



Producció Integrada: la millor alternativa de futur per a la producció d'aliments amb garantia de seguretat alimentària

Definició de la producció integrada

La Producció Integrada (PI), segons la (OILB) que és la que va promulgar les bases de la PI a començament dels anys 1990, és defineix com un sistema agrícola de producció d'aliments i altres productes d'alta qualitat, que utilitza els recursos i mecanismes de regulació naturals amb la finalitat d'evitar les aportacions perjudicials al medi ambient, assegurant a llarg termini una agricultura sostenible.

En definitiva, **"La producció integrada es pot definir com un sistema agrícola de producció d'aliments que utilitza tècniques respectuoses amb la salut humana i amb el medi ambient"**.

Objectius i finalitat de la producció integrada

La finalitat de la producció integrada és obtenir uns productes d'alta qualitat, minimitzar l'ús de productes agroquímics, disminuir els residus, i optimitzar els mètodes de producció mitjançant una integració racional total de tots els recursos disponibles. La prioritat és garantir la salut productor i del consumidor i, al mateix temps, respectar el medi ambient.

Per a la consecució d'aquestes finalitats la Producció Integrada prioritza la utilització selectiva de les tècniques menys agressives i els productes menys perjudicials, tant per als humans com per a la flora i la fauna silvestres. L'alta qualitat dels seus productes s'avalua amb paràmetres de qualitat externa fonamentats en la protecció i el respecte pel medi ambient i amb paràmetres de qualitat interna per garantir la qualitat dels productes i la seva seguretat alimentària.

Els objectius concrets que persegueix la producció integrada són els següents:

- Obtenir productes d'alta qualitat.
- Protegir la salut del productor i del consumidor.
- Aplicar processos productius respectuosos amb el medi ambient.
- Afavorir la diversitat de l'ecosistema agrícola respectant la fauna i flora autòctona.
- Justificar l'ús de productes agroquímics i minimitzar els residus.
- Potenciar l'activitat conservadora del medi rural i el paisatge.
- Adaptar-se a la forma de producció intensiva de les empreses agrícoles, assegurant-ne la seva sostenibilitat i també la seva viabilitat econòmica.
- Realitzar un correcta gestió dels recursos naturals.



Francesc Miret i Benet
Dr. Enginyer Agrònom
Coordinador de Producció Integrada del Dep.
d'Agricultura, Ramaderia i Pesca. Generalitat de Catalunya

Diferències entre producció integrada, ecològica i tradicional

Per a la protecció dels cultius la **producció integrada** combina la utilització de mètodes de lluita biològica per el control de les plagues i malalties, juntament amb l'ús de tècniques tradicionals, basades en la utilització de productes agroquímics.

A diferència de la **producció ecològica**, que ho prohibeix, la producció integrada permet la utilització de productes agroquímics de síntesi (adobs, fitosanitaris, etc.), si bé la seva utilització resta restringida a l'ús d'unes determinades matèries, legalment autoritzades, que prèviament s'han definit, per uns comitès d'experts professionals, en aquest cas, els Comitès tècnics de producció integrada.

La producció integrada, a més, es diferencia de la **producció tradicional**, en que obliga a realitzar tot un seguit de pràctiques encaminades a la protecció del medi ambient i garantir, alhora, la sostenibilitat de l'agricultura. Entre algunes d'aquestes pràctiques cal destacar: el foment de la biodiversitat de l'agrosistema, la millora de la fertilitat del sòl, la realització de pràctiques de cultiu que afavoreixen l'augment de la matèria orgànica i aquelles que redueixen el risc d'erosió i degradació del sòl.

Avantatges per al consumidor

Per al consumidor la producció integrada suposa la possibilitat d'adquirir un *producte de qualitat garantida i certificada*, sobre els quals s'ha portat a terme un estricte control dels mitjans que intervenen en la seva producció, i que permet un seguiment acurat de la seva traçabilitat, és a dir un seguiment total del producte des del seu origen fins a la seva comercialització al consumidor.

La garantia s'estableix a través d'un procés de certificació del sistema de producció i d'obtenció del producte, realitzat per Entitats de control i certificació (ECC), externes, acreditades per l'entitat nacional d'acreditació (ENAC), per al compliment de la norma Europea de control i certificació EN-45011.

En definitiva la producció integrada és **la millor alternativa per al consumidor** que demanda uns productes, de qualitat garantida i certificada, amb plenes garanties pel que fa a la seguretat alimentària dels aliments que vol consumir.

El producte etiquetat amb el distintiu de Producció Integrada assegura al consumidor que està garantit pel reconeixement del Departament d'Agricultura, Ramaderia i Pesca de la Generalitat de Catalunya i pel Consell Català de la Producció Integrada.

L'alimentació mediterrània.

Un valor afegit per a la nostra salut i qualitat de vida.

L'alimentació mediterrània és una forma d'alimentació característica d'alguns pobles de la ribera del mar Mediterrani, que va una mica més enllà del concepte purament alimentari i inclou costums, estils de vida i, evidentment, aspectes culturals.

