

fersalut

La revista del vostre equip d'Atenció Primària



Atenció Primària
Vallcarca - Sant Gervasi

www.fersalut.cat

www.aprimariavsg.com



PALLAPUPAS:

somriures contra la malaltia

Nosaltres tenim LA CLAU



A l llarg del 2011 les editorials de Fer Salut van parlar sovint de la crisi. Si us hi fixeu, en canvi, el 2012 estem parlant més de viure amb el que hi ha, sense perdre'ns en lamentacions, i de mirar endavant.

El sistema del benestar ens ha assegurat l'accessibilitat a uns recursos sanitaris, socials, educatius i judicials, de manera universal i gratuïta (entesa com que no es paga directament sinó mitjançant el nostres impostos). I això ens diferencia clarament a Europa del sistema lliberal nord-americà. Però ara ens ho estan tocant i no sabem cap a on va tot plegat. El que sí sabem és que ens haurem d'organitzar millor. L'administració haurà de gestionar molt bé els recursos de què disposa, i els haurà de distribuir encara millor per arribar allà on sigui vital fer-ho. La societat, per la seva banda, haurà de fer un pas endavant per cobrir les mancances que es detectin. Paraules com cooperació, col·laboració, voluntarisme, treball en xarxa, solidaritat, etc., adquiriran en els propers temps encara més significat.

LA IMPLICACIÓ DE LA SOCIETAT

El resum del que haurem de fer és: allà on no arribin els recursos públics, hi haurem d'arribar nosaltres. És evident que tota la lluita social dels darrers 50 anys no se'n pot anar en orris per una crisi de la qual la majoria de la societat no n'és responsable, o com a mínim no se'n sent. El que haurà de canviar és la perspectiva de com mantindrem el que tenim. A Catalunya s'ha decidit aplicar la taxa de "l'euro per recepta", a Espanya tothom ha de pagar una part dels medicaments. Això és pagar directament els serveis. Passarem a pagar també les visites? I la tramitació de la telealarma? Els transports públics són públics i en canvi paguem el bitllet, per tant no és agosarat pensar que tocarà pagar part del servei que rebem. Si aquest és el camí que es pren, i ens permet garantir la majoria de serveis que considerem fonamentals en el nostre sistema del benestar, potser serà la manera d'enfortir-nos tots plegats. Però si és una mesura per retallar i retallar, haurem de dir prou.

Des dels centres autogestionats de Catalunya, integrats en l'Associació Catalana d'Entitats de Base Associativa (ACEBA), volem participar en la presa de control de la societat, volem que aquesta assumeixi la part que responsablement li pertoca i que havia cedit al sistema: la salut no és una cosa que el sistema sanitari ens garantirà, és la nostra obligació com a ciutadans mantenir el nostre millor nivell de salut. De fet, l'ésser humà té una intel·ligència natural que li permet saber què ha de fer per mantenir la seva salut, però el sistema ens deia a tots que no calia que ens escoltéssim, que ja posaria els mitjans per evitar-nos aquesta feina. Però ni era una bona idea, ni podíem mantenir-ho indefinidament i sense mirar despeses. Ara això s'ha de replantejar, hem de recuperar el control de la nostra salut, i els professionals sanitaris volem estar al vostre costat per ajudar en el que puguem.

En resum, temps de canvis, però temps d'oportunitats per poder construir un avenir millor per als nostres fills. Depèn de nosaltres com a societat, NOSALTRES TENIM LA CLAU.

La salut no és una cosa que el sistema sanitari ens garantirà, és la nostra obligació com a ciutadans mantenir el nostre millor nivell de salut

Roger Vinyeta
Metge de família
EAP Sarrià - Vallplasa



fersalut és una publicació gratuïta, promoguda pels centres d'Atenció Primària autogestionats amb l'objectiu d'impulsar els hàbits saludables de la població.

Web revista: www.fersalut.cat
Qualsevol suggeriment o comentari el podeu expressar per telèfon al 93 446 02 33 o per internet a l'adreça electrònica icesalud@icesalud.com



EL CAP DESTACA... 4

Coneix l'ONG ES PURNA!

Durant els mesos de novembre i desembre podreu veure als nostres centres d'Atenció Primària un recull d'imatges de la feina que aquesta petita ONG duu a terme.



SALUT 8 - 9

Solidaris fins a la medul·la

Malalties com la leucèmia són conseqüència d'una producció anòmla d'un determinat tipus de cèl·lules de la sang. Un trasplantament de medul·la òssia és sovint l'única oportunitat de curació.



