

SUMMUM
Excelencia para tu vida

SOY

DICIEMBRE 2020

Luis Bonavita 1205 - World Trade Center

**El summum
de la tranquilidad**



Una empresa del Grupo Falck

ucm, tu médico personal



Consulta y agenda

2487 3333

ucm.com.uy

En SoySUMMUM Diciembre:

pág. 6

Consejos prácticos para mejorar nuestro Sistema Inmune.

pág. 10

Bienvenido/a a tu tranquilidad.

pág. 12

Ejercicio físico y pandemia.

pág. 15

Copa SUMMUM de Tenis 2020.

pág. 17

Charla Mamás y Papás.

pág. 18

Recordatorio de Servicios.

pág. 20

Bebitos SUMMUM.



El summum de la prevención:

SUMMUMCare es un software exclusivo de seguimiento individualizado

Mama y Colon: seguimiento y notificación según tu historia clínica para la detección precoz de patologías complejas.

Vacunas: seguimiento y notificación de las vacunas de tus hijos para que estén protegidos.

Bebé y niño seguro: acompañando el crecimiento de tu hijo te obsequiamos la baby silla que necesita.

SUMMUM
Excelencia para tu vida

Estimados Socios:

Ante la proximidad de las fiestas tradicionales queremos hacerles llegar en nombre de todos quienes componemos el equipo SUMMUM, nuestro tradicional saludo.

En un año tan especial, queremos también aprovechar esta ocasión para expresarles nuestro agradecimiento por permitirnos ser la Institución de cobertura de un bien tan preciado como lo es su Salud. Esto representa además y sin haberlo querido, por el contexto en el que hoy nos ha tocado vivir, un factor adicional de enorme responsabilidad y una causa de permanente motivación.

Es obvio que el Covid-19 nos ha dejado expuestos a una situación de gran vulnerabilidad, en la que científicos, médicos, epidemiólogos y enfermeros, de todo el mundo, han venido desarrollando un aprendizaje digno de admiración. Esto ha resultado muy útil para mejorar las posibilidades de tratamiento y de prevención de este desconocido virus, más allá del inevitable y desgraciado costo que igualmente ha tenido.

Nuestra Institución no ha sido ajena a ello y desde nuestro lugar, hemos tratado de poner el énfasis en el enfoque y en los procesos de tratamiento para aquellos Socios que lamentablemente han pasado, están pasando y pasarán por esta enfermedad. En ese sentido, coordinadamente con los centros de internación, hemos acordado las mejores prácticas para el seguimiento, control y tratamiento de nuestros Socios.

Tan importante y complejo como lo anterior, fue desarrollar una infraestructura de atención domiciliaria para la internación, que ha funcionado de manera muy eficiente. Además, con el valor agregado de la contención de nuestros Socios y su entorno, a través de un gran equipo humano asignado a esta tarea, que como siempre, ha tenido como norte la excelencia del servicio.

Finalmente, antes de poder asumir que la situación está controlada, no hay dudas en cuanto a que aún nos queda lamentablemente un camino por recorrer que no sabemos qué tan largo será. Por ello, mientras no se tenga acceso a una vacunación segura y generalizada debemos cuidarnos entre todos. El uso adecuado de tapabocas, mantener la distancia social sugerida, evitar reuniones extensas y/o en ámbitos cerrados y reducir la movilidad exclusivamente a lo necesario, constituyen las acciones más importantes para coadyuvar en el control de la pandemia. Hagámoslo con conciencia y responsabilidad, solo depende de nosotros.

Felices fiestas, con el inmenso deseo además de volver pronto a la normalidad.

Cordialmente,



Carlos M. Vallejo
Gerente General



Consejos prácticos para mejorar nuestro Sistema Inmune



Es sabido que una alimentación rica en nutrientes nos ayuda a estar más saludables, por eso seguimos insistiendo en la importancia que tiene concientizar estos conceptos y aplicarlos en la vida diaria, más aún en el contexto de la pandemia.

Compartimos algunos alimentos que fortalecen el sistema inmune y apuntan a mejorar tu salud para evitar ser vulnerable a contagios de virus, bacterias u otras enfermedades.

