

# El Butlletí de Dipsalut

Publicació informativa de l'activitat de Dipsalut,  
l'Organisme de Salut Pública de la Diputació de Girona

## **L'editorial**

«No és necessari fer res de nou  
sinó que és molt més efectiu donar  
suport a allò que ja funciona»

2

## **Breus**

3

## **Notícies**

5-7

## **L'anàlisi**

Ensenyar als nens, amb humor, la  
importància de raspallar-se bé les  
dents

8

## **L'opinió del municipi**

Com valoràrieu la instal·lació del  
Parc de Salut i la Xarxa d'itineraris  
al vostre municipi?

9

## **Al detall**

Estudi de Maduresa i Envel·liment  
Satisfactori a Girona (MESGI50)

10-11

## **El reportatge**

«Salut i crisi»

12-13

## **Consells saludables**

Malbaratament dels aliments

14

## **Món Dipsalut**

15

## **Posem el focus sobre**

Piluca Castro, tècnica de l'Àrea  
de Protecció de la Salut

**Contraportada**



## «No és necessari fer res de nou sinó que és molt més efectiu donar suport a allò que ja funciona»

En situacions difícils convé concentrar-se a atendre allò que és bàsic. Per a les persones hi ha poques coses tan bàsiques com la salut, en el sentit més ampli de la paraula. Avui en dia hi ha múltiples factors que impacten negativament en la salut de les persones, però, de tots, n'hi ha un que és específic del temps i de l'àmbit social i geogràfic en què vivim: la crisi econòmica que afecta l'opulent i, en certa manera, decadent societat europea.

Dipsalut, per donar compliment al seu objectiu, que és atendre i millorar la salut pública, ha considerat imprescindible afrontar el repte d'incidir en el nivell de dolor de la població aportant recursos que ajudin a superar l'impacte que, sobre la salut de les persones, té la situació de crisi econòmica que ens toca viure. I això ho pretenem fer a través del projecte «Salut i crisi». No volem substituir ningú, no volem competir amb cap de les entitats que ja estan treballant en aquest camp. Volem potenciar i complementar la magnífica tasca que ja s'està fent i, sobretot, volem fer arribar el suport econòmic directament allà on sigui més eficient.

Per definir el projecte s'han fet un munt de trobades amb persones i entitats que actuen en el dia a dia de la crisi, i crec que n'hem tret conclusions importants a l'hora de definir el panorama. No és necessari fer res de nou sinó que és molt més efectiu donar suport a allò que ja funciona. No hi ha una recepta única sinó que cal ser àgil i escoltar el territori per impulsar la solució que li resulti més adequada. Prou estructures! Els recursos han d'anar directament als que ho necessiten. En aquests moments són eixos fonamentals del projecte.

Quins àmbits seran objectiu de «Salut i crisi»? També hi ha coincidència en les opinions de qui ja hi està treballant: l'alimentació, especialment pel que fa a la infància, en un sentit ampli que podria incloure la vestimenta o la higiene personal; l'habitatge, entenent que no podem ni volem construir pisos sinó que volem ajudar que ningú perdi casa



seva; l'ocupació, en el sentit que els afectats per la crisi tinguin coses a fer cada dia en àmbits que poden anar des del voluntariat a temes relacionats amb els horts municipals; i, finalment, l'assistència psicològica. Per a nosaltres és clar que la crisi provoca un bloqueig personal que cal resoldre com a primer pas per sortir-ne.

I a quins col·lectius pensem que cal destinar els màxims esforços? A tothom que pateix els efectes de la crisi però especialment a aquells que mai no haurien pensat que podien ser usuaris dels serveis socials i que amb petites ajudes podran mantenir el seu nucli familiar estable. La família és molt important per resistir la crisi, i ha de ser un altre dels elements clau de «Salut i crisi».

Hem anat i seguim anant als Consells d'Alcaldes de les comarques gironines per demanar la creació d'una mínima taula comarcal de coordinació que, juntament amb Dipsalut, avaluarà les propostes i decidirà els programes que seran objecte de subvenció econòmica. Dotarem el projecte amb un milió d'euros anual fins al final de mandat, és a dir, per al 2013, 2014 i 2015.

Pel que fa a aquests programes, ja se n'està veient l'efectivitat en el camp de la salut pública. Els «Parcs saludables» i «Girona, territori cardioprotegit» tindran un nou company en la defensa de la salut pública gironina: «Salut i crisi». Estem convençuts que el seus efectes es notaran ben aviat.

### **Josep M. Corominas i Barnadas**

Vicepresident primer de Dipsalut





## Accions formatives no incloses al Catàleg de Formació de l'Organisme

Un dels objectius de l'organisme és fomentar que les persones adquireixin estils de vida saludables i millorin la seva qualitat de vida. Amb aquesta idea s'han ofert als ajuntaments diverses accions formatives dirigides als ciutadans i ciutadanes de les comarques gironines.

En aquesta ocasió, fruit de la col·laboració entre Dipsalut i el Fòrum Associació de Col·legis Sanitaris, s'han ofert un total de sis accions formatives, dues de les quals han tingut continuïtat respecte a l'any passat: **Higiene postural per a escolars i Exercici físic i prevenció de caigudes en gent gran**. Com a novetat, aquest any s'han incorporat quatre xerrades: **Alimentació econòmica, Mascotes en temps de crisi, Gestió de l'estrès en temps de crisi i La salut navegant per Internet**. La formació ha estat dissenyada i impartida pel Fòrum Associació de Col·legis Sanitaris.



Imatge gràfica del projecte.

## Dipsalut cardioprotegeix esdeveniments dins del programa «Girona, territori cardioprotegit»

Dins del marc del programa «Girona, territori cardioprotegit», de Dipsalut, l'organisme cedeix DEA d'accés lliure per cardioprotegir diferents esdeveniments i espais. Aquest estiu es cardioprotegiràn diverses platges i cales de la Costa Brava, com ara Canyelles, sa Boadella i Santa Cristina a Lloret de Mar, la platja Canyet a Santa Cristina d'Aro i les platges Sant Francesc i s'Abanell de Blanes, entre d'altres. Cada una d'aquestes sis platges i d'altres que ressegueixen el litoral de la Costa Brava disposarà de desfibril·ladors.

A més, Dipsalut ha cardioprotegit altres activitats, com la cursa de Sant Roc, amb un desfibril·lador, i n'ha posat tres més en servei a la Costa Brava Extrem Running, per tal d'atendre els participants en cas d'aturada cardíaca. D'altra banda, les festes majors de Vilablareix i la de Cassà de la Selva també han estat espais cardioprotegits.

