

## Un año lleno de actividades saludables!



### » EN ESTE NÚMERO:

**P.3** Planificar un hijo: una decisión responsable | **P.4** Conociendo a tu médico: Dra. Mabel González | **P.6** ¿Qué es el bullying y qué podemos hacer los padres? | **P.7** Perfil: Carina Novarese | **P.9** 1<sup>er</sup> MP Family Biking

**+ BENEFICIOS MP**

Servicios y descuentos para socios de MP

# CARTA A NUESTROS SOCIOS

## Estimado socio,

Este mes nos encontramos con un 2012 que nos deja mucho para evaluar y reflexionar, y un 2013 que se avizora con mucha ilusión y nuevos proyectos.

Ha sido nuestro desvelo acompañarlos en forma permanente en el cuidado de su salud, no sólo en la enfermedad sino también en la prevención y en la promoción de una vida saludable. Como en cada año, renovamos nuestros Certificados de Calidad, lo que refleja la filosofía de MP basada en la mejora continua.

Además, en 2012 compartimos muchas actividades. IncurSIONAMOS en el mundo del ciclismo. Estuvimos presentes en eventos de Mountain Bike y realizamos el 1er MP Family Biking, una mañana donde paseamos juntos y en familia al aire libre.

En esa misma línea de contactarnos con la naturaleza, hicimos el Concurso de Dibujo para nuestros pequeños socios en un escenario de árboles. Verlos dibujando, compartiendo colores, manchando sus manos y plasmando toda su creatividad en un papel, fue una postal inolvidable.

El MP Sunset se supera año a año. Cada vez más jóvenes socios y amigos invitados no quieren perderse este encuentro social. Le dimos vida a la plaza del World Trade Center con malabaristas, show de fuego, hip hop, magia, músicos y un servicio gastronómico a la altura del evento.

Como siempre estuvimos unidos con nuestros amigos del Club de Golf del Uruguay, Carrasco Lawn Tennis,

Carrasco Polo Club, Club Trébol de Paysandú, Old Christians Club, Seminario y Náutico, estando en actividades deportivas tales como el Encuentro Internacional Juvenil de Golf, la Copa MP SEMM, el Mini Tennis, la Copa Valentín Martínez, el Seven de Paysandú, el Encuentro Beto Draper, entre otras.

En Responsabilidad Social destacamos la actividad con los colegios de Montevideo y Maldonado en "Ideas que Mueven el Mundo", un concurso donde invitamos a los alumnos a presentar un proyecto orientado a cuidar nuestro Medio Ambiente.

También realizamos charlas preventivas para nuestros socios en Montevideo y los Consultorios Médicos Roosevelt de Punta del Este.

Sensibilizados por el flagelo que significan los siniestros de tránsito en nuestro país, en el marco del apoyo permanente a la Fundación Alejandra Forlán, contribuimos a viabilizar un número importante de Road Shows en todo el país.

Simplemente volver a darles las gracias a todos ustedes por dejarnos estar en el día a día de sus familias, no sólo compartiendo el cuidado de su salud sino también siendo parte de nuestras actividades pensadas para unirnos y vivir la vida con una sonrisa.

Feliz 2013.

Comisión Directiva

## ÍNDICE

Planificar un hijo: una decisión responsable .....	Pág 3
Conociendo a tu médico: Mabel González   El buen ejemplo empieza por casa .....	Pág 4
Beneficios y Servicios MP .....	Pág 5
¿Qué es el bullying y qué podemos hacer los padres? .....	Pág 6
Perfil: Carina Novarese .....	Pág 7
Ideas que mueven el mundo   Road Show Paysandú .....	Pág 8
MP Family Biking   MP Sunset .....	Pág 9
Uruguay Open .....	Pág 10
Copa MP SEMM   Sumamos 10K más! .....	Pág 11

## STAFF

### Consejo Editorial MP

Jorge Gerez  
Juan Manuel Zorrilla  
Amorina Baggi

### Diseño

MJF Comunicación

# Planificar un hijo: una decisión responsable

»» Prof. Agdo. Dr. Gualberto Arribeltz | Ginecólogo



### ¿Qué estudios se recomiendan antes de quedar embarazada?

Si se trata de una persona saludable, sin enfermedades crónicas o recientes, que se controla periódicamente, no es necesario realizar ningún estudio previo al embarazo. Lo que sí es recomendable es la consulta pre concepcional para que el ginecólogo pueda valorar factores de riesgo para algunas enfermedades, detectar hábitos tóxicos y aconsejar en dicho sentido, derivar a otros especialistas en caso de detectar o sospechar alguna patología, aconsejar sobre riesgo genético según la edad o antecedentes, y realizar el control ginecológico completo incluyendo la realización del Papanicolaou si no se lo ha efectuado en el último año.

