

Polítiques de prevenció de malalties cròniques

El coneixement de l'epidemiologia, especialment a partir dels anys 60, ens ha posat de manifest l'augment registrat d'algunes malalties cròniques en les darreres dècades, evidenciant la necessitat d'establir polítiques de prevenció al respecte. En aquest sentit, són cada dia més les nombroses evidències que indiquen que una dieta desequilibrada constitueix un clar factor de risc per a l'aparició i posterior desenvolupament d'un gran nombre de malalties, causants d'una important morbiditat i mortalitat en països desenvolupats.

El baix consum d'aliments d'origen vegetal associat a un canvi d'estils de vida, amb menys activitat física i una menor despesa calòrica fa que els hàbits alimentaris en l'actualitat, evolucionen cap a un major consum d'aliments d'origen animal, productes refinats i d'alta densitat energètica.

Això fa pensar que si no es prenen mesures –tenint en compte els coneixements sobre la relació entre dieta i salut– augmentarà l'incidència de malalties cròniques.

Per sort hi ha un consens respecte al patró dietètic més saludable, és evident que hauríem de prendre les mesures necessàries en l'àmbit de la salut pública per modificar aquest patró.

No consisteix només a posar a l'abast de la població els aliments, sinó en actuar en qualsevol àmbit de l'alimentació (des de la producció, processament o emmagatzemament, distribució, fins al consum final de l'aliment). D'aquesta manera a través d'accions tan variades com l'educació alimentària, la fortificació de certs aliments i la regulació d'altres podem actuar positivament sobre la salut de la població. En aquest sentit l'EAP Sardenya i Mercats de Barcelona ha creat un seguit d'iniciatives, per tal de promoure hàbits de vida saludable fomentant una alimentació equilibrada basada amb el producte fresc de temporada.

Aquesta iniciativa té tres vessants.

1- Estudi hàbits saludables i de compra dels usuaris del CAP Sardenya.

Té com objectiu avaluar la relació entre els hàbits de compra i els hàbits alimentaris dels usuaris adscrits al centre, mitjançant un estudi descriptiu observacional.

2- "Rutes saludables", nom sota el qual es realitzen unes visites guiades en els Mercats de Barcelona que estan destinades a orientar als usuaris sobre les millors opcions de compra

en funció de les necessitats que requereixi la seva dieta. Aquestes rutes han estat creades i conduïdes per un dietista dels Mercats de Barcelona en col·laboració amb els sanitaris del centre.

Inicialment hem proposat tres rutes:

1ª Ruta de la Dieta Mediterrània. Destinada al públic en general i de totes les edats.

Es pretén donar a conèixer els productes de la dieta mediterrània i com s'estructuren en una dieta equilibrada tenint en compte la piràmide alimentària.

També es fan recomanacions per grups d'aliments segons les seves propietats.

2ª Ruta del pes. Tenint en compte l'augment de la prevalença de l'obesitat en la nostra societat, aquesta ruta està destinada a orientar a persones amb sobrepès o obesitat o bé per aquelles que les tinguin al seu càrrec.

3ª Ruta de la diabetis. Una bona alimentació en pacients amb diabetis tipus II és indispensable en els seguiments de la malaltia i per a la prevenció de les complicacions.

Tanmateix, la dieta d'aquests pacients representa un repte pel seu elevat índex de fracassos degut a la complexitat i baix compliment. L'objectiu és reforçar el missatge que es dona des de l'atenció primària referent a l'alimentació, intentant modificar hàbits alimentaris.

3- Accions formatives als comerciants dels mercats, aquesta iniciativa té per objectiu formar adequadament al comerciant sobre les propietats dels productes que posa a la venda, d'aquesta manera pot orientar al consumidor en la compra del producte fresc de temporada i saludable.

Judith Vila

Diplomada en Infermeria

Posgrau en dietètica i nutrició humana

Seguretat i traçabilitat dels productes

Estem segurs del que mengem?

