



## Del coneixement professional a la governança clínica

En menys d'una setmana he assistit a diverses activitats científiques a Tarragona: la XVIII Reunió Anual de la Societat Catalana de Nefrologia, el XIX Congrés Nacional de la Societat Espanyola de Geriatria i Gerontologia, la IV Jornada per a Auxiliars, Gerocultors i Cuidadors, i la Jornada de Formació sobre l'Autisme.

Aquest fet demostra el dinamisme dels professionals del sector sanitari a Tarragona.

El Departament de Salut té el compromís clar i ferm d'assumir la responsabilitat que li correspon en la formació dels professionals, tant en el període pregrau com en el de postgrau, i també al llarg de la vida professional.

La 7a línia d'actuació del Pla de salut 2011-2015, sobre la promoció i la incorporació sistemàtica del coneixement professional i clínic, i el projecte 7.1 tenen com a

objectiu impulsar la creació de comitès clínics i grups de treball de professionals per propiciar al màxim la participació dels diferents professionals en la governança clínica.

En definitiva, pel Departament de Salut és prioritari fomentar la participació dels professionals en la gestió, tot incorporant el coneixement professional que es genera,

en part, en aquestes jornades, en les quals els col·legis professionals i les societats científiques intercanvien models de gestió dels serveis, que condicionen les preses de decisions i les avaluacions periòdiques.

*Josep Mercadé i Oriols,  
director dels Serveis Territorials  
de Salut de Tarragona i  
gerent de la Regió Sanitària  
Camp de Tarragona*



### Contingut

Qui és qui amb...	3
Salut i arts escèniques	5
L'entrevista	7
L'agenda	14
Una llengua saludable	17
Col·laboració	20

- El Departament de Salut té el compromís clar i ferm d'assumir la responsabilitat que li correspon en la formació dels professionals, Josep Mercadé
- "La feina diària comporta una càrrega psíquica important per la responsabilitat de risc vital dels alumnes pluridiscapacitats", Àngela Figuera.
- "Tinc la impressió que el teatre clàssic, en general, i Shakespeare, en particular, han creat una bona base de dades per a la psicologia", Manel Barceló.
- El grup d'al·letament matern del CAP de Valls celebra 15 anys donant suport a les famílies.

# Aquest mes de maig, vine a donar sang!

<b>Dia/Hora</b>	<b>Lloc</b>
<b>Dijous, 3</b> De 18.00 h a 21.00 h	<b>LA POBLA DE MONTORNÈS</b> Baixos de l'Ajuntament
<b>Divendres, 4</b> De 10.00 h a 13.00 h i de 17.00 h a 21.00 h	<b>TARRAGONA</b> Unitat mòbil, a la Rambla Nova, davant del Col·legi de les Teresianes
<b>Dissabte, 5</b> De 10.00 h a 22.00 h	<b>VILA-SECA MARATÓ DE DONACIÓ DE SANG</b> Centre d'atenció primària
<b>Dilluns, 7</b> De 18.00 h a 21.00 h	<b>LA RIBA</b> Consultori mèdic
<b>Dimarts, 8</b> De 17.30 h a 21.30 h	<b>LES BORGES DEL CAMP</b> Local de l'Associació de Dones
<b>Dimecres, 9</b> De 17.30 h a 21.30 h	<b>LLORENÇ DEL PENEDÈS</b> Centre mèdic
<b>Dijous, 10</b> De 10.00 h a 14.00 h i de 17.00 h a 21.00 h	<b>CAMBRILS</b> Hospital Lleuger de Cambrils
<b>Divendres, 11</b> De 10.00 h a 14.00 h i de 17.00 h a 21.00 h  De 17.30 h a 21.30 h	<b>CAMBRILS</b> Hospital Lleuger de Cambrils  <b>VIMBODÍ</b> Centre d'atenció primària
<b>Dilluns, 14</b> De 10.00 h a 14.00 h i de 17.00 h a 21.00 h	<b>SALOU</b> Hall del Teatre Auditori
<b>Dijous, 17</b> De 18.30 h a 21.30 h	<b>VINYOLS I ELS ARCS</b> Consultori mèdic
<b>Divendres, 18</b> De 18.30 h a 21.30 h  de 17.30 h a 21.30 h	<b>CASTELLVELL DEL CAMP</b> Sala polivalent  <b>MONT-ROIG DEL CAMP</b> Centre d'atenció primària
<b>Dilluns, 21</b> De 10.00 h a 13.00 h i de 17.00 a 21.00 h  De 10.00 h a 14.00 h i de 17.00 h a 21.00 h	<b>REUS</b> Unitat mòbil, ubicada a la Plaça de la Llibertat  <b>VALLS</b> Casa de la Caritat
<b>Dimarts, 22</b> De 10.00 h a 14.00 h i de 17.00 h a 21.00 h	<b>VALLS</b> Casa de la Caritat
<b>Dimecres, 23</b> De 17.30 h a 21.00 h	<b>LA SELVA DEL CAMP</b> Centre d'atenció primària
<b>Dijous, 24</b> De 10.00 h a 13.00 h i de 17.00 h a 21.00 h  De 17.30 h a 21.30 h	<b>REUS</b> Unitat mòbil, al carrer de Sant Joan (al costat del Mercat Central)  <b>L'ARBOÇ</b> Biblioteca
<b>Divendres, 25</b> De 11.00 h a 14.30 h i De 17.30 h a 20.30 h  De 18.30 h a 21.30 h	<b>HOSPITAL DEL VENDRELL</b> Sala d'actes  <b>VILANOVA D'ESCORNALBOU</b> Centre Cultural
<b>Dimarts, 29</b> De 18.30 h a 21.30 h  De 17.30 h a 21.30 h	<b>TORREFORTA</b> Centre cívic  <b>L'ESPLUGA DE FRANCOLÍ</b> Centre d'atenció primària
<b>Dijous, 31</b> De 17.30 h a 20.30 h	<b>REUS</b> Centre cívic del Carme

# Qui és qui amb Àngela Figuera: “La feina diària comporta una càrrega psíquica important per la responsabilitat de risc vital dels alumnes pluridis capacitats.”

## Qui sou?

Àngela Figuera Colomé, tinc 53 anys i treballa al Centre Públic d'Educació Especial (CPEE) Alba de Reus, del qual té la titularitat la Diputació de Tarragona.

## La vostra professió és infermera escolar, però quina és la vostra veritable vocació?

Cuidar i relacionar-me amb persones a qui puc ajudar és la principal que he tingut. Tot allò relacionat amb l'expressió artística, la creativitat i l'activitat física també m'ha interessat.

## Aquesta hauria estat la vostra segona opció professional?

En realitat sóc una mica polifacètica, flexible i adaptable; per això puc imaginar-me en diferents àmbits com l'art i l'esport, o també en altres de diferents al de la infermeria o la fisioteràpia. Per exemple, també m'agrada treballar amb adults, sobretot en allò que fa referència a la prevenció per mantenir i/o millorar la salut i el benestar.

## Viviu a la localitat on treballeu?

No.

## Aquesta situació és positiva o negativa per a la vostra feina?

Com que és a prop, no és un problema.

## Ens podeu dir una mania?

No en tinc gaires, de manies, crec!

## Una cosa que us agradi...

Això és més difícil, perquè en són moltes: m'agrada molt conversar amb els fills, les amigues, llegir, viatjar, córrer, nedar, caminar, escoltar bona música i les persones positives.

## Una cosa que no suporteu...

El pessimisme i la manca de sentit comú.

## El vostre pitjor defecte...

He de millorar el fet de saber escoltar!

## La vostra millor virtut...

Sinceritat, generositat (posa la que vulguis).

## De què no faríeu mai?

D'administrativa, no sabria estar-me quieta.

## Quins són els aspectes més significatius de la vostra professió. En

## què consisteix?

L'autonomia en la gestió de les cures, el treball en equip, la coordinació per a la millora de l'autonomia i la qualitat de vida dels alumnes i les seves famílies, la possibilitat de desenvolupar la pròpia formació infermera per a l'atenció de la salut física i psíquica d'alumnes amb discapacitats físiques, psíquiques i sensorials, i la participació activa en el context educatiu i terapèutic.

## Per contra, quins són els aspectes

raments, etc.

## Què us fa riure?

Una bona conversa amb humor afegit.

## Què us fa plorar o enrabiar?

La primera, enyorar un ésser estimat i/o qualsevol cosa que m'emocioni, la segona, la injustícia allà on sigui.

## Recomaneu-nos un llibre!

*La paraula més bella* de Margaret Mazzantini.

## Digueu-nos un escriptor o una escriptora que us agradi.

Orhan Pamuk i... Almudena Grandes, per exemple.

## Quin tipus de música us agrada?

Segons el moment, però si he de triar... clàssica i contemporània.

## Per tant, el vostre músic o grup predilecte és...

Ara, sóc incondicional del meu fill, Joan Magrané.

## Us agrada el cinema o el teatre?

M'agrada més el cinema.

## Quina és l'última pel·lícula o obra de teatre que heu anat a veure?

Vaig anar a veure fa poc *The Artist*.

## La recomanaríeu?

L'he recomanada! És molt bona, divertida i icònica.

## Digueu-nos un actor o una actriu que us agradi.

Si he de triar un actor d'ara, Leonardo DiCaprio, i l'actriu, Scarlett Johansson.

## Qui és el vostre referent?

Els meus fills.

## Per què?

Perquè m'agraden com a persones.

## I el lloc més romàntic?

Un poble petit del prepirineu que hem té el cor robat.

## Un consell per millorar la salut...

Cuida't per dins i per fora!

