



Tenir cura de la GENT GRAN



la gent gran, aplicació de vacunes, realització de cures, registre de les persones de risc, identificació d'aquelles persones que no poden desplaçar-se a la consulta.

- **Els serveis socials:** En coordinació amb l'equip mèdic, ofereixen informació sobre els serveis per a la gent gran i presten atenció i ajut al Centre de Salut i al domicili.
- **Altres serveis:** Odontologia, Podologia i controls d'audició.

La família és l'altre pilar que sosté les necessitats de la persona gran i l'ajuda a superar l'enemic més temut: la soledat, bé sigui física, social o emocional. És el suport principal, sobretot quan els grans no poden valer-se per ells mateixos. Els objectius bàsics són: preocupar-se per la persona gran, procurar que tinguin alguna cosa per fer (aficions, amistats, excursions, casals...), tractar de motivar-los i que mirin al futur amb esperança; que es vegin útils i que no siguin una càrrega, que surtin de casa quan sigui possible, que vagin polits... S'ha d'ajudar-los a fer la compra, que estiguin en un ambient de temperatura confortable, que tinguin capacitat per a cuinar i estiguin ben alimentats, que disposin de recursos per a pagar les seves despeses, que disposin de mitjans per a comunicar-se (telèfon, xiulet, audifon), tinguin cura amb la presa de les medicines (instruccions clares i per escrit), i en situacions especials (sortides d'hospital, defunció de la parella...).

Resumint, entre tots hem de tractar de cobrir les carències de la gent gran, ja que, després de tot, a on ells són, nosaltres els seguirem.

Dr. Vicente Pérez Valera
Metge de família

Cada cop és més alt el percentatge de gent gran respecte del total de la població. Per això, tant des dels centres de salut com des de la família s'ha de treballar i es treballa perquè visquin amb la major comoditat possible i per protegir-los de les malalties i de la soledat.

Les persones majors de 65 anys representen el 15 % de la nostra població. A partir dels 75 anys, el nombre de dones triplica al dels homes, i a partir d'aquesta edat la majoria de les persones no poden portar una vida independent i són incapaços de viure a casa sense ajuda. Són el col·lectiu de més fragilitat i l'hivern és l'estació de l'any de més risc per la proliferació de malalties de l'aparell respiratori.

En les cures de la gent gran intervenen fonamentalment els professionals dels centres de Salut i la família.

Als Centres de Salut:

- **Personal administratiu:** Actuen com a primer contacte, prenent missatges, agilitzant visites, facilitant transports, animant...

- **Metges de família:** Detecten malalties i les distingeixen de l'envel·liment normal, instaurant tractaments quan és necessari. També prevenen riscos (hipotèrmia, onades de calor, actualització de vacunes antitetàniques, antigripals i antipneumocòciques) i controlen fàrmacs, evitant problemes de iatrogènia o efectes secundaris indesitjables. En les persones de més edat les patologies múltiples són la norma, i davant diferents problemes és important prioritzar. En moltes ocasions, quan els resultats dels diversos tractaments no són els esperats, s'ha de considerar la conveniència de retirar un fàrmac abans d'instaurar-ne un altre.
- **Personal d'infermeria:** Tenen al seu càrrec les cures continuades de



PEDIATRIA A L'ABS LA ROCA: una feina de prevenció i educació

Mercedes Gámez és la pediatra del centre ABS La Roca. En aquest centre prop de 1600 nens són atesos al Servei de Pediatria, des que són nadons fins el dia en que fan els 15 anys, quan es considera que ja han entrat a l'edat adulta. Les consultes més freqüents a pediatria de l'ABS La Roca tenen a veure amb la febre, la tos i els processos digestius, tot i que Mercedes explica que la pediatria no té tant a veure amb actuacions puntuals com amb l'educació i la prevenció en l'infant.

La pediatra Mercedes Gámez explica que las bases de la pediatria són la prevenció, l'educació i la conscienciació de la població. Una de les actuacions clau cada any és la campanya habitual de vacunació. Controlar i tenir cura del nen quan està sa és bàsic per evitar i afrontar les possibles malalties futures. Per això, els pediatres es preocupen de portar una revisió freqüent i exhaustiva dels nens i sobre tot d'informar i recomanar als pares sobre l'estat del nen. Aquesta és l'època de la vacuna contra la grip per això els pediatres donen algunes recomanacions entorn d'aquesta vacuna.