Recordemos que los alimentos siempre que sean de origen natural, nos aportan grandes beneficios a todo nuestro organismo.

Adicionalmente a los aportes al sistema inmune, es sabido que la alimentación rica en vitaminas y minerales nos ayuda a tener más energía, una mejor circulación sanguínea, nos proporciona fortaleza en nuestro sistema óseo, entre otros aportes idóneos para nuestra salud.

Como contrapartida, una mala alimentación, llena de excesos y un alto consumo de alimentos sintéticos, enlatados u otros que aportan pocos nutrientes, es considerada uno de los factores para que nuestro sistema inmune se vea débil o alterado.

Otras de las causas que también desequilibran nuestras defensas son: el alto consumo de cafeína, el tabaquismo, la inactividad física, poca hidratación, el estrés y el poco descanso o falta de horas de sueño constante.

Por todo lo detallado, es importante tener conocimiento de cuáles son los alimentos que fortalecen el sistema inmune, para así incluirlos con mayor frecuencia en nuestra dieta diaria considerándolos como un método de prevención o protector de nuestra salud.

Alimentos que fortalecen el sistema inmunológico

Debemos recordar que existen diferentes grupos alimenticios los cuales se clasifican según el aporte nutricional que estos nos proporcionan, carbohidratos, proteínas, vitaminas, lípidos, minerales.



Zanahoria

La zanahoria es una hortaliza de raíz perteneciente al grupo de las verduras, normalmente suele ser consumida en la gran

mayoría de los hogares alrededor del mundo, puede ser en ensaladas, sopas, hervidas, guisos o incluso en zumo.

Su alto consumo se debe al gran rumor que ha sido esparcido desde hace varias décadas y es que la zanahoria aporta grandes beneficios a nuestra visión, ya que contiene vitamina A, esto permite que exista un mejor funcionamiento de la vista.

Pero ese no es su único aporte para con nuestro organismo, ya que contiene otras vitaminas esenciales para fortalecer el sistema inmune y al ser rica en antioxidantes, ayuda a evitar enfermedades propagadas por bacterias o algún virus.

Vitaminas de la zanahoria: C, A, E y K. Además, cuenta con un elevado porcentaje de agua.

Al contener estas vitaminas también se convierte en una de las verduras que contribuye con el cuidado de la piel y la digestión.



Berenjena

La berenjena es un alimento de menor consumo y aunque suele ser recomendada por dietistas, entrenadores físicos o especialistas del área de la salud, las personas no acostumbran a incluirla en sus comidas, por lo que es importante conocer un poco más de sus propiedades y saber que tanto nos aporta.

Seguramente creés que la berenjena pertenece a las verduras, pero en realidad es un fruto rico en antioxidantes, tiene fibra y minerales que aportan grandes beneficios a

nuestra salud. Ella nos ayuda principalmente a fortalecer nuestro sistema inmune gracias a que contiene ácido fólico, vitamina B1 y B2. También evita que se generen las enfermedades cardíacas, la osteoporosis, reduce los niveles de colesterol y ayuda al cuidado de la piel evitando su envejecimiento. Vitaminas de la berenjena: A, C, B1 y B2. Los minerales que aporta son: calcio, potasio, hierro, fósforo y posee compuestos químicos como nasunina, flavonoides y ácido clorogénico.

Es hora de empezar a incluir a la berenjena con mayor frecuencia en nuestras comidas, porque sumado a lo anterior también aporta beneficios a nuestro cerebro, ayuda a un mayor control del sistema nervioso y disminuye el alto nivel de azúcar.



Calabacín

Es una hortaliza perteneciente al grupo de las frutas.

Puede ser consumido crudo o cocido, suele ser agregado en las comidas como guisos o en la preparación de una sopa, su sabor es un poco neutro, esto permite la versatilidad de su uso, ya que no altera el gusto del resto de la preparación.

Más allá de eso, el calabacín aporta propiedades que aumentan la producción de glóbulos rojos y blancos, reforzando el sistema inmune al crear más anticuerpos.

