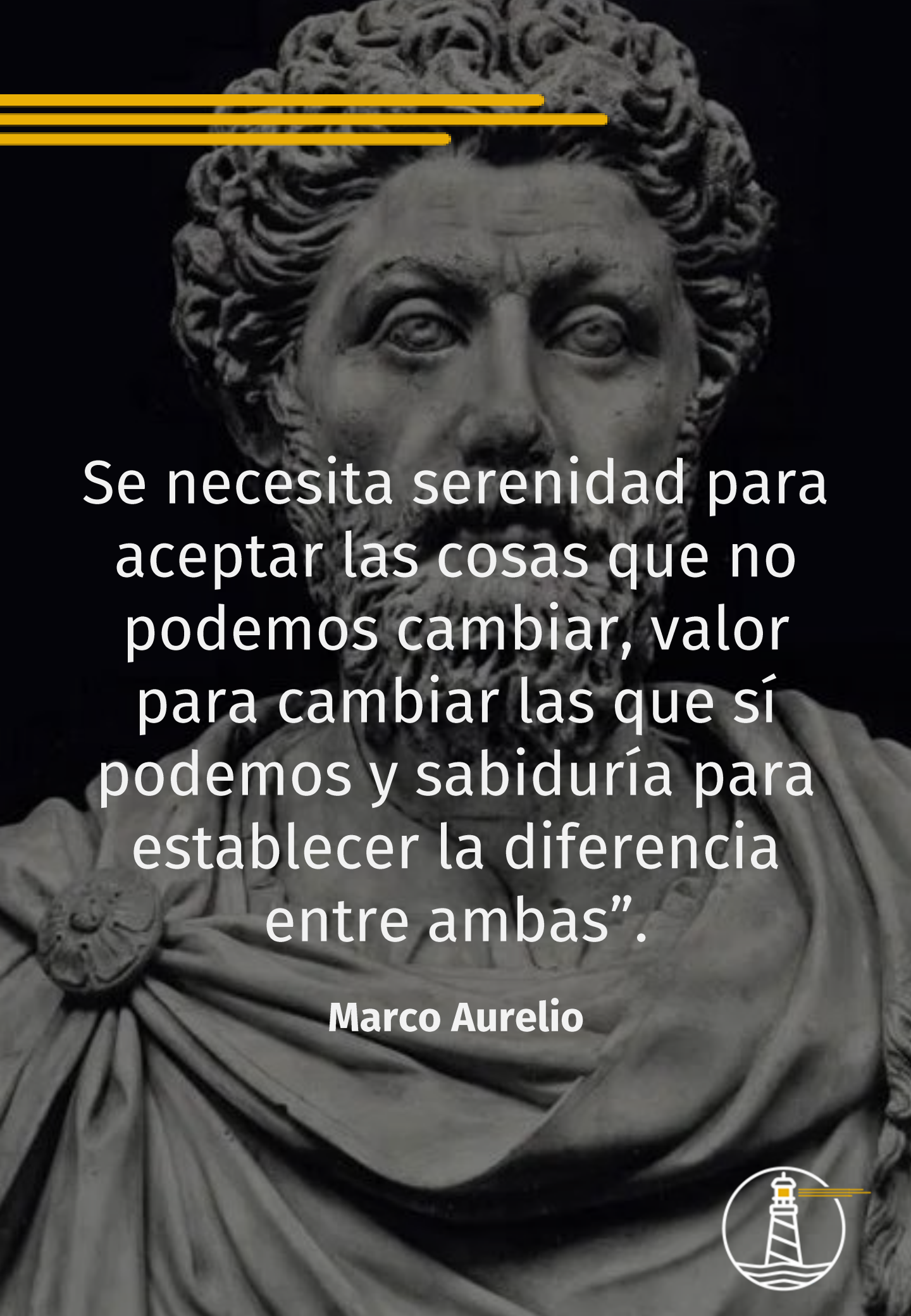
Los formularios se retiran en los Hipódromos de Maroñas, Las Piedras y el SINT.  
Se podrán entregar en los mismos lugares con la documentación requerida adjunta.

Asimismo, estará a disposición un formulario de inscripción electrónico que podrá ser solicitado por whatsapp al teléfono de contacto [099268397](https://www.whatsapp.com/business/profile/99268397)



**PRUEBAS** 14 MAR 2023 EN HIPÓDROMO MAROÑAS  
**INICIO CURSO** 10 ABR 2023

**codere**

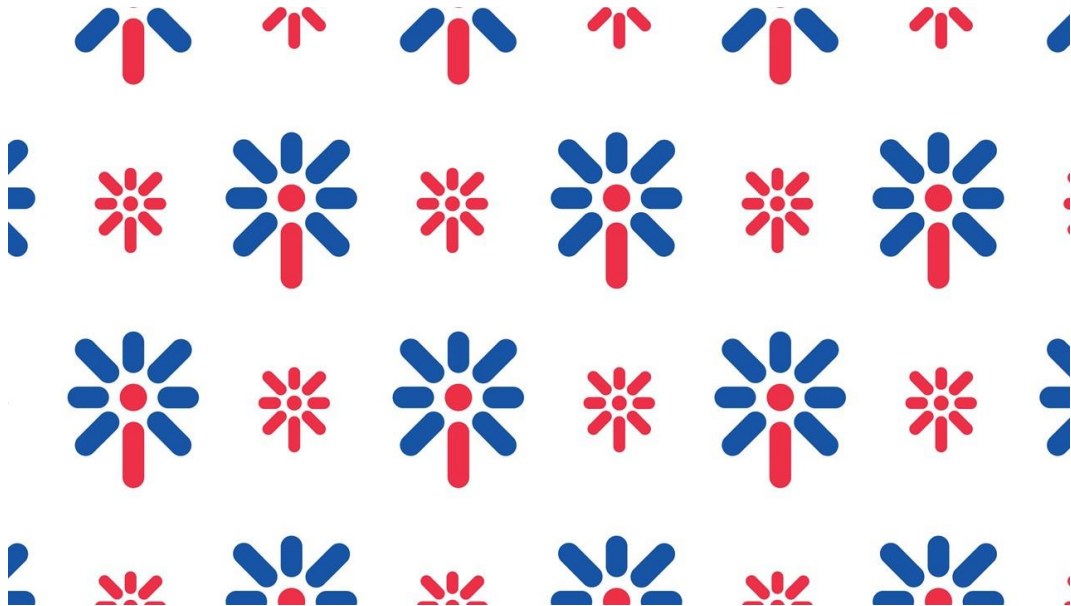
A grayscale marble bust of Marcus Aurelius, showing his head and shoulders. He has curly hair and a full beard. The bust is set against a dark background. At the top left, there are two horizontal yellow lines. The text is overlaid on the bust.

Se necesita serenidad para aceptar las cosas que no podemos cambiar, valor para cambiar las que sí podemos y sabiduría para establecer la diferencia entre ambas”.

**Marco Aurelio**



# Programa de Formación de Líderes



Entre abril y junio del corriente llevamos a cabo en Tienda Inglesa el Programa de Formación de Líderes para Mandos Medios, que se enfocó en la mejora de las habilidades y competencias relacionadas con la eficacia personal y el desarrollo de equipos.

El Programa, de 12 módulos y 60 hs de duración, se desarrolló de modo presencial y remoto con un formato híbrido, combinando las sesiones presenciales con tareas complementarias en el aula virtual Classroom.

## LOS PARTICIPANTES

Jefes, supervisores, subgerentes, asistentes y coordinadores, de diferentes sucursales.

## LOS TEMAS ABORDADOS

Liderazgo, propósito, cultura, estrategia, gestión del cambio, equipos, valores, carrera profesional, negociación, resolución de conflictos, inteligencia emocional, motivación y resiliencia personal y organizacional.



## LA METODOLOGÍA DESARROLLADA

Se plantearon actividades que promovieron la reflexión grupal e individual, con el objetivo tanto de reafirmar el saber y el saber-hacer, como de potenciar la actitud y las competencias propias de quien tiene a su cargo la dirección de personas: el pensamiento crítico, ético y contextualizado.

Las instancias presenciales permitieron un intercambio fluido de buenas prácticas, combinando el marco conceptual con ejercicios, análisis de casos y otras actividades que permitieron profundizar en la autoevaluación de competencias individuales y de los equipos, así como la construcción de planes de acción para la mejora en cada caso.