## Un somni secret...

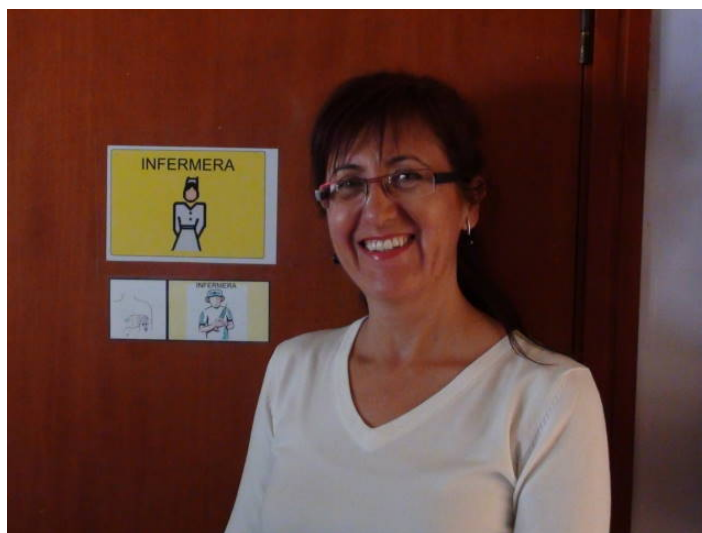
Veure món.

## Una màxima per afrontar la vida...

“Utopia és a l'horitzó. M'hi acosto dues passes, ella s'allunya dues passes. Camino dues passes i l'horitzó se'n va deu passes més enllà. Per a què serveix la utopia? Per això serveix: per caminar”. E. Galeano.

## Per acabar, regaleu-nos una paraula.

Gràcies.



Àngela Figuera Colomé, a la porta del despatx en el CPEE Alba de Reus

## menys atractius per destacar?

Hi ha una càrrega psíquica important per la responsabilitat que comporten els moments de crisi o de risc vital dels alumnes pluridis capacitats que presenten problemes de salut mental i/o trastorns de conducta. També cal considerar la càrrega física que suposen les transferències, les mobilitzacions, etc., necessàries i contínues, per la qual cosa requereixen moltes intervencions.

## Què canviaríeu o milloraríeu?

M'agradaria tenir més temps per fer activitats d'educació per a la salut a les aules de primària, secundària, adaptades i de PGS. També m'agradaria tenir més temps per fer treballs d'investigació amb aquests infants i joves.

## Com us relaxeu?

Quasi cada dia faig alguna activitat física després de la feina: caminar o córrer amb el meu gos, nedar, fer esti-

# El Col·legi de Metges celebrarà eleccions el proper 12 de juny

L'assemblea de compromissaris duta a terme el passat 28 de març va aprovar per unanimitat la liquidació pressupostària i els comptes corresponents a l'exercici 2011. També es va ratificar l'acord de la Junta per subvencionar la pòlissa d'assegurança d'agressions a càrrec del Col·legi, concretament del Programa de protecció social. A més, l'assemblea va servir per fer un balanç dels quatre anys de legislatura de l'actual Junta de Govern, abans de proclamar-se les eleccions, que seran el proper 12 de juny. Durant l'assemblea es va reunir la Junta Electoral, que va prendre possessió, i es va escollir president i secretari.

Durant l'assemblea van intervenir el secretari del Col·legi Oficial de Metges de Tarragona (COMT), el Dr. Frederic Mallol, la vicepresidenta segona, Dra. Concha Abril, i el responsable de la vocalia de jubilats, el Dr. Jaume Fontanet.

El secretari, fedatari públic i responsable dels recursos humans del COMT, en la seva intervenció, va resumir els quatre anys del seu càrrec i va explicar el moviment i l'activitat col·legial, les denúncies i agressions comptabilitzades, els serveis col·legials i les perspectives de futur.

La vicepresidenta segona i responsable del Programa de protecció social del COMT, la Dra. Concha Abril, va explicar als assistents les activitats del Programa durant el 2011 i va presentar el pressupost econòmic per a l'any 2012. Per últim, el Dr. Jaume Fontanet, en representació de la vocalia de jubilats, va resumir totes les activitats

que s'han fet per al col·lectiu de metges jubilats coordinades per la seva vocalia, des d'exposicions fins a sortides culturals, xerrades, etc.

Un cop finalitzades les intervencions, el president del COMT va fer una reflexió del temps transcorregut, dels objectius complerts i d'aquells projectes que encara queden per fer. "Han estat quatre anys apassionats, de treball molt dur, que han servit per complir una sèrie de reptes que ens vàrem fixar la Junta de Govern des del dia de la nostra presa de possessió", va manifestar el Dr. Fernando Vizcarro.

Un dels reptes més importants assolits en aquesta legislatura ha estat el Programa de protecció social, que es va posar en marxa l'any passat i que enguany ha ampliat la seva cobertura.

Un altre dels projectes que ha dut a terme la Junta que ha presidit aquests quatre anys el Dr. Vizcarro ha estat dirigir els col·legiats més joves, els MIR, "que des de finals de 2010 ja poden preparar el seu examen MIR

amb un curs que s'ofereix a la nostra delegació de Reus".

Durant aquest mandat, també s'han adequat els recursos humans a les necessitats del Col·legi. En compliment de la normativa europea (Llei òmnibus), "estem digitalitzant tots els expedients col·legials, fet que significa actualitzar prop de 3.000 expedients vigents".

El president del COMT va afegir al final del seu discurs unes paraules relacionades amb l'actual situació de crisi econòmica que viu el país, "Durant aquests quatre anys hem viscut moments durs a causa de la situació econòmica i de les mesures que ha pres el Govern respecte a les retallades en l'àmbit sanitari, entre d'altres sectors. Aquest panorama encara ens anima més a seguir treballant per garantir un servei sanitari de qualitat, respectant els professionals i vetllant per la bona praxi mèdica".



Membres de la Junta de Govern del Col·legi Oficial de Metges de Tarragona., amb el seu president, Dr. Fernando Vizcarro, al centre

# Salut i arts escèniques: fisioteràpia en les arts escèniques

La primera vegada en la història que es descriu la relació entre la música i les patologies derivades de la seva pràctica és al 1713, en el llibre de malalties professionals *De Morbis Artificum Diatriba*, de Bernardino Ramazzini, on apareix una acurada revisió dels factors etiològics de les afeccions pròpies dels diversos oficis que hi havia a la Revolució Industrial, incloent-hi la professió musical.

Com a medicina de les arts escèniques no apareix fins al 1975 a la revista *The New England Journal of Medicine*. I aquí, en el nostre país, es parla per primera vegada de *medicina musical* a la revista *Neurologia*, al 1992.

Com en d'altres especialitats, pel tipus de pacients amb què ens trobem, hi ha d'haver un treball en equip entre el metge especialista en arts escèniques i el fisioterapeuta, ja que és indispensable la col·laboració entre ells. A més, també és necessària la col·laboració d'altres professionals de la salut per poder avaluar i tractar l'artista de la manera més multidisciplinària possible, i en les millors i més ràpides condicions. Tots els professionals sanitaris que atensem aquest col·lectiu ho fem amb la mateixa finalitat.

Els que ens dediquem a aquest àmbit hem de tenir en compte el gran impacte del factor emocional i com afecta a la interpretació artística. Hem de saber, per exemple, que *"l'ansietat prèvia a l'actuació és present al 40 % dels músics d'orquestra simfònica particulars; al 20 % dels casos es tracta d'un problema de salut poc important, però al 16 % aquesta ansietat és considerada com un problema greu de salut"*. I és que, en la majoria de les arts escèniques, s'exigeix una presència escènica que, d'una banda, afecta el rendiment i, d'una altra, dona informació a l'espectador. Hem de recordar que la comunicació no verbal influeix en l'expressió.

És per això que és important entendre que la part emocional pot afectar el cos i, per tant, s'han de saber avaluar correctament aquestes alteracions corporals morfoestàtiques i dinàmiques, i ser capaç de tractar-les correctament.

Els fisioterapeutes podem tractar

les pors que sobrevenen l'artista mitjançant l'alliberament manual dels teixits tous que envolten el pericardi; tractament essencial per poder expressar amb el cos les emocions que es generen durant la interpretació. I, com a mètode preventiu, aquest alliberament redueix notablement algunes de les causes més importants de les lesions: les sobrecàrregues musculars derivades de les tensions emocionals, de les deformitats estructurals i de les posicions predisponents de lesió.

És necessari que els professionals que atensem aquest col·lectiu coneguem les necessitats de tractament global del pacient, l'estudi del gest motor interpretatiu que requereix cada instrument, cada tipus de dansa, l'estil teatral, l'escola de cant, etc.

Realitzar a fons aquest treball és extens. Per aquest motiu als fisioterapeutes que fem la formació en aquesta especialitat normalment ja ens agrada més tractar un camp artístic que un altre i, finalment, acabem especialitzant-nos més en un o altre sector.

Les principals lesions que tractem depenen del tipus de disciplina artística. Si ens centrem per exemple en el tractament dels músics, les lesions més comunes són sobrecàrregues musculars, alteracions posturals i tendinopaties.

Amb els cantants es fa indispensable el treball postural per aconseguir una projecció correcta de la veu. A ells els pot passar que el dolor no els aparegui com un símptoma pel qual anar al fisioterapeuta, sinó que comencin a mostrar interès pel seu cos quan s'adonen que la seva veu ha canviat.

Els ballarins pateixen amb freqüència traumatismes de repetició, lesions lligamentoses de turmell, metatarsàlgies, tendinopaties de perineu, ciatàlgies, fractures d'estrés, etc., els quals apareixen molt sovint per errors tècnics que *"poden passar com a resultat de l'estructura anatòmica del cos" o "poden sorgir per un mal ensenyament o també per una manca d'atenció"*.

En general, podem dir que la prevenció és essencial per evitar les lesions als artistes, però, sobretot, per incidir en una de les causes que

provoquen més lesions als músics i a gairebé tot el col·lectiu de les arts escèniques: la manca de coneixement de la correcta funcionalitat del seu cos.

Hem de conscienciar-los que la prevenció és el punt de partida per guanyar qualitat de vida tant en l'àmbit professional com en el personal.

Alguns dels nostres objectius com a fisioterapeutes són donar a conèixer als diferents col·lectius artístics que hi ha professionals de la salut i d'altres disciplines que s'han format especialment per a atendre i resoldre les seves necessitats com l'ergonomia, la medicina, la podologia, la posturologia, la psicologia, les tècniques de consciència corporal, etc., i que, a banda del tractament de les lesions que podem oferir, també podem fer una tasca pedagògica important en la vessant psicològica: aprenentatge de la gestió de l'esforç i del control del to muscular (per exemple: mitjançant estiraments), reforç de la propiocepció, tècniques de relaxació i millora de la cinètica respiratòria, per tenir més consciència del cos i més eines per superar el pànic escènic.