LA PARELLA 10

Tornar a casa... per obligació

Una de les conseqüències de la crisi és que algunes persones es veuen obligades a tornar a casa dels pares. Aquesta situació pot generar conflictes socials i psicològics.



GENT GRAN 11

Programa de Termalisme Social

Les teràpies termals són un excel·lent recurs per a la prevenció o curació de malalties. És per això que s'ofereix el Programa de Termalisme Social als pensionistes.



SER PARES 12 - 13

Somriures contra la malaltia

Que un infant entri a quiròfan rient no té preu. Aquesta és la tasca de Pallapupas, una ONG que aporta tendresa i caliu als infants, la gent gran i les persones amb una malaltia mental.



VIURE JOVE 15

Tu preguntes, nosaltres responem

Informa't de tot allò que et preocupa! En aquest cas, parlem de col·laborar amb una ONG a l'estranger, de fer-se donant de semen i de la possibilitat de compartir pis amb persones grans.

CRÈDITS

fersalut és una publicació periòdica promoguda per: Albera Salut, ABS Alt Camp Oest, ABS la Roca del Vallès, EAP Osona Sud-Alt Congost, EAP Poble-sec, EAPs Sarrià i Vallplasa Atenció Primària, EAP Vallcarca-Sant Gervasi i EAP Vic.
Comitè editorial: Òscar Autet (EAP Vic), Mònica Coll (EAP Poble-sec), Maria Josep Guinovart (ABS Alt Camp Oest), Rosario Jiménez (EAP Vallcarca-Sant Gervasi), Jordi Lorente (ICE Salut), Sara Argelès (Albera Salut), Lourdes Tuneu, Sílvia Narejos (EAP Osona Sud-Alt Congost) i Roger Vinyeta (EAPs Sarrià i Vallplasa Atenció Primària).
Edició, disseny, producció i publicitat: ICE Salut. Passatge Mercader, 15. 08008 Barcelona. Tel. 93 446 02 33 icesalud@icesalud.com
Dip. Legal: B-41601-2003.

PREMI JAUME AIGUADER
I MIRÓ A LA MILLOR
COMUNICACIÓ SANITÀRIA





"NOMÉS L'EDUCACIÓ POT COMBATRE LA POBRESA"

DURANT ELS MESOS DE NOVEMBRE I DESEMBRE PODREU VEURE ALS NOSTRES CENTRES D'ATENCIÓ PRIMÀRIA UN RECELL D'IMATGES DE LA FEINA QUE FA AQUESTA PETITA ONG.

L'associació ES PURNA és una petita ONG que treballa des del 2009 al sud de l'Índia, a les Muntanyes Blaves: els Nilguiris.

COL-LABORACIÓ AMB GANDHINAGAR

L'associació col·labora amb un barri humil dels afores d'Ooty, la capital dels Nilguiris. El barri s'anomena Gandhinagar i es divideix en dues zones: l'up i el down. En només dos anys, ES PURNA ha aconseguit iniciar diversos projectes a la zona:

- **Nilguiri problema Project:** reparació de les cases de Gandhinagar que van ser parcialment o totalment destruïdes pel monsoó el novembre del 2009. Es va reformar la petita llar d'infants del poblet Krishnayala Cheche, on són atesos 24 nens per tal que les seves mares

MÉS INFORMACIÓ:
espurnainternacional.
blogspot.com.es

puguin treballar en les plantacions de te, eucaliptus o en obres a les carreteres.

- **Purna Project:** escolarització, en la mesura del possible, de tots els nens i nenes de Gandhinagar fins a 18 anys. Molts d'aquests infants no poden acabar els seus estudis perquè han de treballar per ajudar a l'economia familiar.
- **Rock me Project:** ajuda al finançament per al manteniment dels 24 nens de famílies molt pobres que van a la llar d'infants. Els nens reben ensenyament i menjar a la llar, mentre les seves famílies intenten sortir endavant i escapar de les condicions de pobresa extrema en què viuen.
- **Nice Project:** constitució d'una cooperativa de dones de Gandhinagar per incentivar treballs que elles mateixes puguin realitzar. Això és especialment important per a dones amb

càrregues familiars o malalties que els impedeixen fer feines dures fora de casa.



Associació ES PURNA
C/ Roser, 94, planta 2
08004 Barcelona
vinatahouse@hotmail.com
www.es-purna.cat

Cristina González
Metge de família
CAP Les Hortes



Col·labora amb la salut **DELS MÉS NECESSITATS**

DE L'1 AL 16 DE NOVEMBRE, POTS AJUDAR L'EAP VALLCARCA-SANT GERVASI A REFORÇAR LA SALUT DE LES PERSONES QUE MÉS HO NECESSITEN.