Gracias a sus vitaminas y minerales mantiene un control del colesterol, evita deficiencias en la funcionalidad del corazón, ayuda al organismo a liberar toxinas, contribuye en el

cuidado de la piel y el cabello.

Vitaminas del calabacín: A, C, B3, tiene omega 3, fibra, pectina, celulosa, es rico en minerales como calcio, potasio, magnesio y fósforo.



Remolacha

Tal vez seas de las personas que incluye muy poco la remolacha a sus preparaciones, pero esta verdura perteneciente al grupo de las hortalizas de color morado tiene vitaminas que ayudan a mejorar nuestro sistema inmunológico. Debido a sus propiedades permite que las células se oxigenen mejor, incrementa la producción de glóbulos rojos, por lo que aporta mayor protección en contra de las infecciones.

La remolacha también conocida como betabel posee minerales que permiten la depuración del organismo, ya que contiene fibra y antioxidantes que sirven para desintoxicar.

Vitaminas de la remolacha: posee todo el compendio de la vitamina B y C. Dentro de los minerales tiene silicio y magnesio.

Además de fortalecer el sistema inmune y de servir como diurético, ayuda a vigorizar las uñas, el cabello y a mantener la piel rejuvenecida.



Ajo

El ajo es uno de los ingredientes más empleados en la cocina, el sabor y olor que aporta a las comidas es indescriptible, pero no

es lo único en lo que contribuye.

Este es un bulbo comprendido en gajos o dientes, su principal función es ser antiséptico, es empleado en la medicina natural para combatir la gripe, infecciones respiratorias, entre otros.

Este alimento nos ayuda a fortalecer el sistema inmune gracias al compendio de vitaminas y minerales que posee, especialmente un compuesto químico natural como lo es el sulfuro de dialilo, también es utilizado como antibiótico.

Vitaminas del ajo: A, B, C, contiene proteínas, hidratos de carbono, minerales como el calcio, silicio, hierro, yodo, fósforo, entre otros.

Todo ello lo convierte en una planta anti viral. Otro de los aportes que otorga el consumo de ajo es a tener una mejor circulación, evita que la sangre se coagule, mejora el funcionamiento del hígado y fortalece los huesos.

Suele ser recomendado comer algunos dientes de ajo en ayuno, esto también permite disminuir los niveles de grasa.

Debemos saber también que hay frutas que tienen un aporte importante de proteínas de calidad, entre ellas se destacan:



Guayaba

La guayaba es una de las frutas más ricas en proteínas que hay en plaza. Obtendrás 4,2 gramos de proteínas en cada taza. Esta fruta

tropical también es rica en vitamina C y fibra.

Palta



Una taza de ella en rodajas o en cubos contiene 3 gramos de proteína. También está llena de grasa saludable, fibra y potasio.

Kiwi



Te dará alrededor de 2 gramos de proteína por taza.

Durazno



Una taza de duraznos en rodajas te dará 2,3 gramos de proteína. Los damascos secos también hacen que sea un aperitivo rápido y sabroso. Una porción de un cuarto de taza te dará 1,1 gramos de proteína.

Moras y frambuesas



No todas las bayas son grandes fuentes de proteína, pero las moras aportan 2 gramos por taza. Las frambuesas son relativamente altas en proteínas, alcanzan alrededor de 1,5 gramos por taza.

Pasas



Las pasas son una buena apuesta por las proteínas. En 30 gramos, hay casi 1 gramo de proteína.

Bananas



Las bananas son altas en potasio, convenientes para comer sobre la marcha, y pueden alimentar tu cuerpo durante un entrenamiento tan bien como una bebida deportiva. Una banana mediana trae 1,3 gramos de proteína.

Pomelo



Este cítrico no solo es una superestrella de la vitamina C, sino que un pomelo mediano te dará 1,6 gramos de proteína.

Naranjas



Son otra gran fuente de vitamina C, una naranja mediana contiene 1,2 gramos de proteína. Sin embargo, no busques gran parte del nutriente en su jugo. Una taza sólo tiene medio gramo. Para obtener todos los beneficios proteicos de este cítrico, tendrás que hundir tus dientes en su dulce pulpa.