La nostra intervenció és necessària en tots els àmbits artístics i a tots nivells: valoració, prevenció, tractament, consciència corporal, reeducació postural amb l'instrument, coneixement del gest motor artístic, teràpia manual i entrenament personalitzat d'acord amb la tipologia estructural i l'instrument o tècnica de ball, teràpia manual d'alliberament emocional, ergonomia aplicada a l'estudi musical, a l'instrument, a l'escenografia, a la propiocepció per millorar la coordinació entre el moviment ocular i el gest de motor de les extremitats, etc.

Aquest treball es pot fer en una consulta, al conservatori o entre bambolines.

Esperem que en un futur no gaire llunyà tots els artistes tinguin a la seva disposició un fisioterapeuta que els ajudi a millorar les seves condicions artístiques globals, com a part de l'elenc artístic.

# STS promou l'envelliment actiu entre les dones

La major part de la població de més de 65 anys són dones. Aquestes tenen una esperança de vida superior a la dels homes, però també unes pensions més baixes i més problemes geriàtrics associats a l'edat. Per aquest motiu, l'Associació Dones 2000 de Reus va dur a terme la sessió *Dona i Envelliment*, en la qual van participar una trentena de dones d'aquesta entitat en col·laboració amb professionals d'STS Grup.

La sessió es va desenvolupar com una proposta de debat i reflexió a l'entorn dels conceptes de salut, dona, vellesa i envelliment actiu. Rosa Mercadé, treballadora social d'STS Vitabitat, va dirigir la sessió i va explicar a les assistents que la dona té una forta tendència a cuidar la llar i la família, però que ha de reservar temps per cuidar-se ella mateixa. Sortir, passejar, conversar i mantenir-se actives serà fonamental perquè jubilades d'avui arribin a edats avançades en un bon estat de salut.

STS s'ha sumat a l'Any Europeu de l'Envelliment Actiu 2012 amb la voluntat de contribuir a promoure una cultu-

ra de l'envelliment actiu perquè la nostra gent gran gaudeixi de llibertat, autonomia i una alta qualitat de vida. Per això ha desenvolupat un programa de conferències que s'ofereixen de forma gratuïta a totes aquelles associacions i entitats que ho demanin. Entre elles hi ha xerrades sobre l'envelliment actiu,

dona i vellesa, i recursos assistencials per a persones grans amb dependència. Podeu consultar aquesta proposta a l'adreça <http://bit.ly/GGDUdf>, o sol·licitar més informació a STS Grup.



Moment de la sessió Dona i Envelliment, organitzada per l'Associació Dones 2000 de Reus

## Antoni Mateu és nomenat director general de l'Agència de Salut Pública de Catalunya (ASPC)

El Govern de la Generalitat de Catalunya ha nomenat Antoni Mateu nou director general de ASPC. Antoni Mateu, que va néixer a Barcelona l'any 1960, és llicenciat en medicina i cirurgia per la Universitat de Lleida i té l'especialitat en medicina preventiva i salut pública. El nou director de l'Agència té una àmplia formació específica en gestió sanitària i en direcció d'institucions hospitalàries i també el Màster en economia de la salut i gestió sanitària de la Universitat Pompeu Fabra (1996), a més de formació directiva a les escoles de negocis d'ESADE i IESE.

Mateu es va incorporar a l'Institut Català de la Salut l'any 1989 com a responsable de la Unitat de Concerts i, tot seguit, va passar a ser director de sector sanitari a l'Alt Pirineu. Després

d'ésser cap de la Unitat de Control de Gestió del Servei Català de la Salut a Lleida, del 1998 al 2003 va ocupar la direcció territorial del Departament de Salut a Lleida i la gerència de la Regió Sanitària de Lleida, a més de la vicepresidència del Consell d'Administració de l'empresa pública Gestió de Serveis Sanitaris. L'any 2004 Antoni Mateu va passar a ser coordinador de l'Institut Català d'Avaluacions Mèdiques a Lleida fins a l'any 2007, en què va ser nomenat delegat territorial d'ASISA. Des de l'1 de febrer de 2011 i fins a l'actualitat ha estat director territorial de les regions sanitàries de Lleida i de l'Alt Pirineu i Aran. També forma part del Consell d'Administració de l'AECT (Agrupació Europea de Cooperació Territorial) i de SEMSA.

Amb el nomenament d'Antoni Mateu culmina el procés de la posada en marxa de l'Agència de Salut Pública, en compliment de la Llei 18/2009, de 22 d'octubre, de salut pública, que ha suposat un intens procés de reforma i modernització que ha comptat amb el consens polític, amb el suport dels professionals i amb la implicació del món local, de les entitats socials i del món de l'empresa.

L'ASPC acull prop de 1.500 professionals de la medicina, veterinària, farmàcia, infermeria, biologia i psicologia, que presten serveis de forma regionalitzada i compten amb una xarxa de laboratoris acreditats, en estreta col·laboració amb l'atenció primària i hospitalària.

# L'entrevista amb Manel Barceló: "Tinc la impressió que el teatre clàssic en general i Shakespeare en particular, han creat una bona base de dades per la psicologia"

En Manel Barceló actor, guionista, director i dramaturg torna a la nostra ciutat aquest proper dissabte 26 de maig amb el monòleg *Els Dolents* (*Shakespeare's Villains*) d'Steven Berkoff, sota la direcció de Ramón Simó.

**De la teva interpretació s'ha dit que t'escau la solitud de l'escenari i que per captar l'atenció del públic només necessites una mica de Shakespeare i molt de talent personal. Has sentit aquesta solitud en algun moment a l'escenari?**

A l'escenari mai no em trobo sol, mantinc un diàleg continu amb mi mateix, entre la part més pragmàtica de l'actuació que controla els aspectes tècnics, tot allò que d'alguna manera ha quedat pactat a l'època d'assaig: el text, la dicció, les respiracions, el ritme, la gestualitat, i un altre nivell de consciència —m'agrada anomenar-lo dionisiac— que incorpora l'emoció com a sentiment nou i que no controlo totalment. L'emoció apareix, la faig aparèixer, però la seva intensitat, el seu color, la seva influència sobre els altres aspectes tècnics no depenen de la meua voluntat. És un estat de creació, d'inspiració, que il·lumina i dona nous volums a tot allò que ja estava assumit. Aquest procés es produeix en totes les funcions i s'hi afegeix una tercera variable que és el públic. Aquest es pensa que és innocent, però la seva atenció, la seva capacitat d'emocionar-se, els seus riures, els seus silencis el fa còmplice de l'experiència. Sóc jo i una sèrie de sensacions compartides amb ell; no em sento sol.

**Com te les apanyes quan el nombre de personatges que has d'interpretar és de 80.**

És cosa del "jo dionisiac" que esmentava abans. Tinc la certesa que aquesta capacitat de recrear situacions, emocions i encarnar personatges la tinc des de la infància i segur que la comparteixo amb tot el gènere humà, si més no en aquell període de la vida. Quan era nen vivia els jocs amb una intensitat devastadora, no existia res

més que el joc i la sensació de gaudir-ne. Sorprenia els meus companys amb una energia que els arrossegava, i aquest tret del meu caràcter em feia força popular. Potser jo no servia per barallar-me amb les colles rivals, però sí que era útil a l'hora d'inventar jocs i explicar històries. D'adult i ja senyor madur, mantinc aquesta proposta de joc, però l'he convertit en ofici. Quan assaigjo no em tallo, no tinc prejudicis, ni sentit del ridícul, m'hi llanço. D'aquests vuitanta personatges, uns —els personatges shakesperians— els interpreto des d'un plantejament dramàtic amb treball de taula i anàlisi de la situació previs i perviuen a escena tant de temps com dura el fragment de l'obra, i la resta —els personatges menors que el text simplement esmenta i que jo, tot jugant, encarno— són



Imatge de l'actor Manel Barceló

producte d'una flamarada d'inspiració que es materialitza amb una simple ganyota, un canvi de veu, una gestualitat diferent. Uns i altres sumen vuitanta.

**La premsa ha definit *Els Dolents***

**com una classe magistral sobre els malvats, però també com una lliçó pràctica sobre l'ofici d'actor. Què diries tu?**

M'afalaga que els tres espectacles unipersonals que he fet comparteixin aquest elogi. La meua intenció no ha estat mai impartir una lliçó sobre el meu ofici, jo el que vull és que la gent s'ho passi molt i molt bé, que rigui i que s'emocioni quan toca. Però, és clar, ets l'únic actor dalt de l'escenari, aparentment buit. Per contra, els teus recursos com a actor, hi són tots i els utilitzes per transitar per tots els gèneres teatrals i per omplir l'escenari de personatges i recrear situacions. No hi ha millor elogi que et diguin que estàs donant una lliçó del teu ofici quan el que tu vols és simplement explicar una història.

**Drama o comèdia?**

Prefereixo la comèdia perquè m'ho passo millor, no dona tan prestigi com el drama i és força més difícil d'encertar.

**Teatre o cinema?**

Teatre. En el cinema el resultat final és un producte de moltes intervencions sobre el teu treball, en teatre tu n'ets el responsable i gaudeixes del contacte directe amb l'espectador.

**Heroi o vilà?**

Qualsevol dels dos, però que estiguin ben escrits, i encara més prefereixo els personatges ambigus.