“Las organizaciones que cobrarán relevancia en el futuro serán las que descubran como aprovechar el entusiasmo y la capacidad de aprendizaje de la gente en todos los niveles de la organización”

Peter Senge

## LA INTERVENCIÓN

Durante los 12 encuentros

compartidos, abordamos y debatimos sobre:

- el contexto en el que están operando las organizaciones en la actualidad, así como sobre el concepto de trabajo y el rol del Mando Medio dentro de la Empresa.
- las variables que se ponen en juego en la gestión de la carrera profesional del líder de equipos.
- el rol y trabajos esenciales que demanda el desempeño del rol de jefe.
- las diferencias entre un grupo y un Equipo de Trabajo, la importancia de construir Equipos y las tres habilidades claves para que ello suceda.
- la importancia de las conversaciones como herramienta del liderazgo, así como sobre qué motiva a las personas y cómo desarrollar y corregir su desempeño a través del coaching.
- las claves y etapas de una negociación, así como sobre qué es un conflicto y las diferencias entre uno constructivo y otro destructivo.

- la relevancia de la productividad personal en tanto gestión de las prioridades más que gestión del tiempo.
- el vínculo entre la comunicación y el liderazgo efectivo, así como los aspectos no verbales de la comunicación y la escucha activa como condición esencial para liderar.
- las herramientas y competencias necesarias para llevar adelante acciones formativas de los/as colaboradores.
- qué es la inteligencia emocional y cómo influye ésta en la toma de decisiones.
- las causas que movilizan a las Personas y a las Organizaciones a emprender un proceso de cambio, así como sobre la identificación y potenciación de las fortalezas organizacionales como medio para traducir la estrategia en resultados.
- la importancia de la cultura y el liderazgo como factores claves para desarrollar la resiliencia personal, de los Equipos y de la

## Organización.

Estabilidad, cambio y transformación son períodos por los cuales atraviesan invariablemente las organizaciones en la actualidad. Contextos cambiantes y dinámicos demandan de un capital humano abierto al aprendizaje continuo. Aunque muchas veces ajeno a los vaivenes del mercado y a la definición de la estrategia, el Mando Medio está íntimamente ligado a la consecución de los objetivos definidos por la Dirección.

El perfil del Mando Medio es el de alguien que conoce muy bien los procesos operativos y su área de actividad, pues fueron estos conocimientos, habilidades y actitudes los que le permitieron alcanzar ese nuevo nivel en el escalafón empresarial.


El Mando Medio constituye una pieza clave en el proceso de gerenciamiento empresarial, dado que es quien operativiza las decisiones de sus mandos superiores, gestionando sus áreas de responsabilidad, en el marco de la cultura organizacional establecida y con las personas y recursos materiales a su disposición.

Las empresas están demandando cada vez más líderes en todos los niveles de la organización, capaces de aumentar los niveles de rendimiento y productividad, algo que únicamente es sostenible cuando se constata el desarrollo

personal, la mejora del clima laboral, la motivación y la retención de los talentos.

Con este Programa de Formación de Mandos Medios procuramos la mejora de las habilidades y competencias relacionadas con la eficacia personal, el desarrollo de las personas integrantes de su equipo de trabajo, así como también aquellas de índole estratégico, vinculadas con la negociación, la orientación al cliente y fundamentalmente a los resultados.





“Lo que niegas te  
somete, lo que aceptas  
te transforma. Aquello a  
lo que te resistes,  
persiste”.

Carl Jung



# Equipos cuidados, sinónimo de equipos comprometidos, responsables y compasivos



Trabajar en el cuidado de personas, así como en otras profesiones de trinchera, como la salud y la educación, puede resultar desafiante, estresante y emocionalmente exigente.

Invisibilizar, minimizar o desnaturalizar las emociones involucradas en la atención y cuidado de las personas puede ser el caldo de cultivo para el estrés y el burnout, que atentan contra una atención que sea tanto humana como compasiva.

Así, tal vez no sea una sorpresa que muchos trabajadores informen sentirse estresados y en algunas oportunidades manifiesten que se sienten incapaces de hacer frente a las obligaciones y necesiten tomarse un tiempo libre. ¿Pero esto invariablemente tiene que ser así?

¿Hay que hacer gala a esa frase que reza: «no tienes que estar loco para trabajar aquí, pero ayuda“?

Trabajar cuidando personas no tiene que ser sinónimo de estrés, desgaste y en el peor de los casos burnout, por lo cual es crucial obtener la ayuda y el apoyo adecuados. Todo trabajador que cuida personas sabe que hay momentos en los que necesita hablar sobre cosas que ha experimentado en el trabajo y cómo le han afectado personalmente de muchas maneras diferentes. Igualmente, a veces simplemente puede ser valioso escuchar a otras personas hablar sobre sus experiencias.

Puede ser increíblemente valioso y tranquilizador saber que uno no es la única persona que ha pasado por un momento difícil en el trabajo o que ha reaccionado ante algo o alguien de una manera particular.

Por todo ello, cuidar y desarrollar a las personas que están en la primera línea de la organización constituye una inversión que deriva en más calidad y excelencia en los servicios, mayor retención y satisfacción de los colaboradores, una cultura más fuerte, así como una mayor productividad y rentabilidad.

“Donde haya un árbol que plantar, plántalo tú. Donde haya un error que enmendar, enmiéndalo tú. Donde haya un esfuerzo que todos esquivan, hazlo tú. Sé tú el que aparta la piedra del camino”.

Gabriela Mistral

Durante una clase, hace varias décadas, le preguntaron a la antropóloga estadounidense Margaret Mead cuál era para ella el primer signo de civilización. Los alumnos esperaban que hablara de una olla de barro, un anzuelo o una piedra de moler; sin embargo, Mead se refirió a un fémur cicatrizado luego de una fractura.

En el reino animal, explicó la antropóloga, si te quiebras una pierna significa estar muerto, puesto que no puedes procurarte comida o agua ni huir del peligro, siendo así presa fácil para los depredadores. Y agregó, además, que ningún animal con una extremidad inferior rota sobrevive el tiempo suficiente como para que el hueso se suela por sí sólo.

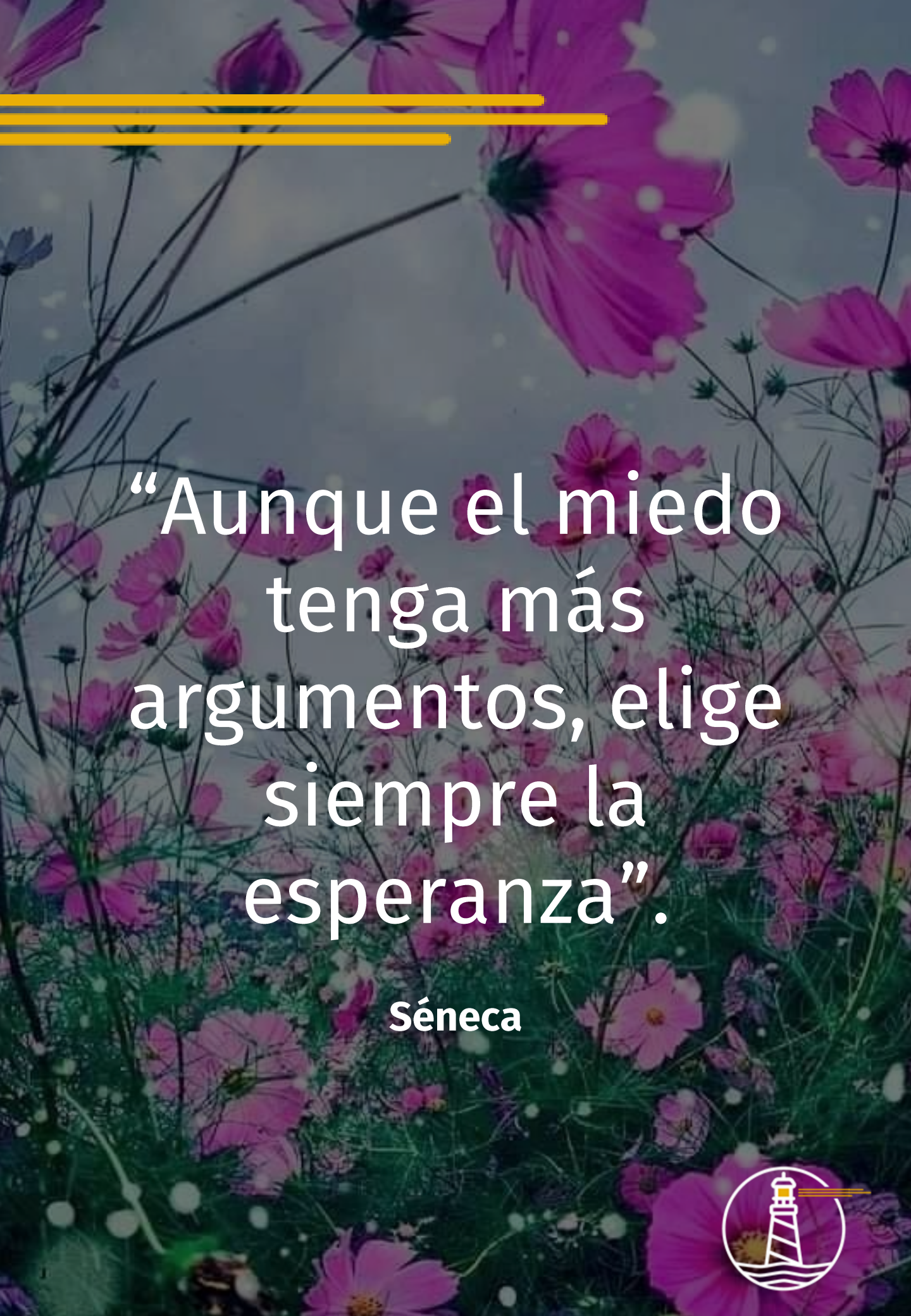
De modo que un fémur quebrado y luego curado evidencia que alguien se quedó junto al que se lo rompió, además de vendarle e inmovilizarle la pierna fracturada. Es decir, que lo cuidó y atendió mientras se recuperaba. Ese fue para Mead el primer signo de civilización.

