

SALUT AL BARRI

LA REVISTA DEL VOSTRE CENTRE DE SALUT

SALUT AL BARRI ÉS UNA PUBLICACIÓ EDITADA PEL CONSORCI SANITARI INTEGRAL

etapa 1 | número 11 | juny 2007



VIATGES A L'ESTRANGER

MEDICACIÓ INDIVIDUALITZADA

HOMOSEXUALITAT I ADOLESCÈNCIA

Centres



Generalitat de Catalunya
Departament de Salut



Cop de calor

DES DE LA VESSANT SANITÀRIA, LA PREVENCIÓ ÉS L'ÚNICA EINA ÚTIL PER EVITAR QUE LES TEMPERATURES MOLT ALTES US PUGUIN PROVOCAR UN COP DE CALOR.

Per evitar un cop de calor, heu de protegir-vos del sol i la calor tenint en compte els consells que es detallen a continuació.

A casa

Durant l'estada al domicili, unes bones mesures a tenir en compte quan la calor és intensa són:

- Tapar i enfosquir balcons i finestres a les hores centrals del dia.
- Beure aigua, sucus o gelatines amb freqüència.
- No fer àpats abundants ni molt condimentats. Evitar les begudes alcohòliques.
- Procurar fer les tasques de la vida diària i el manteniment de la llar a primera hora del dia o al capvespre. Durant les hores centrals del dia heu d'evitar fer activitats que requereixin molt esforç físic o generin estrès.

Al carrer

Si es fa necessari sortir al carrer quan la temperatura és elevada cal:

- Caminar per l'ombra tot portant roba lleugera, ampla i fresca i, si pot ser, de teixits naturals, com el cotó o el lli. Si la roba és de colors clars, molt millor.
- Si heu d'anar a comprar, intenteu no carregar massa pes. Les grans superfícies i centres comercials que estan climatitzats són un bon re-

cors per fer el vostre avituallament i us permeten caminar tot fent exercici a una temperatura més adient.

Si malgrat prendre totes les precaucions la calor us afecta de tal manera que el vostre organisme no pot compensar-ho, es produeix el cop de calor.

Símptomes

Podeu estar patint un cop de calor si teniu rampes a les extremitats, cansament, debilitat, mal de cap, mareigs, nàusees i vòmits.

Com actuar?

Si noteu que patiu un cop de calor o us trobeu amb algú que el pateix:

- Heu de buscar un lloc amb ombra per anar-hi i si pot ser que sigui fresc i ventilat.
- Cal mantenir la persona semincorporada.
- S'ha de posar aigua fresca al cap, a la cara, al coll i al pit i humitejant la resta del cos.
- És convenient oferir begudes fresques en petites quantitats. Les begudes més recomanables són les isotòniques (les que prenen els esportsistes) o l'aigua amb una mica de sal.
- Si les mesures adoptades no són suficients o la persona perd el coneixement s'ha d'avisar els serveis d'emergència trucant al 061.

**CENTRES D'ATENCIÓ PRIMÀRIA
DEL CONSORCI
AURORA VIALCANET**

INFERMERA. ABS SAGRADA FAMÍLIA

SALUT AL BARRI

Butlletí Informatiu de les Àrees Bàsiques del Consorci Sanitari Integral

DIRECTOR: JOSÉ LUÍS IBÁÑEZ | **COORDINACIÓ PERIODÍSTICA:** DEPARTAMENT DE COMUNICACIÓ DEL CONSORCI SANITARI INTEGRAL | **CONSELL DE REDACCIÓ:** MIGUEL A. AGUILAR, SANDRA AGUILAR, ROSA ALBERNI, SILVIA DUEÑAS, FERRAN FLOR, JOSÉ LUIS IBÁÑEZ, CARMÉ LLORENS, ANNA MILLÀ, ELVIRA QUINTERO, RUT SALVÀ, LOURDES SANS | **HAN COL·LABORAT EN AQUEST NÚMERO:** AURORA

