

capçalera



UNA PINZELLADA...

VIOLENCIES MASCLISTES



Jordi Mestres, metge de família. "Estem desbordats i és un desbordament crònic"



Recerca - Beques, Premis i Ajuts

GdT - Grups de Treball

L'entrevista destacada

Comunicació: Atenció Primària i MFiC

Està d'actualitat a la CAMFiC!

Agenda



capçalera digital

DIRECCIÓ

Jordi Mestres Lucero

PREMSA

Ester Duran

EQUIP TÈCNIC

Claudia Cañigueral

Àlex Febrero - Manuel Torres

VOCALS DE GRUP

Laura Conangla Ferrín

Nuria Casado Pradas

ENLLAÇ AMB JUNTA

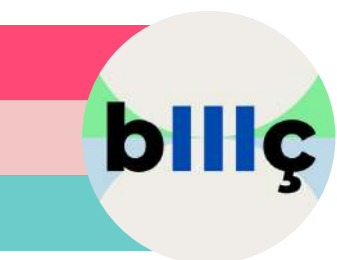
Mònica Solanes Cabús

A la portada del capçalera de Novembre alguns dels protagonistes de la bona feina feta pels socis i sòcies de la CAMFiC, pels seus grups de treball, vocalies i junta. SOM-HI!!

ISSN: 2013-2263

Secretaria tècnica:
Societat Catalana de Medicina Familiar i
Comunitària
C/ Diputació 316, 08009 Barcelona

informans@camfic.org



CONTINGUTS

257

- 04** COCOOPSI: alertes de Gener
- 05** Agenda, no t'ho perdís!
- 06** És notícia!
- 08** Nous fulls per a pacients
- 09** Vocalia de comunicació 2023.
Fes que et vegin!
- 10** Una pinzellada sobre violències masclistes
- 11** Convocatòries obertes
- 12** Posicionament CAMFiC davant la
convocatòria de Vaga pel Sindicat Metges
de Catalunya pel 25 i 26 de gener 2023
- 13** La CAMFiC et porta les activitats de formació
on les necessitis



GdT - Grups de Treball

COCOOPSI alertes de Gener



GdT COCOOPSI

Alertas Enero 2023

GB: Gran Bretaña
RCA: Rep. Centroafricana
RDC: República Democrática del Congo
EEUU: Estados Unidos de América
WPV: Virus Salvaje de Polio
MDR: Múltiple Resistencias del Fármaco



- **Ántrax (Humanos):** Filipinas, Sud Sudán
- **Ébola:** Uganda (a punto de terminar!)
- **Encefalitis japonesa:** Australia
- **Fiebre amarilla:** Sierra Leona
- **Fiebre Lassa:** Guinea, Liberia, Nigeria

Aumento especial de casos:

- **Sarampión:** Angola, Australia, Burundi, Camerún, Chad, Ecuador, Etiopía, EEUU, Guinea, India, Kenia, Liberia, Malasia, Mali, Mozambique, Niger, Nigeria, Somalia, Filipinas, Paraguay, RCA, RDC, Rusia, Singapur, Sudáfrica, Sudán el Sur, Togo
- **Dengue:** Brasil, Bangladesh, Cuba, EEUU, El Salvador, Filipinas, Malasia, Nepal, Singapur, Sri Lanka, Vietnam
- **Chikungunya:** Brasil, Malasia
- **Cólera:** Camerún, Etiopía, Filipinas, Haití, Libano, Malawi, Rep. Dominicana, RDC, Siria, Somalia
- **Malaria:** Mexico, Panama

- **Fiebre valle del Rift:** Senegal
- **Hantavirus:** Panamá
- **Leptospirosis:** Puerto Rico
- **Pertussis:** Sudáfrica
- **Peste:** Madagascar
- **Rabia**
 - **Exposición en humanos:** Bolivia
 - **Casos:** México, , Sudáfrica, Vietnam (1 Muerte)
- **Triquinosis:** Argentina
- **Viruela del mono:** pandemia
- **Usutu:** Francia
- **Virus West-Nile:** Florida

Fuentes: @ProMED-mail, @cdc, @bactiman63

El control de malaria, dengue, Zika, Chikungunya, polio, sarampión o cólera ha empeorado debido a la pandemia de COVID por lo que se espera un aumento de casos y mayor extensión de las zonas endémicas/epidémicas. Este boletín de alertas, **no recoge enfermedades endémicas habituales.**



Memòria
Cocoopsi 19-21



Curs de Salut internacional:
Taller de gamificació. Joc de les cadires



No t'ho perdis !