El nostre centre vetlla per la salut dels ciutadans amb menys recursos, però tots podem col·laborar-hi.

CAMPANYA DE RECOLLIDA DE:

- Llibres infantils i juvenils.
- Aliments bàsics:
 - Llaunes: tonyina, sardines, llegums cuits...
 - Carn en conserva: mandonguilles, salsitxes, vedella...
 - Llegums: llenties i cigrons.
 - Llet.
 - Oli d'oliva i de gira-sol.
 - Tomàquet triturat cuit i cru.
 - Sopes i brous preparats.
 - Pasta i arròs.



LA NOSTRA EMPRESA TÉ COR

Càritas Diocesana de Barcelona fa més de 50 anys que treballa per construir una societat més justa i igualitària a través de l'acció social, la sensibilització i la denúncia de les situacions d'injustícia. Des de l'any 2002 desenvolupa el programa "Empreses amb Cor" per tal de promoure accions de responsabilitat social corporativa en les empreses compromeses amb el desenvolupament del benestar social, amb les quals comparteix els va-



lors de la solidaritat, la justícia, el respecte i la igualtat.

En els darrers anys ha augmentat la sensibilitat de moltes empreses del nostre país envers la tasca que realitzen les entitats no lucratives com Càritas.

Aquest és el cas del CAP de Vallcarca-Sant Gervasi, que ja és una "Entitat amb Cor". El nostre equip vol engegar, entre altres activitats, una campanya de recollida de productes de primera necessitat i llibres infantils i juvenils. Agraïm a tothom la col·laboració.



El teu centre de salut impulsa la gestió de la **RESPONSABILITAT SOCIAL I LA SOSTENIBILITAT**

L'EAP VALLCARCA-SANT GERVASI S'HA ADHERIT RECENTMENT A LA INICIATIVA RSE-PYME, IMPULSADA PER L'INSTITUT DE CRÈDIT OFICIAL I LA RED ESPAÑOLA DEL PACTO MUNDIAL.

L'Institut de Crèdit Oficial (ICO) i la Red Española del Pacto Mundial de Naciones Unidas han impulsat el projecte RSE-PYME per promocionar la responsabilitat social empresarial (RSE) entre les petites i mitjanes empreses (PYME), incentivant la integració de l'RSE en la gestió del negoci.

L'Equip d'Atenció Primària Vallcarca-Sant Gervasi s'ha acompanyat a aquesta iniciativa, que li ha proporcionat sessions de formació presencials i *online* en matèria de responsabilitat social empresarial. El projecte RSE-PYME ha permès al centre integrar les accions de responsabilitat social en la seva estratègia empresarial, així com dotar-se d'eines per a l'elaboració de la Memòria de Sostenibilitat RSE-PYME corresponent a l'exercici 2011.

Més enllà dels beneficis econòmics empresarials, l'RSE integra, potencia i explicita el comportament responsable i compromès dels



centres amb els drets humans, la normativa laboral, el medi ambient i la lluita contra la corrupció. Amb aquest iniciativa, l'EBA Vallcarca SLP esdevé la primera empresa autogestionada pels seus professionals que emprèn el camí per integrar la responsabilitat social i la sostenibilitat en l'àmbit de l'Atenció Primària. A través de la web podreu consultar la memòria del centre: www.aprimariavsg.com



PRINCIPIS DEL PACTE MUNDIAL

1. Suport i respecte a la protecció dels drets humans.
2. L'empresa no és còmplice en vulneració dels drets humans.
3. Llibertat d'afiliació i reconeixement efectiu de la negociació col·lectiva.
4. Eliminació del treball forçós o realitzat sota coacció.
5. Eradicació del treball infantil.
6. Abolició de pràctiques de discriminació a la feina i ocupació.
7. Enfocament preventiu afavoridor del medi ambient.
8. Iniciatives que promouen una major responsabilitat ambiental.
9. Desenvolupament i difusió de tecnologies respectuoses amb el medi ambient.
10. Treball contra la corrupció en totes les seves formes.

Dr. Toni Iruela
Carme Martínez
Atenció Primària Vallcarca-Sant Gervasi

Serveis sanitaris **COMPLEMENTARIS**



DURANT AQUEST ANY 2012 ATENCIÓ PRIMÀRIA VALLCARCA-SANT GERVASI HA DESENVOLUPAT LA COL·LABORACIÓ AMB ALTRES EMPRESES DE SERVEIS SANITARIS PER TAL D'IMPLEMENTAR UNA OFERTA DE QUALITAT EN SERVEIS NO RECOLLITS PER LA PRESTACIÓ PÚBLICA DE SALUT.