VIALCANET, FERRAN LOSA, MAITE PÉREZ, ANDREA FINESTRES, RAQUEL ALONSO, M. ÀNGELS MARTÍNEZ, SILVIA SIMÓ, MONTSERRAT FERRER I MONTSERRAT PINEDA | **ASSESSORAMENT LINGÜÍSTIC:** CENTRE DE NORMALITZACIÓ LINGÜÍSTICA DEL HOSPITAL DE LLOBREGAT | **DISSENY I MAQUETACIÓ:** ANTONIO DOPICO | **IMPRESSIÓ:** OFFSET COLOR.

SALUT AL BARRI és una publicació gratuïta promoguda pels centres d'atenció primària del Consorci Sanitari Integral, amb l'objectiu de promoure els hàbits saludables de la població.

Qualsevol suggeriment o comentari el podeu expressar per telèfon, al 93 507 25 89, o per correu electrònic a la següent adreça: salutalbarri@sanitatintegral.org



COORDINACIÓN ENTRE LOS CAP Y EL HOSPITAL

Programas de diagnóstico rápido del cáncer

EL CATSALUT, LA ENTIDAD PÚBLICA QUE GARANTIZA EL DERECHO A LA PROTECCIÓN DE LA SALUD DE TODA LA CIUDADANÍA DE CATALUNYA, HA IMPULSADO EL ESTABLECIMIENTO DE PROGRAMAS DE DIAGNÓSTICO RÁPIDO DEL CÁNCER EN CATALUNYA PARA AGILIZAR EL DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO DE LOS USUARIOS CON CÁNCER.

Para llevar a cabo esta tarea hemos creado un modelo organizativo y asistencial de colaboración entre los médicos de los centros de atención primaria (CAP) y el Hospital General de l'Hospitalet. La finalidad del programa es llevar a cabo el diagnóstico y el tratamiento de los usuarios con sospecha de padecer cáncer (inicialmente de pulmón, mama o colorectal) dentro los plazos establecidos por las autoridades sanitarias, que en este caso debe ser inferior a un mes desde el momento que se hace la solicitud de inclusión en este programa, es decir, desde que hay la sospecha de la enfermedad.

Los médicos, siguiendo unos criterios médicos consensuados, deben decidir qué pacientes se pueden beneficiar de los circuitos establecidos en el programa. Los médicos de primaria no son los únicos que pueden utilizar estos servicios. También lo pueden usar los especialistas de zona, los médicos del servicio de diagnóstico por la imagen, los servicios de urgencias y las unidades de diagnóstico rápido de Medicina Interna.

Para coordinar todas estas actuaciones, se ha creado la figura de la gestora de casos, una profesional muy importante que sirve de nexo de unión entre los centros y el hospital. Además, la gestora de casos coordina los circuitos de diagnóstico dentro de l'Hospital General del Hospitalet y constituye el punto de contacto entre el usuario y el Hospital. El Diagnóstico Rápido implica un proceso delicado, en el que el usuario pasa por unos momentos muy difíciles. A parte de programar las visitas y las

pruebas, la gestora de ca informa al usuario y atiende sus requerimientos, es decir, lo acompaña durante el proceso diagnóstico.

Cada mes se reúne el Comité de Diagnóstico Rápido para hacer el seguimiento de los diferentes casos. Cada tres meses se hacen las evaluaciones de estos circuitos dónde se revisa el cumplimiento del calendario, el número de casos, si se cumplen los objetivos, el índice de participación de los profesionales de los CAP y del propio Hospital General de l'Hospitalet y el nivel de satisfacción de los profesionales.