Agenda, no t'ho perdis!



Formació presencial



20 d'Abril de 2023
Convocatòria
Eleccions Vocalía
Maresme



Formació online



Si ets soci/sòcia
de la CAMFiC

formació
GRATUÏTA !!



CAAPS VIII
Curs Autoformatiu en l'Atenció Primària de Salut



consulta la formació
externalitzable



Congrès de la semFYC - Donostia

ARRAUN
REMANDO EN EQUIPO



semFYC
Sociedad Española de Médicos
de Familia y Comunitaria



FUTURO
& COMPROMISO

CON LA MEDICINA FAMILIAR & COMUNITARIA



És notícia!



vocalia COMUNICACIÓ



Entrevista al president Antoni Sisó sobre la situació epidemiològica i la situació de la MFiC. Des de l'esclat de casos a la Xina, fins a la situació de precarietat de metges.

Programa Fet a Mida de la Xarxa



La Dra Esther Limón, tesorera de la CAMFiC lamenta que no es tiri endavant un pla en l'àmbit sanitari "Potser no cal escriure més, potser cal fer".

Programa Cafè d'idees. RTVE min 3:30



Camfic dona suport a la vaga, però reclama més autonomia pels CAP i més places de medicina familiar

La Vanguardia



Médicos catalanes piden más autonomía de los ambulatorios y más plazas MIR

Cadena COPE



Otro posible pico de gripe colocan a Catalunya ante un invierno difícil

Laura Conangla a el Periódico



Girona compta amb més de 200 centenaris

CAMFiC al Diari de Girona



"Cal que l'activitat física sigui cada dia de la setmana"

Montserrat Romaguera al Diari de Sabadell



Alerten que el suïcidi és la primera causa de mort de les dones sense llar

CAMFiC a Regió7



Gironins centenaris amb la salut de ferro, a propòsit d'un estudi de recerca

CAMFiC al Diari de Girona



Situació epidemiològica de grip i covid a l'Atenció Primària

Laura Conangla a Catalunya Radio min 10:04



Parlem amb el doctor Jordi Mestre, metge de família i vocal de la Societat Catalana de Medicina Familiar i Comunitària (CAMFiC), sobre la situació de la Sanitat pública i les previsions de cara a un futur.

[Informatius RNE4](#)



Dra. Conangla, capdavantera en ecografia pulmonar als CAPS durant la covid. En esclatar la pandèmia, va formar metges i metgesses de l'atenció primària de diferents països per millorar el diagnòstic

[El Diari de la Sanitat](#)



[¿Amb quines mans podem garantir visites en 24 o 48 hores al metge de capçalera?](#)

Jordi Mestre al Diari ARA



[Camfic dona suport a la vaga, però reclama més autonomia pels CAP i més places de medicina familiar](#)

La República



Entrevista la metgessa de família i coordinadora del GdT d'Exercici físic i Salut, Montserrat Romaguera, per la publicació del seu llibre sobre el foment i els beneficis de l'exercici físic

[NacióDigital](#)



Un 10% de gironins d'entre 100 i 113 anys no pren cap medicament, una dada presentada en el congrés de la CAMFiC. Una dada inusual per la tendència a la polimediació en gent gran.

[Diari de Girona](#)

Nous fulls per a pacients



GdT d'Educació Sanitària

FULL D'INFORMACIÓ PER A PACIENTS

Pulsioximetria

Quan respirem, l'oxigen arriba a la sang i després a tot el cos. S'aspira el sang i l'oxigen està arribat bé a la sang. La pulsioximetria és una tècnica que ajuda a saber la quantitat aproximada d'oxigen que hi ha a la sang sense haver de fer una anàlisi.

Com es fa?

- L'aparell consta d'una pinça especial que se situa en un dit de la mà. També hi ha aparats amb una pinça que es pot col·locar a l'orella o als dits dels peus.
- Abans de posar el pinça:
 - Si hi ha restes de cosmètics, cal netejar la zona on es col·loca.
 - Si les mans estan fredes, cal fer un massatge al dit.
 - La meua mà de fer l'ús de l'ús important de fer.

Un cop col·locada la pinça el dit i hi ha que s'obtingui el resultat cal esperar alguns minuts o si s'aparell.

Per saber el resultat cal esperar una segona dada abans s'han d'establir.