## Resolució de subvencions per a les actuacions sobre seguretat, vigilància, salvament i socorrisme a les platges

Dipsalut posa a disposició dels ajuntaments del litoral gironí suport econòmic per ajudar-los a fer front al cost dels operatius de seguretat, vigilància, salvament i socorrisme de les seves platges. Aquest estiu han sol·licitat l'ajut —i els ha estat concedit— un total de 19 municipis. El servei cobrirà 87 platges. D'aquesta manera es donarà servei a totes les poblacions del litoral i a totes les platges de les comarques gironines que l'ofereixen.

S'han acollit a aquesta ajuda tots els ajuntaments que gestionen platges amb vigilància. Per poder-hi accedir, calia detallar les característiques dels operatius i presentar una previsió del cost total del servei. Valorant una sèrie de factors —per exemple, si hi ha vigilància cada dia del període estival—, l'Organisme de Salut Pública ha puntuat les sol·licituds. En base a aquesta puntuació, ha resolt concedir entre un 11 % i un 26,50 % del cost previst dels operatius.

La quantitat concedida s'abonarà passat l'estiu, un cop els consistoris hagin justificat les despeses i hagin acreditat el bon funcionament del servei (mitjançant la presentació d'una memòria tècnica en què cal detallar els mitjans materials i humans, el període i horari de la vigilància, les accions directes de salvament aquàtic, les d'atenció sanitària per altres incidències...).

El programa de suport econòmic per a la seguretat, vigilància, salvament i socorrisme de Dipsalut té un pressupost total màxim de 376.000 euros.



Socorristes observant un grup de banyistes.

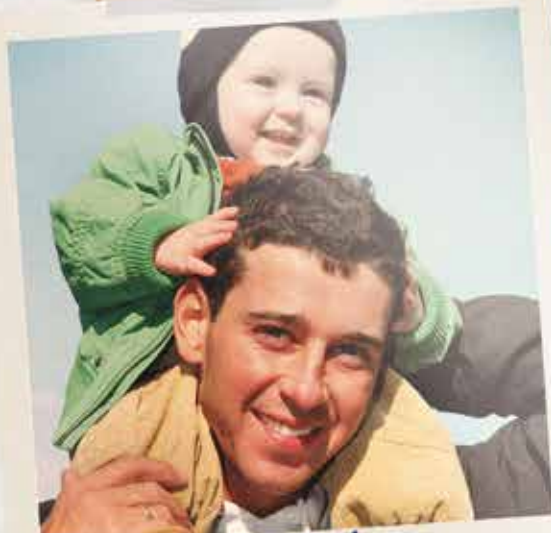
# Girona

## territori cardioprotegit

Fins a 650  
desfibril·ladors  
als municipis  
gironins.

Un desfibril·lador i **tu** em vau salvar la vida.

**Siguis qui siguis,  
gràcies!**



*Siguis qui siguis...  
GRÀCIES!!*



Un projecte de:



**Dipsalut**

Organisme de Salut Pública  
de la Diputació de Girona

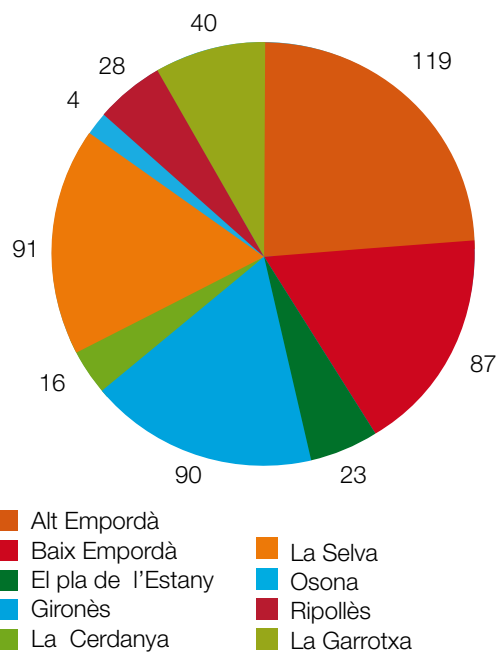


Instal·lació del desfibril·lador fix de dues cares a la plaça Catalunya.

## La implantació dels desfibril·ladors a les comarques gironines arriba al 95 %

Dipsalut es troba en la fase final de la implantació dels desfibril·ladors a les comarques gironines, i a data d'avui s'ha completat el 95 % de la instal·lació.

La demarcació de Girona disposarà de 498 desfibril·ladors fixos, dels quals 119 estaran ubicats a la comarca de l'Alt Empordà, 87 al Baix Empordà, 23 al Pla de l'Estany, 90 al Gironès, 16 a la Cerdanya, 91 a la Selva, 4 a Osona, 28 al Ripollès i 40 a la Garrotxa.



Els desfibril·ladors fixos se sumen als 123 mòbils que viatgen dins dels vehicles d'equips de primera resposta, com policies locals o protecció civil. Dipsalut els té sota la seva tutela i les cedeix temporalment per cardioprotègir activitats puntuals que congreguin un elevat nombre de persones o que, per les seves característiques, siguin considerades de risc.

Tots els desfibril·ladors implantats per Dipsalut són aparells molt senzills d'utilitzar, que pot fer servir qualsevol persona, sense necessitat de formació prèvia. No obstant això, l'Organisme ofereix gratuïtament formació en l'ús dels desfibril·ladors i diverses accions divulgatives (xerrades, tallers, envelats...) per donar a conèixer aquests aparells i mostrar com cal utilitzar-los.

### Continuem oferint cursos de formació

El darrer mes de juny es va tancar la tercera edició del catàleg de formació en l'ús dels desfibril·ladors, que completa una etapa en la qual han participat fins a 1.400 persones.



## Beques Jaume Casademont

La Fundació Jaume Casademont, amb la col·laboració de Dipsalut, beca 16 projectes

Els guanyadors de les beques Jaume Casademont es van donar a conèixer el dimarts 11 de juny al vespre, en un acte celebrat al Teatre Municipal de Girona. Enguany s'han entregat un total de 16 beques repartides en quatre categories: set per a les Beques Educar Menjant, dues per a les Actívica, una per a la d'Innovació en Cultura Popular i sis per a les noves Beques Joves10. Dels set projectes guanyadors de les Beques Educar Menjant, tres són de les comarques gironines i la resta de Barcelona.