En els darrers anys, la seguretat alimentària a esdevingut un tema de màxima prioritat a tots els països del món. Les vaques boges, la grip aviar o la retirada d'aliments en mal estat han aclaparat les portades dels mitjans de comunicació i han fet augmentar les alarmes en el sector. A fi i efecte de donar a conèixer les darreres novetats es aquesta matèria, recentment es va celebrar al ID Fòrum, el II Forum de la Seguretat i la Traçabilitat dels productes a Barcelona, que va reunir als principals agents de la indústria. El ID Fòrum es l'únic certamen del sector a Espanya sobre seguretat alimentària i traçabilitat que es planteja tenint en compte la problemàtica i les sinergies que poden produir-se entre diferents sectors d'activitat.

La traçabilitat, de la granja a la taula

Precisament, per controlar aquest concepte de seguretat, existeix un procés que s'anomena **traçabilitat**, que es la capacitat de seguir el rastre de qualsevol tipus d'article o producte a través de les diferents etapes de producció, transformació i distribució. Encara que, més enllà de l'alimentació, també ofereix importants aplicacions en altres sectors com el sanitari, cosmètica, joguines o puericultura.

Existeixen tres tipus de traçabilitat: **ascendent** (cap enrere), que permet conèixer quins són els productes que l'empresa rep, acotats amb alguna informació de traçabilitat (Lot, data de caducitat, consum preferent) i quins són els proveïdors d'aquests productes, **interna o de processos**, és la traçabilitat que duu a terme la pròpia empresa i **descendent** (cap endavant), que permet saber quins són els productes expedits per l'empresa, acotats amb alguna informació de traçabilitat (Lot, data de caducitat, consum preferent), així com conèixer la destinació i clients.

Així, el ID Fòrum va demostrar que l'aplicació dels sistemes de traçabilitat no només aporta avantatges a les companyies es els seus processos interns, sinó que també pot comportar importants **beneficis**

per al consumidor final:

- Poder confiar més en els productes que consumeixen o utilitzen
- Tenir la seguretat de que, en el cas d'alguna incidència, el producte implicat serà localitzat i retirat en el menor temps possible
- Poder escollir entre productes similars, però amb característiques de fabricació o de composició diferents o específiques
- Tenir la possibilitat de reclamar en cas de que un producte no ofereixi les característiques esperades
- Evitar el frau, al estar identificats els diferents actors de la cadena de subministrament
- Tenir la seguretat de que s'aplica la legislació vigent

La traçabilitat i la seguretat alimentària van centrar l'atenció del Fòrum i els diferents participants van analitzar el sector, després d'un any d'aplicació de la Llei sobre la seguretat alimentària, concluint que en un temps reduït s'han aconseguit importants fites en aquesta matèria. Un dels punts que més va destacar en el Fòrum va ser la **necessitat i preocupació del consumidor respecte de la seguretat alimentària**. Manifestant que es necessària una millora de la comunicació entre l'administració, les empreses i el consumidor, amb la finalitat d'apropar-li tota la informació necessària.

Novetats per a garantir la seguretat dels productes Els últims avenços per garantir una correcta gestió de la traçabilitat dels aliments estan relacionats amb les **noves tecnologies**. Nous aplicadors automàtics d'etiquetes, *software* de gestió de traçabilitat aplicables a tots els sectors (ERP –Planificació de Recursos Empresarials–, Producció, Qualitat, Manteniment, SGA –Sistemes de Gestió Ambiental–, EDI –Intercanvi Electrònic de Dades...) i els darrers dispositius en RFID, –Tecnologia d'Identificació per Radiofreqüència– van centrar les principals novetats que es van poder veure en el decurs del Fòrum.