### ¿Qué debe incorporar la mujer a su dieta?

Conviene que la dieta sea balanceada con un adecuado aporte de proteínas e hidratos de carbono, disminuyendo las grasas que son de lenta digestión, recomendándose aumentar el aporte de frutas y verduras, que además de ser ricas en vitaminas y minerales, mejoran la digestión y la evacuación intestinal, que frecuentemente se altera en el embarazo. Además debe agregarse la ingesta de ácido fólico todos los días en los meses previos (lo ideal son 3 meses), ya que se

ha demostrado que esta medida disminuye la incidencia de algunas malformaciones fetales, especialmente los defectos del tubo neural (espina bífida, mielomeningocele, etc.).

### ¿Cómo debe prepararse una futura mamá para afrontar su embarazo?

Lo principal es adoptar hábitos de vida saludable. El cigarrillo, el alcohol y las drogas sociales son tóxicas y perjudiciales para el embarazo, afectando al bebé de diversas maneras, por lo que deben ser abandonados. Se debe esperar con confianza y sin ansiedad la presencia del retraso menstrual. Habitualmente el embarazo no se logra inmediatamente que se suspende el método anticonceptivo, pudiendo en ocasiones demorar varios meses sin que esto suponga la presencia de esterilidad. Es por ello que es conveniente adoptar una actitud paciente y confiada en que el embarazo se logrará. El estrés y la angustia pueden dificultar la concepción.

### Si se pierde un embarazo, ¿cuántos meses hay que esperar para volver a quedar?

En general se recomienda esperar 2 o 3 meses, ya que es el período que tarda el organismo en volver a estar en las mejores condiciones para afrontar un nue-

vo embarazo, y es el período que a veces demoran los ovarios en volver a formar los óvulos y las hormonas en forma cíclica y regular.

### Si se realizó cesárea, ¿cuánto tiempo hay que esperar para volver a embarazarse?

Habitualmente recomendamos que pase un lapso de al menos 2 años al momento del parto, para que la cicatriz de la cesárea sea lo suficientemente fuerte y disminuya la posibilidad de desgarro de la misma y rotura uterina que es muy grave.

### ¿Qué medidas se deben tomar si se es portadora de una enfermedad crónica?

Lo fundamental es informar al ginecólogo de las mismas en la consulta preconcepcional para que se puedan adoptar las medidas necesarias en conjunto con los especialistas correspondientes y lograr que estas enfermedades estén correctamente tratadas y balanceadas. En este sentido cabe destacar, por ejemplo, la importancia de que las señoras que padecen diabetes tengan las glicemias normales en los últimos meses, ya que esto evita graves complicaciones fetales. Lo mismo se puede decir de la hipertensión arterial, el hipo o hipertiroidismo, la anemia, entre otras.

## Conociendo a tu médico



### ¿Cómo logró conciliar su actividad académica y profesional con la crianza de sus hijos?

Gracias a la ayuda de mis padres que vivían conmigo y a la de mi esposo que en la actividad académica siempre me apoyó.

### ¿Volvería a elegir la pediatría como especialidad? ¿Por qué?

Sin dudas la elegiría; la pediatría nos permite conocer la etapa más maravillosa del ser humano que es su desarrollo, algo que aún nos asombra. Nos permite recibir el cariño de los niños que siempre es sincero. Conocer y apoyar a los padres sobre todo en su primera experiencia como tales. En la enfermedad, si bien mayoritariamente se trata de patologías agudas y

en general de solución sin internación, ello causa gran preocupación familiar y nuestra ayuda además de científica tiene un componente muy importante: brindar tranquilidad a la familia.

Los casos graves creemos que es la experiencia más traumática del ejercicio de la pediatría ya que es muy duro ver sufrir a un niño, sus padres, abuelos, hermanos, por lo cual nuestro compromiso y preocupación es permanente; son estas experiencias las que nos permiten reafirmar la elección en la especialidad.