L'anomenada dieta mediterrània, encara que nosaltres i per fugir del concepte més restrictiu de la paraula dieta, preferim anomenar-la alimentació, no és fruit d'un dia, ni correspon a cap campanya de màrqueting, ja que al llarg del temps s'ha enriquit amb la influència de diferents pobles i cultures que han passat per la zona del Mare Nostrum, entre d'altres, ibers, celtes, grecs, romans, bàrbars del nord i àrabs. Però van ser la cultura grega i la romana les que varen instaurar els fonaments del que a hores d'ara es coneix com a alimentació mediterrània, es a dir: *el pa, l'oli i el vi*, elements omnipresents en la nostra cultura.

D'aquesta manera el concepte d'alimentació mediterrània no és únic, és una forma d'alimentació oberta i sensible que rep diferents aportacions que l'enriqueixen i permeten oferir característiques diferenciadores als diversos països de la zona. Tot i això existeixen uns trets compartits que són comuns i que la defineixen: l'oli d'oliva, principal font de greixos, el consum d'aliments rics en fibra com fruites, verdures, llegums i hortalisses repartides en els àpats del dia, elaboracions culinàries sense excessives complicacions: rostits, bullits, brasa, presència de textures fermes: fregits, pa, fruites, verdures, fruits secs, arròs i pasta, consum moderat d'aliments proteics com les carns vermelles i més consum de peix i aus de corral, utilització de productes com l'all i la ceba, sense deixar de banda algunes espècies i herbes aromàtiques. Com a elements per incorporar a les amanides cal fer esment del vinagre i dels cítrics, i evidentment del vi com a beguda, en quantitats moderades. Com podem comprovar una de les principals característiques és la utilització d'un alt percentatge de productes frescos i de temporada. A més dels aspectes purament culinàris, com abans dèiem, hem d'afegir costums tan saludables com la migdiada i el passejar, degut a la benignitat climatològica de la zona que faciliten l'activitat física de les persones.

Aquesta manera d'entendre l'alimentació ens reporta beneficis evidents per a la nostra salut i ens protegeix de determinades malalties, sobretot de tipus cardiovascular i degeneratives. Aquest fet s'ha demostrat mitjançant diferents estudis duts a terme que ratifiquen aquestes afirmacions en relació a la mortalitat per aquestes causes en països com Estats Units, comparats amb els de la ribera mediterrània; per exemple: *l'alta incidència*

de càncer de mama es relaciona amb el consum excessiu de greixos.

Al llarg del temps, l'alimentació mediterrània ha anat evolucionant de forma paral·lela als canvis en els nostres estils de vida. La incorporació de la dona al treball suposa que es tingui menys disponibilitat de temps per cuinar, la compra de productes alimentaris no es fa cada dia, i això implica un augment del consum de plats precuinats i menjar ràpid. El nombre d'habitants a les grans ciutats és cada dia més elevat, i com a conseqüència es redueix el nombre de persones que viuen al camp.

Un altre factor important és el procés d'industrialització dels aliments que duen a terme les grans cadenes de distribució. És a dir, *d'una banda hem perdut alguns d'aquells aliments casolans que feien els nostres avis, però també hem guanyat més varietat i millors condicions d'higiene i seguretat alimentària*. I en aquest procés evolutiu que afecta l'alimentació mediterrània, no hem d'oblidar que estem en l'era de la comunicació i que l'accés immediat a tot tipus d'informació i la facilitat per viatjar i intercanviar experiències, són factors a considerar que fan que s'incorporin a la nostra dieta elements que fins no fa gaire temps eren gairebé desconeguts a la nostra cuina, com l'elaboració de salses o altres tipus de plats amb nata líquida o mantega.

Tot i això, no és massa complicat mantenir les nostres bones costums, és qüestió de bona disposició i una mica d'organització. Com dèiem abans, una de les característiques de la dieta mediterrània és el gran consum de productes frescos que podem trobar al mercat, nets, trossets i pràcticament a punt de servir. Així, la combinació de llegums i cereals, o bé una amanida amb una mica de tall, regada amb oli d'oliva i una mica de pa, ens proporcionen, nutricionalment parlant, un plat ben complet. Hem de considerar que actualment el tipus de feines que desenvolupem són més sedentàries, i les quantitats d'aliments que ingerim han de ser menors que les que prenien els nostres avis.

Com a resum final hem d'insistir en que si som conscients del avantatge que suposa per a la nostra salut la dieta mediterrània i, en especial, som capaços de transmetre aquests valors als nostres joves, interessant-los en la riquesa i la varietat de la nostra cuina i amb els estils de vida saludables (exercici físic, consumir aliments adaptats a les nostres necessitats, etc), no existirà cap risc de que es malmetin els valors d'aquesta alimentació que, com ha quedat ben clar, tants beneficis ens reporta.



La grip aviària. Una possible pandèmia mundial?

No volem deixar de parlar d'un tema que malauradament porta ja uns mesos d'actualitat i del que s'han dit moltes coses, no totes elles ben especificades. Donada l'alarma social que ha generat volem transmetre des d'aquestes pàgines un resum informatiu contrastat del fenomen de la grip aviària que sigui d'utilitat informativa per als lectors ja que, darrerament és un tema de constant actualitat als mitjans de comunicació

Començarem dient que aquesta malaltia no és pas nova; ja fa més de cent anys que es té constància d'ella a Itàlia, encara que d'un temps ençà s'ha reactivat l'alarma a l'estendre's per diferents països del món.