Al mateix temps l'**Agència Catalana de Seguretat Alimentària** (ACSA) va presentar l'estudi *Exploració de les percepcions socials sobre la seguretat alimen-*

taria a Catalunya, on es donen a conèixer algunes de les opinions que tenen els consumidors vers aquest sector. Com a conclusió, es destaca que a

grans trets, la majoria d'ells estan segurs dels productes que els hi arriben a casa seva.

Font: ID Fòrum Barcelona

La seguretat i el preu dels productes

El reglament del Parlament Europeu i del Consell relatiu a les declaracions nutricionals i de propietats saludables en els aliments, ha suposat, entre altres qüestions, que l'etiquetatge dels productes alimentaris continguin informació vers aquests aspectes.

Una decisió que, en principi, sembla fàcil de dur a la pràctica, però que pel que fa a la implantació de l'esmentat reglament es un procés que pot ser complicat pel sector empresarial.

En aquests moments, en l'etiquetatge dels productes alimentaris, ja s'informa de les seves característiques, composició, procés d'elaboració, etc., i tot en diferents idiomes. Es correcte que tinguem informació detallada dels productes que consumim, de la mateixa manera que la tenim dels productes farmacèutics, ja que es tracta d'evitar possibles problemes i inconvenients als consumidors. En aquest sentit la seguretat alimentària ha estat en els darrers anys un dels objectius prioritaris de les polítiques de la Unió Europea, sobretot després del problema sanitari que es va viure arran del cas de les "vaques boges".

Tot i això, en la pràctica, i com a succeït en altres ocasions, la implantació d'un reglament pot ser realment complicada. Un producte es pot comprar en una botiga i es pot veure perfectament etiquetat. Aquest mateix producte es pot consumir en un altre tipus **d'establiment** públic, per exemple un bar o una cafeteria, sense que, evidentment, presenti cap tipus d'etiquetatge. No es imaginable un establiment d'aquestes característiques que situï cartells informatius a les parets explicant als seus clients les característiques dels productes que consumeixen.

Altre cosa fora que els productes que es poguessin consumir en aquests establiments estiguessin embolcallats de manera individual, i per tant, poguessin tenir alguna mena d'etiquetatge i d'aquesta manera donar compliment a les normatives de la Unió Europea.

Probablement per tal de complir amb les normatives de la Unió Europea sobre seguretat alimentària, l'envasat

per unitats de producte consumible és l'única via possible. Encara que hem de preveure que aquest fet suposaria un increment en el preu final del producte ja que el procés productiu, i específicament el procés d'envasat, pot resultar molt més costós.

També ens volem fer ressò de dos aspectes que certament son preocupants en tot el procés de reglamentació. El primer es que sembla que consumir productes alimentaris sense envasar pot resultar fins i tot "perillós" per la nostra salut i, el segon, es que acabarem pagant més pel mateix, tan sols pel fet de estar millor informats.

Centrant-nos en l'aspecte merament informatiu i per tal d'evitar paranoies respecte de si acabarem necessitant un nutricionista de capçalera o no, no ens hem d'oblidar de la possibilitat d'obtenir solucions a una gran part d'aquests dubtes a través d'Internet. Es a dir, si els productes que consumim i que d'entrada es suposa que han superat tots els controls sanitaris que pertoquen, fessin referència en el seu etiquetatge a una determinada adreça a Internet on s'ofereixi informació complementària sobre els productes en qüestió, aquesta podria ser una fórmula efectiva i útil per tal de complir amb alguns dels reglaments vigents sobre seguretat alimentària.

A tall d'exemple podem dir que no sabem fins a quin punt es realment necessari que en l'etiqueta d'una botella d'aigua consti l'anàlisi químic detallat del seu contingut. Si el consumidor vol o necessita coneix-se'l per qualsevol motiu el podria trobar a la pàgina web del fabricant. Només caldria que en l'etiquetatge del producte hi hagués el codi i el lot del producte per tal d'accedir a la informació que interessa. A més, també hem de valorar que aquesta fórmula col·laboraria en el desenvolupament sostenible del planeta ja que suposaria un estalvi de paper i tinta al imprimir menys etiquetes en el procés d'envasat.