Cerezas



Estos frutos de piedra roja profunda son una de las delicias más dulces del verano. Una taza de cerezas picadas tiene 1,6 gramos de proteína. Cuando no estén en temporada, compralas congeladas para mezclarlas con tu batido.

Disfrutemos de los alimentos saludables, sin duda son de los mejores aliados para proteger nuestra salud.

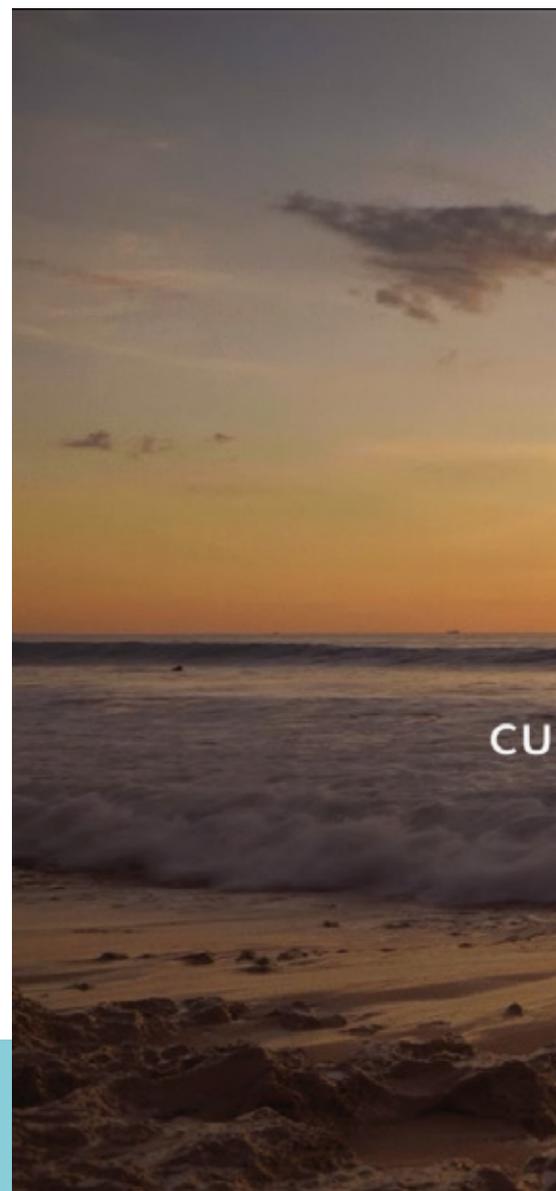
“Bienvenido/a a tu tranquilidad”

La sensación de tranquilidad es algo muy subjetivo. Los momentos, actividades o lugares que provocan esa sensación, son distintos para cada uno de nosotros. Mientras para vos la tranquilidad es ver dormir a tu hijo, para él es saber que vas a estar ahí cuando despierte.

En SUMMUM trabajamos todos los días para llevar tranquilidad a cada uno de nuestros Socios, y tenemos claro que eso se logra de una sola manera: con un servicio médico de vanguardia, con la última innovación tecnológica, y contando con un equipo médico profesional de muy alto nivel y compromiso.

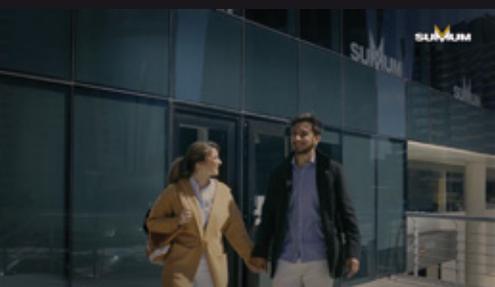
10

Porque hay muchas formas de definir la tranquilidad, pero una sola de tenerla.





¿Alguna vez te preguntaste,
ál es el summum de tu tranquilidad?



EJERCICIO FÍSICO Y PANDEMIA



12

A la espera de que la ciencia logre una vacuna para el coronavirus Covid-19, todos los esfuerzos se centran en las recomendaciones para evitar contraerlo: tapabocas, higiene de manos, distanciamiento social. El ejercicio físico puede tener un papel muy importante en la lucha contra el Covid-19. La actividad física moderada es clave para fortalecer el sistema inmunológico, que se puede definir como la defensa natural del cuerpo frente a las infecciones. Además, el ejercicio físico también ayuda a prevenir otras patologías que se han considerado como agravantes de la enfermedad.