### ¿Qué historia comparte con sus nietos de su época de estudiante?

Muchas, siempre tratando que el ejemplo sea que sin tenacidad y sacrificio de horas de esparcimiento por más inteligente que sean y por más facilidades que tengan, es muy difícil que se lleguen a la meta esperada.

### ¿Cuál es el momento del día que más disfruta?

En esta etapa de mi vida llegar a mi casa y si es posible dejar de lado toda preocupación laboral, cosa que aún no he logrado. Distracción a través de distintos momentos sencillos, compartir la cena con mi esposo, disfrutar de mis nietos cuando me visitan, mirar TV, escuchar música.

### ¿Cuál es su pasatiempo favorito? ¿Con quien lo comparte?

Los viajes. Ellos sí me permiten dejar de lado lo laboral. Conocer lugares, sus costumbres con las que hemos fantaseado a través del cine, la literatura, los sueños. Lo compartía con mi esposo y amigas, hablo en pasado porque mi esposo no quiere viajar desde hace pocos años. Lo sigo haciendo con amigas y desde hace tres años con mis hijas, una experiencia muy satisfactoria.



## El buen ejemplo empieza por casa

En **Medicina Personalizada** trabajamos bajo los principios de Responsabilidad Social Empresarial.

Nuestro compromiso con el cuidado del Medio Ambiente es continuo, involucrando a nuestros socios, instituciones educativas y a nuestro capital humano.

A la campaña sobre el cuidado de energía lanzada hace tres años a nivel interno haciendo responsable a cada funcionario de apagar su computadora y las luces de

su escritorio al finalizar la jornada laboral, **MP** ha sumado una importante inversión en el cambio de sus tubos de luces y dióxicas comunes por leds.

Este cambio permite ahorrar un 36% de energía, colaborando de este modo al cuidado de nuestros insumos naturales y ofreciendo a quienes trabajan en **MP** y visitan nuestras clínicas una mejor iluminación sin la contaminación auditiva que provocan los tubos normales.



## Beneficios MP

### Vivimos el verano 2013 en Punta del Este



Decidimos estar presentes en el veraneo de nuestros socios y acompañarlos en sus tardes de playa en la Parada 31 de la mansa con juegos, actividades y premios para disfrutar en familia.

A través de nuestras redes sociales estaremos informando de las acciones que tenemos planeadas para los fines de semana de verano.

Estaremos brindando en carácter de préstamo a nuestros socios una sombrilla, la cual puede ser retirada del parador contra CI y tarjeta de socio. Stock limitado.

Recordamos a nuestros socios cuidarse del sol usando protector solar - factor 30 o más - todo el día, repitiéndolo cada dos horas o luego de salir del agua. Se aconseja no exponerse al sol de 10 a 16 hs.

\* MP no responderá por los daños que eventualmente pueda sufrir el SOCIO en ocasión de la utilización de cualquiera de los beneficios a que refiere este documento, derivados de los productos y/o servicios brindados por terceros.

## Servicios MP

### Más cerca, más smart.

En MP buscamos todas las formas de mejorar permanentemente nuestros servicios. Por eso, ante el crecimiento de las nuevas tecnologías de aplicaciones móviles, hemos desarrollado MP Smart.

Esta aplicación ya está disponible, sin costo, para usuarios de iOS (iPhone, iPad, iPod Touch) y Android (smartphones y tablets), a través de los códigos QR que te llevarán directamente a la descarga.

MP Smart permite acceder a información sobre el cuerpo médico, ya sea por profesional o por especialidad, consultar los días, horarios y clínicas de consulta, así como datos de los servicios de las clínicas y novedades relevantes en tu móvil, dondequiera que estés.

En próximas versiones iremos desarrollando nuevas funciones. Los comentarios son bienvenidos para conocer la opinión de los usuarios; agradecemos los envíen a [informes@mp.com.uy](mailto:informes@mp.com.uy).



iOS

Android

### Baby Rooms



Pensando en la seguridad y practicidad para el cuarto de los más chiquitos de la familia, MP ofrece el beneficio del 10% en cunas y camas funcionales de Baby Rooms. Un lugar con más de 10 años de experiencia generando espacios cálidos y seguros.

Gabriel Pereira 3257  
Av. Rivera 2161  
Avda. Gral. Flores 2720  
[www.babyrooms.com.uy](http://www.babyrooms.com.uy)

Presentar documento de identidad de la mamá o el hijo/a y tarjeta de socio de MP.