**I quan per exigències del guió et toca fer de maltractador (Sara) o de comandant nazi (El pallaso i el Führer), què et suposa?**

En el cas de Krauss, el comandant de la Gestapo, no vaig tenir gaire problema, era fàcil d'encarnar. El del maltractador a Sara em va causar un dolor enorme, jo diria que vaig estar deprimit durant tot el rodatge i uns dies després. Per interpretar un personatge, l'has d'entendre. No vull dir que el defensis, sinó que li adjudiquis humanitat. Em vaig haver de posar dins la pell d'un personatge que em repugnava però, així i tot, jo hauria preferit que el guió hagués anat més enllà i, en

## (cont.) L'entrevista amb Manel Barceló: "Els casos de maltractaments es produeixen moltes vegades en parelles de classe benestant amb un nivell intel·lectual força elevat."

comptes de pintar el Víctor com un intel·lectual mediocre que se sent gelós del talent de la seva esposa, fos un personatge brillant que actua així sense cap mena de justificació argumental. Els casos de maltractaments es produeixen moltes vegades en parelles de classe benestant amb un nivell intel·lectual força elevat; són els casos més sorprenents i també els que poden fer reflexionar amb més profunditat els espectadors. És quan s'adonen que allò no està passant lluny del seu entorn i que els maltractadors no actuen així per raons convencionals: "sí, és clar, maltracta la seva dona perquè està boig, perquè beu massa o es droga, perquè el van maltractar de petit". Amb arguments d'aquesta mena ens sentim més còmodes perquè el fenomen queda explicat i, d'una manera matussera, justificat. I la realitat és que en molts casos els maltractaments no tenen cap mena d'explicació i aquest subjecte menyspreable pot ser un dels teus amics amb qui tens unes converses brillants i divertides i que sol ser molt amable amb la teva companya.

**El 2002 i el 2005 vas participar, a Tarragona, a la jornada Psicoanàlisi i Teatre, organitzada per 2 associacions psicoanalítiques de la ciutat i pel Departament de Psicologia de la URV. Quina diries que és la relació entre psiquisme/psicologia i teatre.**

Tinc la impressió que el teatre clàssic, en general, i Shakespeare, en particular, han creat una bona base de dades per a la psicologia. En el cas de Shakespeare et trobes que els seus personatges verbalitzen el seu estat d'ànim, les seves raons per actuar: els famosos monòlegs adreçats al públic. A nivell popular, molts d'ells s'han acabat transformant en un referent per explicar conductes socials. Dir d'algú que és un Otel·lo, que és un Lago, que és un Shylock o que és un Romeu explica més d'aquella persona que una frase sencera. La psicologia pot buscar respostes personalitzades a la conducta humana; el teatre exposa preguntes universals sobre la conduc-

ta humana que només tenen respostes personalitzades.

**Que sents quan el teu Capitel·lo, potent a *La dama de Reus*, et va fer guanyar la qualificació de bèstia teatral?**

Bèstia teatral! És un elogi potent, no? Em fa pujar els colors a la cara. El personatge també ho havia de ser una mica de bèstia, un pocavergonya valerós, disposat a qualsevol cosa, cínic i, malgrat tot, carregat de raó. Una de les coses que em fascinava del text era que estava escrit per un republicà, l'Ambrosi Carrión, durant el seu exili a l'època franquista. La llegenda d'on parteix l'argument permetia passar comptes, comptes teatrals s'entén, amb els vencedors de la Guerra Civil, però l'Ambrosi Carrión ho evita. A la rondalla, el Capitel·lo és un militar al servei del rei de Castella que envaeix Catalunya i a canvi dels favors sexuals de les dones dels presoners salva les vides dels seus marits. Amb *La dama de Reus* no aconsegueix el pacte i executa el seu marit després d'haver-se-la endut al llit. Ella es disfressa d'home, el busca i el mata. En la versió de l'Ambrosi Carrión tots dos són ànimes solitàries que s'enamorenen en aquella nit de sexe per força i el Capitel·lo mata el marit per evitar-li a la dama que visqui la resta de la seva vida en el menyspreu de la família que l'ha empès a acceptar la ignomínia. Taxatiu, el Capitel·lo, no? Però la lliçó moral és que l'odi queda superat per la passió amorosa que els allibera a tots dos. Al final, s'escapen a les Amèriques. *La dama de Reus* va ser el treball anterior a *Els dolents*, amb el Ramon Simó. M'hi entenc molt amb aquest home. Per acabar-ho d'adobar, tenia per antagonista una bellíssima dama de Reus i excel·lent actriu, la Maria Molins. Va ser un muntatge per lluir-nos tots dos i també la resta de l'elenc: la Rosa Cadafalch, l'Artur Trias, el Pepo Blasco, el Kai, l'Ivan Benet i actors joves com el Jordi Llovet i la Júlia Barceló, a més de la música en directe. *La dama de Reus*, com *La lección*, amb la Itziar Miranda i la Mai-

ca Barroso, dues grans actrius, i tants altres espectacles són la prova que no només m'agrada treballar sol. Quan tens un bon paper, un bon director i uns bons companys, també funciona.

**Per acabar: *La tigressa i altres històries*, *Shylock*, i *Els dolents*. Què suposa per a tu aquesta trilogia?**

Tots tres espectacles han suposat una fita en la meua carrera professional. Ni



Moment de l'obra *L'auca del senyor Esteve*, acompanyat de l'actor Boris Ruiz

*Shylock* ni *Els Dolents* haurien estat iguals sense *La tigressa...*, però tampoc sense moltes altres experiències que m'han anat formant. El format unipersonal permet que tot el meu passat, tot el compendi del que sóc com a actor surti a l'escenari. Pensar en aquests tres espectacles em fa adonar que sóc molt afortunat d'haver triat aquesta professió i extraordinàriament afortunat dins d'aquesta professió.

Jaume Descarrega  
President

Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya. Delegació de Tarragona



# Campanyes especials de donació de sang als centres fixos de donació durant el mes d'abril

## Campanya especial de donació de sang durant la Setmana Santa

El Banc de Sang i Teixits va comptar amb la col·laboració del Gremi d'Artesans Pastissers de la Província de Tarragona per lliurar a cadascun dels tres centres fixos de donació a Tarragona, Reus i Tortosa un ou de Pasqua per sortejar entre els donants. Aquesta iniciativa es va incloure dins de la campanya de Setmana Santa que es va desenvolupar del dia 2 al dia 5 d'abril.

## Campanya especial de donació de sang al Club de Bàsquet Tarragona

Del 10 al 13 d'abril van visitar el Banc de Sang de l'Hospital Universitari de Tarragona Joan XXIII els jugadors del **Club de Bàsquet Tarragona** acompanyats del seu entrenador, Berni Álvarez. La visita va servir per presentar la campanya de donació especial que es va fer durant aquella setmana. Aquesta campanya anava dirigida a tots els socis del club i perso-

nes interessades a donar sang, i com a novetat es podia reservar llitera.

Les persones que van donar sang durant aquella setmana van rebre entrades gratuïtes per assistir a un partit del Club de Bàsquet Tarragona.

Aquesta és la primera iniciativa que s'ha dut a terme arran d'un conveni de col·laboració que es va signar a finals de 2011 entre el Banc de Sang i el Club de Bàsquet Tarrago-



Moment en què jugadors del Club de Bàsquet Tarragona van visitar el Banc de Sang de l'Hospital Universitari de Tarragona Joan XXIII

na, amb la intenció de potenciar i promocionar la donació de sang entre els seus socis i el públic en general.

## Breus

### Normalització del procediment d'inscripció al registre de voluntats anticipades

La Direcció General de Regulació, Planificació i Recursos sanitaris, a través de la Unitat de Bioètica, en col·laboració amb la Unitat d'Organització de la Subdirecció General de Recursos Humans i Organització de la Direcció de Serveis, ha normalitzat el procediment i els documents del procediment d'inscripció al registre de voluntats anticipades. Aquesta normalització ha significat:

- L'elaboració d'una nova versió de sol·licitud d'inscripció mitjançant un formulari intel·ligent de sol·licitud, revisat i normalitzat gràficament per la Secció de Planificació Lingüística.
- L'elaboració d'una nova versió del model orientatiu de document de voluntats anticipades, més clar i entenedor, revisat i normalitzat tam-

bé per la Secció de Planificació Lingüística.

- La descripció i diagramació del procés, i la seva incorporació al mapa de processos.

Tots aquests documents els podeu trobar a la pàgina web del Departament de Salut: [registre de voluntats anticipades](#).

### Nomenament de membres de la Xarxa Tècnica de Política Lingüística

El passat 12 de març, les nostres companyes Àngels Alonso i Planes, adscrita als Serveis Territorials de Salut de Tarragona, i Júlia Cantons i Romero, del Servei Regional de l'Agència de Salut Pública de Catalunya a Tarragona, van ser nomenades membres de la Xarxa Tècnica de Política Lingüística (XTPL), mitjançant Resolució CLT/580/2012, del Departament de Cultura, en què es nomena

els membres de la XTPL als diferents departaments de la Generalitat de Catalunya.

La constitució de la XTPL de Salut, òrgan que té encomanda la missió de vetllar pels usos lingüístics i el foment de la llengua catalana al Departament de Salut, va ser el passat dia 20 d'abril, a la seu del Departament. En formen part tots els tècnics lingüístes del Departament, del CatSalut i de l'ICS. Va obrir la sessió de constitució de la Xarxa Tècnica la secretària general del Departament. A continuació es van debatre diferents propostes d'actuació que hauran de portar a terme el Departament de Salut, el CatSalut i l'ICS.

Aquesta constitució de la XTPL del Departament de Salut es va fer com a pas previ a la reunió que es farà el dia 11 de maig al Departament de Cultura, en la qual es constituirà la XTPL de la Generalitat de Catalunya.

# L'Hospital Joan XXIII aplica un nou tractament sense cirurgia per pal·liar la rigidesa del palmell de la mà

**Amb una infecció de col·lagenasa, el Servei de Traumatologia evita que els pacients passin pel quiròfan i elimina la llista d'espera**

El Servei de Traumatologia de l'Hospital Universitari de Tarragona Joan XXIII, des del passat mes de setembre, ha començat a tractar la malaltia inflamatòria i amb fibrosi del palmell de la mà coneguda com *Dupuytren* mitjançant unes injeccions de col·lagenasa de *Clostridium Histolyticum*, que degrada el col·lagen de la corda que provoca la rigidesa del palmell i dels dits. Aquesta malaltia suposa la rigidesa del palmell de la mà de forma progressiva fins arribar a una retracció dels dits, és a dir, una deformació del teixit del palmell encarregat de protegir els nervis i els tendons interns.