Els projectes guanyadors de les comarques gironines són: una obra de teatre (*Xup, xup, una aventura a la cui-*

*na*); un treball sobre realitat augmentada (Sarrià de Ter) i un sobre les noves tecnologies acompanyades del treball familiar (Tothom a Taula). La resta de projectes guanyadors de les Beques Educar Menjant versen sobre el malbaratament dels aliments, les famílies i la societat, els horts verticals i la literatura com a vehicle transmissor.

Pel que fa a les Actívica, ambdues són de les comarques de Barcelona. Els projectes premiats són: un sobre un barri amb problemàtica social (Casal dels Infants) i un treball de recerca del seguiment d'hàbits alimentaris i activitats físiques de 25 voluntaris (fet per investigadores de la UB).



Acte d'entrega de les beques.



## E-tauler: accessible i immediat

A partir d'aquest exercici els **ajuntaments podran accedir a la informació sobre resolucions en matèria de subvencions** corresponents als programes Pt08 (plagues), Pt10 (platges) o Pm07 (activitats de promoció de la salut) **mitjançant l'e-tauler de Dipsalut.**

El Consell Rector de Dipsalut va aprovar la creació de la seu electrònica de Dipsalut i el seu reglament de funcionament.

L'e-tauler és un servei que ofereix el Consorci Administració Oberta de Catalunya (AOC) i que permet la consulta, la publicació i la gestió d'edictes electrònics mitjançant Internet. A més, es tracta d'una eina de publicació certificada i és consultable públicament a la seu electrònica de Dipsalut, a l'adreça <https://www.seu.cat/dipsalut>.

Aquesta nova eina respon a la voluntat dels òrgans de govern de Dipsalut de modernitzar i agilitzar els tràmits i dotar l'Administració local d'eines d'eficiència, així com

l'aplicació de mesures d'estalvi econòmic i de sostenibilitat ambiental en no haver d'utilitzar el format paper per fer públiques les actes i comunicacions generades.

L'e-tauler és, per tant, el nou tauler electrònic d'edictes i anuncis de Dipsalut, i ha entrat en funcionament el passat 25 de març. Aquesta eina electrònica substitueix el tradicional tauler físic d'edictes i anuncis que fins ara s'ubicava a la recepció de la seu de Dipsalut, i que contenia totes les actes i comunicacions que, per disposició legal o reglamentària, cal fer públiques.

El tauler electrònic és un servei que facilita la recerca i l'accés a la informació per part dels ciutadans i n'incrementa les garanties jurídiques, ja que permet acreditar el període d'exposició, la publicació i la integritat de la informació publicada.

## Mosquit tigre

Enguany, el Programa de control del mosquit tigre de Dipsalut sumarà accions per sensibilitzar la població quant al seu paper en la lluita contra l'insecte, i dedicarà menys esforços a la vigilància entomològica. La col·locació de trampes per veure com es dispersa el mosquit i per poder focalitzar les accions de control sobre les poblacions adultes de l'insecte ha perdut sentit, ja que l'experiència d'aquests anys ha demostrat que s'establirà a tots aquells municipis on les condicions ho permetin (on hi hagi una important mobilitat de persones i temperatures superiors als 10 graus la majoria de l'any). Actualment el mosquit tigre ja està present a 64 municipis de la demarcació.

El Programa continuarà incloent mesures per controlar la població de mosquit tigre. Aquest mes de juny començaran les aplicacions de productes biològics per eliminar les larves que neixen dels ous que el mosquit hagi pogut dipositar en embornals i altres punts de cria situats a l'espai públic. Els ajuntaments podran fer les aplicacions de larvicida amb personal propi (Dipsalut ja ha format tots els treballadors municipals que ho han sol·licitat perquè puguin fer-ho) o encarregar aquesta tasca a una empresa externa. En cas que optin per fer-ho a través de les brigades municipals, el Servei de Control de Mosquits de la Badia de Roses i el Baix Ter dirigirà i coordinarà les aplicacions. En el cas que es triï contractar una empresa externa, Dipsalut oferirà suport econòmic per fer front a aquesta despesa.

El programa també preveu actuar per resoldre les queixes de particulars per molèsties produïdes pel mosquit tigre. Els ciutadans podran fer-les arribar als seus ajuntaments, que les comunicaran al Servei de Control de Mosquits. Els tècnics es posaran en contacte amb els afectats per determinar si realment es tracta de mosquit tigre. Si és així, es desplaçaran al lloc dels fets per eliminar els punts de cria, tant del punt d'on ve la queixa com dels voltants

(habitatges veïns...). Després informaran tots els veïns de les mesures que han de prendre per evitar que el mosquit proliferi. Perquè puguin recordar-les, se'ls lliurarà un tríptic editat en diversos idiomes on es recullen les recomanacions que cal seguir.

Des de Dipsalut es promou que els ajuntaments aprovin ordenances municipals que donin cobertura legal per poder fer aquestes actuacions en els domicilis. I és que el 80 % dels punts de cria del mosquit es troben en espais privats, com ara jardins de domicilis, terrasses, locals comercials, obres abandonades... Per aquest mateix motiu, s'incideix en la sensibilització de la població per tal que prengui consciència que la millor manera d'evitar les molèsties que provoca aquest insecte és evitant que criï a casa, buidant periòdicament les petites acumulacions d'aigua que poden quedar en testos i altres recipients. Aquesta tasca divulgativa es fa amb diverses accions com el projecte educatiu del mosquit tigre, la difusió dels consells per eliminar els punts de cria a través dels mitjans de comunicació i les brigades municipals que transmeten les recomanacions als veïns de zones considerades de risc.

Pel que fa a les actuacions amb productes químics per matar mosquits adults, es continuarà com fins ara: realitzant-les només de manera excepcional. Com que aquests insecticides tenen un clar impacte sobre el medi, només es faran servir de manera puntual en cas d'altres concentracions de mosquit tigre molt localitzades i en indrets on aquests insectes puguin causar grans molèsties a les persones.

L'Organisme de Salut Pública de la Diputació de Girona ha explicat l'evolució del Programa de vigilància i control del mosquit tigre a tècnics municipals del centenar d'ajuntaments de la demarcació on l'insecte està establert o que es troben en la zona de risc de dispersió. Ho ha fet en una jornada celebrada a la seu de Dipsalut el passat 25 de maig.