Válido hasta mayo de 2013 inclusive.

### Amplia Asistencia en Punta del Este y Maldonado

Los socios de MP pueden consultar Profesionales de diversas especialidades y realizar variados estudios en Avda Roosevelt esquina Mónaco, frente al Punta Shopping. Las consultas y coordinación se pueden realizar al teléfono 4249 8849 ó 2711 1000

También tienen disponible los servicios en el Sanatorio SEMM Mautone y su red de centros asistenciales, accediendo además de emergencias a estudios, consultas con especialistas o internaciones.

Las emergencias y urgencias a domicilio son cubiertas por Cardiomóvil desde sus tres bases en Maldonado, San Carlos y Piriápolis y Pan de Azúcar. Teléfono: 4222 9000

# ¿Qué es el bullying y qué podemos hacer los padres?

»» Andrea Scasso | Lic. en Psicología



Es importante su ocurrencia durante un período de tiempo y en forma reiterada, por lo que se habla de cierta sistematización. A conflictos en la convivencia escolar, problemas de conducta, episodios aislados, no se le denominan Bullying. Hay que diferenciar el acoso escolar del conflicto escolar, en éste último no hay desigualdad de poderes.

El niño hostigado no sólo sentirá miedo, temor y dolor por el momento en que es objeto de maltrato, sino que también vivirá preso del terror a nuevos ataques.

Algunos síntomas propios de los niños que padecen Bullying son: llanto sin causa aparente, tristeza, cambios repentinos en el humor, ansiedad, irritabilidad, pérdida de la capacidad de concentración y atención, actitud negativa a concurrir al aula (anteponer excusas tales como dolores, así como también pedir a sus padres que lo cambien de escuela), disminución del rendimiento académico, fracaso escolar, respuestas agresivas hacia adultos, dificultades en la conciliación del sueño, pesadillas. Con respecto a los daños físicos pueden aparecer golpes, rasguños, heridas, ruptura de ropa. Es importante aclarar que no todos los niños que tengan esta sintomatología sufren acoso escolar.

Ser víctima de estos maltratos puede causar daños psicológicos trascendentes en el futuro del niño, tales como: altos niveles de introversión, inhibición en los vínculos interpersonales, inseguridad, baja autoestima, insensibilidad o hipersensibilidad a las bromas, depresión, ansiedad, pensamientos suicidas.

Ante un eventual Bullying debería evitarse el uso de frases como "son cosas de chicos", "acá no pasó nada". Éstas alocuciones no sólo pueden fortalecer al hostigador, sino y sobre todo negar la situación. La actitud de escucha, la no subestimación de los relatos del niño y la observación de sus conductas redundarán en la prevención y detección precoz del acoso escolar. Asimismo, es importante mantener buena comunicación con la Institución Escolar.

Bullying o Acoso Escolar se denomina al maltrato físico, psicológico y/o verbal de parte de un alumno o grupo hostigador hacia un hostigado. Las agresiones psicológicas varían desde amenazas, insultos, intimidaciones, humillaciones, exclusión del grupo, burlas, apodosos despectivos hasta conductas que alteren la relación con la víctima relacionadas con robos y/o daños de objetos personales. Entre las agresiones físicas más características se observa golpear, empujar.

Cuando hablamos de Bullying nos referimos a una violencia relacional que se corresponde al ejercicio del poder. Surge en una relación donde existe una asimetría de poder entre un individuo que se manifiesta más fuerte de manera real o percibido simbólicamente por los demás (más fuerte, grande o con más poder) y otro considerado más débil (a nivel físico, social y/o intelectual).

Los primeros episodios aparecen generalmente alrededor de los 6 años, se definen en los 10 a 14 años y disminuyen hacia los 16 años. Tanto víctimas como agresores pueden ser niñas o varones.

Es un fenómeno que se da tanto en la educación pública como en la privada.

El hostigador siempre cuenta con un público (observadores), es decir, niños que son testigos de los maltratos, quienes mantienen en silencio las agresiones. Es común que este tipo de actos sucedan en ausencia de adultos (maestro, profesor, director).

**Ser víctima de estos maltratos puede causar daños psicológicos trascendentes en el futuro del niño. Debería evitarse el uso de frases como "son cosas de chicos", "acá no pasó nada".**

Se destaca que tanto víctimas, agresores y testigos mantienen el o los maltratos bajo un manto de silencio y complicidad nunca puesta en palabras.