El tractament clàssic d'aquesta malaltia es fa al quiròfan, obrint la mà amb l'objectiu de treure tot aquest teixit. Des de finals de l'any passat, el nou tractament amb injeccions d'aquesta malaltia, que es va aprovar als EUA l'any 2010 i a Europa durant el 2011 (per tant, és un tractament molt recent tant a Europa com a Espanya), persegueix destruir o debilitar la

corda que provoca la rigidesa i que contrau els dits injectant 10.000 unitats –amb només una injecció– de col·lagenasa de *Clostridium Histolyticum*. El tractament es fa a les consultes externes i sense anestèsia. El traumatòleg Xavier Aldecoa explica que “es deixa que aquesta injecció actuï i se cita el pacient per al dia següent – 24 hores després de la injecció– per acabar d'estirar els dits trencant completament el cordó”. Aquesta intervenció sí que es fa amb anestèsia local fora de la zona.

El traumatòleg apunta alguns avantatges d'aquest tractament: “no es necessita quiròfan, per tant, no hi ha llista d'espera, i la recuperació és més ràpida perquè no s'han de fer cures, amb la qual cosa la incorporació laboral també és més ràpida”. Per contra, el major inconvenient que hi ha actualment és que, pel fet de ser un tractament tan recent, encara no hi ha estudis que demostrin si la reproducció de la malaltia serà més habitual que amb la intervenció clàssica. No obstant

això, Aldecoa intueix que “és més previsible que la gent tingui menys por de tornar-se a posar una injecció que de tornar a passar pel quiròfan”.

El Servei de Traumatologia de Joan XXIII ha fet 13 tractaments des del passat mes de desembre. Amb la cirurgia clàssica, el Servei operava uns 30 pacients amb aquesta patologia durant l'any. El nou tractament és car però “no arriba al cost que suposa una intervenció al quiròfan”, assegura Xavier Aldecoa.

L'Hospital Universitari Joan XXIII és l'únic centre sanitari de la província de Tarragona que utilitza aquest tractament. Aldecoa assegura que “només el poden fer a l'hospital especialistes amb formació específica”. El risc que comporta el tractament consisteix en què la injecció no sigui precisa i degradi els tendons, per tant, es tracta d'un tractament que “requereix un gran coneixement per part d'especialistes en cirurgia de la mà”, insisteix el traumatòleg.



Equip del Servei de Traumatologia de l'Hospital Universitari Joan XXIII, encarregat d'implantar el nou tractament per a la rigidesa del palmell de la mà

# El Grup d'Alletament Matern del CAP de Valls celebra 15 anys donant suport a les famílies

**Són més de 2.500 nadons alletats a la ciutat amb l'assessorament dels professionals sanitaris del centre gestionat per l'ICS Camp de Tarragona**

El Grup-Taller d'Alletament Matern de Valls celebra 15 anys ajudant les mares durant tot el procés d'al·letament dels seus nadons. En el transcurs d'aquest temps, el Grup-Taller l'han format aquelles famílies que han decidit alletar els seus fills, les infermeres de pediatria i les llevadores. El suport a la lactància s'aconsegueix amb l'intercanvi d'experiències entre les famílies i l'assessorament dels professionals. Són més de 2.500 els nadons alletats en aquests 15 anys. El Grup-Taller d'Alletament Matern de Valls va començar fa quinze anys amb la iniciativa de Teresa Espel i Gemma March. Actualment el porten Gemma Martínez i Teresa Espel, i està ubicat al CAP Doctor Sarró. Dóna suport a les mares que estiguin alletant els seus fills, els divendres al matí (d'11.30 a 13.00 hores).

La llevadora del grup, Gemma Martínez, explica que "donar pit és donar salut, ja que la llet de la mare és la més preparada i beneficiosa per al seu fill". L'Organització Mundial de la Salut aconsella sis mesos d'alletament exclusiu i, un cop introduïts els aliments, un mínim de dos anys. Per aconseguir aquest objectiu de salut per als nens, a Valls es va crear el Grup-Taller d'Alletament, on les famílies "poden resoldre dubtes

sobre la lactància materna com la correcta posició del nadó al pit, com fer que la mare no tingui dolor i el nen pugui mamar la llet que necessita, com aprendre a fer l'extracció de llet materna quan la mare vagi a treballar o com aprendre quins són els signes que demostren que un nen està menjant el que necessita", assegura Gemma Martínez.

L'ICS Camp de Tarragona té altres grups d'alletament als centres d'atenció Primària Sant Pere i Sant Pau, Torreforta, Jaume I i Sant Salvador de Tarragona, Salou, Sant Pere i Llibertat de Reus, i Mont-roig del Camp. A més, el Programa d'atenció a la salut sexual i reproductiva (PASSIR) i tots els equips d'atenció primària del Camp de Tarragona donen suport a l'alletament matern.



El Grup-Taller d'Alletament Matern de Valls, que ha celebrat els seus 15 anys de funcionament. A l'esquerra amb bata blanca la llevadora del grup, Gemma Martínez

## La TSI en braille. La targeta individual accessible a les persones cegues o amb deficiències

El passat mes de gener el conseller de Salut, senyor Boi Ruiz, va presentar la targeta sanitària individual (TSI) codificada amb el sistema braille. Aquest mes de febrer, a través d'un grup de persones del col·lectiu destinatari, s'ha avaluat la utilitat tant de la informació com del format d'aquesta nova targeta i el resultat ha estat satisfactori. Per tant, aquest model de TSI

es farà extensiu a aquelles persones cegues o amb deficiències visuals greus que el sol·licitin. Per fer-ho disposaran de les mateixes vies que s'utilitzen per demanar una nova TSI: poden telefonar a Sanitat Respon (al 061), fer la sol·licitud al mateix centre d'atenció primària o bé emplenar el formulari de sol·licitud del web del

CatSalut. Podeu trobar més informació al web del CatSalut.



# Josep Pifarré Paredero, nou director territorial de Salut a Lleida i a l'Alt Pirineu i Aran

El Govern de la Generalitat de Catalunya ha nomenat Josep Pifarré Paradero com a nou director territorial del Departament de Salut a Lleida i a l'Alt Pirineu i Aran, i gerent de les regions sanitàries Lleida i Alt Pirineu i Aran.

Josep Pifarré va néixer a Lleida l'any 1969. És llicenciat en medicina i cirurgia per la Universitat de Lleida i llicenciat en psicologia per la Universitat Nacional d'Educació a Distància (UNED). Té especialització en psiquiatria i està doctorat en psiquiatria i psicobiologia per la Universitat de Barcelona.

La seva trajectòria professional s'ha desenvolupat principalment a la ciutat

de Lleida. Va treballar com a metge intern resident de psiquiatria a l'Hospital Universitari de Bellvitge de l'any 1994 a l'any 1997. Al 1998 va iniciar la carrera professional a l'empresa pública de Lleida Gestió de Serveis Sanitaris (GSS) com a metge adjunt de psiquiatria de l'Hospital de Santa Maria. Des de l'any 2003 ha estat el director mèdic de l'Àrea de Salut Mental de l'empresa pública GSS.

Josep Pifarré ha participat en nombroses comissions i compta amb una llarga experiència en gestió i representació dins el sector sanitari. Des de l'any 2008 és president del Comitè d'Ètica Assistencial de l'Hospital

Universitari Arnau de Vilanova de Lleida i ha estat membre de diverses comissions assistencials, especialment relacionades amb la salut mental. Forma part, des de l'any 2007, de la junta del Col·legi Oficial de Metges de Lleida.

Pel que fa a la recerca, el nou delegat de Salut a Lleida i a l'Alt Pirineu i Aran ha estat investigador principal del grup de recerca *Fonaments biològics dels trastorns mentals*, a l'Institut de Recerca Biomèdica de Lleida. L'any 2009 va obtenir un guardó, en la categoria de "jove investigador acreditat", de la Societat Espanyola de Psiquiatria Biològica.

## Nou canal web Observatori del Sistema de Salut de Catalunya (OSSC)

L'Observatori d'Innovació en Gestió de la Sanitat a Catalunya (OIGSC) té la missió de recollir, validar, ordenar i valorar les múltiples experiències d'innovació en gestió que s'estan desenvolupant al sistema sanitari català.

A partir d'ara, les organitzacions del sistema sanitari tenen un espai obert de participació que recull el coneixement generat al voltant del desenvolupament d'iniciatives innovadores i que compta amb l'aval de l'expertesa de l'Agència d'Informació, Avaluació i Qualitat en Salut.

Per reforçar el seu paper aglutinador, l'OIGSC s'ha dotat d'un comitè directiu integrat per representants del Departament de Salut, l'Institut Català de la Salut, la Unió Catalana d'Hospitals, el Consorci de Salut i Social de Catalunya i l'Associació Catalana d'Entitats de Salut. Al mateix temps disposarà d'un comitè institucional en què hi haurà representades diverses institucions que també han centrat el seu interès en la detecció i promoció de la innovació en gestió del sistema sanitari.

Les múltiples transformacions produïdes els darrers anys —demogràfiques, socials, assistencials, tecnològiques i, darrerament, econòmiques— ens han situat davant de nous paradigmes que ens exigeixen la recerca i la implementació de noves respostes. Les organitzacions que integren el sistema sanitari estan formulant i aplicant mesures innovadores en gestió per donar resposta a aquestes necessitats emergents que són producte de les transformacions i del context de crisi. Fruit d'aquesta situació, el Departament de Salut ha encarregat a l'Agència d'Informació, Avaluació i Qualitat en Salut la posada en marxa de l'Observatori perquè sigui un instrument que permeti valorar tot aquest coneixement generat des de les diverses organitzacions del sistema sanitari.

El Departament de Salut ha habilitat un formulari per a les organitzacions que hagin implementat una iniciativa innovadora i que vulguin que formi part de l'observatori d'Innovació en Gestió de la Sanitat a Catalunya.