La importancia del sistema inmunológico.

El sistema inmunológico tiene un papel de defensa frente a cualquier infección, ya sea

por virus, bacterias, hongos o parásitos. Esta "muralla" está compuesta por una colección de herramientas biológicas (moléculas y células) que ayudan a defender al organismo frente a patógenos externos.

Es evidente que un sistema inmune debilitado influye negativamente en la evolución de ésta y otras enfermedades. Un mal estado de salud y, por consiguiente, del sistema inmunológico, es uno de los argumentos para pensar por qué la enfermedad ha sido más o menos sintomática en unas personas que en otras.

Relación entre ejercicio físico y sistema inmunológico.

No hay ningún plan específico diseñado ni avalado por la ciencia para hacer frente al coronavirus. Lo único que se puede decir en este sentido es que llevar una vida saludable mejora nuestras defensas.

Guía de buenos hábitos para fortalecer el sistema inmunológico:

- Estar al día en la pauta de vacunaciones.
- Descansar entre siete u ocho horas al día.
- Llevar una alimentación completa y equilibrada.
- Reducir el estrés al máximo.
- Cuidar la higiene.
- No consumir alcohol, drogas ni tabaco.
- Realizar ejercicio físico moderado.

Es recomendada la actividad física moderada -tres o cuatro días a la semana, 30 minutos, 65% frecuencia cardíaca, en términos generales-. Su efecto es inmunopotenciador al segregar betaendorfinas (hormona que favorece al sistema inmune), liberar glóbulos blancos en la médula ósea y reducir la cantidad de cortisol. Esta hormona, asociada al estrés, es un inmunosupresor.

Ejercicio físico y otras patologías.

El coronavirus puede infectar y afectar a personas de todas las edades: si bien se ha observado que las personas mayores y las que padecen algunas enfermedades tienen más probabilidades de enfermarse más gravemente cuando adquieren la infección.

La práctica de actividad física se ha evidenciado como eficaz tanto para la prevención como para una evolución positiva de las enfermedades, desde las cardíacas hasta la diabetes pasando por el asma o el cáncer, entre muchas otras.

Deporte y síndrome de dificultad respiratoria aguda.

El ejercicio también es beneficioso para reducir el impacto del síndrome de dificultad respiratoria aguda (SDRA).

El ejercicio moderado permite que las secreciones del pulmón se muevan y se expulsen mejor al potenciar la ventilación, la motilidad (movimiento) pulmonar y la fuerza de la musculatura respiratoria. Este mecanismo también protege contra las infecciones.

Obesidad y Covid-19.

La obesidad puede ser otro factor que influya negativamente en el desarrollo del coronavirus, debido a una menor inmunidad natural frente a las infecciones. Viene acompañada en numerosas ocasiones de otras patologías que complican la evolución del virus. La obesidad grave, es un elemento de riesgo frente a la enfermedad.

Al igual que ocurre con el sistema inmunológico, llevar una vida sana, en la que se incluya la actividad física, es el mejor activo para evitar tener una acumulación excesiva de grasa. En lo referente al ejercicio, contrarresta las acciones negativas de la obesidad que predisponen a una peor condición cardiorrespiratoria.

El deporte también beneficia al sistema inmunológico al disminuir, entre otras cosas, las citoquinas (proteínas que regulan la función de las células) proinflamatorias que suelen acabar dañando algunos órganos. Este último punto es de especial consideración puesto que el estado inmunológico en las personas obesas ya de por sí está alterado y deteriorado.



Ejercicio físico y estrés.

El estrés es otro factor que puede debilitar el sistema inmunológico. Esto ocurre porque en estas situaciones el organismo segrega cortisol, una hormona inmunosupresora: por ello, la gente en situación de estrés tiene mayor propensión a tener infecciones.

Toda actividad que implique la reducción de liberación de inmunosupresores como el cortisol va a ayudar al sistema inmunológico y, por ende, a la salud.