# Ensenyar als nens, amb humor, la importància de raspallar-se bé les dents

El programa de salut bucodental de l'Àrea de Promoció de la Salut de Dipsalut, que té com a finalitat que els infants participin en les accions que poden incrementar i consolidar el seu hàbit de raspallada dental, canvia el recurs educatiu que havia utilitzat fins al mes de desembre passat. Fins llavors s'havia posat a disposició de les escoles de la demarcació, a través dels ajuntaments, l'exposició itinerant «Cuida't les dents», amb la participació de monitors especialitzats, cosa que havia permès arribar durant l'any 2012 a 10.451 alumnes de primària. A partir d'ara es treballaran els continguts a través d'una actuació de mim, que es representarà dins de l'aula, amb l'objectiu d'ajudar els pares a sensibilitzar els infants envers la importància de tenir una bona cura de les dents.

El recurs canvia, però la filosofia de base continua essent la mateixa. Parteix d'una visió positiva de la salut, amb la premissa que totes les persones poden millorar la seva salut independentment del punt de partida de cadascú, i per tant no es fa tanta incidència en els riscos com en els actius.

La representació del mim a les aules desenvolupa de forma amena i divertida els coneixements, habilitats i actituds favorables envers la salut bucodental. Aquest recurs utilitza l'humor com a eina de sensibilització i pretén fer reflexionar els infants respecte a la necessitat de tenir una bona higiene bucodental. Els continguts que es desenvolupen estan orientats a quatre grans blocs: funcions de la boca, edat de les dents, malaltia de les dents, higiene bucodental i aliments adequats i no tan adequats per a les dents. Aquests continguts es van desenvolupant a partir dels coneixements previs dels nens i nenes. Al marge de l'actuació del mim, s'està treballant en un material educatiu de reforç que els nens es puguin endur a casa, perquè és necessari que les famílies se sentin implicades, motivades i sensibilitzades per tal que el recurs sigui efectiu entre



Imatge gràfica del programa.

els nens i nenes de sis a vuit anys. Es tracta d'un material en forma de passatemp que ajudarà les famílies a treballar millor els hàbits de salut bucodental.

Dipsalut parteix d'una visió integral de la salut en què la qualitat de vida esdevé el marc de referència per tal de definir polítiques de salut pública i desenvolupar accions de promoció de la salut ajustades a les problemàtiques i necessitats de la gent. S'entén el concepte salut no només com a absència de malaltia, sinó com a estat complet de benestar físic, mental i social. En aquest sentit, la salut bucodental és una prioritat i, d'acord amb els estudis que demostren que la intervenció educativa és un mètode efectiu i adequat per adquirir i incrementar coneixements sobre salut bucal, Dipsalut ha decidit incidir-hi amb aquest nou recurs, que arribarà a escoles de gairebé cent municipis gironins.

**Anna Loste**

Tècnica de Polítiques i Promoció de la salut

” Un mim mostra als nens de primer i segon de primària, d'una manera amena i divertida, coneixements, habilitats i actituds favorables envers la salut bucodental.





## Com valoraríeu la instal·lació del Parc de Salut i la Xarxa d'itineraris al vostre municipi? Considereu les dinamitzacions d'aquests espais una bona eina?



### **Marc Prat i Arrey**, alcalde de Ribes de Freser.

La instal·lació de les dues eines és molt positiva per al poble, i és molt important la comunicació i divulgació que en fa el Centre d'Atenció Primària (CAP) perquè deriva usuaris cap a la Xarxa d'itineraris i també al Parc de Salut. A més a més, el Parc de Salut ha servit per revalorar un espai important per al poble com és el passeig de Recolons. La dinamització dels espais és vital perquè si no quedarien en desús i, a més, fa que la gent els percebi com a eina útil per millorar la seva salut i els utilitzi de forma constant. D'aquesta manera revalorem i revitalitzem els espais públics de la nostra ciutat.



### **David Mascort i Subiranas**, alcalde de Vilablareix

Nosaltres valorem molt positivament les instal·lacions que hi ha al poble, perquè donen oportunitats diverses als habitants de la vila. Per una banda, els permet conèixer, a través de la Xarxa d'itineraris, diferents recorreguts pel municipi i, per l'altra, conviden la gent gran a trencar la seva rutina i l'insten a fer exercici al Parc de Salut. És essencial difondre la informació de totes dues eines, perquè els usuaris han de saber com utilitzar cada instal·lació, i quina els convé més. Hem d'aconseguir que tothom —grans, adults i joves— sàpiguen que les poden fer servir.



### **Consol Cantenys i Arbolí**, alcaldessa de Vilafant.

La instal·lació dels Parcs de Salut ha estat molt bona per al poble, i especialment la Xarxa d'itineraris que enllacen diferents pobles veïns i que han permès ampliar el recorregut. Els Parcs de Salut són uns espais ideals per fer esport a l'aire lliure, i sobretot són de gran utilitat per a la gent gran, tot i que també hi ha persones d'altres edats que també en són usuàries. És imprescindible la dinamització de tots dos espais i que els nostres ciutadans estiguin informats de la seva utilitat i dels seus objectius. Se n'haurien de fer més, i haurien d'arribar al màxim de públic i d'usuaris possibles, de totes les franges d'edat.



### **Montserrat Roura**, alcaldessa de Riudellots de la Selva.

El Parc de Salut a Riudellots ha estat un encert. Ha permès que persones de totes les edats tinguin uns elements per practicar salut a l'aire lliure, a disposició tot el dia i en un entorn discret, accessible i cèntric. I això, complementat pels Itineraris Saludables, que permeten fer uns recorreguts recomanables adaptats a les seves capacitats o condicions. Tant el Parc com els Itineraris són utilitzats cada dia més, i són molt valorats per la població. Tot el que sigui afavorir la salut de les persones s'ha de tenir en consideració. Les dinamitzacions d'aquests espais són bones si els donem el valor de recordatori del que són i del que representen per a la qualitat de vida de les persones. Considero oportú mantenir-les i fer-les atractives per tal que puguem obtenir una millor resposta del seu ús.



## Estudi de Maduresa i Envelliment Satisfactori a Girona (MESGI50)

Vint-i-vuit municipis de les comarques gironines han estat seleccionats per dur-hi a terme el mostreig que té com a objectiu conèixer quines són i com canvien les circumstàncies vitals de les persones a partir dels 50 anys. L'estudi és efectuat per investigadors de la Unitat de Recerca de l'Institut d'Assistència Sanitària de Girona, i està coordinat amb el consorci de l'Enquesta de Salut, Envelliment i Jubilació a Europa, que de forma paral·lela l'està duent a terme en 19 països europeus.