## Carina Novarese

Gerente de contenidos digitales de El Observador

### »» perfil



#### ¿Qué implica ser una periodista multimedia?

Implica pensar para varios formatos al mismo tiempo, no solamente en el texto, las imágenes, lo audiovisual, como antes lo hacíamos, sino en un híbrido que combina lo mejor de todas estas técnicas periodísticas para informar y comunicar mejor. Implica salir de las casillas en las que muchos periodistas aprendimos a hacer periodismo ("yo escribo, yo hago tele, yo hago radio") y pensar para un nuevo medio de medios -por llamarlo de alguna manera- que es Internet; también pensar considerando la conexión permanente que como público estamos viviendo. Ahora nos informamos en el papel, en la radio y en la tele, como antes, pero también en los teléfonos, en las tabletas, en la computadora, hasta en la consola portátil de juegos que tiene mi hijo es posible conectarse a Internet y consultar las noticias.

#### ¿Qué significa hacer buen uso de una red social?

Tener un objetivo de comunicación o información o promoción, dependiendo de la empresa, persona o institución que haga uso de esa red, y generar una estrategia acorde a la empresa/persona/institución y a ese objetivo. Esto implica un trabajo bastante más demandante de lo que suele evaluarse de antemano y también una responsabilidad grande, al menos desde el punto de vista de un medio de comunicación. A nivel personal creo que se hace un buen uso de la red social si logramos extraer elementos po-

sitivos de su uso; ¿utilizo Facebook para estar en contacto con amigos y familiares con los que de otra manera no podría hablar, o lo uso para sustituir mis contactos personales con amigos que están a la vuelta de la esquina? ¿Uso Twitter como fuente de información que -en caso de que se elija bien a quién seguir- puede darme ventajas profesionales y académicas respecto a quienes no lo usan así? ¿O uso Twitter para ofender, criticar y no aportar? Por supuesto todo es muy subjetivo, todo depende de la satisfacción que recibe cada persona a raíz del uso de estas redes. Las respuestas anteriores tienen más que ver con lo que pienso yo que con lo que puede pensar la generalidad de la gente, seguramente.

#### ¿Qué noticia le ha gustado más comunicar?

En general me gusta mucho comunicar sobre avances científicos, en salud y tecnológicos, porque en buena medida son los que moldean nuestra vida, a veces de formas insospechadas. Lamentablemente en mi vida periodística he tenido que dar muchas más malas noticias que buenas, pero siempre se rescata y recuerdan las últimas: las historias de vida que nos inspiran, los pequeños actos de generosidad a pesar de los contextos.

#### ¿Cuál vivencia suya le gustaría trasladarle a sus hijos?

Mi convencimiento de que la inteligencia es un don innato muy valioso, pero por sí solo no alcanza para hacer la diferen-

cia en el trabajo, en la vida, en la familia y en la comunidad. Nada sustituye a la paciencia, la "terquedad" de seguir intentando hacer las cosas mejor. La inteligencia no asegura la excelencia, que tiene bastante más que ver con la perseverancia con lógica que con ratos de genialidad que a veces tanto celebramos en otros (y que también están buenos!).

#### ¿Qué destaca de su personalidad?

La respuesta que están esperando es: mejor preguntarle a los que me padecen. Y seguro que tendrían bastante para decir... Pero estaría esquivando la pregunta, algo que tanto nos complica a los periodistas. Entonces debo admitir que soy ansiosa hasta el punto de la impaciencia, que puedo ser inflexible -algunos dicen "caprichosa", ¿pero no es un poco mucho??, OK, tienen algo de razón), que intento imponer mis puntos de vista a veces con demasiada vehemencia, que paso de ratos de locuacidad a silencios molestos.

De lo bueno -algo hay por ahí- soy remadora y persistente, me gusta trabajar en equipo y me encanta que cada uno de sus integrantes pueda encontrar su mejor lugar de acuerdo a sus virtudes; me gusta enseñar y compartir mis conocimientos, pero todavía me gusta más aprender de otros. Soy de muchas palabras en el trabajo y de pocas palabras en casa. Defiendo a muerte a quienes quiero y con los años he aprendido a dejar pasar las ofensas y a perdonar -o al menos a olvidar- con más facilidad. Uff, hoy termino en terapia.