Gràcies a la col·laboració d'aquest EAP amb altres empreses de serveis sanitaris, els usuaris dels nostres centres podran ser atesos de manera propera i coordinada per professionals que visiten a l'Edifici Pedraforca. Sempre caldrà demanar dia i hora i consultar la tarifa de cada un d'aquests serveis no finançats.

Si voleu més informació, no dubteu a trucar al centre o preguntar als professionals que us atenen habitualment

LES ESPECIALITATS QUE JA HAN COMENÇAT A VISITAR SÓN:

- **ODONTOLOGIA:** conservadora i estètica, ortodòncia i implantologia.
- **QUIROPÒDIA:** cura i confort dels peus amb tractament de durícies, malalties de les ungles i deformitats dels dits, també a domicili.
- **ERGODINÀMICA:** valoració global de l'estàtica i estudi de la marxa amb indicació, si cal, de plantilles.
- **MEDICINA ESPORTIVA:** valoració esportiva, certificats i confort de les articulacions.
- **PSICOTERÀPIA BREU:** consulta i acompanyament psicoterapèutic per a la resolució de problemes.

Serveis Complementaris
Vallcarca - Sant Gervasi



HORES CONCERTADES
932 594 429

Dr. Lluís Gràcia
Director
Atenció Primària Vallcarca - Sant Gervasi

Solidaris fins A LA MEDUL-LA



LA MEDUL-LA ÒSSIA ÉS UN TEIXIT INDISPENSABLE PER A LA VIDA, JA QUE A DINS S'HI FABRIQUEN LES CÈL·LULES DE LA SANG: ELS GLÒBULS VERMELLS, ELS GLÒBULS BLANCS I LES PLAQUETES.

Moltes malalties hematològiques, com la leucèmia, són conseqüència d'una producció anòmla d'un determinat tipus de cèl·lules de la sang. Així doncs, per a molts dels pacients afectats per aquestes patologies, un trasplantament de medul·la òssia és

sovint l'única oportunitat de curació, ja que se substitueixen les cèl·lules defectuoses per unes altres normals procedents d'un donant sa. Aquest era el cas del Joel, un pacient de 9 anys de Tarragona. En Joel patia una aplàsia medullar severa, una malaltia molt greu que impedia

que la seva medul·la òssia fabriqués cèl·lules de la sang. Com passa en el 75% dels casos, el Joel no tenia un germà compatible per sotmetre's a un trasplantament. Per això, el Registre de Donants de Medul·la Òssia (REDMO) de la Fundació Josep Carreras va iniciar una recerca



ELS INICIS DE LA FUNDACIÓ

El 1988, el tenor català Josep Carreras va crear la Fundació que duu el seu nom per tornar a la societat i a la ciència totes les mostres d'afecte rebudes durant el seu tractament. Des de fa més de 24 anys, la fundació persegueix un únic objectiu: que la leucèmia i les altres malalties hematològiques malignes siguin, algun dia, curables en tots els casos. Per aconseguir aquest repte cal invertir molts recursos en recerca científica, però també disposar de més donants de medul·la òssia, és a dir, de persones disposades a salvar vides.

exhaustiva entre els més de 19 milions de donants que actualment hi ha disponibles arreu del món. Finalment, al cap d'uns mesos, es va localitzar un donant alemany idoni i el Joel comença, a poc a poc, a recuperar-se. Una persona anònima li ha donat l'oportunitat de viure.



MÉS INFORMACIÓ:



PER QUÈ VAL LA PENA DONAR LA MEDUL-LA ÒSSIA?

- Cada any 5.000 persones emmalalteixen de leucèmia aguda al nostre país i més de 7.000 s'enfronten a un diagnòstic de limfoma. La leucèmia és el càncer infantil més freqüent.
- Molts malalts necessiten un trasplantament de medul·la òssia, sang perifèrica o sang de cordó umbilical per curar-se. Hi ha 3 de cada 4 pacients en aquesta situació que no tenen un donant entre els seus familiars. Al món hi ha més de 60 registres que aglutinen més de 19 milions de donants, dels quals més de 93.000 són espanyols.



FUNDACIÓ
JOSEP CARRERAS
Contra la leucèmia

REDMO
Registre donants
medul·la òssia

jo dono
tu dones
el viu

FENT-TE DONANT DE MEDUL-LA
tens la oportunitat de salvar una vida

Informa't a www.fcarreras.org
o trucant al 900 32 33 34

Tornar a casa... PER OBLIGACIÓ

UNA DE LES CONSEQÜÈNCIES DE LA CRISI ÉS QUE ALGUNES PERSONES ES VEUEN OBLIGADES A TORNAR A CASA DELS PARES PERQUÈ ES TROBEN OFEGADES ECONÒMICAMENT. AQUESTA NOVA SITUACIÓ, SI NO S'AFRONTA CORRECTAMENT, POT GENERAR CONFLICTES SOCIALS I PSICOLÒGICS.