La anécdota sobre Mead viene a cuento para destacar la enorme labor que se lleva a cabo en un residencial para personas necesitadas de atención y cuidados. La fragilidad, vulnerabilidad y dependencia son características inherentes a

nuestra condición humana, que se tornan más visibles cuando la o las enfermedades llegan a la vida de una persona.

Cuidar a los residentes, brindarles una atención compasiva, aliviar su sufrimiento, reconocerlos, valorarlos y respetarlos está en el ADN de las casas de Grupo Life. Esto último es posible hacerlo mucho mejor si los equipos encargados de llevar a cabo la tarea también se sienten cuidados, valorados y reconocidos como personas y no solamente como empleados.





“Aunque el miedo  
tenga más  
argumentos, elige  
siempre la  
esperanza”.

Séneca





# Bienestar psicológico organizacional

La relevancia de la salud mental y del manejo de las emociones, en particular en el contexto laboral, se ha convertido en uno de los aspectos claves en las organizaciones. Existe extensa evidencia respecto al impacto que estas habilidades tienen en el desempeño y en el bienestar, tanto a nivel individual como en los equipos de trabajo, impactando en la productividad de las organizaciones.

La pandemia aceleró el cambio cultural en las organizaciones y ha dejado en claro cómo una buena gestión de las emociones, y de la salud mental en general, es clave para poder acompañar y potenciar a los equipos en momentos de incertidumbre. De este modo, muchas empresas han implantando programas de gestión del estrés o ansiedad, así como iniciativas relacionadas con otros aspectos que influyen directamente en el bienestar emocional de los trabajadores y en la prevención de riesgos psicosociales. La motivación, la

capacidad de aprender y superarse, las habilidades de comunicación y relacionamiento son aspectos fundamentales para lograr una inserción laboral exitosa así como un buen desempeño profesional.

En este contexto, el Programa de Bienestar y Salud Mental Organizacional plantea diversas intervenciones que van desde apoyar a quien está atravesando un momento de crisis en su vida hasta acciones de promoción y prevención en salud mental.

El Programa de Bienestar y Salud Mental Organizacional apunta a brindar a las empresas y sus empleados un servicio integral de cuidado del bienestar emocional de las personas que la integran. En este punto es importante entender que cada persona tiene unas preocupaciones y necesidades distintas, por lo que el tratamiento tendrá una vertiente colectiva de promoción de salud y otra de carácter personalizado.

En este sentido, y desde una perspectiva sistémica, también nos enfocamos en los emergentes individuales, que muchas veces se presentan como síntomas de aspectos vinculares y/o disfuncionales a nivel grupal y organizacional.

### Un enfoque integrado

La propuesta consta de una **mirada integral que cooperará con las acciones del equipo de RRHH de la Compañía**, para impactar positivamente en la cultura y clima

organizacional, en los vínculos, liderazgos y desarrollo de equipos, así como a nivel individual en el bienestar de los trabajadores.

En tal sentido, el impacto final se cristaliza en fortalecer un ambiente laboral positivo que anime y motive a los empleados. Invertir en la salud individual de los colaboradores deriva en la mejora del ambiente colectivo, lo que sin duda contribuye enormemente a mejorar el clima en la organización.



## **OJBETIVO GENERAL**

Promover el bienestar y la salud mental organizacional a través de un enfoque integrado de promoción, protección y apoyo.

## **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

### Promoción

- Promover el bienestar y la salud mental positiva

### Protección

- Minimizar los riesgos

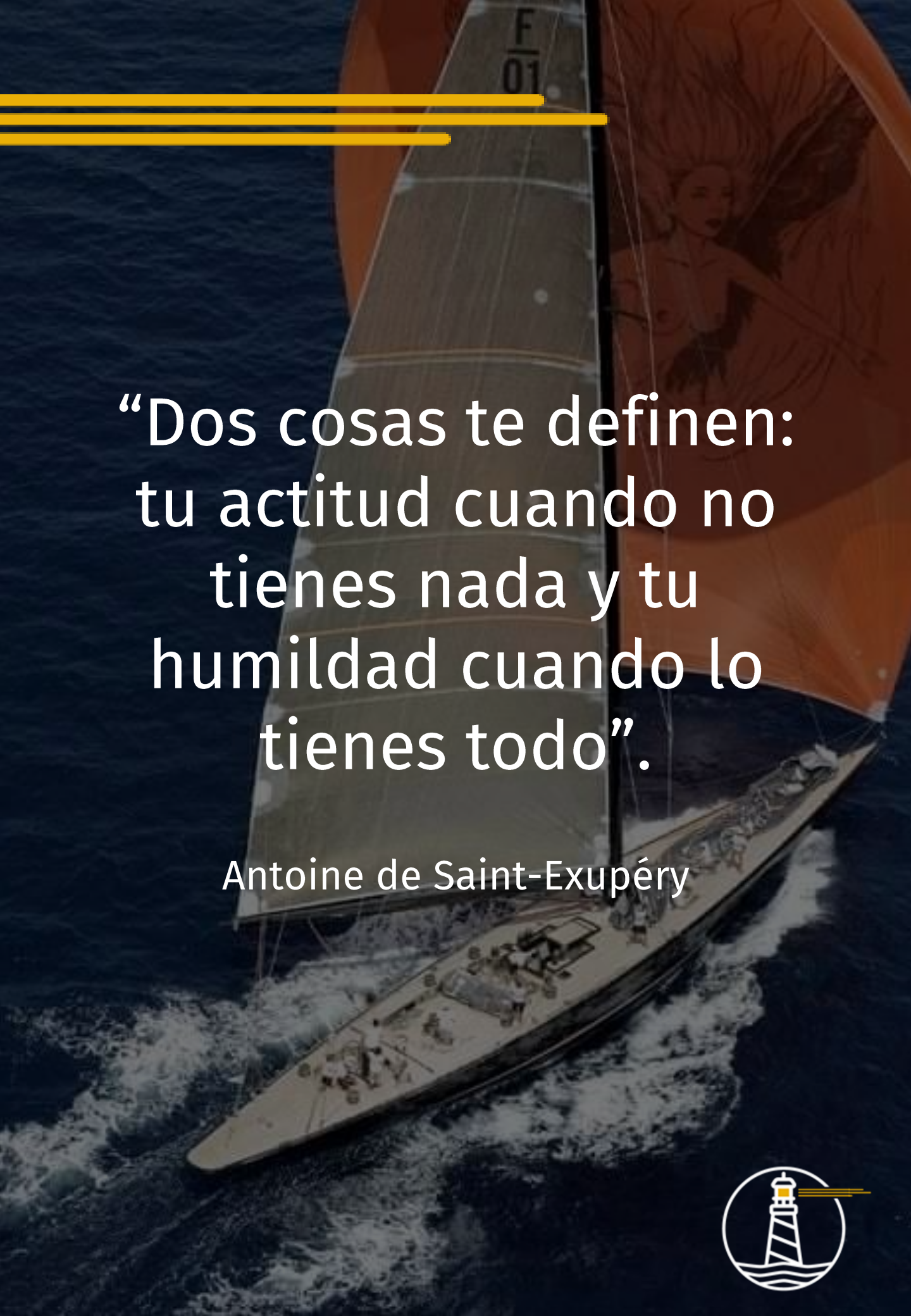
psicosociales

- Potenciar los factores de protección a partir de la Psicoeducación
- Fomentar una cultura saludable
- Formación en competencias y habilidades socio-emocionales

### Apoyo

- Apoyar a los empleados que están experimentando problemas de salud mental.