Serveis que ofereix l'àrea de Pediatria de l'ABS La Roca

A banda del programa de seguiment del nen sa, l'ABS La Roca ofereix els següents serveis, en matèria de pediatria:

- Control de Puericultura: Tots els dijous, de 10.30 a 11.30h, les mares amb nadons en el primer trimestre de vida poden acudir a la pediatra o la infermera de pediatria per controlar que el pes del nadó sigui el correcte i consultar possibles dubtes.
- Xerrades periòdiques: Coordinades amb la llevadora i amb la infermera de pediatria, per a les futures mares.

- Reunions amb psicòlegs i psiquiatres: del Centre de Salut Mental Infanto Juvenil (CSMIJ-Granollers) i amb els directors de les escoles per problemes d'escolaritat.

Prevenció i educació

Però la labor dels pediatres no es queda aquí. Les campanyes de prevenció pediàtrica són molt habituals i molt útils. L'obesitat infantil, per exemple, és un dels problemes més estesos i un dels que més campanyes s'hi dediquen. Hi ha zones on la població obesa arriba al 17 per cent, per tant és una qüestió arrelada i difícil d'eradicar.

Quan els nens arriben a casa després d'una xerrada sobre alimentació expliquen als seus pares el que s'ha de menjar

Precisament amb l'objectiu d'anar canviant aquest problema que ja s'ha convertit en un costum, el servei de pediatria del centre ABS La Roca ha organitzat diverses campanyes. Una de les últimes es va fer al centre de La Torreta. Els nens havien de fer un dibuix sobre l'alimentació, i després es convidava a nens, pares i avis a assistir a una xerrada informativa sobre els hàbits alimentaris correctes. No només això. Mercedes Gámez ha fet diverses xerrades sobre aquest tema a col·legis i en ratifica la seva efectivitat. Quan els nens arriben a casa després d'una d'aquestes xerrades comenten als pares allò que han sentit.

Campanyes escolars

Com que la socialització del nen cada cop es fa més a fora que no pas a dins de casa, la tasca del pediatra té un peu a la llar i un altre a l'escola. Els professors són una figura molt important a la vida dels nens, per això els pediatres també tenen xerrades amb ells i els aconsellen actituds o detalls que poden facilitar la seva feina i ajudar a inculcar als nens bons costums. Una de les èpoques on més interacció hi ha entre professorat i pediatria és després del primer trimestre de curs quan es comença a veure com apunta el fracàs escolar, i és per això que en aquest moment és quan els pares van a les consultes dels pediatres a preguntar què poden fer. De fet, en la majoria de casos el fracàs escolar té més a veure amb uns hàbits erronis que amb la incapacitat del nen. Merce-

des Gámez explica que una de les màximes que els pediatres tenen molt en compte i repeteixen constantment a les seves consultes és que als nens se'ls han d'inculcar els bons hàbits d'estudi des de ben petits ja a casa, perquè "molts dels fracassos escolars són més aviat un fracàs d'hàbit, de mètode de treball".

Informar i gestionar recursos

Mercedes Gámez considera que la informació està a l'abast de tothom, però que el que fa falta és que cadascú aprengui a gestionar els seus propis recursos. Per això els pediatres, a més d'oferir informació en forma de fullets, xerrades, reunions i d'altres actuacions, el que intenten és que tothom sàpiga quina és la seva funció i quines coses estan al seu abast en cada situació, per tal d'evitar alarmes innecessàries. "Quan ja no és el primer cop que un nen té una mica de vòmits i diarrea, els pares ja poden saber què han de fer des



La Dra. Mercedes Gámez és la pediatra de l'ABS La Roca

de casa i no s'han d'alarmar. És això en el que estem intentant treballar, en la conscienciació de que tots tenim una funció útil i hem d'aprendre a desenvolupar-la". El més important és no perdre els nervis perquè, a banda que això ens fa ser més imprecisos i maldestres, si estem nerviosos, el nen percep aquesta inseguretat i la tradueix en por. Segons Mercedes, som molt capaços d'afrontar moltíssimes situacions, fins i tot quan aquestes són complicades: l'únic que fa falta és adonar-nos-en.

RECOMANACIONS PEDIÀTRIQÜES PER LA VACUNA CONTRA LA GRIP

A. Nens amb malalties cròniques

- Pneumopaties cròniques, inclosa l'asma
- Malalties cardiovasculars greus
- Malalties neuromusculars que condicionen un compromís respiratori
- Malalties pràctiques que condicionen immunosupressió
- Nens que reben de forma continuada tractament amb àcid acetilsal·licílic

B. Adults que poden constituir un risc per als nens que conviuen amb ells:

- Embarassades que vagin a donar a llum en els mesos de l'epidèmia anual (de novembre a març)
- Familiars i persones que conviuen amb nens de qualsevol edat que estiguin qualsevol e les indicacions recollides a l'epígraf A
- Personal sanitari que exerceixi la seva feina amb nens a hospitals, centres de salut o consultoris privats
- Treballadors d'institucions que acullin a nens discapacitats físics o psíquics
- Treballadors de guarderies

Font: Pineda Solas A, et al.