Per tant i finalment, hem de dir que per complir amb el reglament i evitar l'encariment dels productes que consumim, calen se'ns dubte, solucions creatives.

Font: A. Benedicto/Noticies.com

Com reclamar en l'àmbit dels serveis financers

Si tenim qualsevol queixa contra una actuació determinada d'una entitat financera (bancs, caixes.....) que creiem que en sortim perjudicats o bé, tenim queixes pel mal funcionament, esperes innecessàries o manca d'atenció al client, hem de saber que hi han uns mecanismes regulats de reclamació que cal conèixer.

Primer de tot es necessari reclamar davant l'entitat qüestionada, dirigint-nos al Servei d'Atenció al client i en cas que aquest servei no contesti o no estiguem d'acord amb la seva resposta, ens podem dirigir a la figura del Defensor del Client que cada entitat ha de tenir.

Aquests Departaments tenen dos mesos per a contestar les reclamacions. En cas que no contestin o que la resposta no ens resulti satisfactòria, encara tenim la possibilitat de dirigir-nos als Serveis de Reclamació del Banc d'Espanya, a la Comissió Nacional del Mercat de Valors i a la Direcció General d'Assegurances i Fons de Pensions, segons quina sigui la naturalesa del producte o servei que es reclama.

Banc d'Espanya: per incidències en relació a productes i serveis bancaris (dipòsits, préstecs personals, hipoteques,...) comercialitzats per entitats de crèdit (bancs, caixes, cooperatives de crèdit, establiments financers de crèdit, sucursals situades a Espanya d'entitats de crèdit estrangeres...), y altres qüestions que es derivin de l'actuació de les societats de taxació o dels establiments de canvi de moneda.

Comisión Nacional del Mercado de Valores: incidències en relació amb productes o serveis d'inversió, amb independència de que l'intermediari sigui una empresa de serveis d'inversió o una entitat de crèdit.

Direcció General d'Assegurances i Fons de Pensions: qüestions relacionades amb contractes d'assegurances i plans de pensions que es derivin de l'actuació d'entitats asseguradores, gestores de fons de pensions i mediadors d'assegurances.

Si necessiteu qualsevol informació relacionada amb aquest tema, no dubteu en posar-vos en contacte amb nosaltres.



La televisió digital terrestre (TDT)

De la TDT ja en varem parlar en d'altres butlletins, però pensem que és un tema prou important i de molta actualitat, com per tornar a parlar-ne i de pas, refrescar-ne la memòria.

Recordem que és el nou sistema d'emissió de la televisió, que substituirà al sistema analògic emprat fins ara i que desapareixerà a partir del 2010. La TDT és una televisió gratuïta i millorada amb més canals i major qualitat d'imatge i so. A més podem triar l'idioma o veure la durada dels programes. També hi hauran serveis interactius on es podrà participar en concursos, programes, jocs....

Per a poder rebre la TDT cal:

- Comprovar si la nostra zona geogràfica ja té cobertura, a través de o consultant un instal·lador habilitat.
- Revisar si la instal·lació de l'antena està preparada per la TDT. Això ens ho farà un instal·lador degudament registrat per la Generalitat de Catalunya.
- Disposar d'un equip adequat que permeti rebre el senyal digital, mitjançant un descodificador o bé un televisor amb el receptor de la TDT integrat.

Cada descodificador només serveix per a un aparell, així que caldrà un receptor per a cada aparell de televisor que es tingui a casa.

Hi ha dos tipus de descodificadors:

- Bàsic: que permet sintonitzar els canals però no els serveis afegits.
- Interactiu: a més de descodificar els canals de televisió, permet la recepció de continguts interactius i operar amb aquests.