Durante el año 2006 entraron en el circuito de diagnóstico rápido de oncología 347 usuarios, de los cuales 151 se enviaron desde los CAP (43,5%). De los pacientes que cumplían criterios clínicos, el 51,3% se confirmó el diagnóstico de cáncer (118). El número de casos ha aumentado progresivamente durante el año y, por tanto, hemos visto que hay usuarios que claramente se pueden beneficiar de este programa. Estos datos también nos ha servido para revisar qué parte de los diversos circuitos son mejorables para dar el mejor servicio a nuestros usuarios.

Este reto ha hecho que mejoremos los factores que intervienen en el acceso rápido desde la asistencia primaria al hospital. También ha mejorado la coordinación entre niveles asistenciales y aumentado el acercamiento de los especialistas del Hospital General de l'Hospitalet y todas las áreas básicas de salud de su entorno.

ABS COLLBLANC I ABS LA TORRASSA

DR. MIGUEL ÁNGEL AGUILAR

DIRECTOR . ABS COLLBLANC

DR. FERRAN LOSA

ONCÓLOGO

JEFE DEL PROGRAMA DE DIAGNÓSTICO RÁPIDO
DEL HOSPITAL GENERAL DE L'HOSPITALET



PREPARAR ELS ASPECTES SANITARIS AMB ANTELACIÓ

Viajes internacionales

ANTES DE EMPEZAR UN VIAJE AL EXTRANJERO ES CONVENIENTE HACER UNA PLANIFICACIÓN DE LOS ASPECTOS SANITARIOS PARA PREVENIR LA APARICIÓN DE ENFERMEDADES DURANTE Y DESPUÉS DE LA ESTANCIA.

La Organización Mundial de la Salud (OMS), a través del Reglamento Sanitario Internacional, tiene el objetivo de prevenir la propagación internacional de las enfermedades y, con respecto a los viajes internacionales, conseguir este hito con un mínimo de molestias para el viajero. Por esto recomienda una serie de normas, de cumplimiento obligado en determinados países, y otras de carácter general. El conocimiento de estas recomendaciones contribuye a prevenir las enfermedades mencionadas, la mayoría de las cuales son evitables si se siguen los siguientes consejos:

personas mayores tengan una movilidad frecuente en los vuelos de larga duración.

- Es muy importante escoger ropa y calzado adecuados para el lugar a visitar. Si se viaja a los países tropicales, los vestidos deberán ser de fibras naturales (algodón, lino, etc.), ligeros, no ajustados y de colores claros. A la vez es aconsejable cambiarse de ropa a menudo, especialmente las piezas interiores. En caso de tener ropa seca al aire, es necesario plancharla con mucho calor para eliminar insectos y parásitos transmisores de enfermedades. El calzado debe ser ancho y ventilado, para evitar las infecciones por hongos.

- Las personas sometidas a un tratamiento médico deben proveerse de la cantidad de medicación suficiente para cubrir el periodo de tiempo que dure su estancia en el extranjero o asegurarse que podrán adquirirla en el país dónde vayan. Hace falta también contar con algunos medicamentos para los síntomas menores, como analgésicos, antihistamínicos, etc. En los viajes a países tropicales, es conveniente llevar repelentes de insectos a base de piretrinas y, si hace falta, la medicación preventiva recomendada para el paludismo. Además, se recomienda llevar material de curas.

- En todos los casos, se aconseja a los viajeros adquirir cierta familiaridad con el sistema local de asistencia sanitaria. Es recomendable contratar una póliza seguro que cubra los gastos por enfermedad o accidente durante el viaje (ver el artículo de la contraportada).

- No dejar para el final los aspectos sanitarios del viaje. Programarlo con tiempo, puesto que algunas de las medidas (vacunaciones o tratamientos preventivos) deben hacerse con antelación suficiente. Los centros dónde os podéis dirigir para que os informen correctamente si no encontráis respuesta a todas las preguntas sobre el viaje son los que podéis ver en el cuadro del lado.