# IDEAS

que mueven el mundo

juegos para niños o comederos de pájaros, la preservación de las ballenas en nuestras costas, entre otros.

misma se basa en el reciclaje de neumáticos mostrándonos lo contaminante que son si no vuelven a ser usados. Todos los videos se pueden ver en el mini site del concurso en [www.mp.com.uy](http://www.mp.com.uy)

“Ideas que mueven el mundo” fue un concurso lanzado en la semana del Medio Ambiente por MP para colegios de Montevideo y Punta del Este.

La consigna era presentar “la mejor idea para salvar el planeta” dejando libres a los niños y a los colegios participantes en cuanto a la elección del tema a investigar y desarrollar.

Los temas abordados fueron variados: el cuidado de los insumos naturales, reutilización de botellas de plástico en

El jurado estuvo integrado por la Dra. Solveig Bentancourt, Directora de MP; Patricia Rivas, Responsable de RSE de MP; Fabiana Muñoz, Directora de la Agencia Creativa MJF, y Tobías Winter, Director del Centro de Competencia Medio Ambiente y Energías Renovables.

La tarea no fue fácil ya que los videos presentados dejaban en claro el compromiso por parte de los alumnos. Finalmente se supo el fallo siendo el ganador el Instituto Uruguayo Argentino con su idea “Rodando la lógica ambiental”. La

MP realizó la entrega de premios en el Hotel Casino & Resort Conrad de Punta del Este con la presencia de la Dra. Marita Araújo, Directora de Higiene y Protección Ambiental de la Intendencia Municipal de Maldonado; Marciano Durán, Director de Cultura de la Intendencia de Maldonado; Ing. Joaquín Ramírez, Director de RRHH del Hotel Conrad; y Dr. Jorge Gerez, Director de Medicina Personalizada.

Luego del reconocimiento, la primaria del Instituto Uruguayo Argentino se divirtió y aprendió con Ciencia Divertida.

## Road Show Paysandú



Siguiendo con el objetivo de hacer llegar el Road Show a la mayor cantidad de jóvenes y con el fin

de generar conciencia en el uso del cinturón de seguridad, el casco en la moto, de no manejar ebrio o ir de acompañante de alguien que lo está; Medicina Personalizada y la Fundación Alejandra Forlán visitaron tierras sanduceras las semanas pasadas. En el Club de Golf se brindó un espectáculo basado en una original representación multimedia que alternó imágenes con testimonios reales de personas que han participado en siniestros de tránsito.

Entre los asistentes contamos con la presencia del intendente de Paysandú Bertil Bentos.

El resultado entre quienes concurrieron fue positivo como siempre, dejando planteado el tema e invitándolos a que sean ellos que decidan cómo seguir viviendo el día a día.



## EL MEJOR CAMINO ES EL QUE HACEMOS JUNTOS



Andar en bici no sólo nos hace bien para nuestra salud, también nos une.

En un evento innovador, Medicina Personalizada invitó a sus socios y amigos a pedalear juntos, disfrutando la vida al aire libre, la familia y el deporte.

Aprender a cuidarse haciendo lo que más nos gusta fue lo que MP transmitió a los participantes, por eso el uso del casco como accesorio de prevención fue obligatorio, recibiendo además de regalo remeras color fluó y con letras reflectivas para los más pequeños como elementos de seguridad y prevención. Entre los corredores se sortearon 2 bicicletas Trek y 5 cascos.



El jueves 15 de noviembre se realizó la cuarta edición del MP Sunset en la plaza del World Trade Center. Todo comenzó con sol, con gente que llegaba con ganas de distenderse y divertirse. El evento de a poco fue cobrando vida por la cantidad de invitados socios de MP, amigos y personajes circuenses, con malabares, zancos y rueda alemana.

Se agasajó a los presentes con barras de jugos frutales y de comida en Bamboo, Gardenia y Walrus.

El cielo se fue tiñendo con los colores del atardecer que combinaban con artistas que dibujaban con graffiti, y la música de Camila Sapin y Pedro Alemany.

La noche sorprendió a los 500 invitados con un hip hop bien callejero y un show de fuego acompañado por el ritmo techno.

Un año más, Medicina Personalizada estuvo presente entre sus socios jóvenes invitándolos a una tarde distendida entre amigos.