Hem de dir que la grip aviària és una malaltia contagiosa en animals, causada per virus i que normalment afecta a aus i, amb molta menys freqüència a alguns mamífers com el porc. Es tracta d'un tipus de virus que no acostuma, en el seu contagi, a travessar la frontera d'una espècie animal a una altra, tot i que, en alguna ocasió, poden superar aquesta barrera i arribar a infectar les persones.

Existeixen dues formes clíniques de la malaltia en les aus de granja: una d'elles provoca només símptomes lleus; l'altra, que es contagia veloçment i té un curs clínic també ràpid, afecta greument els òrgans interns de l'animal i provoca un índex de mortalitat elevadíssim. Actualment, els brots que s'han detectat són altament patògens, van iniciar-se al sud-est asiàtic i s'han estès a diferents països del món. El virus responsable de la grip aviària s'anomena H5N1 i és especialment persistent, fins arribar al punt que en aquests moments es considera endèmic a diferents països del planeta.

Potser el risc que més preocupa les autoritats sanitàries mundials és la possibilitat que el virus es transmeti als éssers humans a partir de la seva presència i dispersió en poblacions d'aviram. Aquest risc potencial té dues vessants a considerar: la primera és que el virus sigui capaç d'infectar els humans i, en conseqüència, els pugui provocar una malaltia greu, en què quedin afectats seriosament el òrgans interns de la persona, provocant una fallida general. Hem de dir que el percentatge de mortalitat en aquests casos és de gairebé el 50 per cent. La segona possibilitat és encara més preocupant, ja que suposa que el virus pugui canviar a un forma encara més agressiva i que es transmeti directament de persona a persona amb facilitat. Si això es produís estaríem davant d'una possible pandèmia de la grip aviària a gran escala.

Segons els experts, la infecció humana necessita que hi hagi hagut un contacte continuat i directe amb les aus infectades i/o amb el seu hàbitat. Per això, la majoria de casos en humans s'han produït en zones rurals o rodalies de les ciutats, en famílies que es dedicaven o vivien amb aquestes aus. En aquest sentit es considera d'un risc d'infecció elevat l'exposició durant el sacrifici d'aquests animals i la

preparació per a la venda, però no hi ha cap evidència que els pollastres o les aus de corral ben cuinades, així com els seus ous, tinguin la capacitat de transmetre la infecció.

En qualsevol cas, la infecció de persones no es fàcil que es produeixi, i així es pot constatar si considerem el reduït nombre de casos detectats i el milions d'aus que conviuen amb l'home en els diferents països. A més, cal afegir que no tothom, en condicions de risc similar, té la mateixa capacitat de ser infectat pel virus. Això fa que, segons el experts, el risc de patir una pandèmia a nivell mundial no és, ni molt menys, immediat, encara que mentre segueixin apareixen casos en humans i el virus H5N1 segueixi circulant entre les aus tampoc es pot descartar totalment. És bàsic remarcar que el factor determinant seria que el virus, finalment, s'arribés a transmetre de persona a persona.

Pel que fa a Catalunya, no s'ha detectat cap cas d'infecció pel virus H5N1 en cap animal, i les autoritats sanitàries disposen d'una vacuna per a les aus, però encara s'està investigant la possibilitat d'una vacuna efectiva en éssers humans, ja que si no es produeix el contagi de persona a persona no es coneix quina mutació patirà el virus en aquest procés d'adaptació. L'OMS creu que en un termini de 6 mesos la vacuna pugui ser una realitat per prevenir el contagi entre humans.

Mentrestant, hem de recordar que existeixen determinats fàrmacs que són efectius per reduir els efectes i la durada de la malaltia, encara que la seva eficàcia depèn de la rapidesa en l'administració. Catalunya disposa de dosis per atendre la població i l'entorn dels possibles afectats, en cas que es produís la infecció, i, d'aquesta manera, controlar l'expansió i agilitzar el període de producció de la vacuna. El gran problema d'aquests fàrmacs és que la capacitat de producció és limitada i que el seu cost és prohibitiu per a la majoria de països. A més requereixen un procés de producció complex i que exigeix molt de temps.

A nivell de prevenció, les autoritats recomanen la vacunació de la grip a aquelles persones que hagin de viatjar a zones afectades on hi hagi brots en pollastres i si, a més, s'ha de tenir contacte amb granges d'aquestes aus. El que es pretén és evitar la confusió entre un quadre de grip comuna i un quadre gripal produït pel virus aviar, i també eliminar el risc de patir les dues infeccions alhora amb la possibilitat que els virus puguin mutar en un de nou amb una patogenicitat molt més elevada.

Finalment, si trobem una au morta o aparentment malalta, ho hem de comunicar a les autoritats sanitàries o als serveis veterinaris en el cas de les aus de corral, i en el cas de les aus urbanes, bàsicament els coloms, ens haurem d'adreçar al nostre ajuntament. No hem d'oblidar que les previsions, fins al moment, apunten a que encara es trigarà uns anys a controlar totalment les conseqüències de la grip aviària.

La protecció de les dades personals

El dret a la protecció de dades personals, és el de decidir què es pot fer o no amb la informació personal d'un mateix; la llei 15/99 de Protecció de Dades de Caràcter Personal s'encarrega que això sigui respectat en tots els àmbits.