10

Segons les dades nacionals i internacionals disponibles, les societats occidentals han entrat en un procés d'envelliment progressiu de les seves poblacions. Tot i l'abast d'aquest envelliment progressiu, les seves conseqüències en l'àmbit social, sanitari i econòmic són desconegudes. Malgrat aquestes dificultats, els organismes pertinents han elaborat un conjunt de recomanacions orientades a la planificació de polítiques públiques encaminades a allargar el màxim temps possible els nivells de benestar i autonomia personals de les persones grans cap al que s'ha convingut a anomenar envelliment actiu o saludable.

Aquestes recomanacions van acompanyades del reconeixement de la vellesa com a etapa de la vida de les persones amb característiques i necessitats pròpies, i com a procés multifactorial que requereix polítiques multisectorials. Per això, es fan tan necessàries actuacions

” A partir d'aquests resultats es pretén conèixer els efectes que determinats estils de vida poden tenir en l'estat de salut en general.



i accions que promoguin un envelliment satisfactori i socialment integrador. Les comarques gironines no són una excepció en aquest context de societats desenvolupades, i el progressiu envelliment de la població és un fet conegut i evidenciat segons les dades disponibles sobre taxes d'envelliment i sobreenvelliment de la població.

Dipsalut i l'Institut d'Assistència Sanitària promouen el desenvolupament d'un estudi sobre la Maduresa i l'Envelliment Satisfactori a les comarques gironines amb l'objectiu de conèixer quines són i com canvien les circumstàncies vitals de les persones a partir dels 50 anys. Amb aquest estudi, que s'anomena MESGI50 (Maduresa i l'Envelliment Satisfactori a Girona), es disposarà d'informació sobre les característiques i necessitats dels habitants de 50 anys i més que serà de molta utilitat per tal d'assessorar en la planificació i gestió dels recursos socials i sanitaris, i que permetrà ajustar les necessitats reals de la població de les comarques gironines. A partir d'aquests resultats es pretén conèixer els efectes que determinats estils de vida poden tenir en l'estat de salut en general i afinar en la diagnosi, tenint en compte les variables que s'associen al manteniment de les capacitats físiques, sensorials, cognitives i socials a partir de l'etapa mitjana de la vida, de manera que es faci possible millorar la qualitat de vida de les persones en els propers anys. Aquest estudi és efectuat per investigadors de la Unitat de Recerca de l'Institut d'Assistència Sanitària de Girona, i està coordinat amb el consorci de l'Enquesta de Salut, Envelliment i Jubilació a Europa (*The Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe*), que de forma paral·lela s'està duent a terme en 19 països europeus. Vint-i-vuit municipis de les comarques gironines han estat seleccionats en el procés de mostreig. Durant el primer semestre d'aquest any entrevistadors acreditats s'han desplaçat als domicilis dels habitants seleccionats per sol·licitar-los la seva participació.

Josep Garre, un dels investigadors al capdavant de l'estudi de la Unitat de recerca de l'Institut Sanitària de Girona, afirma que la gran diversitat de densitat de població que reuneix la demarcació de Girona i els municipis escollits permetrà saber les diferències i les conseqüències de viure en una població rural o bé en una d'altament poblada.

Un equip d'entrevistadors acreditats s'ha desplaçat ja a 1.045 domicilis i ha entrevistat fins a 1.321 persones de 28 municipis de les comarques gironines. Es preveu que el treball de camp finalitzi entre els mesos d'octubre i novembre, i que en total s'hagin entrevistat 3.200 gironins i gironines de 50 anys i més. La col·laboració altruista per



part de les persones, escollides aleatòriament, permetrà recollir una sèrie d'informacions que ajudaran a saber com viuen el dia a dia les persones de més de cinquanta anys en l'àmbit social i laboral.

S'espera que els resultats obtinguts puguin assessorar en la planificació i gestió dels recursos socials i sanitaris a les necessitats reals de la població de les comarques gironines, i que també permetin conèixer els efectes que determinats estils de vida poden tenir en l'estat de salut en general. A més, les conclusions permetran afinar en la diagnosi, tenint en compte les variables que s'associen al manteniment de les capacitats físiques sensorials, cognitives i socials a partir de l'etapa mitjana de la vida, de manera que es faci possible millorar la qualitat de vida de les persones en els propers anys.

” Està coordinat amb el consorci de l'Enquesta de Salut, Envelliment i Jubilació a Europa (*The Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe*), que de forma paral·lela s'està duent a terme a 19 països europeus.



## Pensem diferent per actuar diferent: «Salut i crisi»

«...i el que compta és l'esforç de cada dia compartit tenaçment amb els qui creuen que cada gest eixampla l'esperança, que cap dia no es perd per als qui lluiten». Miquel Martí i Pol. Fragment de He heretat l'esperança.

«Salut i crisi» vol promoure una altra manera de fer que, un cop superada la crisi, hagi contribuït a aprendre a pensar diferent per actuar diferent, per poder posar les bases per anar construint entre tots una nova manera de fer i de relacionar-nos en el marc de la governança.

La crisi econòmica ha sacsejat a fons l'Estat del benestar. Si bé en el 2007 la crisi es va percebre suau i curta, ràpidament es va veure que en el nostre context seria llarga i profunda. Actualment parlem d'una crisi de duració prolongada i d'abast internacional, amb conseqüències més enllà dels aspectes econòmics.

La crisi està repercutint en les condicions de vida de les persones —famílies en situació d'atur, dificultats per mantenir l'habitatge, etc.—, afecta bàsicament les classes mitjanes i baixes i, de manera especial, les famílies més vulnerables. D'acord amb les dades disponibles del 2011 proporcionades per l'Institut d'Estadística de Catalunya, s'estima que a la demarcació de Girona un de cada tres gironins (32,5 %) es troba en risc d'exclusió o de pobresa. El risc de pobresa afecta sobretot els menors de 16 anys (41 %) i els que en tenen entre 16 i 34 (30,16 %). A més, s'estima que més de 5.600 famílies estan en situació de risc de pobresa.

Diferents informes i articles descriuen l'impacte negatiu que té la crisi en la salut de les persones, i posen de manifest que existeix una relació entre la crisi i la salut.