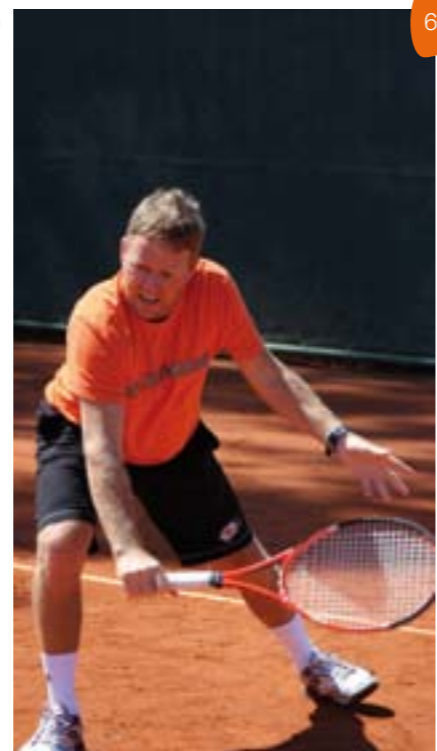
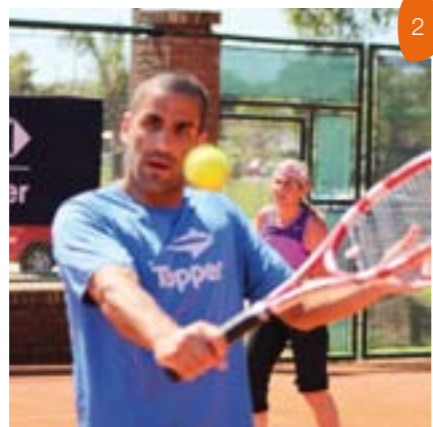
# Uruguay Open

En su edición número 12, el Challenger ATP de Montevideo estuvo por el Carrasco Lawn Tennis en la última semana de octubre. Uruguay Open es la posibilidad de ver buenos jugadores nacionales e internacionales entregando todo de sí en la cancha. Se puede sentir en la atmósfera la camaradería y el profesionalismo que hay por parte de quienes nos visitan.

Marcel Felder tuvo un muy buen desempeño colocándose en cuartos de final gracias a dos victorias realmente importantes siendo superado finalmente por el rumano Adrián Ungur.

Se exhibió un nivel de juego elevado y Medicina Personalizada quiso que sus socios lo pudieran disfrutar, por eso sorteó a través de su sitio web entradas para la tribuna general y para la VIP.

También pudieron sumarse al Pro Am nuestros socios Alan Kind e Irene Karp y jugar un partido con las estrellas, finalizando con un almuerzo que dio la posibilidad a un poco más de charla y conocimiento.



1. Marcelo Filippini, Irene Karp, Santiago Maresca y Pablo Lecueder | 2. Diego Junqueira | 3. Javier Vigon  
4. Joaquín Reyes y Rodrigo Senatore | 5. Andrés Shnaider y Martín Waisman | 6. Alan Kind

# XXVII Edición del Torneo de Golf Copa MP SEMM

El viernes 9 y sábado 10 de noviembre se disputó la Copa MP SEMM con categorías de damas y caballeros y 18 hoyos singles medal play con handicap.

Las ganadoras fueron Claudia Goller en la categoría principiantes y Sheila Rumassa en la categoría Senior. El long drive lo obtuvo Sofia Carrau.

En la categoría caballeros los ganadores fueron Adolfo Pérez como principiante, Félix Máscolo en Senior de 17 a 36 de handicap, Daniel López en Senior hasta 16 de handicap. El long drive lo obtuvo Gregor Schmid.

El mejor score gross lo lograron Priscilla Schmid y Guzmán Etcheverry. El mejor approach se lo llevó Rodolfo Schaich.

Se sorteó entre todos los participantes un iPad 2.



# Sumamos 10K más!

Sorprendiendo con los 10.000 anotados llegó un año más la carrera de 10 kilómetros organizada por Nike.

Medicina Personalizada estuvo presente con una carpa de masajes exclusiva para aquellos socios que se animaban al desafío de esta carrera callejera.

Entre quienes se acercaron a la carpa y completaron su cupón se sortearon tres pares de Nike Pegasus 29. La suerte estuvo entre las mujeres, resultando ganadoras: Mariana Martín, María Lucía Miraglia y Alicia Pavan. ¡Ahora a seguir entrenando!



Un día  
le vas a decir que,  
antes de nacer,  
esto no existía...



Nueva aplicación MP.  
Descargala gratis.