Si no es volen tenir receptors, es pot optar pels Televisors Digitals Integrats. En hi ha de dos tipus: els DVB-T, que només reben els canals de TV i els MHP que a més, poden rebre els serveis interactius.

RECORDEU:

AL 2010 HI HAURÀ L'APAGADA ANALÒGICA. PER TANT ÉS IMPORTANT QUE S'ADEQUIN LES ANTENES I S'ADQUIREIXIN ELS RECEPTORS AMB ANTERIORITAT.

Nova Reglamentació d'inspecció obligatòria d'instal·lacions de Gas Natural

El passat 4 de març de 2007 va entrar en vigor el **Reial Decret 919/2006** pel qual es va fer públic el nou Reglament Tècnic de distribució i utilització de combustibles gasosos i les seves instruccions tècniques complementàries.

Ens agradaria comentar-vos les **novetats principals** d'aquest nou text i que creiem que poden ser del vostre interès:

- Es substitueix el doble sistema existent fins ara d'Inspecció+Revisió pel **d'Inspecció Obligatòria única**, que és d'obligació i inclou des de la comprovació de la instal·lació receptora fins els aparells de gas.

- Aquesta Inspecció Obligatòria continua sent responsabilitat de la Distribuïdora i recau en el client, l'obligació de mantenir la instal·lació i reparar els defectes que s'hi hagin detectat.
- Si abans, la Inspecció era preceptiva cada quatre anys a comptar des de la data de l'anterior, amb la nova reglamentació, la **Inspecció Obligatòria es farà cada 5 anys, dins l'any natural que li correspongui.**

L'empresa Distribuïdora té dret a repercutir els cost de la inspecció al client, amb els imports fixats per la Generalitat de Catalunya.

Veritats sobre el Cacau

La civilització maia va començar a conrear l'arbre del cacau fa més de 2.000 anys. Ells l'utilitzaven com a moneda (**ametlla del diner**) i com aliment, per les seves qualitats nutritives. Per la cultura asteca el cacau era un regal dels déus, rebut a través de Quetzalcóatl, el seu déu de la cultura i jardiner del paradís. Quan Hernàn Cortés va arribar a la costa de l'imperi asteca, el van rebre com una divinitat i li van oferir en un got d'or l'**aliment dels déus, reservat a persones d'alta posició social**. Cristòfol Colom ancorat a l'illa de Guanaja, davant les costes d'Hondures, va rebre com a present del habitants d'aquesta illa unes petites nous ovalades de color marró. Amb elles s'elaborava la xocolata, una beguda de gust molt fort que aportava una gran energia i vitalitat.

Un cop a Europa, es comença a endolcir amb mel i, una mica més tard, amb sucre. A final del segle XVIII es comença a preparar amb llet i sucre, i les dames franceses posen de moda els **bonbon**, trossets de xocolata per picar entre hores. A partir del segle XIX es comença a fabricar la xocolata en forma de rajola.

La qualitat d'una xocolata ve determinada per l'origen i el percentatge de components de cacau,

la resta d'ingredients i el procés d'elaboració. **Les xocolates més bones són les que contenen un**

alt percentatge de cacau i mantega de cacau i les que se sotmeten a un procés anomenat conxatge.

Beneficis per la salut

La xocolata conté: àcid oleic, àcid esteàric, àcid palmític, molta fibra, antioxidants naturals com ara els **polifenols** (el més abundant dels quals són els **flavonoides**), estimulants com la **teobramina** i la **cafeïna**, substàncies que augmenten la secreció de **serotonina** (hormona de la felicitat) i de **endorfines**.