Les administracions, les entitats i els organismes, tant públics com privats, han d'adoptar les mesures necessàries per garantir la seguretat de les dades personals que tractin. Aquestes han de ser adequades, pertinents i no excessives en relació a les finalitats per a les quals es demanen.

ELS DRETS SOBRE LES DADES PERSONALS:

- Dret a ser informat sobre l'ús i finalitat de les dades i els responsables davant els quals s'exerceixen els drets.

- Dret d'accés, rectificació, cancel·lació i oposició.
- Dret de consulta al Registre de Protecció de Dades.
- Tutela dels drets d'accés, rectificació, cancel·lació i oposició.
- Dret a ser indemnitzat/ada de qualsevol dany o lesió en els seus bens o drets deguts a un incompliment de la legislació sobre protecció de dades.

Qui vetlla pel compliment de la normativa sobre aquest tema es l'Agència Catalana de Protecció de Dades, sempre i quan es parli de:

- Les administracions públiques catalanes.
- Les entitats que en depenen.
- Els consorcis que en formen part.
- Les universitats de Catalunya.

- Les entitats que presten serveis públics, les associacions o fundacions.

El Síndic de Greuges vetlla pel compliment dels drets fonamentals i les llibertats públiques dels ciutadans i supervisa l'actuació de l'Administració de la Generalitat i dels ens locals de Catalunya.

Els Tribunals, en última instància, garanteixen l'efectivitat d'aquest dret.

Quan parlem d'empreses i entitats diferents a les abans mencionades, podeu adreçar-vos a l'Agència Espanyola de Protecció de Dades.

(Informació extreta del díptic "La protecció de les dades personals", editat per l'Agència Catalana de Protecció de Dades)

Què cal saber sobre les tintoreries

Quan necessitem dels serveis que ens pot oferir una tintoreria, hi ha tota una sèrie de consideracions que cal que tinguem en compte.

LA INFORMACIÓ AL CLIENT. Els establiments han de tenir en un lloc ben visible la següent informació:

- **Els serveis que ofereixen** (neteja tèxtil, rentat tèxtil, tenyits, neteja de pells i cuirs, rentat de catifes i moquetes, serveis de recollida o lliurament a domicili, serveis urgents...).
- **La publicitat dels serveis** (preus dels serveis tipus i preus en peces d'ús corrent, preu de catifes i moquetes per m² i tipus d'IVA aplicable...)
- **Altres informacions** (horari d'atenció al públic, informació sobre els fulls de reclamació a disposició dels clients...)

RESGUARD DE DIPÒSIT. La tintoreria ha de lliurar al client obligatòriament, un resguard de dipòsit original de les peces que deixa a l'establiment. En aquest document s'hi ha de fer constar de manera obligatòria:

- Nom del propietari o de l'establiment i l'adreça.
- Data de recepció de la peça i data de lliurament.

- Terminis de lliurament de les peces (tres mesos sense recàrrec)
- Designació de les peces rebudes, especificant els colors i el material bàsic que les componen.
- Tipus de servei que cal realitzar en cada peça.
- Preu de cada servei i preu total.
- Fer constar si l'IVA està inclòs o no.
- Segell o signatura del prestador del servei.

En cas que el client perdés el resguard, l'establiment podrà sol·licitar-li la identificació, mitjançant document oficial. Si en aquest document no s'especifica el preu del servei, l'establiment té l'obligació de facturar la tarifa més senzilla.

Cal també tenir en compte que la normativa preveu que en el resguard de dipòsit, s'hi pugui fer constar les objeccions de l'establiment respecte a l'estat d'una peça: taques, manca de botons, teles gastades..., així com l'existència o no de l'etiquetatge.

El resguard de dipòsit servirà com a factura. Sempre es tornarà al client afegint-li el segell de pagat. És important exigir que estigui emplenat correctament.

QUÈ CAL FER EN CAS DE CONFLICTE? No donar la còpia del resguard i demanar que s'hi especifiqui el tractament aplicat i la descripció de l'estat en què es lliura la peça, abans d'abonar l'import del servei i retirar-la. Si us neguen la còpia del resguard o la factura, feu ús dels fulls de reclamació.

(Informació extreta del fulletó editat per l'OMIC de l'Ajuntament de l'Hospitalet)



Els Serveis d'estètica i bellesa

Ara que ve el bon temps, és sabut que hi ha qui ja està pensant en l'anomenada "operació biquini". Per tant hem cregut convenient proporcionar una orientació a totes aquelles persones que decideixin sotmetre's a algun tractament de correcció o de millora de la seva imatge, ja sigui amb intervencions quirúrgiques, mètodes d'aplicació externa, dietes o presa de qualsevol mena de productes.

Cal tenir en compte que un culte desmesurat al cos, amb la finalitat d'emular uns determinats estereotips, ha convertit el camp dels tractaments estètics en un mercat que es mou, entre altres motius, per les possibilitats de generar importants beneficis fàcilment.

Què cal saber si es vol seguir un tractament d'estètica?

- Malferir-se de la publicitat enganyosa i

exagerada, així com de les ofertes i descomptes puntuals.

