

20 DE AGOSTO

FELIZ DÍA DEL NIÑO

CRIEMOS NIÑOS LIBRES
Y FELICES. PROMOVAMOS
SU BIENESTAR

FÍSICO Y EMOCIONAL,
CELEBREMOS SU
IMAGINACIÓN Y
SUS SUEÑOS.



SEMANA MUNDIAL DE LA LACTANCIA MATERNA

LECHE MATERNA

PROTEÍNAS, ANTICUERPOS Y AMOR

En el marco de la **Semana Mundial de la Lactancia Materna**, que se celebra entre 1 y 7 de agosto, OSMITA se suma a la campaña a favor del mejor alimento que puede recibir tu bebé: leche materna. La leche materna tiene todas las proteínas, grasas e hidratos que el bebé necesita y los anticuerpos que la mamá le pasa al recién nacido que no tiene defensas inmunológicas. Con la leche materna el bebé está más protegido.

Mucho amor

La lactancia además de proporcionar defensas al organismo tiene otros efectos en el aspecto afectivo que son fundamentales para el desarrollo del bebé. Ese contacto entre madre e hijo crea un vínculo maravilloso; permite que el bebé perciba la voz, el olor, el latido cardíaco de la madre y reviva las mismas sensaciones que tenía en el vientre materno. Eso lo reconforta, le da seguridad y confianza para seguir creciendo sano y feliz.

Bebés protegidos

Según un informe de la Sociedad Argentina de Pediatría, la lactancia materna reduce en un 50% el riesgo de hospitalización y muerte por enfermedades

respiratorias. Además ayuda a prevenir otras enfermedades futuras como alergias, obesidad infantil, problemas digestivos, infecciones urinarias y diarrea. La OMS recomienda la lactancia materna exclusiva hasta los 6 meses y, luego seguir dando el pecho junto con otros alimentos hasta los 2 años.

Ventajas para la mamá

Dar de mamar también es bueno para las madres: reduce el riesgo de cáncer de mama y de ovario y ayuda a que el útero vuelva a su tamaño. También utiliza el exceso de reservas de grasa del embarazo y te da la oportunidad de sentarte y relajarte durante un largo día y así te ayuda a hacer frente a las exigencias de la maternidad. Te da la confianza de saber que le estás dando a tu bebé el mejor comienzo posible en la vida. Si no sabes como hacerlo, pide ayuda y asesoramiento.

No te pierdas esta experiencia gratificante.



31 DE AGOSTO, DÍA DE LA EMBARAZADA Y LA OBSTETRICIA

FELICIDADES A TODAS LAS FUTURAS MAMÁS

DÍA INTERNACIONAL DE LA JUVENTUD

JUVENTUD DIVINO TESORO

Según la OMS la juventud es la edad comprendida entre los 10 y 24 años en la que experimentamos cambios físicos, psicológicos y biológicos hasta convertirnos en adultos. Es una etapa de la vida donde está todo por venir. Es alegría y vitalidad. Es perseguir sueños y aspiraciones. Es también el momento de prepararse y formarse para el futuro. Este **12 de agosto** celebremos todos juntos el **Día Internacional de la Juventud** y fomentemos la participación cada vez más activa de los jóvenes en la sociedad. Su aporte fresco e innovador es lo que construye futuro!

Sos joven? Conocé tus derechos.
Sos adulto? Respetalos!

- * A fortalecer y expresar tu **identidad**.
- * A la **individualidad, la libertad**, al acceso a las instituciones educativas, culturales y recreativas.
- * A **ejercer tu sexualidad** responsablemente.
- * Al cuidado y **atención de tu salud**.
- * A expresar tus **manifestaciones culturales**.



DÍA NACIONAL DE LA SOLIDARIDAD

LOS ARGENTINOS SOMOS SOLIDARIOS

Listos para ayudar!

Cada **26 de agosto**, se celebra en la Argentina el **Día Nacional de la Solidaridad** en conmemoración al nacimiento de la Madre Teresa de Calcuta, cuya vida es un ejemplo del que aprender.

Diferentes encuestas nacionales arrojan que ante desastres naturales o campañas públicas, los argentinos batimos récords de donaciones.

Sin embargo, en el día a día, tenemos mucho aún por hacer. ¿Cómo? Donando lo que ya no uses y esté en buen estado, ofreciéndote como voluntario en tu tiempo libre. Hay muchas Fundaciones y ONG donde hacerlo.

Tu ayuda siempre suma
y se agradece.



**BENEFICIOS
EXCLUSIVOS**

PASTELERÍA

DESCUENTOS

entrelazar AGOSTO 2017
INFORMATIVO DE OBRA SOCIAL MITA

TENTATE

OSMITA y SCARLETT Cakes
te invitan a darte un gusto.

-15% en compras generales
abonando en efectivo

-20% en tortas, abonando
en efectivo.

ALMUERZOS: Comprando 3 bagels
reellenos, el 4^{to} a mitad de precio,
abonando en efectivo.

Valido únicamente presentando la credencial
OSMITA en el local de Maipú 825 - CABA.



**BENEFICIOS
EXCLUSIVOS**

VIDA SANA

DESCUENTOS

ACTIVIDADES EXCLUSIVAS PARA SOCIOS

ACTIVIDADES YMCA

¿Sabías que por ser afiliado de OSMITA contás con beneficios en la Asociación Cristiana de Jóvenes/YMCA?. Básquet, Voley, Fútbol, Aikido, Hatha Yoga, Stretching y muchas actividades más pensadas para contribuir con el cuidado de tu salud.

Sede Central

Reconquista 439. CABA.

Tel: 4311-4785

Lunes a viernes

de 9 hs a 20.30 hs.

Sábados de 10 a 14 hs.

socios@ymca.org.ar

Sede Parque

Lafuente 2480. CABA.

Tel: 4918-3244

Martes a domingos

de 9.30 a 20.30 hs.

parque@ymca.org.ar

Para más información escribinos a comercial@osmita.com.ar

entrelazar

INFORMATIVO DE OBRA SOCIAL MITA

0800-888-MITA (6482) www.osmita.com.ar  Osmita Salud



Publicación mensual gratuita. Registro de propiedad intelectual N° 5342415. Prohibida su reproducción total o parcial. Propietario: Obra Social Mutualidad Industrial Textil Argentina. (R.N.O.S. N° 402202 / R.N.E.M.P. N° 1251). Editor Responsable: OSMITA. Domicilio Legal: Paraguay 610, Piso 6, C1057AAH, Buenos Aires Argentina. Tel.: 011 4313 3111. info@osmita.com.ar, www.osmita.com.ar Directora Entrelazar: Lic. Lorena Tellechea. Consultas editoriales a entrelazar@osmita.com.ar. Diseño: Estudio Dynamo, www.estudiodynamo.com.

Órgano de Control de Obras Sociales
y Entidades de Medicina Prepaga.
0800-222-SALUD (72583)
Línea gratuita para consultas, reclamos
y denuncias.