

# re le a c o n e



Recerca - Beques, Premis i Ajuts

L'entrevista destacada

Està d'actualitat a la CAMFiC!

Col·laboracions

GdT - Grups de Treball

Comunicació: Atenció Primària i MFiC

Agenda



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!!

# 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

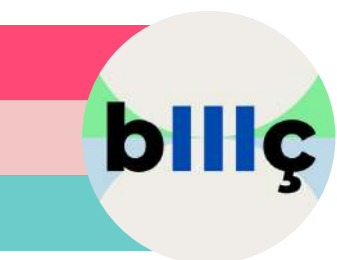
## ENLLAÇ AMB JUNTA

Mònica Solanes Cabús

ISSN: 2013-2263

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

informans@camfic.org



# CONTINGUTS

260

- 04** COCOOPSI: alertes d'Abril
- 05** Agenda, no t'ho perdís!
- 06** És notícia!
- 08** Una pinzellada sobre violències masclistes
- 09** I Jornada Formativa d'Atenció Primària Terres de l'Ebre
- 10** "Horitzons de la Medicina Familiar i Comunitària" 2a edició de Conversa CAMFiC
- 12** Yolanda Herreros i Cinta Estrada, dues metgesses i sòcies de CAMFiC que han ideat i desenvolupat l'App Prevent-Go
- 15** XXIV Setmana Sense Fum del 25 al 31 de Maig
- 16** 29è Congrés d'Atenció Primària "Estenem ponts"
- 18** La fotografia de l'Atenció Primària a Catalunya.
- 20** Augment de la dosi d'opioides i dolor crònic no oncològic. Nova recomanació Essencial
- 21** Promoció de la salut mitjançant l'activitat física i l'alimentació saludable



GdT - Grups de Treball

# COCOOPSI alertes d'Abril



GdT COCOOPSI

## Alertas Abril 2023

**GB:** Gran Bretaña  
**RCA:** Rep. Centroafricana  
**RDC:** República Democrática del Congo  
**EEUU:** Estados Unidos de América

**WPV:** Virus Salvaje de Polio  
**MDR:** Resistencias múltiples a fármaco  
**XDR:** Resistencias extensivas a fármaco



- Ántrax (Humanos):** Kenia, Rusia, Zimbabue
- Difteria:** Canadá, Indonesia, Filipinas, Nigeria, Venezuela
- Encefalitis japonesa:** Australia, India
- Fiebre amarilla:** Bolivia, Brasil
- Fiebre Crimea-Congo:** Iraq
- Fiebre Lassa:** Ghana, Guinea, Nigeria, Sierra Leona
- Fiebre Marburg:** Guinea Ecuatorial, Tanzania
- Fiebre tifoidea:** RDC
- Fiebre Valle del Rift:** Uganda
- Leptospirosis:** Argentina, Ecuador, Fiji, Filipinas, Indonesia, Nueva Caledonia, Perú, Vanuatu
- Meningitis: Neumococo:** Togo; **Meningococo ?:** GB, Kirguistán, **Meningococo Y:** EEUU

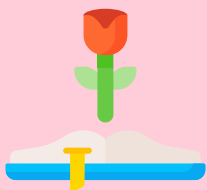
- Papera:** Namibia
- Pertussis:** Bolivia, Canadá
- Peste:** Madagascar
- Pollo**
  - WPV 1:** Afganistán, Pakistán
  - (CVDPV 1 ó 2):** Argelia, Benín, Botswana, Burundi, Camerún, Canadá, Congo, Costa de marfil, Chad, Ghana, Guinea, Djibuti, Egipto, Etiopía, Eritrea, Gambia, Israel, Indonesia, Madagascar, Mali, Malawi, Mozambique, Mauritania, Niger, Nigeria, Palestina, Perú, RCA, RDC, Senegal, Somalia, Sudán, Togo, Uganda, Yemen
- Rabia**
  - Exposición en humanos:** Armenia, Kazajistán, Malasia, México, EEUU
  - Casos en humanos:** Filipinas (57 muertes en 2023), Malasia, Vietnam
- Triquinosis:** Argentina
- Viruela del mono:** pandemia
- Virus Nipah:** Bangladesh

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

**Aumento especial de casos:**

- Sarampión:** Armenia, África del Sur, Afganistán, Australia, Chad, EEUU, Etiopía, Filipinas, Ghana, India, Indonesia, Kazajistán, Kenia, Mali, Mozambique, Malasia, Mauritania, Nepal, Niger, Nigeria, Pakistán, RCA, RDC, Samoa, Serbia, Somalia, Sudán, Sur África, Sur Sudan, Ucrania, Yemen
- Dengue:** Argentina, Brasil, Bolivia, Bangladesh, Burkina Faso, Colombia, Costa Rica, Cuba, Djibuti, EEUU, Filipinas, Malasia, Martinica, México, Nicaragua, Nepal, Panamá, Paraguay, Perú, Singapur, Somalia, Sri Lanka, Sudán, Tailandia, Vietnam, Yemen
- Chikungunya:** Argentina, Bolivia, Brasil, Filipinas, Paraguay, Perú
- Cólera:** Haití, Kenia, Etiopía, Malawi, Mozambique, Nigeria, Rep. Dominicana, Siria, Sud África, Sud Sudán, Zimbabue
- Malaria:** Brasil, Burundi, Ghana, Indonesia, Myanmar, Panamá, Venezuela