Limitacions

Algunes situacions poden causar lectures errònies, per exemple:

- Ungles pintades.
- Ungles anormals.
- Si per error de la màquina podria ser que no ho sigui.
- Anèmia.
- Arritmies de l'hemoglobina.

Què és el valor?

S'espera un valor pacients que poden tenir una alteració de l'oxigenació.

- Alguns en el diagnòstic de pacients amb alteracions d'apèndix cardiacs i respiratòria.
- Alguns en el seguiment del tractament de malalties agudes i també de malalties cròniques, com la malaltia pulmonar obstructiva crònica o la insuficiència cardíaca.
- També permet valorar si el tractament amb oxigen i controlar si aquest tractament està funcionant correctament.

Interpretació clínica

La pulsioximetria mesura la saturació d'oxigen de la sang però s'ha d'interpretar en el context dels valors normals.

- Superior al 95% l'oxigen és normal. No cal fer cap altra prova.
- Entre el 90 i el 95%, probablement l'oxigen es troba baix. Ha de ser valorat per un metge.
- Entre el 85 i el 90%, probablement l'oxigen no compleu la ratxa de bon i de valors normals. En aquest cas, cal valorar amb un metge si cal augmentar el nivell d'oxigen i controlar si aquest tractament està funcionant correctament.
- Inferior al 90% l'oxigen és baix. Cal valorar si cal augmentar el nivell d'oxigen i controlar si aquest tractament està funcionant correctament.

164

FULL D'INFORMACIÓ PER A PACIENTS

El sòl pelvià (homes)

El dit de la pelvis és el conjunt de músculs que cobreixen els vègues de la part baixa del cos. Els músculs, poden produir un augment d'energia, un mal control de la defecació, dolor pelvis o altres problemes. Alguns d'aquests músculs són els que s'han de treballar.

Per què es debilita?

Alguns problemes neurològics poden afectar al dit pelvià i generar incontinència. En els homes, en canvi, aquesta musculatura pot debilitar-se després d'una cirurgia de prostata, per obstacles mecànics (dolors) i per exercicis en què es fa força molta força però en abdicar-se (càncer, per exemple).

Exercicis de Kegel

L'entrenament de músculs pelviàls és completament segur i no causa cap problema. És important que s'entengui bé el que s'està fent i que es faci amb calma i regularment.

Exercicis de Kegel

L'entrenament de músculs pelviàls és completament segur i no causa cap problema. És important que s'entengui bé el que s'està fent i que es faci amb calma i regularment.

165

FULL D'INFORMACIÓ PER A PACIENTS

Què s'ha de fer si entra alguna cosa a l'ull? Cos estrany intraocular

Les entrades accidentals de partícules o coses estranyes a l'ull poden causar lesions a les zones més sensibles, com la corneïta i la retina. És important que es busqui ajuda mèdica si s'ha produït una lesió a l'ull.

Què es pot fer?

1. Rentar-se les mans amb aigua i sabó.
2. Mirar si el cos estrany està a la superfície de l'ull o si està més profundament.
3. Si el cos estrany està a la superfície de l'ull, intentar que surti amb aigua i sabó.
4. Si el cos estrany està més profundament, intentar que surti amb aigua i sabó.

166



FULL D'INFORMACIÓ PER A PACIENTS

VIRUS DE LA IMMUNODEFICIÈNCIA HUMANA (VIH-SIDA)

El VIH és el virus que debilita el sistema immunitari i pot provocar la SIDA. És important que es busqui ajuda mèdica si s'ha produït una lesió a l'ull.

Com es transmet?

El VIH es transmet a través de la sang i dels líquids orgànics. És important que es busqui ajuda mèdica si s'ha produït una lesió a l'ull.

167

FULL D'INFORMACIÓ PER A PACIENTS

Com millorar el dolor persistent d'ossos i músculs

El dolor persistent d'ossos i músculs pot afectar la qualitat de vida i la capacitat de treballar. És important que es busqui ajuda mèdica si s'ha produït una lesió a l'ull.

168

consulta tots els fulls per a pacients



Els 10 primers fulls per a pacients traduïts a l'anglès

Està d'actualitat a la CAMFiC!

Vocalia de comunicació 2023 – fes que et vegin!



vocalia COMUNICACIÓ



A biblio capçalera seguim posant en valor la gran feina que fem entre tota la família de la CAMFiC amb quatre col·leccions editades desde la vocalia de Comunicació.