La pèrdua de feina pot donar lloc a una inestabilitat econòmica que, en alguns casos, porta a tornar a casa dels pares quan ja feia temps que es gaudia d'independència. La família es converteix, per tant, en una xarxa de seguretat vital per a moltes persones. Pot tractar-se de joves o de famílies senceres de classe mitjana que amb la pèrdua del sou no tenen altre remei que tornar a la llar familiar d'un dels membres de la parella. El xoc generacional que això implica, a banda d'una nova redistribució de l'economia domèstica, un canvi de rols, l'acatament d'unes noves ordres o la pèrdua d'autoritat, pot originar friccions familiars que cal saber abordar i intentar prevenir.

VALORAR EL SUPORT FAMILIAR

El primer pas és entendre que aquesta etapa representa només un procés de transició i no s'ha d'assumir com una realitat nova i definitiva, encara que no puguem determinar el temps exacte que durarà. Aquest període no ha d'anar acompanyat en cap cas d'una sensació de fracàs personal, és una situació en què qualsevol de nosaltres pot trobar-se. El suport familiar s'ha de valorar molt positivament, ja que és una ajuda que ens pot permetre encarar i solucionar la inestabilitat del moment.



La relació entre els fills que tornen a casa i els pares que



els acullen serà necessàriament diferent de la que van viure en etapes anteriors. Ara és un moment nou i tots es troben en situacions molt diferents. Per tant, ja no ha d'existir una relació desigual, jeràrquica de pares a fills, com havia estat en el passat. En aquest cas, les noves normes familiars han de quedar definides per ambdues parts, fruit d'una entesa. Per evitar qualsevol mena de conflicte, el millor és que entre tots siguin capaços d'establir una comunicació fluida i sincera que faciliti parlar d'aquells temes que poden conduir cap a malentesos.

El retorn a casa dels pares no s'ha de viure com un fracàs personal; és una situació en què tots ens podem trobar

APRENDRE A COMPARTIR

De nou, els diferents membres de la família compartiran situacions quotidianes que amb l'emancipació dels fills s'havien perdut. Hi haurà àpats conjunts, horaris que se solaparan, ús d'espais comuns, etc. Això farà necessari que es pactin unes normes bàsiques de funcionament per tal de facilitar la convivència.

Viure sota el mateix sostre pot comportar un declivi de la llibertat personal. Hem d'aprendre a compartir moments, però sabent mantenir també l'espai individual de cada persona.



LES TERÀPIES TERMALS SÓN UN EXCEL·LENT RECURS PER A LA PREVENCIÓ O CURACIÓ DE DETERMINADES MALALTIES. ÉS PER AIXÒ QUE EL MINISTERI DE SANITAT I POLÍTICA SOCIAL OFEREIX CADA ANY UN PROGRAMA DE TERMALISME SOCIAL ALS PENSIONISTES.

Termalisme social, BENESTAR I SALUT

El principal objectiu del Programa de Termalisme Social del govern espanyol són els tractaments termals per prescripció facultativa, és a dir, aquells que tenen com a finalitat la rehabilitació, la prevenció o la curació d'una determinada malaltia. S'adreça als pensionistes per jubilació o invalidesa (i a les seves parelles), així com també a aquelles persones vídues o que disposen d'altres tipus de pensions i que han complert 60 anys.

mentre que després arriba quasi al 100%, segons dades del Ministeri.

COM FUNCIONA?

S'estableixen torns de dotze dies, de febrer a desembre, en què tots els usuaris tenen dret a allotjament, manutenció i tractaments termals bàsics (reconeixement mèdic quan ingressen, tractament termal corresponent amb la malaltia, informe final i pòlissa col·lectiva d'assegurança).

Els desplaçaments són abonats pels usuaris. És, per tant, una opció realment econòmica. L'oferta de balnearis és molt àmplia i hi ha centres a tot el territori espanyol. Per sol·licitar-ho, es pot fer des dels centres per a la gent gran, a les oficines de Serveis Socials de les comunitats autònomes i dels ajuntaments i a internet (www.imserso.es).