Como se apunta desde el Colegio Americano de Medicina del Deporte (ACSM), hay muestras de que la actividad física puede tener un gran potencial para reducir las complicaciones del Covid-19. Por un lado, esto implica menor tasa de mortalidad, pero también de hospitalización, lo que favorecerá a que no se saturen los sistemas de salud. Si bien faltan investigaciones para saber si el ejercicio puede prevenir el coronavirus, no nos equivocamos en afirmar que, por lo pronto, es imprescindible para luchar contra él.

Los especialistas también han insistido en la necesidad de que los deportistas que hayan superado al Covid-19 se realicen un control médico para evaluar su condición de salud posterior a la infección.

Teniendo en cuenta todo lo que podemos prevenir y cuidar, miremos para adelante con la certeza de que lo mejor está por venir.





COPA SUMMUM DE TENIS 2020

Entre el viernes 6 y domingo 8 de noviembre se terminó de disputar la Copa SUMMUM de Tenis en las nuevas canchas del Club Biguá de Villa Biarritz. El torneo tuvo comienzo el fin de semana del 6, 7 y 8 de marzo, pero debido a la pandemia mundial por Covid – 19, se debió interrumpir y postergar su finalización hasta principios de noviembre.

Se jugó en rama masculina y femenina, en modalidad de singles y dobles. Contó con la presencia de más de 120 jugadores, divididos según su nivel en varias categorías (A, B, C y Especial).

El domingo 8 de marzo se jugaron las finales del singles masculino y dobles femenino, y el domingo 8 de noviembre fue el turno para la definición del singles femenino y dobles masculino.

Posteriormente, cumpliendo con los protocolos y las medidas sanitarias recomendadas, se realizó en la cancha principal, la entrega de trofeos y premios a todos los campeones y vicecampeones.

Campeones en cada categoría:

Single Caballeros A: **Santiago Díaz.**

Single Caballeros B: **Guillermo Minutti.**

Single Caballeros C: **Juan José Quagliatta.**

Single Caballeros Especial: **Brian Lempert.**

Single Damas A: **María Hill.**

Single Damas B: **Florencia Fradiletti.**

Single Damas C: **Noemí Rozanski.**

Single Damas Especial: **Guillermina Claverie.**

Dobles Caballeros A: **Martín Fabregat / Gabriel Sánchez.**

Dobles Caballeros B: **Ricardo Páez / Guillermo Tosi.**

Dobles Caballeros C: **Juan Morelli / Facundo López.**

Dobles Caballeros Especial: **Rodrigo Pérez / Jorge Garzón.**

Dobles Damas A: **María Hill / Gabriela Papaterra.**

Dobles Damas B: **Estela Rodríguez / Mariana Sburlatti.**

Dobles Damas C: **Lea Mazal / María Noel Grah.**

Dobles Damas Especial: **Victoria Sadi / Magdalena Boado.**

La organización de la Copa SUMMUM de Tenis en Biguá es una muestra más del compromiso de SUMMUM de promover actividades que incentivan los hábitos saludables, como lo es la práctica de deportes.





CHARLA MAMÁS & PAPÁS SUMMUM

Seguimos acompañando a
nuestros Socios en cada etapa
de su vida.

Siguiendo el protocolo de cuidado y prevención establecido para el contexto actual, nuestra Charla Mamás & Papás SUMMUM la realizamos vía Zoom el 8 de diciembre.

Una vez más abordamos los temas que tienen que ver con el cuidado del recién nacido y la importancia del sistema de retención infantil.

María Claramunt, de nuestro Servicio de Apoyo a Madres y Padres Primerizos, brindó consejos para el cuidado del recién nacido con su charla: "Recomendaciones sobre lactancia y pautas saludables para un sueño seguro". Por otro lado, **Pablo Romero**, Técnico en Seguridad Vial, brindó consejos para que los bebés viajen siempre seguros.

En el marco de nuestro programa de prevención SUMMUMCare obsequiamos a los futuros mamás y papás una exclusiva baby silla grupo cero, y al final de la charla realizamos un sorteo de un cochecito Graco Lite Ride como complemento ideal para la baby silla.