El nou APUNTS CAMFiC, són documents en format breu per a la pràctica clínica habitual a l'Atenció Primària, de consulta ràpida. Material elaborat i revisat pels grups de treball de la CAMFiC.



Capçalera és la publicació sobre l'activitat de la Societat Catalana de Medicina Familiar i Comunitària, sobre els seus grups, vocalies i les seves sòcies i socis..



informes CAMFiC són documents de caràcter més formal, on s'analitzen aspectes de gestió i organització de l'Atenció Primària i la Medicina Familiar i Comunitària. Es realitzen a proposta de la junta.



Les Guies de pràctica clínica són documents realitzats pels grups de Treball en gran format

El teu Grup de treball o vocalia te alguna cosa que volgui compartir. Parlem-ne:



informans@camfic.org

GdT - Grups de Treball

Una pinzellada sobre violències masclistes



GdT violència masclista

Violència física :

Comprèn qualsevol acte de força contra el cos d'una dona, amb el resultat o el risc de produir-li una lesió física o un dany

Violència psicològica :

Comprèn tota conducta o omissió per mitjà d'amenaçes, humiliació, vexacions, menysteniment, menyspreu, exigència d'obediència o submissió, coerció verbal, insults, aïllament o qualsevol altra limitació del seu àmbit de llibertat

La violència masclista també es pot dur a terme amb l'amenaça o la causació de violència física o psicològica contra l'entorn afectiu de la dona

Els fills i filles o altres familiars que hi convisquin o hi tinguin una relació directa, també poden patir violència.



@ViolenciasAP

Atenció a la violència masclista dins la parella: quan la presentació és a través de patologia aguda



Recerca - Beques, Premis i Ajuts

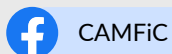
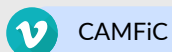
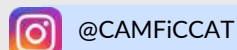
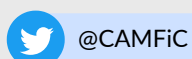
Convocatòries obertes



vocalia RECERCA



Beques i Premis de
l'Acadèmia



Subscriu-te a la
llista de tuitar i
estigues el dia de
tot el que passa a
la CAMFiC



Actualitat
CAMFiC



Està d'actualitat a la CAMFiC!

Posicionament CAMFiC davant la convocatòria de Vaga pel Sindicat Metges de Catalunya pel 25 i 26 de gener 2023



Des de la Societat Catalana de Medicina Familiar i Comunitària (CAMFiC) validem les demandes de la vaga que el Sindicat de Metges ha convocat per als dies vinents 25 i 26 gener. Des de la nostra Societat científica pensem que calen accions de transformació sistèmica (també legislativa i normativa) que permetin abordar el nucli del problema: professionals, organitzacions i prestigi. Entre aquestes accions proposem prioritàriament:

1.- Promoure nous models d'organització professional que atorguin major autonomia en la presa de decisions dels centres d'atenció primària. En un escenari de manca de professionals caldran nous models d'organització aplicant principis de subsidiarietat. El model d'organització dels CAP és el mateix des de fa 30 anys. Cal pilotar un nou sistema organitzatiu.

2.- Incrementar de forma molt substancial (fins a un 40% del total de les places MIR) les places de Medicina Familiar i Comunitària d'acord amb els criteris objectius emesos per informes independents i del mateix Ministeri de Sanitat. Hem descapitalitzat a nivell de l'Estat espanyol els metges de família, que són la porta d'entrada al sistema de salut, com ho prova la pèrdua de places

MIR per a l'especialitat de Medicina Familiar i Comunitària (l'any 1996 el 43% de les places MIR eren per a medicina de família, aquest 2022 han representat només un 28%). Paral·lelament, instem a la millora de les condicions laborals dels professionals en període de formació sanitària especialitzada.

3.- Implantació de l'assignatura en Medicina Familiar i Comunitària a les facultats de medicina de les universitats catalanes, sent reconeguda com a àrea de coneixement específica i, per tant, dotada del professorat acadèmic necessari capaç de traslladar els valors de la professió a l'estudiant de Grau.

Finalment, advoquem per l'elaboració d'una Llei d'Atenció Primària i Salut Comunitària, seguint l'exemple de Salut Pública (amb Llei pròpia). Una llei garantista pel ciutadà, amb eixos fonamentals: Universalitat de l'atenció; garantia de desenvolupament i avaluació de les dimensions de l'AP (accessibilitat, coordinació, eficiència, capacitat de resolució; i, finalment, garantia de cartera de serveis i de la provisió del finançament per complir amb els eixos anteriors. Un finançament que tal com s'ha demanat fins a l'extenuació i seguint les recomanacions internacionals, ha d'assolir el 25% del pressupost en Salut.

posicionament
CAMFiC



Està d'actualitat a la CAMFiC!