- Si es sotmeten a tractaments continuats, no paguin a l'avançada, exigeixin pagar per sessió feta.
- Si opten per un procediment quirúrgic no abonin el seu import total abans de la intervenció. Esperin a veure'n els resultats.
- Parin atenció a la relació qualitat-preu. Un preu elevat no és garantia d'èxit, però un preu molt reduït ens ha de fer dubtar de la qualitat del servei.
- Exigeixin informació correcta i exhaustiva de les possibilitats reals d'obtenir resultats després d'haver estat sotmès a qualsevol mètode terapèutic (cirurgia, dieta, massatges...)
- En cas que firmin algun contracte, cal llegir-lo amb deteniment i no oblidar la

lletra petita per evitar, per exemple, el desconeixement de l'existència de clàusules abusives.

- Pensin que no tots els mètodes poden aplicar-se indiscriminadament; alguns estan limitats per edats, pes, constitució,... Demanin tots els aclariments necessaris i no signin cap document on el centre o el professional s'eximeixin de responsabilitats.
- No hi ha productes miraculosos per rejuvenir o aprimar. Desconfiïn per exemple, dels que afirmen que els faran perdre pes sense esforç.
- I finalment, si decideixen fer-se el tractament, no el paguen en efectiu i demanen un finançament, recordin que aquests estan fets majoritàriament per entitats bancàries i que en cas de no estar conformes amb el tractament, no es poden deixar de pagar.

Els Serveis de Tarificació addicional (803, 806, 807 i 907)

Els serveis de tarificació addicional són els que s'ofereixen telefònicament a través d'un telèfon de prefix 803, 806, 807 i 907, i comporten que a l'usuari se li apliqui un cost addicional, a part del cost de la trucada. Cal tenir en compte que també poden aparèixer quan establim una connexió amb Internet.

Per identificar-los cal saber que hi ha dos tipus de serveis:

- **Serveis de veu:** amb prefixos 803 d'ús exclusiu per adults (p.ex. de caire eròtic); 806 de serveis d'oci i entreteniment (sorteigs, concursos, tarots, etc...) i 807 de serveis professionals o activitats empresarials o d'informació de les administracions públiques o organismes públics.
- **Serveis de dades:** el 907 és per serveis professionals d'oci i entreteniment per adults, només per Internet.

Abans de realitzar una trucada o una connexió cal fixar-se en el número al qual volem trucar i tenir en compte la quarta xifra, ja que indica el cost de la trucada (0 i 1 el més barat / 8 i 9 el més car). Cal desconfiar dels anuncis o webs que anuncien aquests serveis sense una identificació i de les promocions gratuïtes que ens remetent a un número de tarificació addicional.

Durant la trucada o la navegació per internet, és important tallar la connexió si notem que l'operadora fa allargar massa la trucada i demana dades innecessàries. Cal tenir en compte que la durada màxima de la connexió per aquests tipus de serveis, ha de ser de 30 minuts i en el cas de serveis destinats a menors d'edat, ha de ser de 8 minuts. Quan passi aquest temps, la trucada s'ha de tallar automàticament. En el cas de sorteigs i concursos la durada és de 5 minuts.

Tot i així, si optem per trucar, ens han d'informar prèviament, mitjançant una gravació o informació gràfica en pantalla, del preu màxim establert, del tipus de servei i identitat del titular i per últim, de si es tracta d'un servei dirigit a més grans de 18 anys.

Després de la trucada cal comprovar la factura del telèfon, ja que ha de venir desglossada, amb la identificació del prestador del servei, el número de tarificació addicional marcat, l'hora i la durada de la trucada, així com l'import facturat.

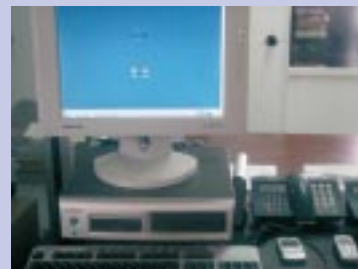
Els prefixos de veu 803, 806 o 807, seguits de les xifres 0, 1, 2, 3, 4 i 5 són de lliure accés i podem sol·licitar-ne la desconnexió a la nostra companyia operadora (la que ens

factura el servei) que ha de fer efectiva en un termini màxim de 10 dies a partir de la data de sol·licitud.

Els prefixos de veu 803, 806 o 807, seguits de les xifres 6, 7, 8 i 9 no són de lliure accés, així com el 907 de connexió a Internet. S'ha de sol·licitar a la nostra operadora la connexió o l'alta per poder accedir-hi.

Un cop sabut això, se'ns port plantejar la necessitat de reclamar la facturació. No dubteu en dirigir-vos a nosaltres. Us informarem de tots els passos a seguir per tal que la vostra reclamació sigui conduïda a bon port i d'aquesta manera, estalviar-vos sorpreses innecessàries com la suspensió o interrupció del servei de telefonia bàsic.

(informació extreta de l'opuscle "Consells pràctics d'ús dels serveis de tarificació addicional (803, 806, 807 i 907)", editat per l'Agència Catalana del Consum).



Drets i deures en relació a la salut

Com ja us vam dir, a cada butlletí anirem desglossant i explicant els drets i deures en relació amb la salut i l'atenció sanitària. Començarem pel primer.