Recordatorio de servicios



Centro de Resonancia del Puerto SUMMUM

Frente a Consultorios del Puerto, accedés a la mejor calidad de imagen para tus estudios asegurándote la máxima certeza en resultados y diagnósticos, en el menor tiempo, recibiendo los resultados en menos de 24 horas.



FarmaSUMMUM

Solicitá tus medicamentos llamando al 2707 1212 int. 3, en nuestra web o a través de nuestra App y los recibirás en el entorno de las siguientes 2 horas. Además, para tu mayor comodidad, podés retirarlos después de tu consulta o análisis en FarmaSUMMUM de Consultorios del Puerto.



El mejor y más moderno ecógrafo de la región

Disponés de la última tendencia, tratamiento médico, máximo rendimiento y eficiencia de imagen, accediendo exclusivamente en Consultorios del Puerto.



Maternidad SUMMUM

La mamá SUMMUM tiene cubierto su embarazo, parto y puerperio, incluyendo consultas, estudios, ecografías obstétricas y estructurales, internación en habitación privada con cama y desayuno para su acompañante. Además, puede elegir el Ginecólogo y Neonatólogo para el momento del parto sin costo adicional. Nuestras Socias tienen una ecografía 4D sin costo.



SUMMUMApp

Gestioná tus coordinaciones y las de tu familia, consultá tu Historia Clínica, solicitá medicamentos a FarmaSUMMUM y accedé a una Video Consulta Médica desde tu celular, de forma fácil, cómoda e intuitiva. Descargá SUMMUMApp en App Store y Google Play.



Artículos ortopédicos sin costo

Con indicación médica, en calidad de préstamo, SUMMUM te ofrece equipamiento ortopédico, muletas o bastones canadienses para niños o adultos. Llamando a FarmaSUMMUM, te lo enviamos a domicilio sin costo. Si sos asistido en puerta de emergencia, ahí mismo se te entregará el equipamiento. Finalizado el tratamiento pasaremos a retirarlo.

18



Video Consulta Repetición de medicamentos

Ingresando en la opción Video Consulta de nuestra aplicación (SUMMUMApp) o en nuestra página web, podrás solicitar la repetición de medicamentos sin moverte de donde estés.



Apoyo a madres primerizas

Una profesional compartirá su experiencia mediante tips prácticos, desde la higiene del cordón umbilical hasta la prevención de lesiones y estímulo en la producción de leche materna. Siempre adaptándose a los requerimientos de cada entorno y familia. Debido al contexto actual, seguimos ofreciendo a nuestros Socios la posibilidad tanto de visita presencial como de consulta por videollamada.



Ateneos Médicos

Cuando tu salud atraviesa una situación compleja, solo SUMMUM te da el respaldo de un Ateneo Médico. Una instancia de análisis profundo de cada uno de los casos donde el intercambio de los mejores profesionales va a asegurarte el tratamiento más efectivo.



Cobertura prenatal

Le da al recién nacido 30 días de cobertura desde el día de su nacimiento, accediendo al mismo plan de la madre y garantizando su ingreso a SUMMUM sin condición alguna.



Comité Oncológico

SUMMUM ofrece al 100% de sus pacientes oncológicos, el acceso más rápido a los recursos más efectivos para cada caso, a través de la interacción entre tu médico tratante y los más reconocidos profesionales de Oncología.

El summum de tus vacaciones
es disfrutarlas al máximo
sin dejar de cuidarte.

Recordá proteger a tu familia del sol y bajar a la playa en los horarios recomendados.