La CAMFiC et porta les activitats de formació on les necessitis



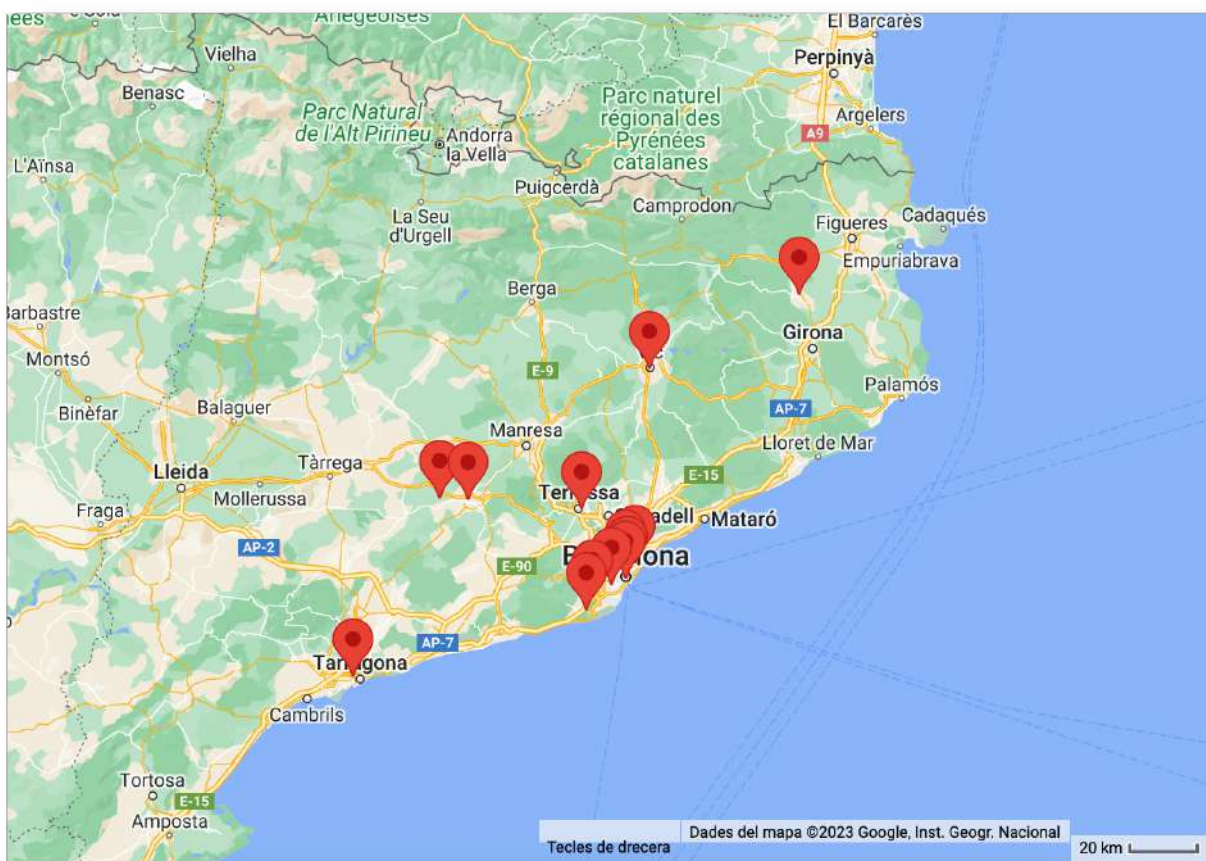
vocalia FORMACIÓ I DOCÈNCIA

La majoria de l'oferta formativa de la CAMFiC es pot fer fora dels locals de la CAMFiC, procurant adaptar-la a les necessitats de qui les sol·licita.

Consulteu l'oferta formativa (200 cursos) i demaneu-nos un pressupost.



consulta la formació externalitzable





biblio III
capçalera

CAMFiC 2022



Capçalera Digital



Butlletí de l'Atenció Primària



Fulls per pacients



Informes CAMFiC



- 01/ Reptes de futur de l'Atenció Primària
- 02/ Enquesta directors d'EAP davant la covid-19
- 03/ Atenció Primària en l'era post-COVID revolució per a la transformació



Guies de pràctica clínica CAMFiC



Material de Grups de Treball