[www.gencat.cat/salut/observatori](http://www.gencat.cat/salut/observatori)

Actualment, els productes de l'Observatori són:

- **Dades estadístiques** (dades relatives a la salut de la població de Catalunya i l'ús de serveis sanitaris).
- **Dades obertes** (dades de salut obertes a la ciutadania).
- **Central de Resultats** (mesura, avalua i difon els resultats en salut i qualitat assolits pels diferents agents que integren el sistema sanitari).
- **Observatori d'Innovació en Gestió de la Sanitat a Catalunya** (recopila, valida, endreça i difon el coneixement generat, principalment, en el sistema sanitari de Catalunya, a partir de les múltiples experiències d'innovació que s'estan desenvolupant).
- **Informe de salut** (publicació anual de referència que informa sobre els aspectes rellevants en l'estat de salut i el sistema sanitari a Catalunya).

# Dia Europeu dels Drets dels Pacients

## S'ha adequat el contingut de la carta de Drets i Deures dels ciutadans en relació amb la salut i l'atenció sanitària per fer-ne una divulgació més clara

El passat 18 d'abril es va celebrar el Dia Europeu dels Drets dels Pacients. A Catalunya, els drets i els deures dels ciutadans estan reconeguts per mitjà de la Carta de drets i deures dels ciutadans en relació amb la salut i l'atenció sanitària, aprovada pel Consell Executiu de la Generalitat de Catalunya el 24 de juliol de 2001.

El Departament de Salut ha adequat la Carta de drets i deures dels ciutadans per tal de fer una divulgació més planera que arribi clarament a tota la ciutadania. La Carta, un dels objectius destacats al Pla de salut de Catalunya 2011-2015, va celebrar l'any passat el seu desè aniversari, en plena vigència de continguts, sense grans diferències amb la resta de cartes de drets i deures existents, a excepció dels aspectes relacionats amb genètica i les cèl·lules mare, temes que han experimentat grans canvis en els darrers anys.

La revisió proposada l'any passat es va centrar en unificar i equilibrar els drets i els deures. Per fer-ne una divulgació més propera i aclaridora, es va obrir un apartat únic al Canal Salut on es dona una idea genèrica de cada un dels drets i dels deures i els seus continguts. Així, l'objectiu de tenir una ciutadania informada sobre els seus drets i deures és aconseguir que aquesta sigui més responsable tant en la conservació i promoció de la salut com en la utilització racional dels recursos que es posen a la seva disposició.

Una altra de les actuacions que està portant a terme el Departament de Salut és la constitució del Consell Consultiu de Pacients de Catalunya, que es presentarà aviat, i que té entre les seves principals funcions proporcionar informació fiable als pacients perquè puguin prendre decisions formades i informades sobre la seva salut i fer un ús adequat dels serveis sanitaris.

Els drets i els deures són aplicables a tots els serveis sanitaris i a tot el procés d'atenció sanitària: atenció primària, especialitzada, sociosanitària i de salut mental. Aquests drets han estat definits tenint en compte la pro-

moció de la salut, la prevenció de la malaltia, el procés de curació i la rehabilitació.

L'any 2013, dins del desenvolupament del Pla de salut, està previst emprendre una nova revisió en profunditat de la Carta de drets i deures des d'un punt de vista més global i més dirigit a la ciutadania, en què es posarà especial èmfasi en la salut i

l'educació, i la salut i els drets socials. Un grup d'experts seran els encarregats de revisar i posar al dia els aspectes que calgui adequar a les necessitats actuals dels ciutadans, tenint en compte que la salut, en el seu concepte més transversal i integrador, forma part dels drets i deures de tots els ciutadans

## Parlem de Treball Social? És el moment de reinventar-se

Salou, Teatre Auditori, 17 de maig

Organitza: 

**El paper del treballador/a social en aquests moments i en un futur proper és i serà fonamental. Es tracta d'una professió essencial per a una societat cohesionada, rica en valors, solidària i justa, que tingui en compte tots els col·lectius que la integren. La crisi amenaça aquesta cohesió social degut a l'escassetat de recursos, i creiem que val la pena parlar-ne.**

D'altra banda, el moment actual suposa un repte laboral a nivell individual ja que es fa necessari reinventar-se, adequar la nostra formació i buscar noves oportunitats. De tot això també en volem parlar, convertint aquesta jornada en un punt de trobada per a tots els treballadors/es socials del territori.

**Programa**  
09.15 - 09.30h: **Benvinguda**

09.30 - 10.00h: **Inauguració institucional**  
sra. Anna Ma Solé, directora dels Serveis Territorials de Benestar Social i Família a Tarragona  
sr. Pere Granados, alcalde de Salou  
sr. Àngel Barberan, director general d'STS Grup

10.00 - 11.00h: Conferència magistral, "Trabajo social en tiempos de crisis: reto o frustración"  
sr. Daniel Gil, treballador social, Vicepresident del Consejo General del Trabajo Social i professor al Centro universitario La Salle (UAM)

11.00 - 11.30h: **Pausa-cafè**

11.30 - 12.30h: Taula rodona: Formació i Universitat

Modera: sra. Cèlia Bermúdez, Mas Carandell

**De la diplomatura al grau; la retitulació en Treball Social**  
sra. Carme Fernández, coordinadora del grau en Treball Social de la Fundació Pere Tarrés

**Aportacions de la Universitat al títol en Treball Social**  
sra. Ramona Torrens, treballadora social i professora de la Universitat Rovira i Virgili

12.30 - 13.30h: Taula rodona: Trencar motlles, busquem noves oportunitats professionals  
Modera: sra. Ma Rosa Solé, Mas Carandell

**Puc crear la meua pròpia empresa? Oportunitats laborals en el treball social del futur**  
sra. Dolors Colom, treballadora social freelance i directora del Postgrau en Treball social sanitari de la UOC

**Oportunitats de fer networking a través de la xarxa**  
sr. Agustí López, director general d'Inspira Project i consultor expert en xarxes socials

13.30 - 13.45h: **Cloenda**  
sr. Toni Guerra, director assistencial d'STS Grup  
sr. Ramon Ma Pascual, regidor de Salut Pública i Qualitat Ambiental de l'Ajuntament de Salou  
sra. Victòria Forns, diputada al Parlament de Catalunya per CIU

JORNADA GRATUITA - Es prega confirmar assistència a través de:  
bustia@stsgroup.org o al tlf 977 774 705 (indicar nom i cognom, entitat, mail). Places limitades.

Col·laboren:





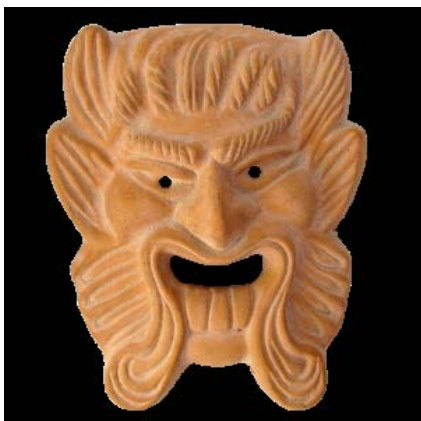


# L'agenda

<p><b>7 de maig de 2012</b> <b>De 19.30 h a 21.00 h</b></p>	<p><b>No hi ha intervenció ni coordinació sense desig</b>, dins les reunions de l'Activitat de Psicoanàlisi: La psicoanàlisi al segle XXI, a càrrec de <b>Daniela Àvalos</b>, psicòloga, <b>Pilar Palacios</b>, pedagoga del Servei d'Informació i Atenció a la Dona de l'Alt Camp, i <b>Judit Tuset</b>, treballadora social als Serveis Socials d'Atenció Primària a l'Alt Camp. Acte organitzat per l'equip UMBRAL de Tarragona, Es farà a la seu del Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya. Delegació de Tarragona, carrer de Ramon i Cajal, 11 de Tarragona. Per a més informació, contacteu amb el Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya. Delegació de Tarragona, al telèfon 977 21 41 02 o mitjançant correu electrònic: <a href="mailto:copc.t@copc.cat">copc.t@copc.cat</a>.</p>
<p><b>8, 14 i 15 de maig de 2012</b> <b>De 17.30 h a 20.30 h</b></p>	<p><b>Curs sobre intervenció des del model relacional sistèmic</b>, organitzat pel Col·legi de Psicòlegs de Catalunya. Delegació de Tarragona. A càrrec de la docent <b>Maria Rosell Forés</b>. Es farà a la seu del Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya. Delegació de Tarragona, carrer de Ramon i Cajal, 11 de Tarragona. Per a més informació, contacteu amb el Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya. Delegació de Tarragona, al telèfon 977 21 41 02 o mitjançant correu electrònic: <a href="mailto:copc.t@copc.cat">copc.t@copc.cat</a>.</p>
<p><b>16 i 25 de maig de 2012</b> <b>De 17.00 h a 21.00 h</b></p>	<p><b>Curs sobre el model de teràpia d'acceptació i compromís</b>, organitzat pel Col·legi de Psicòlegs de Catalunya. Delegació de Tarragona. A càrrec del docent <b>Miguel Angel Manzano</b>. Es farà a la seu del Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya. Delegació de Tarragona, carrer de Ramon i Cajal, 11 de Tarragona. Per a més informació, contacteu amb el Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya. Delegació de Tarragona, al telèfon 977 21 41 02 o mitjançant correu electrònic: <a href="mailto:copc.t@copc.cat">copc.t@copc.cat</a>.</p>
<p><b>17, 22, 24, 29 i 31 de maig de 2012</b> <b>i</b> <b>5 de juny de 2012</b> <b>De 17.30 h a 20.30 h</b></p>	<p><b>Curs sobre adopció i acolliment familiar simple</b>, organitzat pel Col·legi de Psicòlegs de Catalunya. Delegació de Tarragona. A càrrec dels docents <b>Maria Rosell, Pau Cerdán i Montserrat Toledo</b>. Es farà a la seu del Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya. Delegació de Tarragona, carrer de Ramon i Cajal, 11 de Tarragona. Per a més informació, contacteu amb el Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya. Delegació de Tarragona, al telèfon 977 21 41 02 o mitjançant correu electrònic: <a href="mailto:copc.t@copc.cat">copc.t@copc.cat</a>.</p>
<p><b>18 i 30 de maig de 2012</b> <b>De 17.00 h a 21.00 h</b></p>	<p><b>Curs bàsic de trastorns conversius</b>, organitzat pel Col·legi de Psicòlegs de Catalunya. Delegació de Tarragona. A càrrec de la docent <b>Eva Baillès</b>, metgessa. Es farà a la seu del Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya. Delegació de Tarragona, carrer de Ramon i Cajal, 11 de Tarragona. Per a més informació, contacteu amb el Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya. Delegació de Tarragona, al telèfon 977 21 41 02 o mitjançant correu electrònic: <a href="mailto:copc.t@copc.cat">copc.t@copc.cat</a>.</p>
<p><b>24 de maig de 2012</b> <b>A les 16.30 h</b></p>	<p><b>Jornada sobre Fotoprotecció</b>, coorganitzades per el Col·legi Oficial de Farmacèutics de Tarragona, l'Ajuntament de Tarragona i l'Associació Catalunya Contra el Càncer i la col·laboració dels Laboratoris Avène. A càrrec d' Isabel Sabaté, metgessa, Samàlia Oliete, vocal de dermofarmàcia del COFT i Cristina López, farmacèutica dels Laboratoris Avène. Es farà a la sala d'actes del Col·legi Oficial de Farmacèutics de Tarragona, ubicat al carrer d'Enric d'Ossó, 1, Tarragona. Podeu tenir més informació al web del Col·legi: <a href="http://www.coft.cat">www.coft.cat</a>.</p>
<p><b>25 de maig de 2012</b> <b>De 10.00 h a 14.00 h</b> <b>i de</b> <b>16.30 h a 20.00 h</b></p>	<p><b>Jornada de Protecció Solar</b>, coorganitzada per el Col·legi Oficial de Farmacèutics de Tarragona, l'Ajuntament de Tarragona i l'Associació Catalunya contra el Càncer, amb la col·laboració dels Laboratoris Avène. S'instal·larà una carpa a la Rambla Nova de Tarragona (tram entre el carrer de Canyelles i el de la Unió). Podeu trobar més informació al web del Col·legi: <a href="http://www.coft.cat">www.coft.cat</a>.</p>
<p><b>30 de maig de 2012</b> <b>De 17.00 a 21.00 h</b></p>	<p><b>Curs bàsic de trastorns dissociatius</b>, organitzat pel Col·legi de Psicòlegs de Catalunya. Delegació de Tarragona. Es farà a la seu del Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya. Delegació de Tarragona, carrer de Ramon i Cajal, 11 de Tarragona. Per a més informació, contacteu amb el Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya. Delegació de Tarragona, al telèfon 977 21 41 02 o mitjançant correu electrònic: <a href="mailto:copc.t@copc.cat">copc.t@copc.cat</a>.</p>