“Dos cosas te definen:  
tu actitud cuando no  
tienes nada y tu  
humildad cuando lo  
tienes todo”.

Antoine de Saint-Exupéry



”LAS PERSONAS  
PODRÍAN APRENDER DE  
SUS ERRORES SI NO  
ESTUVIERAN TAN  
OCUPADAS  
NEGÁNDOLOS”.

CARL JUNG



Frase seleccionada

"No dejes que termine el día sin haber crecido un poco, sin haber sido feliz, sin haber aumentado tus sueños. No te dejes vencer por el desaliento. No permitas que nadie te quite el derecho a expresarte, que es casi un deber. No abandones las ansias de hacer de tu vida algo extraordinario. No dejes de creer que las palabras y las poesías sí pueden cambiar el mundo. Pase lo que pase nuestra esencia está intacta. Somos seres llenos de pasión. La vida es desierto y oasis. Nos derriba, nos lastima, nos enseña, nos convierte en protagonistas de nuestra propia historia. Aunque el viento sople en contra, la poderosa obra continúa: tú puedes aportar una estrofa. No dejes nunca de soñar, porque en sueños es libre el hombre..."

Walt Whitman

Texto seleccionado

ZARA HOME



La foto que (te) habla

# He estado haciendo – Marzo 2022

28 de marzo / 15:30 a 17 hs.



Actividad a través del  
Canal Oficial de Youtube del CMU



COLEGIO  
MÉDICO  
URUGUAY

CONSTRUYENDO JUNTOS UNA ASISTENCIA CENTRADA EN EL PACIENTE  
El foro de la transformación sanitaria

9no Programa

## Derechos en Salud

Exponen: **Dra. Mariana Blengio** y **Dra. Carmen Vázquez Sibils**

Coordina: **Dra. Rita Rufo** y **Psic. Agustín Menéndez**

Organizan: **Sociedad Uruguaya de Medicina y Cuidados Paliativos**  
y **Alianza de Pacientes Uruguay**

En vivo a través de los  
canales oficiales del CMU



[colegiomedico.org.uy](http://colegiomedico.org.uy)





# He estado haciendo – Abril 2022

MÓDULO 5 CURSO DE BIOÉTICA 2022 | COMISIÓN ASESORA EN BIOÉTICA DE FEMI

## JORNADA III DE DERECHO MÉDICO

**DERECHO MÉDICO. CUESTIONES DE LA BUENA PRAXIS MÉDICA**



Viernes 22 de abril



Youtube: Femi Gremial



de 9 a 13hs



Zoom: solicitar link

Por más información [secretaria@femi.com.uy](mailto:secretaria@femi.com.uy)

**FEMI** EL GREMIO DE LOS  
MÉDICOS DEL INTERIOR

**DERECHO MÉDICO. CUESTIONES DE LA BUENA PRAXIS MÉDICA**

**10:50 EL MÉDICO HOY. SUS DEBERES, DERECHOS y RESPONSABILIDAD, ÉTICOS y JURÍDICOS. MEDICINA A DISTANCIA.** Dr. German Aller, Dr. Nestor Campos, Dr. Pedro Piccardo.

**11:35 PANEL REACTIVO.** Dr. Antonio Turnes, Dra. Cecilia Salom, Dr. Enrique Smerdiner, Dr. Agustín Menendez (Representante de la Alianza de Pacientes Uruguay), Dr. Adrian Sunes (Médico rural).

**12:35 a 13:00 DISCUSIÓN GENERAL y CONCLUSIONES.**

Modera: Dr. Ángel Valmaggia

**JORNADA III DE DERECHO MÉDICO**

22 DE ABRIL 2022 | 09.00hs.

# He estado haciendo – Mayo 2022



02 de mayo / 15:30 a 17 hs.

 Actividad a través del Canal Oficial de Youtube del CMU

 **COLEGIO MÉDICO DEL URUGUAY**

**CONSTRUYENDO JUNTOS UNA ASISTENCIA CENTRADA EN EL PACIENTE**  
El foro de la transformación sanitaria

10mo. Programa

## Derechos de la persona en el contexto de la enfermedad

Exponen: **Dr. Luis Heus / Silvia Serrentino (Asociación Uruguaya de Alzheimer) y Verónica Peña (Tenemos ELA).**

Coordina: **Dra. Rita Rufo y Psic. Agustín Menéndez**

Organizan: Sociedad Uruguaya de Medicina y Cuidados Paliativos y Alianza de Pacientes Uruguay

En vivo a través de los canales oficiales del CMU  

 **ALIANZA de PACIENTES URUGUAY**  Sociedad Uruguaya de Medicina y Cuidados Paliativos

colegiomedico.org.uy    

# He estado haciendo – Mayo 2022

## EVENTO HOMENAJE A LAS VÍCTIMAS DE COVID 19



SÁBADO 7 DE  
MAYO / 11:00HS.



PARQUE ROOSEVELT  
(INGRESO POR AV. DE LAS AMÉRICAS).

COLABORÁ CON LA DIFUSIÓN



# He estado haciendo – Mayo 2022

WEBINAR

## La maternidad/paternidad: ¿Es un derecho?

Día: Martes 17 mayo

Hora: 18:30 a 20



Dra. Verónica Fiol  
Ginecóloga,  
Docente



Dra. Dana Kimelman  
Ginecóloga,  
Especialista en  
Oncofertilidad



Lic. Agustín Menéndez  
Presidente  
Alianza de  
Pacientes



Dr. Juan Ceretta  
Abogado  
Consultorio  
Jurídico UDELAR



Lic. Sandra Rodríguez  
Presidenta  
Fundación Dar a  
Luz



Marina,  
Mamá Charrúa  
Co-fundadora de  
Red Fertilidad

Moderadora: María Belén Piñeyrúa. Psicóloga.  
Co-fundadora Red Fertilidad

Organiza:



Apoya:



# He estado haciendo – Mayo 2022

## LA VOZ DE LOS PACIENTES



8vo PROGRAMA



Jueves 19 de mayo



19 a 2030 hs

### La Voz de los Pacientes

- "Cuidados, finitud y sentido de la vida"  
Diálogo sobre cuidados paliativos y eutanasia con la Dra. Agustina Da Silveira
- Entrevista con la Prof. Claudia Souto,  
Presidente de la Asociación de pacientes con Fibromialgia

### Participan:



Dra. Agustina Da Silveira  
(Doctora en Medicina y  
estudiante de Ética y Justicia)



ASSCI Uruguay  
(Asoc. de Pacientes con  
Fibromialgia)

### Organiza:



### Coordinan:

Lic. Sandra Toledo  
Psic. Agustín Menéndez

En vivo a través de  
nuestras Redes



@alianzapacientesuy

## Conversatorio

### Oncofertilidad: más información para mejorar el acceso

Martes 31 de Mayo de 11:30 a 12:30 hs



Expone: **Dra. Dana Kimelman**  
(Ginecóloga y especialista en oncofertilidad)

**Coordinan:**

Lic. Sandra Toledo  
Psic. Agustín Menéndez

En vivo por:



[alianzapacientesuy.org](http://alianzapacientesuy.org)



Organizan



# He estado haciendo – Junio 2022

06 de junio / 15:30 a 17 hs.