- Si los viajeros son ancianos o niños, hay que tomar precauciones especiales. Por ejemplo, en los países tropicales es necesario protegerlos contra el sol y el calor por el riesgo de insolaciones y deshidrataciones. Se recomienda que las

UNIDADES DE CONSEJO AL VIAJERO Y VACUNACIÓN INTERNACIONAL (Es necesario pedir hora de visita)

Serveis de Sanitat Exterior
C/ Bergara, 12, baixos
08002 Barcelona
Tel. 93 520 96 63

Unitat de Malalties Tropicals i Salut Internacional Drassanes. CAP Drassanes.
Av. Drassanes, 17- 21 planta baixa. Barcelona.
Tel. 93 443 05 07- 93 329 44 97.

Hospital de la Vall d'Hebron.
Servei de Medicina Preventiva.
Pg. de la Vall d'Hebron, 119-129. Barcelona.
Tel. 93 489 42 14.

Centre de Vacunacions Internacionals
Hospital Clínic.
C/ Rosselló, 163, 5ª planta.
Tel. 932 27 54 07 - 932 27 54 86.

Hospital de Bellvitge.
Servei de Medicina Preventiva.
C/ Feixa Llarga, s/n. Ed. Antiga Escola d'Infermeria. 4ª planta.
L'Hospitalet de Llobregat.
Tel. 93 260 75 57
(de lunes a viernes de 8 a 15 h).
Tel. 93 260 76 40,
(de lunes a jueves, de 15.30 a 19.30 h).

**CENTRES D'ATENCIÓ PRIMÀRIA
DEL CONSORCI
LOURDES SANS**
ENFERMERA. ABS GAUDÍ



MEDICACIÓN INDIVIDUALIZADA

Sistema Personalizado de **Dosificación**

LOS USUARIOS CON PROBLEMAS PARA TOMARSE LA MEDICACIÓN, ESPECIALMENTE LOS QUE SIGUEN UN TRATAMIENTO CRÓNICO, PUEDEN BENEFICIARSE DE UN NUEVO SISTEMA DE DISPENSACIÓN QUE FACILITA LA TOMA DE FORMA ORDENADA.

El pasado mes de abril, se puso en marcha un proyecto de colaboración entre los Centros de Atención Primaria (CAP) del Consorci Sanitari Integral y el Colegio de Farmacéuticos de la provincia de Barcelona, según el cual, desde los CAP se puede recomendar que un usuario sea incluido dentro del Sistema Personalizado de Dosificación (SPD) en la oficina de farmacia, es decir, en las farmacias dónde los usuarios adquieren los medicamentos.

El SPD es un servicio adicional que actualmente hacen cerca de 30 farmacias del área de influencia de los CAP del Consorci Sanitari Integral. Estos establecimientos ofrecen la posibilidad de que, una vez los usuarios han adquirido los medicamentos, el farmacéutico se los coloque de forma ordenada en un envase tipo blíster para tomarlos según la prescripción que ha hecho el médico.

Cada blíster dispone de toda la medicación necesaria para una semana de tratamiento y diferencia de forma clara qué se debe tomar cada día y en qué momento (almuerzo, comida, merienda, cena, noche). De esta manera, el paciente sólo tiene que extraer de cada clasificador lo que debe tomar en un momento determinado.

Este es un servicio que ya se ofrecía de forma voluntaria en las oficinas de farmacia. Ahora se ha puesto en marcha este proyecto para conseguir que el usuario tenga el máximo beneficio posible. Los CAP recomiendan que sean incluidos en el SPD todos los usuarios a los cuales

los profesionales sanitarios hayan detectado problemas a la hora de tomar la medicación, como son los usuarios que deben tomar muchos medicamentos, los que tienen dificultad para leer los envases o prospectos, los que tienen problemas para abrir los envases o a los que les cuesta acordarse de cuándo deben tomar los medicamentos, entre otros.

Después de ser identificados los usuarios, el médico de cabecera les entrega, a ellos, a sus familiares o a sus cuidadores, la solicitud para ser incluidos en el SPD, junto con la indicación de toda la medicación crónica que debe tomar y la relación de farmacias a las que pueden dirigir para pedir este servicio.