ADJUDICACIÓ DE PLACES

Els paràmetres per a l'adjudicació de places inclouen diferents criteris. Es té en compte el grau de necessitat de rebre els tractaments termals, la situació econòmica dels sol·licitants, la seva edat, el fet que no hagin gaudit d'una plaça en aquest programa en anys anteriors, el fet que siguin membres d'una família nombrosa, etc.



Per a més informació sobre el Programa de Termalisme Social podeu trucar al telèfon d'atenció a l'usuari: 901 10 98 99



PALLAPUPAS: somriures contra la malaltia

QUE UN INFANT ENTRI A QUIRÒFAN RIENT O QUE UNA PERSONA GRAN ESCLAFEIXI A RIURE QUAN FA TEMPS QUE HA PERDUT LA IL·LUSIÓ NO TÉ PREU. AQUESTA ÉS LA TASCA DE PALLAPUPAS, UNA ONG QUE APORTA TENDRESA I CALIU ALS INFANTS, LA GENT GRAN I LES PERSONES AMB UNA MALALTIA MENTAL.

Quan se'ns diagnostica una malaltia, aquesta passa a ser més important que la persona mateixa. Experimentem sentiments de por i angoixa, que s'intensifiquen entre els col·lectius més vulnerables: els nens, la gent gran i les persones amb alguna malaltia mental. Des de fa dotze anys, Pallapupas omple de tendresa i humanitat aquests moments tant complicats, gràcies a professionals que, amb formació artística i sanitària, acosten l'humor fins als hospitals i els centres sociosanitaris. Aquesta entitat catalana té dos programes: Pallassos d'Hospital, en què actuen a les habitacions i als quiròfans per als infants i la gent gran, i Teatre Social, en què visiten els centres de persones afectades de malalties mentals.

LA MALALTIA, EN CLAU D'HUMOR

Ja siguin infants que segueixen tractaments de llarga durada o bé infants que estan a punt d'entrar a quiròfan, l'objectiu és sempre el mateix: explicar-los el procés que viuran en clau de joc i humor. A través de la feina de Pallapupas, tant el nen com els familiars es troben més alleujats durant el procés clínic, i els professionals sanitaris treballen amb més tranquil·litat i major eficàcia. Aquesta entitat és pionera a Europa acompanyant els més petits durant tot el procés quirúrgic, entrant fins i tot a quiròfan per disminuir moments de molta tensió.



ANGIE ROSALES, fundadora i directora de Pallapupas.

L'AGENDA D'UN PALLASSO D'HOSPITAL

Els Pallapupas són presents en dotze hospitals de tot Catalunya, on intervenen un dia a la setmana durant quatre hores. L'Hospital Sant Joan de Déu de Barcelona, però, és una excepció, atès que hi són cada dia. Treballen sempre en parelles mixtes, perquè els infants, depenent sobretot de l'edat, solen identificar-se més amb un o altre sexe. Quan arriben al centre, es vesteixen amb la indumentària de pallasso adaptada a les necessitats sanitàries, fan un petit escalfament i llegeixen el



diari que ha escrit la parella del dia anterior.

"Allí troben dades importants, com ara quines activitats han funcionat i les reaccions de l'infant que s'han aconseguit", explica Angie Rosales, fundadora i directora de Pallapupas. Tot seguit, es fa la transmissió, una reunió dels pallassos amb l'equip d'infermeria per conèixer les dades mèdiques i personals de cada nen. A partir d'aquí comença una sessió completament improvisada, adaptada a les necessitats de cada cas i als objectius plantejats pel personal sanitari.

És aleshores quan la imaginació cobra tot el protagonisme i les cadires de rodes es converteixen en cotxes de carreres, els telèfons de dutxa són telèfons de veritat i els quiròfans poden acabar sent un submarí. Tot plegat esdevé un procés terapèutic tant per als infants com per a les seves famílies. Això sí, sense la intervenció de terapeutes, sinó d'actors professionals que treuen el teatre dels escenaris convencionals per posar-lo al servei de la salut.

Són pallassos que treballen amb el cor obert i que s'impliquen amb els pacients, però que coneixen perfectament els seus límits. "Aportem el nostre granet de sorra en un procés assistencial on es treballa amb estreta col·laboració amb el personal sanitari, i que ens dóna l'oportunitat de valorar la vida", comenta l'Angie.

Pallapupas són pioners a Europa acompanyant els més petits durant tot el procés quirúrgic, entrant fins i tot a quiròfan

Aquest dia a dia va farcit de moments amb una gran càrrega emotiva, però també és font de moltes anècdotes. L'Angie en recorda especialment una... "Teniem un adolescent

amb un càncer de boca. Estava molt enfadat i portava un mes sense parlar gens. Des d'infermeria ens van demanar que intentéssim establir-hi comunicació. No us podeu imaginar tot el que vam arribar a fer! Sense sortir de l'hospital vam guanyar una Champions, vam fitxar pel Barça, vam tenir el Bruce Springsteen en concert... però no hi va haver manera.