Actividad a través del  
Canal Oficial de Youtube del CMU



CONSTRUYENDO JUNTOS UNA ASISTENCIA CENTRADA EN EL PACIENTE  
El foro de la transformación sanitaria

11er. Programa

## Derecho a los Cuidados Paliativos

Exponen: **Stella Pereyra (Colibríes 33), Nivia Carro (Caminemos Juntos Tarariras), Gladys Vignolo (Grupo Golondrina), Olga Ybañez (Mama mía) y la Dra. Adriana Della Valle**

Coordina: **Dra. Rita Rufo y Psic. Agustín Menéndez**

Organizan: **Sociedad Uruguaya de Medicina y Cuidados Paliativos y Alianza de Pacientes Uruguay**

En vivo a través de los  
canales oficiales del CMU



[colegiomedico.org.uy](http://colegiomedico.org.uy)



# He estado haciendo – Junio 2022



4ta edición

**Organiza**  
**SRH**  
SOCIEDAD URUGUAYA DE REPRODUCCION HUMANA

Quiero ser mamá

Queremos ser padres

Semana de la  
**Fertilidad 2022**  
**4 al 10 de Junio**

## CONFERENCIAS VIRTUALES. Martes 7 de junio



**19:00hs**

### Presentación Fundación Dar a Luz

Lic. Sandra Rodríguez y Sra. Lola Capurro



**19:15hs**

### Rol de las organizaciones de pacientes en Uruguay

Lic. Belén Piñeyrúa



**19:30hs**

### Presentación Alianza de Pacientes Uruguay

Lic. Agustín Menéndez



**19:45hs**

### Aspectos emocionales vinculados a la infertilidad

Lic. Yannina Otero



**20:15hs**

### Derribando mitos en Medicina Reproductiva.

Dra. Mariana Álvarez

Información e inscripciones: [semanadelaferilidad@gmail.com](mailto:semanadelaferilidad@gmail.com)



# He estado haciendo – Junio 2022

**LA VOZ DE LOS PACIENTES**



**9vo PROGRAMA**

**Jueves 23 de Junio**  
19 a 20:30 hs

**La Voz de los Pacientes**

Conversaremos con líderes y referentes de distintas organizaciones:

- Patricia Maidana de ACCU,
- Claudia Piazza de MELANOMA URUGUAY
- Mónica Basilio de EMUR.

**Participan:**



**Organiza:**  
 **ALIANZA de PACIENTES URUGUAY**

**Coordinan:**  
Lic. Sandra Toledo  
Psic. Agustín Menéndez

En vivo a través de nuestras Redes



@alianzapacientesuy

# He estado haciendo – Julio 2022



**04 de julio / 15:30 a 17 hs.**

 Actividad a través del Canal Oficial de Youtube del CMU

**COLEGIO MÉDICO URUGUAY**

**CONSTRUYENDO JUNTOS UNA ASISTENCIA CENTRADA EN EL PACIENTE**  
El foro de la transformación sanitaria

12do. Programa

## ¿Por qué los Cuidados Paliativos son un derecho?

Exponen: **Cristina Giuria de Berenbau y Cecilia Torrendel (Fundación Clarita Berenbau), Carolina Rius (Tenemos ELA) y Nelsa Carraso (Red Nacional de Grupos Oncológicos).**

Coordina: **Dra. Rita Rufo y Psic. Agustín Menéndez**  
Organizan: **Sociedad Uruguaya de Medicina y Cuidados Paliativos y Alianza de Pacientes Uruguay**

En vivo a través de los canales oficiales del CMU  

 **ALIANZA de PACIENTES URUGUAY**  Sociedad Uruguaya de Medicina y Cuidados Paliativos

[colegiomedico.org.uy](http://colegiomedico.org.uy)    

# He estado haciendo – Julio 2022

## INVITACIÓN

**CASMU Social** y el **Equipo de Políticas Sociales del Municipio A** les invitan a la charla **“Construcción de capacidades colectivas en tiempo pos-pandémico”**. Expondrán **Antonio Vizintín**, sobreviviente de la tragedia de los Andes y el psicólogo **Agustín Menéndez**.  
En el evento se invitará con café y fruta fresca. **Se agradece colaborar con un paquete de lentejas que será donado a las Ollas Populares.**

**Día y hora:** 12 de julio de 14:30 a 16:30 hs.

**Lugar:** Hotel del Prado.

**Abierto a todo público.**

| ORGANIZA |



MUNICIPIO DEL OESTE



casmu



FUNDACIÓN HUMANITARIA PROcasmu

| APOYA |

LA PRENSA DE LA ZONA OESTE



UAM



**Psic. Agustín Menéndez**



| ORGANIZA |



MUNICIPIO DEL OESTE



casmu



FUNDACIÓN HUMANITARIA PROcasmu

| APOYA |

LA PRENSA DE LA ZONA OESTE



UAM



# He estado haciendo – Julio 2022



REUNIÓN DE TRABAJO

LÍDERES DE ORGANIZACIONES DE PACIENTES & AUGE

Asociación Uruguaya de Gastroenterología y Endoscopia

JUEVES  
21 JULIO 2022  
19:30 hrs

PISO 40  WTC<sup>™</sup> MONTEVIDEO  
FREE ZONE

Cupos limitados

Organizan:

 **ALIANZA de PACIENTES**  
URUGUAY

**AUGE**  
ASOCIACIÓN URUGUAYA DE GASTROENTEROLOGÍA Y ENDOSCOPIA



Coordinan:

Lic. Sandra Toledo - 097 356 444  
Psic. Agustín Menéndez - 099 268 397

Confirmar asistencia



# He estado haciendo – Julio 2022

## Conversatorio

### HEPATITIS: situación actual y desafíos futuros en Uruguay y la región

Jueves 28 de Julio de 18:45 a 20 hs

**Temas que se abordarán:** Diagnóstico y acceso a tratamientos en Uruguay, Argentina y Perú. El acceso a la consulta con Especialista: ¿está mejorando? ¿Cómo estamos en relación al acuerdo firmado por la OMS para la erradicación de las Hepatitis para el 2030? ¿Es posible?

**Participan:** María Eugenia De Feo (HCV Sin Fronteras – Argentina), César Barces (APAHE – Uruguay), Dr. Adrián Gadano (Argentina), Dr. Jorge Garavito (Perú)

Organizan



ALIANZA de  
PACIENTES  
URUGUAY

En vivo por



## El Paciente Experto



Un actor clave para contribuir a la mejora del Sistema Sanitario

Psic. Agustín Menéndez y Prof. Claudia Souto  
28 de Julio de 2022



Organiza:



Jornada de Educación Médica Continua

28 de julio – 20 hs.



Exponen: **Psic. Agustín Menéndez**  
**Prof. Claudia Souto**  
(Pte. y Secretaria de la Alianza de Pacientes Uruguay).



En vivo



# He estado haciendo – Agosto 2022

01 de agosto / 15:30 a 17 hs.



Actividad a través del  
Canal Oficial de Youtube del CMU



COLEGIO  
MÉDICO  
DEL  
URUGUAY

CONSTRUYENDO JUNTOS UNA ASISTENCIA CENTRADA EN EL PACIENTE  
El foro de la transformación sanitaria

13er. Programa

## Necesidad de Comunidades Compasivas

Exponen: **Daniela Lima** (Grupo de Apoyo para pacientes con Síndrome de Rett), **Lic. en Enf. Ana Nuñez**, **Dra. Lorena Pereda** y **Pablo Correa** (presidente de FAME Uruguay – Familias con A.M.E. Atrofia Muscular Espinal).

Coordina: **Dra. Rita Rufo** y **Psic. Agustín Menéndez**

Organizan: Sociedad Uruguaya de Medicina y Cuidados Paliativos  
y Alianza de Pacientes Uruguay

En vivo a través de los  
canales oficiales del CMU



[colegiomedico.org.uy](http://colegiomedico.org.uy)



# He estado haciendo – Agosto 2022

Lunes 29 de agosto / 15:30 a 17 hs.



Actividad a través del  
Canal Oficial de Youtube del CMU



CONSTRUYENDO JUNTOS UNA ASISTENCIA CENTRADA EN EL PACIENTE  
El foro de la transformación sanitaria

14to. Programa

## La seguridad del paciente en Cuidados Paliativos o con una enfermedad crónica

Exponen: **Carolina Rius (Tenemos ELA)**, **José Fernández (ex pte. de ATUR)**  
y los Dres. **Mario Godino y Marcelo Barbato**.