Los mismos usuarios, familiares o cuidadores de los usuarios podrán pedir este servicio también de forma directa al médico de cabecera o a la oficina de farmacia, puesto que el objetivo final de este proyecto es mejorar los resultados de salud en la población y aumentar la adherencia a los tratamientos crónicos.

Por otro lado, este proyecto garantiza a los usuarios una estrecha colaboración entre el médico de cabecera y el farmacéutico. Esto facilita la comunicación en el caso de incidencias, como por ejemplo posibles problemas con la medicación o cambios en los tratamientos y es una garantía más de que los usuarios con enfermedades crónicas toman la medicación de forma más segura y eficiente.

**CENTRES D'ATENCIÓ PRIMÀRIA
DEL CONSORCI
MAITE PÉREZ**

FARMACÈUTICA DE ATENCIÓ PRIMÀRIA
ABS DEL CONSORCI



Adolescencia y **homosexualidad**

LA IDENTIDAD SEXUAL SE DESARROLLA HABITUALMENTE DURANTE LA ADOLESCENCIA. ESTA ES UNA ETAPA DELICADA, ESPECIALMENTE SI LA ORIENTACIÓN ES DIFERENTE A LA DE LA MAYORÍA.

Una faceta fundamental dentro del desarrollo de todo individuo es su identidad sexual (sentirse hombre o mujer). Si ser adolescente es difícil, añadir una identidad sexual diferente de la mayoría supone añadir un plus de dificultad.

Dentro de la evolución histórica, la homosexualidad ha pasado de estar considerada una enfermedad o una conducta indeseable (en el año 1952) a considerarse una orientación sexual diferente de la mayoría (a partir de 1973).

Los mecanismos que intervienen en el desarrollo de la identidad sexual son todavía poco conocidos. Parece que es fruto de la combinación de influencias genéticas, hormonales y ambientales.

Se calcula que aproximadamente un 10% de la población es homosexual.

Presentar una orientación sexual diferente a la mayoría puede suponer muchas dudas y miedos, que se pueden resumir en los siguientes hechos y sentimientos:

- Sentimiento de culpabilidad (“¿Soy normal?”).
- No ser aceptado por familiares, amigos, compañeros, etc.
- No ser respetado. Intentos de rehabilitación (“Eres muy joven, esto ya se te pasará”).
- Perder amigos, familiares, etc.
- Ser discriminado en la escuela, el trabajo, etc.

Esta situación puede provocar una disminución de la autoestima del adolescente homosexual, puesto que durante esta etapa la persona se encuentra en un periodo de autoafirmación. Si convive en un ambiente de rechazo, la disminución de la autoestima se manifestará como

ansiedad, fracaso escolar, depresión, consumo de drogas, aumento de la probabilidad de suicidio (cinco veces más frecuente en este grupo de población), alteraciones de la conducta alimentaria, etc.

Consejos

Si sois adolescentes y queréis dar a conocer vuestra orientación sexual, lo que se conoce como “salir del armario”, sería conveniente:

- Tenerlo claro
- Buscar el apoyo de alguna persona de confianza
- Buscar un buen momento personal y familiar
- Dejar tiempo para la aceptación

Algunas cosas que los familiares, especialmente los progenitores, deben tener en cuenta a la hora de afrontar la situación y apoyar al adolescente son:

- Que todos los sentimientos que tienen son normales (negación, culpabilidad, dolor, fracaso, etc.).
- Tener presente que ser homosexual no es una enfermedad (el 10% de la población lo es).
- El adolescente (en su caso, el hijo) es el mismo de siempre y ahora ha querido sincerarse.
- Actualmente la aceptación social es bastante buena y va aumentando.