# Psiquisme i teatre: Jornada Shakespeare: una lectura psicoanalítica. Quan les passions t'arrosseguen

El Teatre Metropol i la Delegació de Tarragona del Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya estem treballant plegats en l'organització d'un nou espai dedicat a psiquisme i teatre



Es tracta d'una activitat que ens permetrà participar com a col·legi de psicòlegs en el desenvolupament del Fòrum Metropol i que busca fer possible la interacció entre els espectadors que han pogut assistir a la representació d'una obra teatral i algun dels seus actors, autors o directors. D'aquesta manera les preguntes, reflexions o comentaris dels assistents podran ser recollides i comentades, segons la seva pròpia visió, per aquells que d'una manera o altra han participat en l'obra.

Entre les propostes de treball, com a membres de la Junta Rectora de la nostra Delegació de Tarragona, hi incloem la de relacionar l'activitat de la Delegació amb els diferents àmbits de la cultura, per tal de difondre la nostra professió (cinefòrum, teatrefòrum, etc.), en conveni amb diferents institucions culturals. En aquests cas, la col·laboració ha permès que el Teatre Metropol faci un 15 % de descompte en el preu de les entrades d'aquesta obra per als nostres col·legiats i un acompanyant.

Iniciem aquest recorregut que busca la interacció entre psiquisme i teatre el proper dissabte 26 de maig a les 21.20 h amb *Els dolents* (*Shakespeare's Villains*). Aquest interessantíssim i divertit monòleg d'Et-even Berkoff, dirigit per Ramon Simó i interpretat pel gran Manel Barceló, ens

obsequia amb una dissecció i una anàlisi magistral dels malvats creats per Shakespeare.

*Els dolents* (*Shakespeare's Villains*) és una classe magistral sobre el mal. Manel Barceló, apassionat de Shakespeare i reconegut expert en l'art del monòleg, serà un dels primers actors que representarà el text de Berkoff ara que, després de passejar-lo per mig món, l'autor i director anglès ha ofert la possibilitat a altres actors de representar-lo. Manel Barceló serà Lago, Ricard II, Macbeth, Shylock, Hamlet, Oberon, etc. Un actor temptat pels malvats, un actor que ha de voler lluitar, al costat dels dolents i en contra d'aquests, que entrarà en uns personatges dels quals costa molt sortir-ne. Amb ell riurem, veurem el costat feble dels malvats, les seves contradiccions, però també ens ensenyarà la seva força i el seu poder. I tornarem a riure. Deixar de fer de dolent, al teatre i a la vida, no és gaire fàcil.

Durada de l'obra: 1 hora i 30 minuts (sense entreacte)

Preu: 15 € (menys el 15 % de descompte per als nostres col·legiats i per a les persones inscrites a la Jornada).

Tal i com dèiem, un cop acabada l'obra, ens desplaçarem al Cafè del Teatre Metropol per participar plegats en el Fòrum Metropol que, conduïts en aquesta ocasió de la mà de l'actor Manel Barceló, ens permetrà introduir-nos de ple en el seu personatge.

Freud ens deia "només la pròpia i personal experiència fa a l'home savi". Aquesta és precisament, creiem nosaltres, una d'aquestes experiències, una oportunitat, per tant, que no podem deixar passar i que esperem que sigui del vostre interès. És per aquest motiu que us demanarem que, per tal d'assegurar que cap dels nostres col·legiats es pugui quedar sense entrada, ens confirmeu al més aviat possible la vostra reserva i, com a molt tard, fins al 27 d'abril, per poder tenir una previsió dels possibles assistents.

Aprofitant l'inici de Psiquisme i Teatre, des de la Delegació, ens hem decidit a organitzar una jornada que enllaci les disciplines del teatre i la psicoanàlisi, per al 26 de maig. Podeu trobar més informació sobre aquesta jornada i el programa complet al web del Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya, Delegació de Tarragona. Us hi esperem!

Junta Rectora  
Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya.  
Delegació de Tarragona



Imatge de l'actor Manel Barceló, que representarà l'obra *Els dolents* de Berkoff, on interpretarà els 80 personatges malvats de William Shakespeare

# El Govern simplifica els tràmits dels laboratoris de salut ambiental i alimentària

**El decret aprovat simplifica els tràmits administratius per exercir l'activitat i millorar la garantia de qualitat de les anàlisis que es fan als aliments i a les aigües de consum públic**

El Govern va aprovar el Decret dels laboratoris de salut ambiental i alimentària i dels laboratoris de control oficial, que simplifica els tràmits per exercir l'activitat i millorar la garantia de qualitat de les anàlisis que es fan als aliments i a les aigües per al consum públic. El decret regula l'autorització, l'acreditació i el registre dels laboratoris i s'adapta a la normativa comunitària i estatal.

El decret dona resposta als canvis que s'han produït els darrers anys, amb la Llei 18/2009, de salut pública, amb la normativa sobre higiene i seguretat alimentària o sobre serveis al mercat interior de la UE. Així, suprimeix obstacles administratius i simplifica tràmits, redueix les càrregues administratives per a petites i mitjanes empreses i millora la garantia de la qualitat de les anàlisis que es fan als aliments i les aigües per al consum públic.

## Novetats principals

Les novetats més rellevants que incorpora el decret aprovat són:

- La simplificació administrativa perquè els titulars del laboratoris iniciïn l'activitat. Aquests únicament han de presentar la declaració responsable i la comunicació davant l'Oficina de Gestió Empresarial (OGE), a través d'un model que es troba al web, sense necessitat d'adjuntar cap tipus de documentació. L'OGE inscriu d'ofici el laboratori al registre de laboratoris de salut ambiental i alimentària.
- La regulació de la participació en tasques de control oficial per part dels laboratoris de titularitat privada.
- L'exigència perquè els laboratoris compleixin uns nivells adequats i uns requisits de qualitat. Així s'assegura una adaptació correcta a les normes de salut ambiental i alimentària i es garanteix

un nivell adequat de qualitat en funció dels àmbits analítics per tal de promoure la salut pública en l'àmbit de la sanitat ambiental i alimentària.

- La substitució de l'autorització administrativa actual de funcionament per a la lliure prestació de serveis dels laboratoris un cop feta la declaració responsable i la desaparició de la renovació de l'autorització cada 5 anys.
- La possibilitat que els laboratoris amb establiment a altres comunitats autònomes o països membres de la Unió Europea s'inscriu al registre de laboratoris de salut ambiental i alimentària, amb caràcter voluntari.

## Els donants de medul·la òssia augmenten un 125 % l'any 2011

Al llarg de l'any 2011, el nombre de donants nous de medul·la òssia a Catalunya va ser de 2.409 i va augmentar un 125 % respecte a l'any anterior gràcies a la generositat de la població catalana i a les campanyes dutes a terme pel Departament de Salut i la Fundació Carreras.

Al registre de donants de medul·la òssia (REDMO), que gestiona la Fundació Carreras, hi ha inscrits un total de 16.325 donants de Catalunya, que suposen el 17,5 % del total de donants inscrits a l'Estat espanyol i un total de 216 donants per cada 100.000 habitants.

D'altra banda, durant el 2011, les 43 maternitats autoritzades pel Departament de Salut per obtenir sang de cordó umbilical van recollir 9.640 cordons donats de forma altruista al Banc de Cordó de Barcelona del Banc de Sang i Teixits, on el nombre total

d'unitats de cordó d'alta qualitat dipositades ha estat de 15.414. Aquestes unitats procedeixen tant de les maternitats de Catalunya com d'altres cinc comunitats autònomes que tenen signat un conveni de col·laboració amb el Banc de Cordó de Barcelona.