Coordina: **Dra. Rita Rufo y Psic. Agustín Menéndez**

Organizan: **Sociedad Uruguaya de Medicina y Cuidados Paliativos**  
y **Alianza de Pacientes Uruguay**

En vivo a través de los  
canales oficiales del CMU



Sociedad Uruguaya de  
Medicina y Cuidados Paliativos

[colegiomedico.org.uy](http://colegiomedico.org.uy)





# He estado haciendo – Agosto 2022



**CONVERSATORIO**

**ELEVANDO LA VOZ DE LA INNOVACIÓN**  
No intercambiabilidad, soberanía terapéutica y farmacovigilancia



**ALIANZA de  
PACIENTES  
URUGUAY**

 <p>César Barces (APAHE)</p>	 <p>Dr. Gustavo Arroyo</p>	 <p>Dra. Carmen Vázquez Sibils</p>	 <p>Dr. Luis Vilardo (AUPEL)</p>	 <p>Karina Barrera (EMUR)</p>
--	---	---	--	--

Preparatorio del II Foro sobre Biotecnológicos y Farmacovigilancia

Apoya: **abbvie**

En vivo: 

**MARTES 30 DE AGOSTO  
DE 19 A 20 HRS**

# He estado haciendo – Setiembre 2022

Conversatorio



## LO QUE EL CUERPO NOS COMUNICA. APROXIMACIÓN A LA PSICOSOMÁTICA. PROMOVIENDO LA SALUD INTEGRAL

Coordinan:  
Psicólogos Belén Piñeyrúa,  
Andrea Prato y Agustín Menéndez



Jueves 8 de Setiembre



18:30 a 19:30 hs



En vivo



ALIANZA de  
PACIENTES  
URUGUAY

Informes e inscripciones:



099268397



contacto@alianzapacientesuy.org

# He estado haciendo – Setiembre 2022

LA VOZ DE LOS PACIENTES



## 10° PROGRAMA



Jueves 15 de Setiembre



18:30 a 20 hs

Conversaremos con líderes y referentes de distintas organizaciones:

- María José Fraga (Red Pvs Uruguay)
- Daniela Lima (Grupo de Apoyo a pacientes y familias con Síndrome de Rett)
- Dras. Sofía Grille y Matilde Boada (Unidad Académica de Hematología del Hospital de Clínicas)
- Pablo Correa (presidente de FAME Uruguay)
- José Fernández (ex presidente de ATUR)
- Dres. Mario Godino y Marcelo Barbato.

Organiza:



Coordinan:

Lic. Sandra Toledo  
Psic. Agustín Menéndez

En vivo a través de  
nuestras Redes



@alianzapacientesuy

# He estado haciendo – Setiembre 2022



## Semana Académica 2022

El Hospital del Futuro

69° Aniversario del Hospital de Clínicas

El Hospital de Clínicas invita a usted al acto de apertura de la Semana Académica del Hospital de Clínicas en su 69° Aniversario.

Lunes 26 de Setiembre

8:30 hs.

Anfiteatro Piso 19. Hospital de Clínicas.



# He estado haciendo – Setiembre 2022



**ALIANZA de  
PACIENTES**  
URUGUAY

**2° FORO BIOTECNOLÓGICOS**

## **NO INTERCAMBIABILIDAD, SOBERANÍA TERAPÉUTICA Y FARMACOVIGILANCIA**

**E  
X  
P  
O  
S  
I  
T  
O  
R  
E  
S**

- Dr. Mike Rizo (Expositor internacional)
- Dr. Gustavo Arroyo
- Dra. Carmen Vázquez Sibils (Abogada)
- Karina Barrera (EMUR)
- César Barces (APAHE)
- Dr. Luis Vilardo (AUPEL)
- Esc. Gustavo Di Genio (APSUR)
- Dra. Beatriz Iade (ACCU)
- Laura Martínez (Uruguay por Livestrong)
- Pablo Correa (FAME)
- QF Leticia Perdomo  
(Dir. Div. Evaluación Sanitaria, MSP)
- Dr. Miguel Asqueta  
(Director Gral. de Salud, MSP)

**29/09**

**De 18:30  
a 20:30 hs**



**ALIANZA DE  
PACIENTES  
URUGUAY**

**#protagonistasdelcambio**

**Tertulia entre Pacientes Expertos, autoridades gubernamentales  
y Profesionales en la temática.**



# He estado haciendo – Octubre 2022

Lunes 03 de octubre / 15:30 a 17 hs.



Actividad a través del  
Canal Oficial de Youtube del CMU



CONSTRUYENDO JUNTOS UNA ASISTENCIA CENTRADA EN EL PACIENTE  
El foro de la transformación sanitaria

15to. Programa

## Aportes de las Organizaciones de Pacientes a Cuidados Paliativos

Exponen: **Fundación Clarita Berenbau, Fundación Honrar la Vida, Fundación Porsaleu** y los siguientes Grupos de Apoyo a Pacientes Oncológicos: **Colibríes 33, Dame tu Mano, Caminemos Juntos Tarariras, Golondrinas (Mercedes) y Somos (Paysandú).**

Coordina: **Dra. Rita Rufo y Psic. Agustín Menéndez**

Organizan: **Sociedad Uruguaya de Medicina y Cuidados Paliativos**  
y **Alianza de Pacientes Uruguay**

En vivo a través de los  
canales oficiales del CMU



[colegiomedico.org.uy](http://colegiomedico.org.uy)



# He estado haciendo – Octubre 2022

**EL PAIS**  
Lo invita a participar de



**Nueva visión  
DEL cáncer**  
TERCER FORO

**Viernes 7 de octubre, 8:00hs**  
AV. Dr. Américo Ricaldoni 2010 | CUDIM

**CONFIRMAR ASISTENCIA**

Más información

**cudim** Centro Uruguayo de Investigación Molecular  
**HOSPITAL BRITANICO**  
**AVON**  
**FARMANUARIO** Todo sobre Medicamentos  
**LA ROCHE-POSAY** LABORATORIOS

Coordina y Organiza:  
**ste**  
**nca** Instituto Nacional del Cáncer  
Ministerio de Salud Pública  
Instituto Nacional del Cáncer

Apoyan:  
**ALIANZA de PACIENTES** URUGUAY  
**LISSYAKOVA**  
**OBSERVATORIO ONCOLOGICO**



# He estado haciendo – Octubre 2022

## Conversatorio



### SITUACIÓN DE LA **ENFERMEDAD CELÍACA:** PRESENTE Y FUTURO

Participan:

Diputada Elsa Capillera,

Susana Tchekmeyan (Pte. de ACELU)

Asadur Tchekmedyan (Director científico de AUGE)

Dr. Blauco Rodríguez (Director de la Región Sur de ASSE)

Psic. Agustín Menéndez (Pte. Alianza de Pacientes Uruguay)



Jueves 20 de Octubre



18:30 a 19:30 hs



Palacio Legislativo  
Cámara de Representantes  
Lugar: Sala 15

Apoyan:



Organiza: Dip. Elsa Capillera





# He estado haciendo – Octubre 2022

Lunes 31 de octubre / 15:30 a 17 hs.



Actividad a través del  
Canal Oficial de Youtube del CMU



CONSTRUYENDO JUNTOS UNA ASISTENCIA CENTRADA EN EL PACIENTE  
El foro de la transformación sanitaria

16to. Programa

## Cuidados Paliativos en primera persona

Exponen: **Fundación Clarita Berenbau, Tenemos ELA, Fundación Porsaleu, Caminemos Juntos Tarariras, Golondrinas (Mercedes), Somos (Paysandú), Mama Mía y Grupo de Apoyo para pacientes con Síndrome de Aicardi.**

Coordina: **Dra. Rita Rufo y Psic. Agustín Menéndez**

Organizan: **Sociedad Uruguaya de Medicina y Cuidados Paliativos  
y Alianza de Pacientes Uruguay**

En vivo a través de los  
canales oficiales del CMU



[colegiomedico.org.uy](http://colegiomedico.org.uy)



# He estado haciendo – Noviembre 2022

## WEBINAR

*Que nos deja el congreso europeo de oncología?  
POS-ESMO2022*

### SPEAKER



Vicepresidenta Asociación Dame Tu Mano  
**Raquel Paniagua**



Presidente de la Alianza de Pacientes Uruguay  
**Agustín Menendez**



Oncóloga Médica  
**Dra. Isabel Alonso**



Director del Instituto Nacional de Cáncer  
**Dr. Robinson Rodríguez**

**Jueves 10 Noviembre | 18:30 Hrs**



Transmisión

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

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

Canales digitales de RRSS

@lavozdelospacienteschile @AturAsocDeTrasplantados Uruguay



Organiza:



CONDUCE

**VICTOR HUGO - MARJORIE VICENCIO**



# He estado haciendo – Noviembre 2022

**2<sup>o</sup>** Congreso de Organizaciones de Pacientes del Uruguay

## EL PACIENTE EXPERTO

Activación, empoderamiento y participación



**Sala Dorada  
Intendencia de Montevideo**



**Sábado  
19 de Noviembre**



**De 8 a 13 hrs  
Modalidad: presencial y virtual**



**ALIANZA de  
PACIENTES**  
URUGUAY

# He estado haciendo – Noviembre 2022



# He estado haciendo – Noviembre 2022

**2<sup>o</sup>** Congreso de  
Organizaciones de  
Pacientes del  
Uruguay

## EL PACIENTE EXPERTO

Activación, empoderamiento y  
participación

**8 Hs. - Acreditaciones**

**9 Hs. - Apertura**

**9:10 a 10: 30 hs - Mesa de diálogo**

### "Activación y empoderamiento de los Pacientes en el Sistema Sanitario"

- **Prof. Claudia Souto** (Pta. de ASSCI, Asoc. de Pacientes con Fibromialgia)
- **Dra Carmen Vázquez Sibils** (Abogada - Asesora de Alianza de Pacientes)
- **María José Fraga** (Referente Red personas con VIH).
- **Dra. Julia Galzerano** (Pta. de SUEN, Soc. Uru. de Endocannabinología).
- **Stella Pereyra** (Pta. de Grupo Oncológico COLIBRÍES 33).
- **Psic. Belén Piñeyrúa** (Pta. de EN TU NOMBRE, Grupo de apoyo frente a la muerte gestacional y perinatal).
- **Dr. Asadur Tchekmedyian** (Director científico de AUGÉ, Asoc. Uru. de Gastroenterología y Endoscopia).
- **Dr. Mauricio Cuello** (Dir. Académico del Hosp. de Clínicas y Prof. Agdo de Oncología).
- **Javier García** (Ref. del Grupo de Apoyo OSTEONECROSIS MULTIFOCAL)
- **Lic. Blanca Fernández** (Pta. de la Asoc. de Nurses del Uruguay)

**2<sup>o</sup>** Congreso de  
Organizaciones de  
Pacientes del  
Uruguay

## EL PACIENTE EXPERTO

Activación, empoderamiento y  
participación

**10:45 Hs. - Break**

**11:00 a 12: 30 hs - Mesa de diálogo**

### "La participación de los Pacientes Expertos en el Sistema Sanitario"

- **Liset Collazo Behrens** (Pta. del Comité Salud de Partners of the América Uruguay).
- **Dra. Virginia Cardozo** (Dir. de la Div. Salud de la Intendencia de Montevideo).
- **QF Susana Tchekmeyan** (Pta. de ACELU, Asociación de Celíacos del Uruguay).
- **Mag. Raquel Paniagua** (VicePta. de Grupo Oncológico DAME TU MANO).
- **Esc. Gustavo Di Genio** (Pte. de APSUR, Asociación Psoriasis del Uruguay).
- **José Fernández** (Ex Pte. de ATUR, Asoc. de Trasplantados del Uruguay).
- **Dr. Blauco Rodríguez** (Director de la Región Sur de ASSE).
- **Dr. Oscar Cluzet** (Consejero del Colegio Médico del Uruguay).
- **Cra. María Ana Porcelli** (Dir. del Fondo Nacional de Recursos)

**12:30 a 13 hs - Conclusiones y cierre**

# He estado haciendo – Noviembre 2022

Conversatorio



## SALUD MENTAL EN URUGUAY: LA LEY 19.529, ACTUALIDAD Y DESAFÍOS

Coordinan:  
Psicólogos Belén Piñeyrúa,  
Andrea Prato y Agustín Menéndez



Jueves 24 de Noviembre



18:30 a 19:30 hs



En vivo



ALIANZA de  
PACIENTES  
URUGUAY

Informes e inscripciones:

 099268397

 [contacto@alianzapacientesuy.org](mailto:contacto@alianzapacientesuy.org)

# He estado haciendo – Diciembre 2022

Lunes 12 de diciembre / 15:30 a 17 hs.



Actividad a través del  
Canal Oficial de Youtube del CMU



CONSTRUYENDO JUNTOS UNA ASISTENCIA CENTRADA EN EL PACIENTE  
El foro de la transformación sanitaria

17mo. Programa

## Conclusiones 2022 y próximos pasos para seguir aumentando el valor de la atención sanitaria

Exponen: **Líderes y referentes de las Organizaciones de Pacientes y miembros de los Equipos Asistenciales**

Coordina: **Dra. Rita Rufo y Psic. Agustín Menéndez**

Organizan: Sociedad Uruguaya de Medicina y Cuidados Paliativos  
y Alianza de Pacientes Uruguay

En vivo a través de los  
canales oficiales del CMU



[colegiomedico.org.uy](http://colegiomedico.org.uy)



# Próximamente



ESCUELA DE  
JOCKEYS Y VAREADORES  
URUGUAY

**INSCRIPCIONES ABIERTAS  
DESDE EL 7 ENE AL 28 FEB 2023**

**DOCUMENTACIÓN SOLICITADA Y REQUISITOS EXCLUYENTES:**

- Al lunes 10 de abril (fecha de comienzo del curso), 16 años cumplidos y no más de 21 años.
- Peso acorde a la siguiente tabla en las pruebas de selección del 14 de marzo de 2023:

	16 años	17 años	18 años	19 años	20 años	21 años
Peso máximo	46 kg.	47 kg.	48 kg.	50 kg.	51 kg.	51 kg.
Altura máxima	1,56	1,57	1,58	1,59	1,60	1,62

- 1ero de Liceo o UTU aprobado.
- Experiencia hípica (raids, enduro, pencas, prueba de riendas, equitación, etc).
- Certificación médica mayores de edad (carnet de salud). Menores de edad: carnet de salud del adolescente y autorización de padre, madre o tutor.

**SE VALORARÁ:**

- La altura acorde a la tabla.
- La presentación de un Tutor Hípico (un entrenador con patente vigente) con quien el alumno pueda desempeñarse durante el periodo de formación.

Los formularios se retiran en los Hipódromos de Maroñas, Las Piedras y el SINT.  
Se podrán entregar en los mismos lugares con la documentación requerida adjunta.

Asimismo, estará a disposición un formulario de inscripción electrónico que podrá ser solicitado por whatsapp al teléfono de contacto  099268397

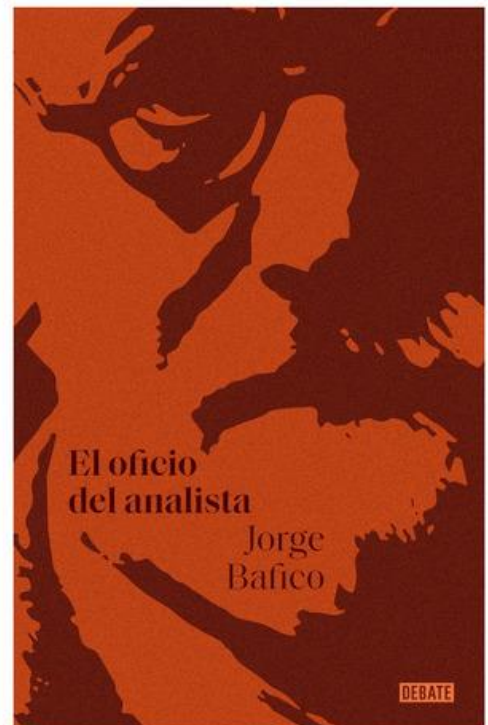
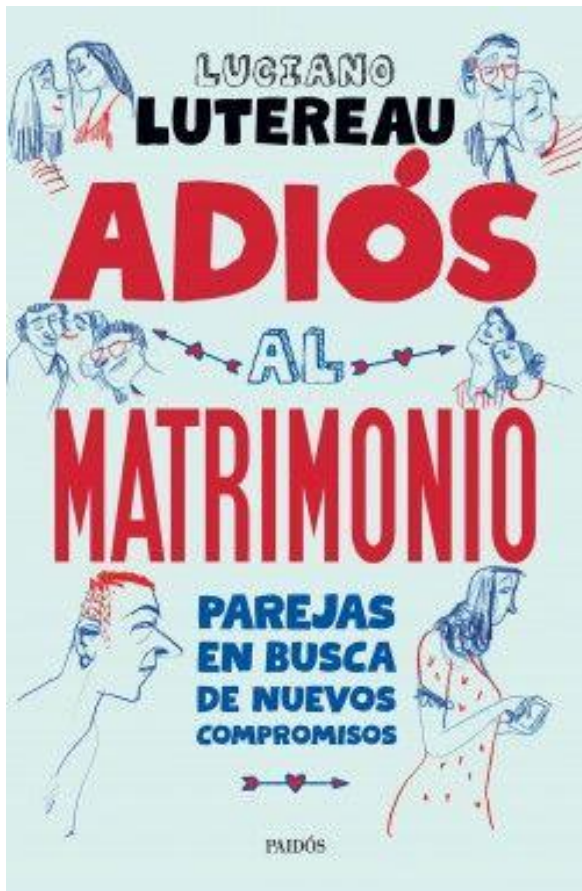
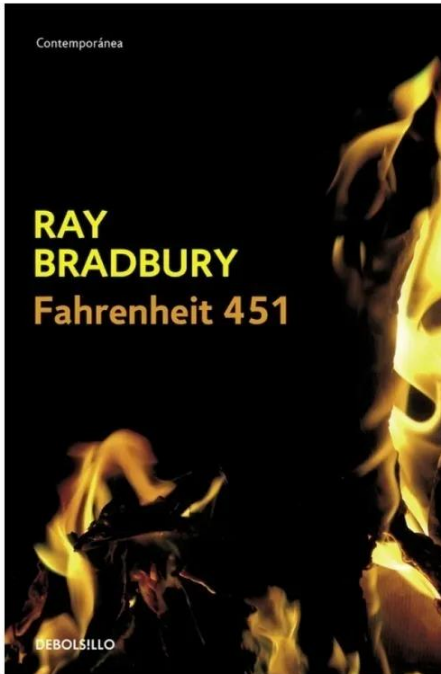
 **MAROÑAS**