Dipsalut ha dut a terme una anàlisi d'aquestes dades mitjançant la constitució de grups de treball, amb professionals i voluntaris, que han permès contrastar i identificar els impactes de la crisi en la salut de les persones a les comarques gironines: malnutrició infantil, estrès de llarga durada, dificultats vinculades a l'habitatge, increment de les tensions i alteracions de l'estat d'ànim, entre d'altres problemàtiques.

Ens hem assegut amb aquestes persones per acordar que cal garantir la provisió de mínims en **alimentació**,

” És un projecte que pretén ser temporal i que sorgeix amb la voluntat de desaparèixer quan comencin els indicis de recuperació de la crisi econòmica.

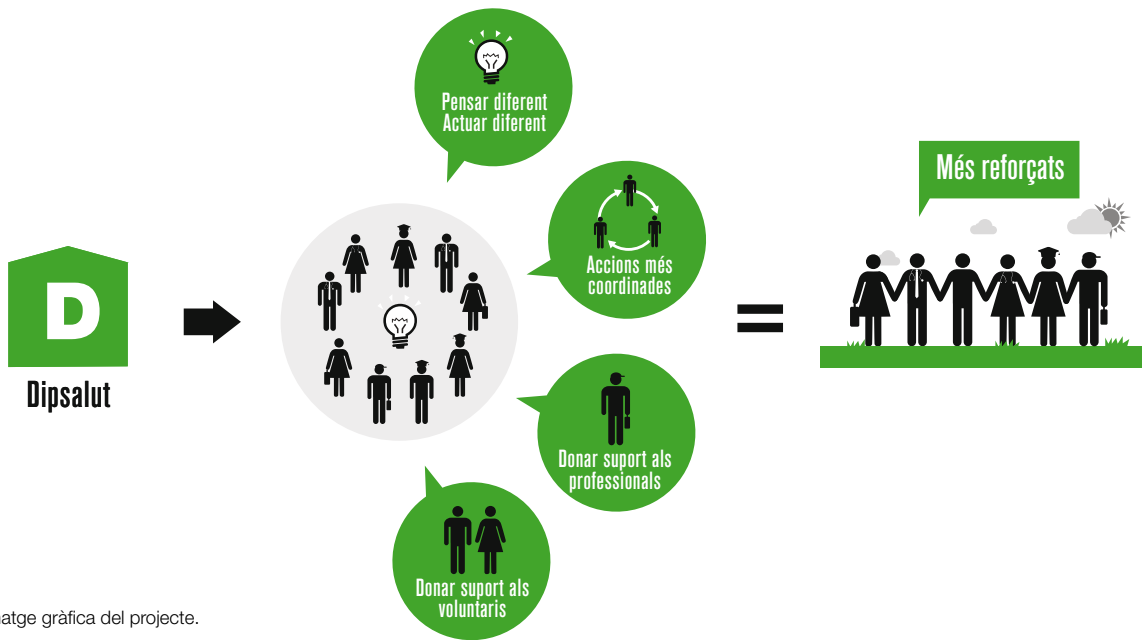
**habitatge, ocupació i benestar emocional**, i que cal pensar en la **família** com a factor clau a l'hora d'abordar la crisi. Ens han explicat com veuen i viuen la crisi, i des-taquen que per afrontar aquesta situació cal **pensar diferent, cal actuar diferent**: hem d'emprendre accions més coordinades i eficients. Cal donar suport als professionals i voluntaris que estan treballant al territori i tenir en compte que totes les polítiques afecten la salut... Convé deixar d'apagar focs i veure la crisi com a oportunitat per sortir-ne reforçats.

En molts casos, la societat civil ha estat més ràpida que l'Administració. Entitats i persones anònimes cooperen per ajudar els seus conciutadans: menjadors socials, recollida d'aliments, habitatges compartits... La crisi ha confirmat que l'Administració és limitada i que necessita la gent. Hem de situar-nos en una lògica de cooperació i de treball en xarxa entre l'Administració i la societat civil. Per això, hem dissenyat el projecte «Salut i crisi», amb la voluntat d'identificar i **donar suport** a totes aquelles iniciatives del territori que donen una **resposta coordinada** a la situació que estem patint.

Sabem que el «Salut i crisi» pot ajudar a disminuir aquest efectes, però per a això cal donar suport a les formes de coordinació existents al territori que fan més precises les intervencions. També ha de servir per iniciar el camí que ens permeti **pensar i actuar diferent** davant d'aquestes situacions. No podem esperar resultats diferents si sempre fem el mateix. Cal iniciar un camí per ajudar més i millor el territori, treballant junts, en xarxa, coordinats.

En els propers tres anys, període durant el qual estarà activat el projecte, mirarem entre tots de guanyar en efec-

” El projecte «Salut i crisi» neix com a resposta de Dipsalut a l'impacte de la crisi en la salut de les persones.



Imatge gràfica del projecte.

” Durant tres anys, finançarem aquells dispositius que treballin l'alimentació, l'habitatge, l'ocupació i el benestar emocional.

tivitat i en eficiència, des del respecte mutu, la coordinació i la generositat. Haurèm de treballar per atendre les necessitats bàsiques quant a alimentació, habitatge, ocupació i benestar emocional. Per tant, donarem suport econòmic als projectes destinats directament a pal·liar l'impacte dels efectes de la crisi en la salut de les persones. Promourem la creació o reforçarem aquelles estructures de coordinació que permetin treballar d'una manera diferent, més coordinada, amb les famílies. I treballarem per consolidar noves formes de coordinació i el treball en xarxa, i això ens permetrà reorientar les actuacions, que seran més efectives i més eficients.

El projecte donarà suport econòmic, articularà i integrarà els dispositius creats per donar resposta a la crisi econòmica que contribueixen a:

- Reduir els impactes en la salut de les persones, especialment pel que fa a l'**alimentació, higiene i vestimenta**

**de la infància** i el restabliment del **benestar emocional** de les persones afectades per processos vinculats a la crisi econòmica (pèrdua de feina, d'habitatge).

- Afrontar algunes de les causes que incideixen en la salut de les persones, com la **disponibilitat d'habitatge** en condicions dignes de salubritat i d'habitabilitat i la promoció de l'**ocupabilitat**<sup>1</sup> de les persones afectades.

- Promoure estratègies d'**innovació social** que contribueixin a millorar la **governança** de les polítiques públiques.