A més, al REDMO, hi ha enregistrades 52.377 unitats de cordó que estan emmagatzemades als diferents bancs autoritzats de l'Estat espanyol. Durant l'any 2011, aquests bancs van lliurar 309 unitats per fer trasplantaments, el 67,4% de les quals procedien del Banc de Cordó de Barcelona, que va lliurar 209 unitats per a trasplantaments: 65 a l'Estat espanyol i 144 per a malalts estrangers.

### Trasplantaments de progenitors hemopoètics

L'any passat, a Catalunya, es van fer 113 trasplantaments de progenitors

homopoètics de donants no emparentats, 67 dels quals van ser de donants altruistes de medul·la òssia i sang perifèrica mobilitzada i 46, de cordó umbilical. A més, a tot l'Estat espanyol es van fer 476 trasplantaments d'aquest tipus. El trasplantament de progenitors es fa servir en malalts diagnosticats amb leucèmies agudes, limfomes i malalties congènites, entre d'altres. A Catalunya, l'OCATT és la responsable de controlar i validar que les sol·licituds de recerca compleixin els criteris i requisits establerts, abans d'enviar-les a la Fundació Carreras perquè iniciï la recerca. Durant l'any 2012, s'han iniciat 181 recerques per a malalts susceptibles de rebre un trasplantament de progenitors hemopoètics de donants no emparentats.



# Una llengua saludable

## Expressió de les hores

### Unitat de temps

Les unitats de temps (hores, minuts i segons) s'abreugen mitjançant símbols, que s'escriuen en minúscula i sense punt final, llevat que es tracti del punt final de la frase.

- Símbol d'**hora**: **h** (i no h., que és l'abreviatura d'"habitants")
- Símbol de **minut**: **min** (i no m, que és el símbol de metres)
- Símbol de **segon**: **s** (i no seg.)

Aquests símbols s'escriuen a continuació de la xifra que acompanyen separats per un espai. Per exemple:

- *La reunió començarà a les 18 h.*
- *Induráin ha fet un temps de 5 min 23 s.*

### Indicacions horàries

A més a més del sistema tradicional català d'indicat l'hora, que es caracteritza perquè esmenta l'hora en curs (8.30, dos quarts de nou), utilitzem de forma habitual el sistema internacional.

El sistema internacional se sol utilitzar en contextos en què la precisió horària és molt important: horaris de transport, agendas d'actes, etc. Aquestes informacions s'escriuen habitualment amb xifres.

### Esriptura en xifres o numèrica

És preferible tenir en compte el cicle de vint-i-quatre hores, des de les 00.00 h fins a les 23.59 h (24.00 h no s'utilitza, perquè coincideix amb les 00.00 h de l'endemà). Això permet ometre la referència a la part del dia.

Aquestes indicacions horàries s'escriuen generalment amb dos segments de xifres aràbigues (hora, minuts), amb un punt de separació (i no pas una coma ni dos punts ni apòstrof) entre les hores i els minuts. El primer segment es representa, fins a 9, amb una xifra; el segons, sempre amb dues. Si cal afegir-hi segons, han de formar un tercer segment de dues xifres, precedit d'un punt. En canvi, entre els segons i les dècimes només hi pot haver una coma.

Per exemple:

- *La reunió començarà a les **18.30 h** (i no 18,30 h).*
- *La detonació es va produir a les **18.30.05 h** (i no 18,30,05 h).*
- *La sessió comença a les **9.30 h** (i no 09.30 h) i s'acaba a les 20.05 h.*
- *El rècord és de **2.25.10 h**.*
- *La guanyadora de la cursa ha fet un temps de **4.32.15,5 h**.*

En cas de tractar-se d'una hora en punt. S'ha d'escriure un punt i dos zeros per indicar aquesta circumstància. Per exemple:

- *L'horari d'atenció al públic és de **9.00 a 14.00** i de 15.30 a 17.30 hores.*
- *Treballa en horari de tarda, de **14.00** a 21.30 hores.*

Quan es tracta d'expressar hores, l'ús del símbol és incompatible amb l'especificació de la part del dia a què correspon. Per exemple:

És correcte:

- *La reunió començarà a les **18.00 h**.*  
o
- *La reunió començarà a les **6 de la tarda**.*

Però no és correcte:

- *La reunió començarà a les 18 h de la tarda.*

# Una llengua saludable

## Esriptura literal

Tal com hem dit, dins d'un text també es poden expressar les hores amb lletres. S'aconsella utilitzar aquesta forma en expressions horàries simples; les més complexes són de lectura poc àgil. Per exemple:

- La sessió va començar **a tres quarts i deu de deu** (sembla millor "**a les 9.55 h**").
- Vindrà a les **vuit** i se'n tornarà a les **deu**.
- Al final va venir **a un quart de nou**.

Per indicar les fraccions horàries es fa servir el sistema de quarts. En aquest cas, però, es recomana afegir a l'hora de què es tracti la indicació del **matí**, el **migdia**, la **tarda**, el **vespre**, la **nit** o la **matinada**, segons correspongui, sempre que no sigui evident pel context. Per exemple:

- La conferència va començar a **un quart d'onze del matí**.
- Normalment el correu ens arriba a la **una del migdia**.
- Aquesta tarda ens hi hem posat a **dos quarts de quatre**.

## Observacions

- Tant l'escriptura literal de l'hora com la numèrica requereixen l'article per consignar les hores en punt (rarament se n'hauria de prescindir). Per exemple:
  - Va tornar a les **sis del vespre**.
  - Va tornar a les **18.00 h**.
- Quan s'indica l'horari d'un acte no s'hi ha d'anteposar "a partir de". Per exemple:
  - La sessió **començarà a les deu** (no pas "a partir de les deu" ni "a partir de les 10.00").
- Només en textos informals podem emprar una fórmula numèrica amb fraccions de l'hora expressada segons el sistema tradicional català. Per exemple: 2/4 de 3 de la tarda (per les 14.30).
- En català no se sol usar el sistema angloamericà de notació horària, que fa el còmput sobre cicles de dotze hores; es diu i s'escriu **11.00 h** i **23.00 h** (sistema europeu), i no **11 a. m.** i **11 p. m.** (sistema angloamericà).

## Les parts del dia

L'aplicació de termes com **matí**, **migdia** i similars acompanyant una expressió horària, en les diferents pràctiques orals i escrites, es presenta de forma molt variada. De fet, factors com l'estació de l'any i, per tant, l'hora de sortida i la posta del sol, o l'horari laboral determinen les franges horàries del dia.



# Una llengua saludable

Per tant, com a indicació general, la divisió del dia pot coincidir amb l'esquema següent:

<b>matí</b>	<b>5.00 - 12.00 h</b> (estiu) <b>6.00 - 12.00 h</b> (hivern)	Entre punta de dia i migdia
<b>Migdia</b>	<b>12.00 - 14.00/15.00 h</b> (hi influeix l'horari laboral i l'hora de dinar)	Part del dia compresa entre el matí i la tarda
<b>Tarda</b> <b>Hora baixa (en balear)</b> <b>Vesprada (en valencià)</b>	<b>14.00/15.00 - 18.00 h</b> (hivern) <b>14.00/15.00 - 19.00 h</b> (estiu) (hi influeix l'horari laboral i l'hora de dinar)	Part del dia compresa entre el migdia i el vespre
<b>Vespre</b>	<b>18.00 - 21.00 h</b> (hivern) <b>19.00 - 22.00 h</b> (estiu) (durant l'horari d'hivern el vespre comença a les 18.00 h i durant el d'estiu, a les 20.00 h)	Part del dia compres entre la tarda i la nit
<b>Nit</b>	<b>21.00 - 00.00 h</b> (hivern) <b>22.00 - 00.00 h</b> (estiu) (tot això, a partir de la 'una', també se sol especificar 'de' la matinada)	Part del dia solar compresa entre el vespre i la matinada
<b>Mitjanit</b>	<b>00.00 - 1.00 h</b>	Les dotze de la nit i part de la nit pels volts d'aquesta hora
<b>matinada</b>	<b>1.00 - 5.00 h</b> (estiu) <b>1.00 - 6.00 h</b> (hivern)	Començament del dia

Cal recordar que s'ha de dir "a la tarda", "al vespre"... (amb la preposició 'a'), i no pas "per la tarda", l'ús 'per' en aquest cas és incorrecte.

## També hi ha altres expressions per designar moments del dia

- a punta de dia
- de bon matí
- a trenc d'alba
- al capvespre
- a entrada de fosc
- a hora foscant

Font: Secretaria de Política Lingüística (*Fitxes Optimot*); J. M. Mestres, J. Costa, M. Oliva, R. Fité. *Manual d'estil (la redacció d'informes i l'edició de textos)*; *Llibre d'estil de la Universitat Pompeu Fabra* i *Llibre d'estil de Vilaweb*.

# Col·laboració



Servei Català de la Salut  
Regió Sanitària Camp de Tarragona

Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya



Col·legi Oficial d'Infermeres i Infermers de Tarragona



COL·LEGI OFICIAL DE METGES DE TARRAGONA



Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya  
Delegació de Tarragona



Col·legi Oficial d'Odontologia i Estomatologia de Catalunya  
JUNTA PROVINCIAL DE TARRAGONA



## **Salut Informa,** informatiu mensual de la Regió Sanitària Camp de Tarragona

**Direcció:** Josep Mercadé

**Coordinació:** Yerma Adsuar

**Consell de Redacció:** Jesús Abiol, Jaume Descarrega, Eva Ferré, Ilu González, M. José Guilera, M. Josep Guinovart, Joan Guix, Montserrat Inglés, Eva López, Pere López, Gloria Melet, Montserrat Pié, Montserrat Preciado, David Requena, Anna Victòria Sánchez i Yolanda Serra.

**Disseny i maquetació:** Yerma Adsuar i Eva López

**Correcció lingüística:** Àngels Alonso

Podeu contactar amb **Salut Informa**

**Adreça:** Avinguda de Maria Cristina, 54. 43002 Tarragona

**Telèfon:** 977 22 41 51

**Correu electrònic:** [salutinforma@catsalut.cat](mailto:salutinforma@catsalut.cat)

**Fotografies ICS Camp de Tarragona:** Àngels Matamoros