Drets relacionats amb la igualtat i la no-discriminació de les persones. Es concreten en tres apartats:

- Dret a l'atenció sanitària i als serveis de salut.
- Dret a gaudir, sense discriminació, dels drets reconeguts en aquesta carta.
- Dret dels col·lectius més vulnerables davant d'actuacions sanitàries específiques.

Els dos primers punts són molt clars. El tercer es refereix a l'atenció especial, ja sigui facilitada de forma habitual o bé puntual a grups de persones que, per les seves característiques, ho necessiten: determinats malalts crònics, discapacitats, afectats per un brot epidèmic, etc.

Llistes d'espera per a proves diagnòstiques

Finalment sembla que el Departament de Salut vol posar-se a treballar en una qüestió que la C.U.S. ja fa temps que denuncia, les llistes d'espera per a proves diagnòstiques, que actualment donen intervals com, per exemple, més de 7 mesos per a una mamografia, 6 per a una ecografia o 9 per a un estudi del son.

Quan, ja fa uns anys, en l'anterior legislatura, es va establir el període de garantia per un llistat determinat d'intervencions quirúrgiques, a part de celebrar-ho, ja vam advertir que es feia necessari fer una cosa semblant amb les proves. Posteriorment el llistat d'operacions s'eixamplà i es modificaren els temps d'espera dels procediments, però les proves seguien sent un tema intocable, amb programacions molt dilatades, cosa que sovint ocasionava retards diagnòstics que, algunes vegades, significaven una demora en l'aplicació dels tractaments adequats i, amb freqüència, un empitjorament del pronòstic per al malalt.

Ara la consellera s'ha compromès a oferir, a finals d'aquest any, una espera màxima de tres mesos per a tretze de les proves que acumulen més retard. En conseqüència, un decret garantirà el dret des ciutadans, que podran reclamar en cas d'incompliment. A part queden els casos de sospita ferma de càncer, per als quals ja existeix un circuit que no ha de durar més d'un mes.

Ara només ens queda esperar que el programa es posi en marxa i que funcioni, i dir que lamentem que encara hàgim d'esperar fins a finals d'any perquè s'engegui. Un cop implantat, caldrà però fer-ne el seguiment, ja que, en el cas de les intervencions quirúrgiques en garantia, podem constatar que hi ha casos de persones que ja l'han exhaurida i encara no han estat avisades per operar-se.

Finalment, va ser motiu de satisfacció que el proper objectiu, per al 2007, sigui comprometre també un temps d'espera màxim per a les visites d'especialistes, un altre dels punts negres que la nostra entitat posa sobre la taula sempre que en té l'oportunitat.

Què fem amb els polls?

Els polls són uns petits insectes –no passen dels 3 mm. de longitud– que només es troben al cap de l'ésser humà; no poden niar en cap altra part del cos ni en altres espècies. De fet, del cap no en poden viure allunyats més de 48 hores. Tenen una forma ovalada, sis potes en forma de ganxo i un color que pot anar del transparent fins al gris clar, cosa que dificulta la seva visió sobre els cabells, especialment si són rossos o castanys. S'alimenten de la sang del cuir pilós després d'haver injectat una substància anestèsica a la pell.

Aquests paràsits afecten a persones de qualsevol edat; si els nens se'n veuen més perjudicats és únicament perquè actuen de maneres que faciliten el contagi: contacte directe entre els seus caps i ús comú de pintes, gorres i altres objectes. És també a través dels infants que alguns adults se'n solen veure afectats, especialment pares i educadors.

Com que és molt difícil veure'ls a simple vista, convé estar atents als senyals que indiquen l'aparició dels polls:

- Presència al cabell d'una espècie de caspa que no se'n va ni rentant ni raspallant: es tracta dels ous del paràsit, les anomenades llèmenes, molt ben adherides per una substància que elles mateixes elaboren.
- Inflamació i picor freqüents, sobretot al clatell, rere les orelles i a la coroneta, que són les zones on es concentren més quantitat de paràsits.
- Petites protuberàncies vermelles a la pell del cap, entre els cabells, que poden supurar i fer crosta.

Per eliminar-los s'ha de fer un tractament aplicant una loció i/o xampú especial que erradiqui tant els polls com les llèmenes. A més, s'han d'arrencar totes les llèmenes possibles passant sovint pel cabell una pinta de pues ben fines, que arrossegui el màxim d'ous cada vegada; així evitem que en neixin polls adults.

Per evitar el nou pas de paràsits des dels objectes que hagin estat en contacte amb el cap (gorres, barrets, coixins, coixineres...), cal rentar-los en aigua molt calenta o bé guardar-los en una bossa de plàstic tancada hermètica durant dues o tres setmanes.

És important comunicar que s'ha estat infestat, sobretot en el cas dels nens a les escoles, per tal que puguin extreure les mesures de prevenció del contagi (no compartir pintes, gorres, etc.) i perquè les altres famílies puguin observar si els seus fills també en tenen i llavors actuar en conseqüència.

Per acabar, hem de dir que el que no té cap utilitat són els xampús de caràcter pretèsament preventiu, d'aplicació a persones que no tenen els paràsits. En aquest cas, com hem dit, l'únic que es pot fer és limitar les possibilitats de contagi evitant els contactes directes de risc.