Un consejo tanto para padres como para hijos es buscar ayudas externas (grupo de profesionales especializados) que facilitan la normalización de la situación. Podéis dirigirlos a:

CASAL LAMBDA. C/ Verdaguer i Callís, 10. Barcelona. Tel. 93 319 55 50.

<http://www.lambdaweb.org>

**CENTRES D'ATENCIÓ PRIMÀRIA
DEL CONSORCI**

ANDREA FINESTRES
PEDIATRA. ABS GAUDÍ



La pensió vitalícia i la hipoteca inversa

LES ENTITATS FINANCERES HAN COMENÇAT A OFERIR NOUS PRODUCTES, COM LA HIPOTECA INVERSA, QUE PERMET AUGMENTAR ELS RECURSOS ECONÒMICS DISPONIBLES DE LA GENT GRAN AMB PROPIETATS IMMOBILIÀRIES.

El progressiu augment de l'esperança de vida amb el conseqüent creixement del nombre de persones grans en el conjunt social, les transformacions que ha patit el concepte de família i la incorporació definitiva de la dona al món laboral han canviat molt el context que afecta la forma de tenir cura de les persones grans.

Cada cop més les situacions de dependència d'aquesta població son cobertes mitjançant recursos privats. La gran part de les pensions de jubilació no permeten accedir a una residència privada.

El 97% de les persones grans prefereixen seguir vivint en el seu domicili, tot i ser en edificis que no reuneixen les condicions d'habilitat necessària per a les seves necessitats (ascensor, calefacció, etc.) Un estudi de l'Institut Nacional d'Estadística (INE) de 2004 assenyala que el 87,2% de les persones més grans de 65% anys són propietaris del seu habitatge.

Entre els recursos privats que actualment es troben al mercat, hi ha una opció que s'anomena pensions vitalícies i hipoteca inversa. Al territori espanyol hi ha unes 14 entitats financeres que ofereixen aquests productes.

Hipoteca inversa

La hipoteca inversa és un préstec que permet rebre una quantitat mensual complementària a la pensió en un termini de temps concret, deixant com a garantia l'habitatge. Es recomana fer-la amb el consentiment dels hereus. D'aquesta manera, la persona que la sol·licita percep una renda que està en funció de la taxació del pis, de l'edat del sol·licitant i de les preferències en la forma de rebre els diners.

L'individu no perd l'habitatge ni tampoc deixa de

ser el seu únic propietari. El patrimoni passa als hereus, que són els que han de retornar les quantitats que la persona gran ha anat percebent.

Hi ha dues modalitats d'hipoteca inversa:

- Limitat: s'acorda signar la hipoteca per un període de temps limitat, per exemple, entre 10 i 15 anys. La renda mensual és major, encara que deixa de ser abonada quan el període ha vençut.

- Vitalici: la mensualitat que es rep és menor, però la renda se seguirà rebent mentre el titular de la hipoteca visqui.

En països com els Estats Units o el Regne Unit fa temps que s'ofereixen aquests productes i tenen una protecció legal major: s'exigeix la intervenció d'una entitat independent, tenint en compte que les persones grans són un col·lectiu especialment vulnerable.

Tenint en compte les diferents modalitats que s'ofereixen d'aquest recurs, es recomana valorar els següents aspectes:

- Consens familiar: s'aconsella compartir la decisió amb la resta de la família i amics.

- Edat: a menys edat, major esperança de vida; per tant, les mensualitats són més baixes.

- Sexe: les dones cobrarien una renda mensual menor als homes, ja que la seva esperança de vida és major.

- Règim: l'habitatge ha d'estar lliure de càrregues, en propietat i a nom del sol·licitant.

- Garantia que protegeix a l'entitat escollida.