Això fa que **la xocolata ens protegeixi el cor, el sistema cardiovascular, la tensió arterial, millori els nivells de colesterol, tingui efectes estimulants (més dèbil que els del cafè), efectes antidepressius, reforci el sistema immunitari i augmenti el plaer i la felicitat.**



La amanida d'hivern

Ingredients

- 1 Escarola
- 2 Poma
- 6 nous
- 2 ous
- 1 grapat de panses
- Oli verge extra
- Salsa de soja (substitutiu de la sal)
- Suc de llimona
- Crema de llet o iogurt

Elaboració

Coure els ous. Tallar més o menys fina l'escarola i les pomes. Picar les nous i els ous duus. Posar-ho tot en un recipient fondo. Afegir-hi les panses.

Barrejar en una tassa l'oli, la salsa de soja (poqueta), el lacti (crema de llet o iogurt) i el suc de llimona. Amanir-ho just abans de servir.

Cal tenir en compte que la crema de llet aporta molts greixos animals poc recomanables, en canvi el iogurt aporta bífids actius molt convenients per a la flora intestinal i pot ser descremat.



Un nou estudi destaca l'abús del consum de suc de fruites industrials en nens i joves

A l'hora d'apaivagar la set disposem d'una ampla gama de begudes amb grans diferències des del punt de vista nutritiu. Els suc de fruites es consideren begudes nutritives pel seu contingut en fructosa (sucre de la fruita), vitamines i sals minerals.

Els suc comercials són una font important de nutrients, o si més no de calories. Es molt important llegir sempre les etiquetes abans de comprar una beguda. Segons els ingredients que conté cada producte, podem parlar de : **suc naturals, suc conservats, suc ensucrats, suc gasificats i nèctars de fruites**. Segons el procés emprat en la elaboració podem parlar de : **suc simples de fruita, suc concentrats, suc deshidratats i suc frescos**.

Darrerament un informe de la Acadèmia Americana de Pediatria (AAP), la principal autoritat mundial en matèria de salut infantil constata un consum excessiu de suc comercials, en especial per part dels nens i joves, i alerta als progenitors i pediatres de que els suc no són sempre la opció més saludable. El consum excessiu de suc es pot associar amb diarrees, flatulències, empats, dolor abdominal, caries, sobrepès i malnutrició. Recomanen que els nens de 1 a 6 anys no en prenguin més de 200 ml (un got) diari i a partir dels 6 anys no més de 2 gots diaris. Recorden també que no resulten un aliment líquid apropiat en cas de diarrea o deshidratació.

Des del punt de vista nutritiu no substitueix completament a la fruita sencera. En canvi, si que es considera una alternativa saludable al consum de begudes refrescants, generalment més calòrics i menys nutritius. Una de les propostes seria **promocionar el consum d'aigua i de llet**, considerades begudes fonamentals per a la dieta infantil.



Virus del Papil·loma humà

El virus del papil·loma humà (VPH) és l'agent causal de la malaltia de transmissió sexual (ETS) més freqüent a nivell mundial. El VPH es troba:

- 100% càncer de cèrvix
- 30-70 % c. de vulva
- 40-50% c. vaginals
- 40-80% c. de penis
- 90 % tumors del canal anal
- 12-25% càncer de la cavitat oral i orofaringe

La presència del virus és una causa necessària però no suficient per al desenvolupament del càncer de cèrvix i les seves lesions precursors. La major part de les infeccions cursen de forma sistemàtica

- El 80-90% dels casos es resolen espontàniament, mentre que els casos restants evolucionen a lesions displàsiques o neoplàsia.

Espanya es un dels països amb una menor incidència i mortalitat per càncer de cèrvix (2002): 7,6 nous casos / 100.000 dones / any.

La magnitud de l'efecte de la immunització en la incidència de càncer de cèrvix només es podrà observar a llarg termini, atesa la llarga latència de la infecció pel VPH fins a desenvolupar la malaltia. La vacuna és preventiva i efectiva per a prevenir lesions si s'administra abans de la infecció, però no

modifica l'evolució de la malaltia un cop s'ha produït el contagi. S'està investigant el desenvolupament de vacunes terapèutiques.