Models, talles i salut

Vivim en una societat que sobreprotegeix els nens, entre altres coses perquè tenir-los és una tria, no una conseqüència inevitable. La majoria de famílies del nostre entorn perden l'oremus quan un petit arriba al món: tot és poc per a ell. Mireu anuncis de la tele i veureu missatges com aquests: *bolquers perquè mai no estiguin mullats i no s'encetin, fairinetes perquè creixin feliços i forts, joguines perquè desenvolupin no sé quants talents...* en voleu més?, doncs busqueu i segur que en trobeu un munt. Tot fantàstic; si has tingut un fill i has seguit tots aquests consells publicitaris, al cap de 12, 13 o 14 anys hauries de tenir un preadolescent o adolescent a punt de caramel; ara, si el que vas tenir va ser una filla corres el risc que el caramel en qüestió se't trenqui a trossos. Per què? Doncs perquè els anuncis de conilletes barrejats amb criatures tendres i ben alimentades en què la vostra nena s'emmirallava, han estat substituïts per altres en els quals les protagonistes també són felices i somriuen –a causa de la bondat d'uns tampons o compreses, per la gran versatilitat d'un cotxe petit i fàcil de conduir, per la primavera que arriba abans a no sé quins magatzems...– però, ai las! estan indefectiblement primes, seques, trencadisses. I llavors, la vostra princesa potser recordarà el conte de la Ventafocs i voldrà que li entri, no la sabateta de cristall, que ara ja som molt moderns, sinó aquells pantalons tan arrapats, aquelles samarretes tan ajustades o aquelles faldilles que mostren unes cametes com pals. I amb aquest conte tan dolç al cap, alguna d'aquestes criatures pot convertir en fixació ser com les de la pantalla, i si és així farà el que sigui per aconseguir-ho: menjar menys, no menjar o, si cal, vomitar. Arribats aquí, tots els esforços i els diners gastats en llets de creixement, revistes per a ser bons pares o col·leccions de vídeos amb finals edificants, no hauran servit de res, tindreu un ésser que no s'agrada, que se sent malament en el seu cos i, el que és pitjor, que pot acabar perdent la salut, tant la física com la psíquica.

Abans que ningú m'ho retregui ja ho diré jo: no totes les joves netes es troben en aquesta situació, però unes quantes, cada dia més, sí, i això ja hauria de ser un motiu suficient perquè, tots plegats, ens ho prenguéssim més seriosament. De fet, el problema depassa els límits de l'adolescència i, en diversos graus d'intensitat, afecta un gran nombre de dones de totes les edats, cosa que no resulta estrany si tenim en compte que el bombardeig que rebem és múltiple, ja que, a part dels anuncis televisius a què abans he alludit, hi ha altres exèrcits de la pell i l'os que ataquen per totes bandes: actrius de cinema, presentadores de televisions, imatges a revistes i catàlegs de moda i, òbviament, les joies de la corona, les models de passarel·la. Per si fos poc, encara existeixen uns atacs practicats de més a prop, a cada cantonada: la mins a oferta de talles de les botigues d'una gran part de les cadenes que, de forma aclaparadora, copen el mercat d'aparadors dels centres comercials i dels principals carrers de les nostres ciutats.

Hi ha tant a dir que haurem d'anar a pams i mirar-nos cada un dels fenòmens esmentats més amunt. Podem començar per les models, aquestes noies cada vegada més seques i esquilides, vertaders sacs d'ossos que haguessin mogut a commisseració qualsevol persona assenyada fins fa uns quants anys, en una espiral de bogeria que va començar cap als anys 60 amb la Twiggy i no s'ha aturat. El que no em val és que em diguin que aquestes dames són "impossibles, inabastables de tan belles". Mirin, tant de bo ho fossin d'impossibles, perquè llavors ni elles mateixes ni milers de dones perderien la salut per esdevenir el

que, amb molt d'encert, l'Albert Om en un article a l'Avui, qualificava de penjadors amb cames, afegint, i hi estic d'acord, que deu ser molt més fàcil no haver d'adaptar la roba a cossos reals i sans, amb les corbes naturals. Tampoc no accepto que em diguin que les maniquís sempre han estat primes, perquè els haurem de contestar que sí, que primes, però no esquelètiques que és com estan ara; ¿o és que ens volen fer creure que és normal que una cuixa ens mostri la forma d'un fèmur o un braç la d'un húmer? Quan això passa, senyores i senyors, és perquè no només s'ha perdut tot el greix, sinó que també s'està perdent la massa muscular. En definitiva que no ens diguin que són belles perquè, ho sento, no només no ho són, sinó que el seu cos és lleig, cosa que ens fa arribar a un cas d'alienació màxima: no és que, com sempre havia passat, hàgim de voler assemblar-nos a les belles –que ja és prou dur i injust, perquè no tothom neix igual d'agraciat–, sinó que ara resulta que hem de perdre la salut per intentar emular físics que, com he dit abans, en qualsevol moment històric menys el que ens ha tocat patir, haguessin estat considerats ben lluny d'uns criteris habituals de bellesa. Perquè una altra moto que no ens hem de deixar que ens venguin, i perdonin el col·loquialisme, és que "abans els agradaven grasses" i ens retreguin, sempre, les pintures de Rubens, ja que resulta que també hi havia les fines dames de Boticelli, les esbeltes proporcions de la Victòria de Samotràcia o la Venus de Milo o la menuda figura de la "maja desnuda": cap d'elles era grassa, totes eren primes, però cap cadavèrica.