Per fer operatiu tot això es crearan, de manera immediata, taules de coordinació comarcals que articularan aquells dispositius que els agents de la comarca hagin pactat com a prioritaris. Només les propostes que obtinguin el vistiplau d'aquestes taules de coordinació i que s'hi integrin podran ser objecte de finançament.

En tot el procés, Dipsalut vetllarà per l'equitat en la distribució dels recursos i per la potenciació d'estructures de treball comunitari que facilitin la integració de dispositius. Per altra banda, Dipsalut facilitarà als professionals i voluntaris espais d'acció-reflexió-formació per tal d'avançar en les lògiques de treball en xarxa, i oferirà accions de suport a la seva tasca.

” L'objectiu principal és que les inversions arribin al màxim de persones.

<sup>1</sup> En el marc d'aquest projecte s'entendrà l'ocupabilitat com a disponibilitat de realització de tasques, accions... que permetin a les persones ocupar el seu temps disponible, independentment d'obtenir-ne una remuneració econòmica.



## Malbaratament dels aliments

En un context de crisi econòmica com l'actual i en un escenari global on gairebé mil milions de persones pateixen gana, el malbaratament alimentari suposa un impacte social i ètic de primera magnitud.

A Catalunya es llencen 262.471 tones d'aliments sòlids que es podrien haver aprofitat. Aquesta xifra equival a 34,9 kg de mitjana per habitant i any. Aquest malbaratament alimentari es produeix en el 58 % de les llars catalanes, segons l'estudi «Diagnosi del malbaratament alimentari a Catalunya».

Què podem fer dins de les possibilitats d'un ciutadà? Aquí proposem un decàleg de bones pràctiques que ens ajudaran a estalviar i a no malbaratar els aliments en les nostres llars.

- Planificar les nostres compres: cal pensar els menús dels àpats de la setmana, revisar els ingredients de la nevera i els armaris, i a continuació escriure una llista de la compra només per als extrems que necessitem.
- Fixar-se en les dates: si no hem pensat consumir aviat un producte amb una data de caducitat propera, cal buscar-ne un altre amb una data més llunyana o pensar a comprar-lo el dia que l'anem a consumir.
- Tenir en compte la nostra butxaca: desaproveitar el menjar significa malbaratar els diners.
- Mantenir la nevera segura: revisar l'estanquitat de les portes i la temperatura del refrigerador. Els aliments s'han de conservar entre 1 i 5 °C per aconseguir-ne la màxima frescor i longevitat.
- Rotació: quan comprem aliments nous cal col·locar tots els productes més antics que tingueu al rebost i a la nevera a la part del davant.
- Aprofitar al màxim les sobres: en lloc de llançar les sobres a les escombraries, les podem utilitzar per als àpats del dia següent, o congelar-les per a una altra ocasió. La fruita que està més madura es pot utilitzar per fer batuts o pastissos de fruita. Amb les verdures que s'estan començant a marcir es poden fer sopes.
- Servir quantitats petites de menjar amb el benentès que tothom pot repetir, una vegada hagi deixat el plat net.
- Conservar els aliments d'acord amb les instruccions de l'envàs.
- Congelar: si consumim només una petita part de la barra de pa, cal congelar-ne la resta. Així, quan arribem a casa només n'haurem de treure unes quantes llesques un parell d'hores abans que les necessitem.
- Convertir els residus en aliment per a les plantes. Alguns residus d'aliments són inevitables: per tant, per què no crear un cubell de compostatge per a les peles de fruites i verdures? En pocs mesos, obtindrem un adob ric i valuós per a les nostres plantes. Si tenim restes de menjar cuinat, un compostador de cuina farà el fet.

**Lourdes Garcia,**  
Àrea de Protecció de la Salut



Triptics "Prou malbaratar aliments".

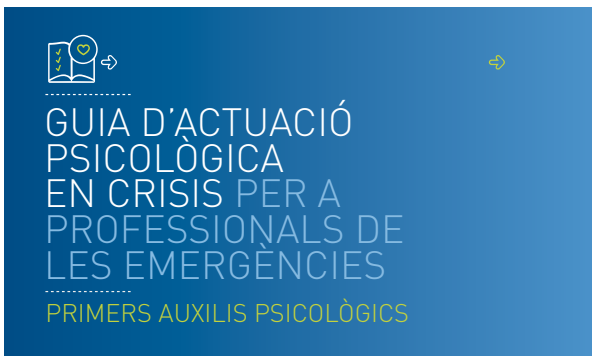


## Dipsalut rep una felicitació de Mossos d'Esquadra pel programa Pm04

L'equip que coordina el programa de suport i atenció psicològica en situacions d'emergència al municipi, de Dipsalut, ha rebut una felicitació pública, del tipus A, del cos de Mossos d'Esquadra, al qual correspon, segons el Decret 184/1995, de 13 de juny, el desenvolupament de tasques o actuacions professionals en l'àmbit policial, sigui en la branca operativa, de gestió, de suport o tècnica, de notòria transcendència o bé que siguin rellevants per al desenvolupament d'aquest cos policial.

L'objectiu del programa és oferir assistència psicològica especialitzada en el mateix lloc on s'han produït els fets traumàtics, com assassinats, accidents amb diverses víctimes, catàstrofes naturals... Actualment es gestiona a través de la unitat de crisis i emergències de l'empresa AXIOS - Suport psicològic a l'Administració.

El cos dels Mossos d'Esquadra, així com els responsables municipals en emergències, poden activar el servei en qualsevol moment, trucant al telèfon de referència del coordinador del grup de psicòlegs d'emergències.



Portada de la guia d'emergències psicològiques.

## Dipsalut participa al «VI Congreso Internacional de Universidades Promotoras de la Salud» a Puerto Rico

Dipsalut ha participat al «VI Congreso Internacional de Universidades Promotoras de la Salud» (*VI Congreso Internacional de Universidades Promotoras de la Salud*), celebrat a Puerto Rico del 19 al 21 de març, amb una ponència sobre la teoria salutogènica i la implementació de la teoria a la realitat.

Alhora, també ha participat en una de les taules rodones del congrés, en la qual el cap de l'Àrea de Polítiques i Promoció de la salut ha explicat el model Dipsalut.

La participació de Dipsalut en esdeveniments com aquest s'emmarca en l'estratègia d'internacionalització de l'organisme.



Pau Batlle, amb les doctores Blanca Patricia Mantilla, Alcira Castillo i Dolores Juvinyà.