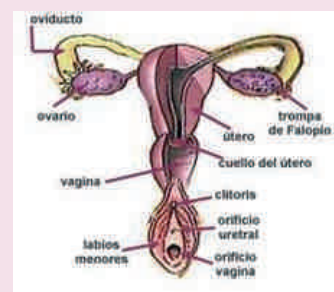
Cal la immunització en la preadolescència abans de l'inici de l'activitat sexual. El Consejo Interterritorial ha aprovat la inclusió de la vacuna del VPH en el calendari de vacunacions del Sistema Nacional de Salut consistent en vacunar: nenes entre 11 i 14 anys. La vacunació s'implantarà abans de 2010 segons necessitats, prioritats i logística de cada Comunitat Autònoma.

La vacunació no pot substituir l'adopció de mesures preventives per a evitar el contagi d'infeccions de transmissió sexual. Cal fer ús de les recomanacions dels experts: Seguir investigant.

Seguir recomanant la utilització de preservatius.

La realització periòdica de una citologia del coll de la matriu com a diagnòstic precoç del càncer (cribatge de càncer de cèrvix), en dones sexualment actives.

Fer educació sanitària i sexual.



Agraïment

Em plau d'allò més fer aquesta carta d'agraïment, perquè em sembla que el fet que la motiva s'ho val i cal que en quedi constància escrita.

Abans, però, permeteu-me que faci una mica d'història. Com que vaig treballar uns quants anys a la CUS, sempre he mantingut una excel·lent relació d'amistat amb les meves ex-companyes de feina. Per això, em van explicar que tenien un projecte ambiciós i era obrir un consultori odontològic adreçat sobretot a persones amb pocs recursos, i que comptaven amb la generosa col·laboració de dentistes voluntaris i el Departament de Salut.

A dia d'avui, aquell projecte és una esplèndida realitat de la qual n'he estat testimoni i n'he rebut el benefici, perquè els dentistes joves que m'han atès, han tractat el meus problemes dentals amb gran delicadesa i una paciència infinita.

A ells els ho vaig agrair personalment però, em sembla que és just que els lectors d'aquesta publicació n'estiguin al corrent.

CUS, moltes gràcies per tot

Rosalia Navarro

CUS Lleida

La Delegació de Lleida amb el suport de la Regidoria de Comerç, Mercats i Consum de l'Ajuntament de Lleida ha realitzat durant el darrer trimestre de l'any 2007, cinc tallers-conferències sobre el tema "Alimentar-nos correctament quan som grans", i cinc tallers-conferències de "L'ordre de la compra i la seguretat dels aliments a la llar" en diversos casals de la ciutat. També s'han realitzat en varis instituts de secundària de la ciutat, cinc tallers de "Necessito el que compro" i cinc tallers sobre "Les mil i una talla".



LA CUS ÉS A:

CUS – Salut, consum i alimentació.

Av. Portal de l'Àngel 7, Àtic ABC - 08002 BARCELONA

T/ 933 024 138

E-mail: usuarissanitat@telefonica.net

Web: cus-usuaris.org

CUS LLEIDA

Complex La Caparella

Edifici Gerencia s/n 1º - 25001 LLEIDA

T/ 973 270 720

E-mail: cuslleida@cuslleida.e.telefonica.net

CUS MOLLERUSSA

El Canal s/n. Edifici Sant Jordi - 25230 MOLLERUSSA

T/ 973 712 758

E-mail: cuslleida@cuslleida.e.telefonica.net

infoCUS

■ Equip de redacció

Dolors Bascompte
Mercè Laborda
Lluïsa Jambert
Carme Sabater

■ Disseny: Jesús Pita

jesus@landibar.com

■ Impressió

Comgrafic, s.a.

■ Col·laboren



**agència catalana
del consum**



Generalitat de Catalunya
**Agència Catalana
de Seguretat Alimentària**



Generalitat de Catalunya
**Departament de Comerç,
Turisme i Consum**

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 €.