El noi sempre estava amb el cap abaixat, sense aixecar la mirada. Aleshores se'ns va ocórrer que, si ell no es movia, ens posàriem nosaltres just on ell mirava i una pallassa es va estirar a terra. Actuar sota les cames del noi va ser una situació tan ridícula que, de sobte, se li va escapar una rialla totalment espontània. Allò ens va fer recuperar la seva comunicació".



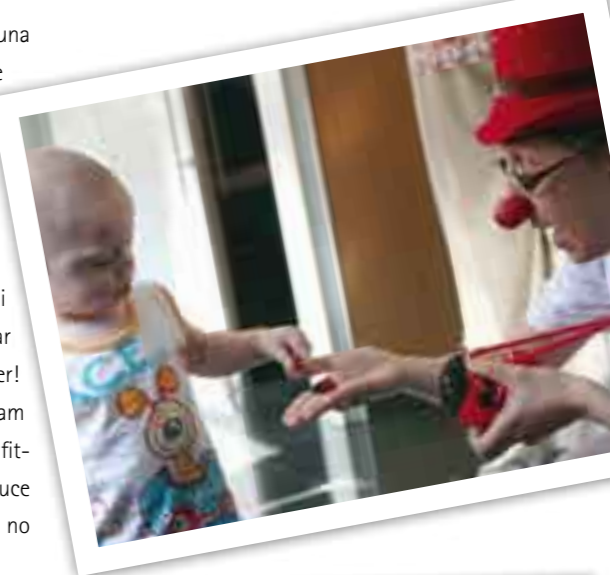
ELS PALLAPUPAS, DE VIATGE!

Pallapupas té com a objectiu passar d'atendre 55.000 infants anualment a 155.000 en els propers tres anys. A més, l'any vinent els Pallassos d'Hospital saltaran fronteres i arribaran a diferents centres de l'Estat espanyol. "Ja tenim algunes propostes, però només acceptarem aquelles que vinguin amb finançament. Pallapupas no pot invertir fora de Catalunya els recursos que aconseguim aquí", conclou la fundadora i directora de l'entitat.



PallAPUPas
PallaSsos d'hosPital

MÉS INFORMACIÓ:



A CATALUNYA, 357.000 PERSONES PATEIXEN ALGUNA DISCAPACITAT, 322.000 TENEN DEPENDÈNCIA I 210.000 SÓN MAJORS DE 65 ANYS. L'ASSOCIACIÓ PER LA VIDA INDEPENDENT PROMOU PRODUCTES D'AJUDA I NOVES TECNOLOGIES PER MILLORAR LA QUALITAT DE VIDA DE LES PERSONES QUE TENEN ALGUNA LIMITACIÓ.

Més independència A CASA

Contribuir a millorar la qualitat de vida de les persones amb dependència o discapacitat, així com la de les seves famílies, a Catalunya, és l'objectiu de l'Associació per la Vida Independent (AVI), una associació sense afany de lucre creada per MÚTUAM i Mutual Mèdica.

A partir d'una valoració interdisciplinària i completament personalitzada, s'implanten productes d'ajuda, s'utilitzen noves tecnologies i s'eliminen les barreres arquitectòniques perquè les persones amb alguna limitació puguin tenir una vida més autònoma. D'aquesta manera, a més, es disminueix la sobrecàrrega familiar.



PER UNA VIDA MÉS FÀCIL

Des del Centre de Vida Independent (CVI), ubicat a Barcelona, es treballa en tres eixos principals: assistència, docència i recerca.

Assistència personalitzada

Per donar resposta a persones amb dependència o discapacitat, s'avalua independentment cada cas. En aquest sentit, es tenen en compte diversos factors, ja siguin personals, socials o ambientals, de manera que la solució que es dona a cadascú és totalment adaptada a les necessitats de la persona.



Formació a professionals i usuaris

Des del CVI, s'imparteixen diferents cursos adreçats a professionals de l'àmbit assistencial, així com a aquells sectors relacionats amb l'accessibilitat, com poden ser els arquitectes. A més, també s'organitzen cursos dirigits, per exemple, als cuidadors de persones dependents.

Investigació constant

El CVI disposa d'un laboratori de recerca que posa a l'abast dels usuaris i dels professionals tota la tecnologia disponible al mercat o que es troba en vies de desenvolupament molt avançades per tal de poder-la aplicar a casos concrets.