## L'Organisme Autònom de Salut Pública de la Diputació de Girona i l'Institut Català d'Estadística (IDESCAT) estableixen un conveni de col·laboració per al seguiment del MESGI50

L'objectiu de l'acord és l'elaboració d'un treball d'investigació estadística referent a un estudi longitudinal sobre la salut, l'estat socioeconòmic i les xarxes socials i familiars de les persones de 50 i més anys.

El vicepresident de l'Organisme Autònom de la Salut Pública de la Demarcació de Girona, Josep Maria Corominas, i el director de IDESCAT, Frederic Udina, es van reunir a la seu de Dipsalut juntament amb Cristina Rovira, subdirectora general de producció i coordinació estadística.



Fotografia de la visita.

Trobareu tota la informació, fotografies, vídeos i documents al web de Dipsalut: [www.dipsalut.cat](http://www.dipsalut.cat)

Us demanem que ens comuniquem els vostres dubtes, queixes, propostes o suggeriments per tal que puguem anar millorant. Podeu fer-ho al correu [info@dipsalut.cat](mailto:info@dipsalut.cat) o al telèfon 972 41 47 20.



**Piluca Castro**, tècnica de l'Àrea de Protecció de la Salut

## «Cal buscar els problemes per poder resoldre'ls de manera ràpida»

Pilar Castro, Piluca, és una gironina nascuda fa 46 anys que va estudiar veterinària i que després de treballar a l'Agència de Salut Pública, a Girona i a Barcelona, ara ho fa a l'Àrea de Protecció de la Salut. Parla amb vehemència i convenciment de la feina que fa, de relació intermèdia amb els proveïdors, i procura resoldre les necessitats dels municipis, grans i petits, en tot allò relacionat amb la legionel·losi, l'aigua, les platges, les piscines, les sorres infantils, les plagues i la seguretat alimentària. Insisteix que el personal de l'Àrea no és inspector, sinó que busca i detecta problemes per actuar-hi conjuntament amb els ajuntaments abans no es converteixin en un risc per a la salut.



Quina és la seva feina?

Coordinar els agents municipals de protecció de la salut pública. Sis persones es distribueixen el territori gironí a raó de 37 municipis cadascun. Cada municipi demana els programes que li interessin del Catàleg de Serveis, i nosaltres fem el seguiment de com s'estan executant: si s'apliquen bé, actuant si sorgeix algun problema, fent el control dels proveïdors i cercant necessitats del municipi per poder donar-hi suport.

Així mateix, intentem millorar els programes i adaptar-los a les necessitats dels nostres municipis.

Què ofereixen als ajuntaments?

Són els nostres clients. Els oferim el Catàleg de Serveis, el qual inclou programes gratuïts i d'altres amb una mínima taxa per tal de compartir la responsabilitat de la feina. Una part important dels programes són les visites d'assessorament. Es tracta de fer l'acompanyament a les persones que se n'ocupen diàriament, per posar en valor la seva feina i aclarir els dubtes que puguin tenir.

Els procediments de la nostra àrea, la de protecció, estan molt normalitzats per la legislació. Hem protocol·litzat totes les accions que efectuem per a cada objecte de risc (dutxes, aixetes, piscines, sorres infantils...) i que podem trobar en els diferents equipaments: pavellons, escoles, llars d'avis...

La demarcació de Girona es caracteritza per estar formada per un 70 % d'ajuntaments molt petits, els quals no disposen de tècnics formats en protecció de la salut. Per tant, nosaltres fem una mica aquesta feina.

Per on busquen?

Cada programa té diferents objectes de risc. A tall d'exemple, en el programa de legionel·la l'objecte de risc és la sortida d'aigua que genera aerosol, com en el cas de la dutxa, i que podem trobar sobretot a pavellons, poliesportius, camps de futbol, escoles i llars d'infants. Alhora, són també un objecte de risc els regs i les fonts ornamentals.

Hi ha problemes seriosos?

No, però calen controls. A part de nosaltres hi ha d'haver una persona del municipi que els faci i els registri. La responsabilitat del manteniment és de l'ajuntament; la nostra és l'assessorament i l'operativa referent a les analítiques, així com generar documentació explícita que necessitin.

En època de crisi hi ha el perill d'abaixar la guàrdia?

No, perquè els estàndards de qualitat estan establerts per llei. Alhora, cal tenir present que per fer un manteniment adequat cal entendre les analítiques. No enviem l'analítica directament a l'ajuntament sinó que s'hi adjunta un informe explicatiu.

Fan actuacions per evitar futurs perills?

En els programes d'aigües de consum humà es fan controls analítics als dipòsits de capçalera, dipòsits de distribució i xarxes d'aigües per determinar-ne la potabilitat. Com que aquesta potabilització pot ser més o menys automatitzada treballem per implantar sistemes de telemetria per a la millora del control de la potabilització d'aigua.

Expliqui les seves línies d'actuació

Hi ha una **línia de sanitat ambiental** que inclou dos programes de legionel·losi, alt i baix risc. Hi ha una altra **línia d'aigües de consum humà** que inclou dos programes: un d'abastaments municipals i un altre de la qualitat de l'aigua de l'aixeta de consumidor; una **línia per a establiments públics i indrets habitats**, que inclou l'avaluació de les piscines, les platges, les sorres, lluita contra les plagues urbanes i salvament i socorrisme a platges; una **línia de seguretat alimentària**; i, finalment, una **línia d'assessorament i suport tècnic**.

Què hi fan, a platges i piscines?

Hi ha dos programes de piscines: un de piscines d'ús públic en què es fa una visita i s'elabora un informe d'avaluació de la instal·lació, i un altre de piscines municipals amb el qual a més a més es porta a terme l'analítica d'aigua dels vasos de la piscina i un pla d'autocontrol i gestió.

Pel que fa a les platges, es fa el control de la legionel·la a totes les dutxes i analítiques de sorra per controlar microorganismes i fongs.

Tenim un alt nivell de protecció de la salut a les comarques gironines?

Crec que sí. I si la gent es torna més responsable, anirem a millor. A vegades falta una miqueta de conscienciació, que la gent entengui que això és important.

La gent dels municipis està contenta amb Dipsalut?

Detectem un problema i el solucionem. Crec que sí, encara que n'hi ha que ens veuen com si fóssim inspectors, i no ho som. Nosaltres ajudem el municipi per tal que, quan s'hi faci el control oficial, els inspectors de l'Agència de Salut Pública de Catalunya trobin el menor nombre d'incidències possible.