Per si no fos prou problema que aquestes pobres noies –per cert, cada cop més joves, gairebé nenes, no fos cas que haguessin adquirit alguna forma realment femenina– esdevinguin icones a imitar, ens trobem amb el tema del tallatge. Gairebé totes les cadenes de moda, sobretot si es tracta d'allò que anomenem moda jove, fabriquen les seves peces entre la 34 i la 44 com a màxim, amb algunes excepcions que arriben a la 46 i altres que no passen de la 42. Això quan no opten per les talles de lletres i ho liquiden amb S, M, L i XL. En aquest darrer cas, la inducció a la confusió i la perversió de qualsevol estàndard lògic està a l'ordre del dia, perquè resulta que es pot dir L –gran– a una prenda apta per a una dona de la talla 38-40, i XL –supergran!–, a un jersei apte per a una persona que pot gastar una talla 42! Volen dir que no ens hem begut l'entenent tolerant impunentment aquesta follia?

Mercè Cruells i Salla. *Metgessa*
Coordinadora d'Usuaris de la Sanitat i Consum (CUS)



CONVENIS AMB AJUNTAMENTS

A finals de l'any passat, vàrem signar un conveni amb l'Ajuntament d'Olesa de Montserrat, per tal de realitzar en aquesta població la informació, assessorament i resolució de conflictes en matèria de consum.

Per a nosaltres, aquesta és una tasca molt emprenedora alhora que enriquidora, i per això som a les portes de tancar nous convenis amb altres ajuntaments. En propers INFOCUS, sereu informats.

XERRADES per a grups de joves i grans

Seguim donant xerrades a grups de joves d'escoles i instituts. Cada cop són més les institucions que ens demanen aquest servei, i per tant, cada cop arribem a més nois i noies de tot arreu, per tal d'explicar-los d'una manera clara i amena, qüestions d'actualitat relacionades amb el consum i la salut, ensenyant-los a ser crítics alhora que responsables.

Així mateix, també continuem oferint xerrades per a persones de casals de gent gran. Els temes tractats tenen a veure tant amb la seguretat alimentària, com amb el coneixement del propi cos.

infoCUS

■ Equip de redacció

Dolors Bascompte
Mercè Cruells
Lluïsa Jambert
Carme Sabater

■ **Disseny:** Jesús Pita
jesus@landibar.com

■ **Impressió**
Comgrafic, s.a.

■ Col.laboren



Generalitat de Catalunya
Agència Catalana
de Seguretat Alimentària

Generalitat de Catalunya
Departament de Comerç,
Turisme i Consum

ODONTOCUS

Aquest és un nou projecte, per a nosaltres molt engrescador i que actualment ja està en marxa. Es tracta, a grans trets, de proporcionar atenció odontològica, prèvia valoració de la seva situació, a persones sense suficients recursos econòmics.

Des de fa temps la CUS ha detectat una demanda social que ve tant dels professionals de treball social d'arreu de Catalunya, com d'entitats que treballen per persones amb un poder adquisitiu precari; en ambdós casos ens plantegen que no poden donar cap mena de solució a les sol·licituds d'ajut que reben per temes d'odontologia.

Valorant aquesta necessitat, vam creure que calia donar resposta a una demanda sanitarisocial en augment i generadora d'inequitats, ja que tractant-se d'una prestació no coberta pel sistema públic de salut, hi ha una part significativa dels ciutadans que no la pot rebre, mentre que la resta sí que hi pot accedir gràcies a tenir un millor poder adquisitiu.

Per tot això neix ODONTOCUS.

Val a dir que els professionals sanitaris, tant odontòlegs com protèsics, que treballen amb nosaltres en aquest projecte, ho fan de manera voluntària i sense obtenir guanys. A més s'ha contractat una persona que treballarà de recepcionista / administrativa, a la mateixa consulta. Tampoc volem oblidar la col·laboració del Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya. A tots ells els volem donar el nostre agraïment més sincer per haver fet entre tots, possible aquest projecte. Les persones que han de ser ateses, seran derivades pels treballadors socials i odontòlegs del diversos centres d'atenció primària (CAP), distribuïts pel territori català. Els professionals hauran de tenir en compte, a l'hora de fer una derivació, que els usuaris compleixin uns protocols que valoren aspectes de salut, socials i econòmics.

Esperem que ODONTOCUS serveixi com a eina per poder atendre aquella part de la societat que més ho necessita.

FES-TE SOCI* DE LA COORDINADORA D'USUARIS DE LA SANITAT -CUS-

Nom i cognoms DNI

Professió Domicili

Codi Postal Ciutat Tel

Titular compte

Autoritzo el Banc o Caixa Agència

Carrer Ciutat

perquè a partir d'aquesta data, pagui amb càrrec al meu c/c-estalvi
els rebuts lliurats per la C.U.S. a nom d

..... de de 20 Signat

* Quota ordinària: 18€ anuals. La 1a anualitat, si va acompanyada de visita mèdica i/o social, serà de 30€.