Les especialitats farmacèutiques genèriques, **UNA APOSTA PER L'ESTALVI**

Ja hi ha a Espanya més de 160 laboratoris farmacèutics autoritzats per comercialitzar especialitats farmacèutiques genèriques (EFG). Les EFG són medicaments contenen la mateixa composició i biodisponibilitat que el medicament original, però a un preu molt més barat.

Les especialitats farmacèutiques genèriques van aparèixer al mercat espanyol l'any 1997. Són medicaments que, per obtenir l'autorització per la seva comercialització, obligatòriament han de tenir la mateixa composició quantitativa i qualitativa que el medicament original (amb marca de fantasia) i, a més, han de demostrar que són bioequivalents en un estudi on es garanteixi la mateixa biodisponibilitat *in vivo*. S'entén per biodisponibilitat la igualtat d'efectes biològics (la quantitat absorbida i la velocitat d'absorció) entre dos medicaments fins el punt de poder ser intercanviats sense perjudicar els seus efectes terapèutics.

A la presentació comercial hi trobarem el nom de la molècula seguida del nom del laboratori i de les sigles EFG. Tenen la mateixa qualitat, eficàcia terapèutica i seguretat d'ús, però a un preu inferior. Existeixen preus de referència des de la seva aprovació per una Ordre del Ministerio de Sanidad y Consumo, des de juliol de l'any 2.000. Aquesta Ordre ministerial fixa el preu màxim que el Sistema



Sanitari Públic està disposat a pagar (valor màxim finançat) per un mateix grup de medicaments.

Per tant el principal avantatge dels medicaments genèrics o EFG, és l'estalvi en el preu final de venda al públic, sensiblement inferior al del medicament amb marca de fantasia. La conseqüència directa és que la reducció dels preus de venda suposen un estalvi d'entre el 25% i 50% respecte el cost del medicament amb marca de fantasia, la qual cosa suposa un benefici per el ciutadà en pagar menys per el fàrmac, i contribueix a racionalitzar la despesa pública sanitària (finançada amb impostos dels contribuents), sense disminuir la qualitat i l'eficàcia de la prescripció.

Fins el 30 de juny de 2006, segons dades del Ministerio de Sanidad y Consumo, hi havia a Espanya 129 EFG acceptades i 163 Laboratoris farmacèutics autoritzats per comercialitzar EFG. Durant el primer semestre de 2006, la utilització de EFG per l'equip de professionals sanitaris de l'Àrea Bàsica La Roca del Vallès va ser superior al 30 %, xifra molt similar a la de països com Regne Unit o Alemanya, i molt superior a la mitjana de Espanya (9,4 %) o de Catalunya (12%).

És molt important la implicació d'altres àmbits assistencials, com la dels metges especialistes i metges d'àmbit hospitalari. Cal recordar la responsabilitat del metge de família d'atenció primària en la utilització eficient de la recepta pública del Servei Català de la Salut, que és el que lliure i responsablement decideix si prescriu o no un medicament induït des d'un altre nivell assistencial (públic o privat) o si el canvia per un genèric o EFG.

En definitiva, si el metge de capçalera s'implica, l'Administració assumeix la seva responsabilitat, el metge especialista facilita la feina, la indústria farmacèutica participa i l'oficina de farmàcia col·labora, el ciutadà correctament informat sabrà que la mesura no representa cap limitació en les prestacions i que, per contra, contribueix de forma molt directa a l'estalvi en la despesa sanitària.

*Dr. Josep Lluís Fernández Roure,
metge de família*

ABS LA ROCA DEL VALLÈS TELÈFONS D'INTERÈS

Centre d'Atenció Primària Vicenç Papaceit
Plaça de l'Era, s/n
Tel. 93 842 44 32
absroca@absroca.com
http://www.absroca.com

Centre d'Atenció Primària La Torreta
Josep Torelló, s/n
Tel. 93 860 32 00
URGÈNCIES MÈDIQUES Tel. 061

Consultori Santa Agnès
Jaume Balmes, s/n
Tel. 93 842 4663
SANITAT RESPON Tel. 902 111 444