PRUEBAS 14 MAR 2023 EN HIPÓDROMO MAROÑAS  
INICIO CURSO 10 ABR 2023

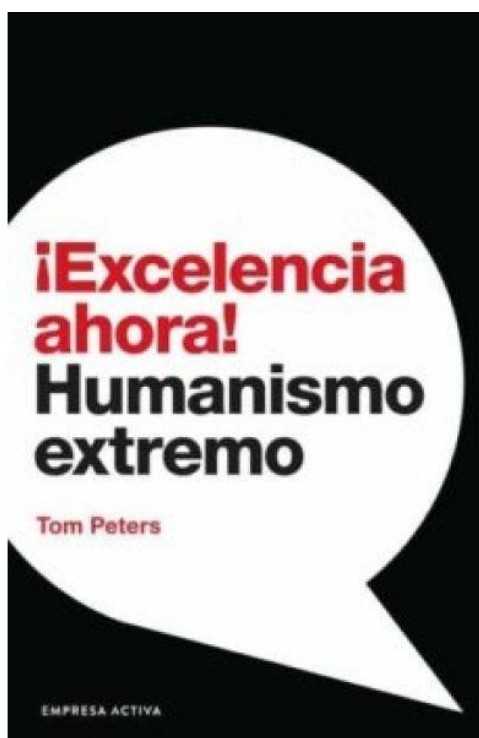
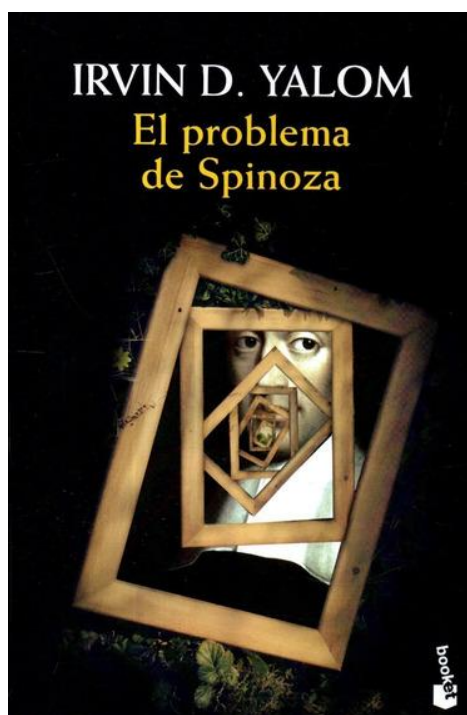
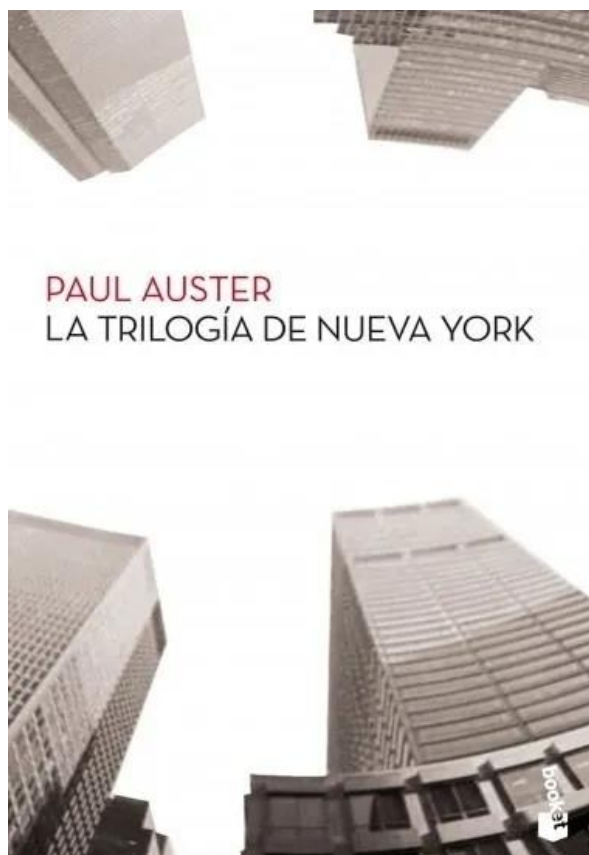
**codere**



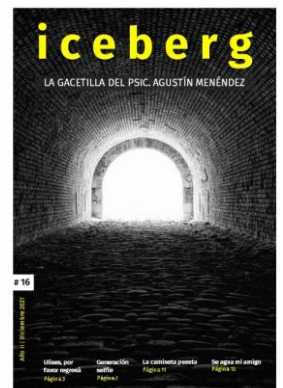
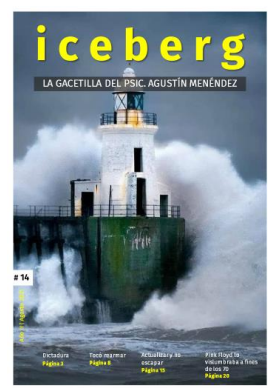
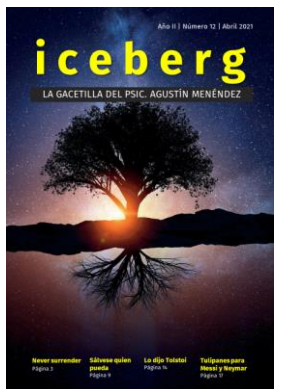
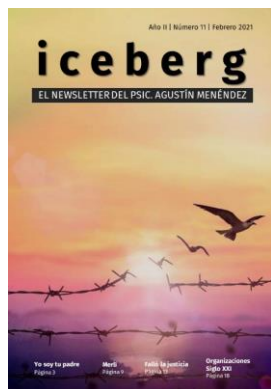
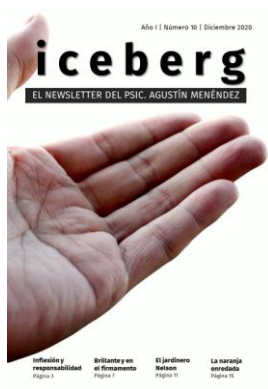
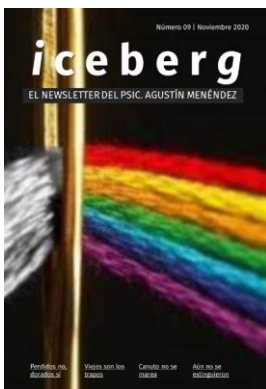
# He leído, estoy leyendo



# He leído, estoy leyendo



# Iceberg – N° anteriores





**Atención Psicológica y Psicoterapia**  
ADULTOS, ADOLESCENTES y PAREJAS