**CENTRES D'ATENCIÓ PRIMÀRIA
DEL CONSORCI**

**SANDRA AGUILAR
RAQUEL ALONSO
M. ÀNGELS MARTÍNEZ
SILVIA SIMÓ**

TREBALLADORES SOCIALS.
ABS DEL CONSORCI

DESPLAÇAMENTS I ATENCIÓ SANITÀRIA

COM ACCEDIR A LA COBERTURA PÚBLICA DURANT ELS VIATGES

LA SANITAT PÚBLICA GARANTEIX EL SERVEI A TOTHOM QUAN ES TROBA EN TERRITORI ESPANYOL. AIXÍ MATEIX TAMBÉ GARANTEIX UNA CERTA COBERTURA SANITÀRIA QUAN ES VIATJA A PAÏSOS AMB ELS QUALS HI HA ESTABLERTS CONVENIS D'ASSISTÈNCIA.

Ara que s'acosten les tradicionals dates de vacances, que en moltes ocasions s'aprofiten per dur a terme desplaçaments i viatges, és convenient prendre certes precaucions per si es fa necessari rebre atenció o cal fer ús dels serveis sanitaris durant l'estada fora del domicili. Abans de marxar, cal fer alguns tràmits i tenir en compte algunes consideracions que us garanteixin l'atenció sanitària:

- Si no sortiu de la comunitat autònoma, només caldrà portar la targeta sanitària individual (TSI) en vigor.

- Si us desplaça a la resta de l'Estat espanyol, haureu de portar la TSI i la cartilla de la Seguretat Social per acreditar el número d'afiliació. En podeu demanar un duplicat a les oficines de l'Institut Nacional de Seguretat Social (INSS).

- Si el viatge és cap a qualsevol país de la Unió Europea per a una estada temporal (menys de tres mesos) heu de portar la targeta sanitària europea (TSE) que heu de demanar en qualsevol oficina de l'INSS. En alguns països tenen establert un cànon per a determinats serveis sanitaris. En aquests casos s'ha d'abonar i no es té dret a rescabament (retorn de la despesa).

- En els viatges a la resta de països que no formen part de la Unió Europea, s'ha de mirar abans d'iniciar la visita si el país té signat algun conveni amb l'Estat espanyol en matèria sanitària. Això

es pot consultar a la web de l'INSS <http://www.seguridad-social.es>, o a les ambaixades del país.

Si hi ha conveni, heu d'anar als centres d'atenció i informació de la Seguretat Social (CAISS) amb la TSI per demanar el document que estableixi el conveni bilateral signat amb el país on voleu anar.

En el cas que no hi hagués conveni signat, qualsevol tipus d'assistència sanitària anirà en un principi al vostre càrrec, excepte si teniu contractada una assegurança privada.

Finalment, heu de tenir en compte que si viatgeu a qualsevol país tropical heu d'informar-vos i comprovar amb el vostre calendari vacunal si és necessari posar-vos alguna vacuna o dur a terme un tractament preventiu. Aquest tràmit és convenient no deixar-lo per a l'últim moment, ja que alguns tractaments requereixen iniciar-se setmanes abans de visitar el país. Podeu demanar més informació a les unitats de consell al viatger i vacunació internacional (mireu quadre de la pàgina 4) o trucant al 902 111 444 de Sanitat Respon.

CENTRES D'ATENCIÓ PRIMÀRIA DEL CONSORCI

MONTSERRAT FERRER
MONTSERRAT PINEDA

ADMINISTRATIVES, ABS COLLBLANC

ABS Gaudí
Consorci Sanitari Integra
c/ Còrsega, 643
08025 Barcelona
Tel. 93 507 25 80

ABS Sagrada Família
Consorci Sanitari Integra
c/ Còrsega, 643
08025 Barcelona
Tel. 93 507 25 80

ABS Collblanc
Consorci Sanitari Integra
c/ Creu Roja, 18
08904 L'Hospitalet de Llobr.
Tel. 93 447.07.80

ABS La Torrassa
Consorci Sanitari Integra
Rda. la Torrassa, 151
08903 L'Hospitalet de Llobr.
Tel. 93 447 07 20