¡FELICES VACACIONES!



summum.com.uy

SUMMUM
Excelencia para tu vida

bebitos SUMMIUM

octubre 2020

setiembre 2020

1/9/20 Solari Klein, María del Pilar
1/9/20 Bercianos Varela, Juan Ignacio
3/9/20 Palomeque Schiaffino, Gerónimo
3/9/20 García Melo, Joaquín
3/9/20 Obes Rizzo, Guillermina
5/9/20 Bentancor Suárez, Alfonso
7/9/20 Rowland Herrmann, Felipe
8/9/20 Perdomo Casco, Sofía
9/9/20 Garderes Farachio, Josefina
10/9/20 Padula Nario, Gerónimo
11/9/20 Comesaña Rosillo, Rafael
11/9/20 Martorano Beltrame, Bautista
12/9/20 Roses Fiorentino, Amelia
12/9/20 Rodríguez Trombotti, Rocío
14/9/20 Viñas Camou, Ramón
15/9/20 Pereira Correa, Felipe
15/9/20 García Correia, Alejo
16/9/20 Cuñarro Cabrera, Santiago
20/9/20 Bueno De Campo, Milagros
21/9/20 Asuaga Danreé, Inés
21/9/20 Saibene Roldós, Delfina
21/9/20 Faget Orlando, Pilar
21/9/20 Horta Olivencia, Sofía
21/9/20 Da Prá Urroz, Amanda
23/9/20 Sicardi Canoniero, Pedro
25/9/20 Tejera Fernández, Benicio
25/9/20 Villarroya González, Josefina
26/9/20 Bianchi Parthe, Emilia
28/9/20 López Orell, Manuela
29/9/20 Turcatti Elizondo, Martina

2/10/20 Di Lorenzo Juambeltz, Zoe
2/10/20 Di Lorenzo Juambeltz, Teo
2/10/20 Maman Tangreda, Lara
3/10/20 Marchese Moreira, Joaquín
3/10/20 Conde Hourcade, Felipe
7/10/20 Sanguinetti Muela, Gael
10/10/20 García Pintos Laborde, Cala
11/10/20 Casariego Silveira, Alfonso
12/10/20 Landechea Balbi, Felipe
13/10/20 Mendoza Chavarría, Santiago
14/10/20 Olivera Petraglia, Mila
14/10/20 Olaverri Idiarte, Santiago
15/10/20 Medeiros Ponce De León, Miguel José
16/10/20 Lois Molina, Olivia
20/10/20 Albertoni Colman, Franco Filippo
20/10/20 Petcho Szabo, Allegra
20/10/20 Costoya Calvo, Facundo
23/10/20 González Longo, Agustín
24/10/20 Teske Carrau, Timoteo
26/10/20 Castillo Tenti, Agustín
28/10/20 Acle Hernández, Benicio
29/10/20 Taveira Kononovas, Delfina
30/10/20 Sarutte Baranov, Francesca
30/10/20 Moreira Garat, Manuel

noviembre 2020

1/11/20 Drews Miranda, Federico
2/11/20 Garella Durán, Bautista
2/11/20 Del Cerro André, Amanda María
4/11/20 Amado Cruche, Rodrigo
6/11/20 Nin Sturla, María Julia
6/11/20 Ache Antía, Juan
7/11/20 Berruti Patrone, Lorenzo Augusto
7/11/20 Pahor Bernatzky, Facundo
11/11/20 Lema Castaingdebat, María Jesús
12/11/20 Martínez Sanguinetti, Daniela Inés
12/11/20 Piñeyría Prato, Ramiro
17/11/20 Feres Rojas, Juan Ignacio
20/11/20 Alagia Revetria, Faustina
20/11/20 Bergara Terranova, Felipe
20/11/20 Barros Viotti, Ignacio
20/11/20 Bonino Strauch, José Juan
20/11/20 Lingordo Guartechea, Francisco
21/11/20 Moreira Viera, Juan Cruz
21/11/20 García Caporale, Julián Andrés
21/11/20 González Callero, Lorenzo
22/11/20 Martella Infante, Facundo
22/11/20 Artagaveytia Pereira, Oli
24/11/20 Benítez Saiz, Sofía
26/11/20 Cattivelli Pérez, Gerónimo
26/11/20 Carreras Conde, Facundo
27/11/20 Ruggeri Sánchez, Bianca
27/11/20 Muñoz Mata, Julieta
27/11/20 Selma Martínez, Laia
29/11/20 Schindler Arlin, Joaquín
30/11/20 Trivellini Armand Ugón, Máxima
30/11/20 Díaz Crocco, Delfina



El summum del cuidado:

apoyo profesional para
padres primerizos.

summum.com.uy

SUMMUM
Excelencia para tu vida