NECESSITES AJUDA?

Si vols assessorament per a qualsevol situació de dependència o limitació, pots visitar el centre, trucar o enviar un correu electrònic.

Adreça: Passeig de la Vall d'Hebron, 159-169
08035 Barcelona
(Centre Collserola)
Telèfon: 935 112 703
Correu: cvi@cvi-bcn.org
Web: www.cvi-bcn.org

Tu preguntes, NOSALTRES RESPONEM

PREGUNTA AL NOSTRE CONSULTORI TOT ALLÒ QUE SEMPRE HAS VOLGUT SABER SOBRE SALUT I QUE NO T'HAS ATREVIT MAI A DEMANAR.

Estic estudiant Infermeria i m'agradaria viatjar a algun país on pogués ajudar durant un temps en un hospital, sobretot si és infantil. Quines opcions tinc?

Si vols col·laborar amb organitzacions que treballin en països del tercer món, tens moltes opcions i diferents fonts on trobar informació. Per exemple, pots consultar l'Agència Catalana de Cooperació al Desenvolupament: www20.gencat.cat/portal/site/cooperaciocatalana. Una altra proposta és el Servei Català del Voluntariat, un espai d'informació i servei entorn el voluntariat: www.voluntariat.org. Per últim, si vols participar amb alguna entitat, et proposem SETEM, una federació basada en la cultura de la solidaritat internacional respectuosa amb la dignitat dels pobles del Sud i orientada a denunciar i eradicar les causes estructurals de les desigualtats. Pots informar-te a: www.setem.org.

Pots trobar informació a l'Agència Catalana de Cooperació al Desenvolupament i al Servei Català del Voluntariat



Per ser donant de semen, quin procés he de seguir?

Fent-te donant de semen podràs ajudar famílies que desitgen tenir un fill i no poden. Les condicions generals són tenir entre 18 i 35 anys, gaudir d'un bon estat de salut, no patir infeccions de transmissió sexual ni alteracions hereditàries greus i tenir una bona fertilitat (avaluada mitjançant una anàlisi de semen). El procés de donació té una durada diferent segons el centre i les característiques del donant. En alguns casos dura tres mesos, però en la majoria sol ser de sis mesos. El donant pot deixar de ser-ho en qualsevol moment; només cal que ho comuniqui al centre on està anant. En aquest cas, el laboratori destruirà totes les mostres preses fins aleshores. A més, existeix un límit de sis fills engendrats per donant. Recorda que la llei de reproducció assistida garanteix totalment la privacitat del donant. Per a més informació sobre els processos i els centres on adreçar-te, tens la web www.donaciondesemen.com.

Fent-te donant de semen podràs ajudar famílies que desitgen tenir un fill i no poden

Necessito compartir pis i m'he assabentat que hi ha l'opció de fer-ho amb una persona gran. Com puc informar-me'n?

Existeixen diverses propostes de convivència intergeneracional que, a més de resultar una forma de viure molt econòmica, són una experiència vital d'allò més enriquidora. Un dels exemples d'aquesta convivència és el Programa Viure i Conviure de l'Obra Social de Catalunya Caixa, el qual, mitjançant un acord amb universitats i ajuntaments, dona l'oportunitat a joves de viure amb una persona gran que, a canvi d'aquesta companyia, ofereix allotjament gratuït. Pots consultar més informació a: <http://obrasocial.catalunyacaixa.com/osocial/main.html?idioma=2>.

Amics de la Llar és una altra entitat social que també realitza un programa similar. En aquest cas, però, el pis obligatòriament ha d'estar a la ciutat de Barcelona. Tens més informació a: www.amicsllar.com.

La convivència intergeneracional, a més de resultar una forma de viure econòmica, és una experiència vital molt enriquidora



Més informació:
www.consultajove.net

Envia'ns les teves consultes a:
info@fersalut.cat

CUIDEM LA VOSTRA SALUT BUCAL!

Recordeu la importància de cuidar la salut bucal de tota la família. A la 4a planta de l'Edifici Pedraforca podreu trobar una atenció odontològica global: urgències, extraccions, odontologia conservadora i estètica, ortodòncia i implantologia.
No dubteu a trucar! Tel.: 93 259 44 45



ENCARA SOU A TEMPS DE VACUNAR-VOS DE LA GRIP:
truqueu al centre i demaneu visita amb el vostre professional d'infermeria.

Per enviar-nos els vostres comentaris i les vostres adreces de correu:
contactar@aprimariavsg.com

Per demanar cita i veure la informació de salut: www.aprimariavsg.com