**Fuentes:** @ProMED-mail, @cdc, @bactiman63, @ProMED\_ESP



Des de  
@cocoopsi  
tenim aquestes  
recomanacions  
lectores per a Sant Jordi,  
alguns són novetats, la  
majoria no. Cadascún és  
especial per la seva temàtica,  
autoria, narrativa,...  
O simplement perquè ens  
han agradat



Convocatòria 2023 del concurs per a  
l'adjudicació del 0,7% dels ingressos  
anuals de la Fundació d'Atenció  
Primària de la CAMFiC

€ 42.000 euros



fins 25 fe Juliol



No t'ho perdís !

# Agenda, no t'ho perdís!



**Formació  
presencial**



**Formació  
online**



**consulta  
la formació  
externalitzable**



**ESTENEM PONTS**

5-6-7 d'Octubre de 2023

298 CONGRÉS D'ATENCIÓ PRIMÀRIA

LLEIDA



Si ets soci/sòcia de la CAMFiC tens formació GRATUÏTA !!

X Jornada Jordi Cebrià d'Entrevista  
Clínica i Comunicació Assistencial



XXII Jornada d'Actualització  
Terapèutica 2023



III Jornada de Recerca dels  
Residents de la CAMFiC



III Jornada EcoAP: "EcoRealitat"



**UPCOMING  
EVENTS**

# És notícia!



vocalia COMUNICACIÓ



Commemorem el Dia Mundial de l'Atenció Primària conversant amb tres professionals del sector: Dra. Ethel Sequeira; Dr. Jordi Mestres, i la Dra. M. Antònia Llauger. Amb ells volem conèixer el seu dia a dia així.  
[Fet a Mida. La Xarxa.cat](http://Fet a Mida. La Xarxa.cat)



Dra. Alba Martínez Escudé, metgessa de família de la Societat Catalana de Medicina Familiar i Comunitària (CAMFiC) parla sobre el fetge gras  
[En Bones mans d'Onda zero min 1:03:03](#)



[Dues hores i mitja d'exercici a la setmana reduiria en 43.000 els càncers a l'Estat](#)  
Dra M. Romaguera a Regió7



[Per què ara hi ha més menors trans? Meritxell Pi, membre del GdT en Sexualitat de la CAMFiC al diari ARA](#)



[Médicos aconsejan refrescarse y evitar el sol ante temperaturas](#)  
La Vanguardia



[Els metges recomanen refrescar-se i evitar el sol davant les temperatures altes](#)  
El Nacional.cat



[Catalunya necessita un millar de médicos de cabecera para fortalecer la atención primaria](#)  
Dr Antoni Sisó a el Periódico



[L'AP del Maresme registró un 50% de visitas presenciales en 2022](#)  
L'Observatori del Maresme a EuropaPress



[Èxit de la I Jornada d'Atenció Primària de Terres de l'Ebre](#)  
Dra Rosa Ripollès al Diari Més Ebre



[Els metges alerten d'un rècord de morts per calor aquest any a Catalunya](#)  
Dr Jordi Mestres a el Periódico



Declaracions del Dr. Jordi Mestres en relació a la retirada de les mascaretes al centres sanitaris  
[La Brúixola, Onda Cero Catalunya](#)



Estrès tèrmic: què és i com pal·liar-lo. El Dr. Jordi Mestres, vocal de CAMFIC, ens parla de la preocupació per aquelles persones que més vulnerables.  
[Cafè d'idees. RTVE Catalunya](#)



L'OMS reconeix com a 'bona pràctica' el programa SumaSalut, de l'Agència de Salut Pública de Catalunya, sobre prevenció dels factors de risc de les malalties cròniques  
[govern.cat, sala de premsa](#)




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](#)




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



 @CAMFiC

 @CAMFiCCAT

 CAMFiC

 CAMFiC

**CAAPS VIII**  
 Curs Autoformatiu en l'Atenció Primària de Salut



GdT - Grups de Treball

# Una pinzellada sobre violències masclistes



GdT violència masclista



@ViolenciasAP

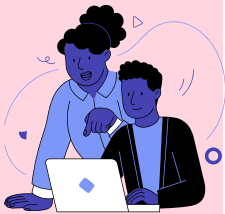


Molt orgullosos de compartir amb vosaltres l'article:

"Violencia de género: detección y atención desde la consulta de atención primaria" publicat a Formación Médica Continuada i escrit per 4 membres del nostre grup de treball



La revista "Mujeres y Salud" publica en la seva última edició, l'article escrit per algunes de les nostres companyes del grup de treball sobre "Violencia machista como factor de riesgo cardiovascular"



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

- La patologia aguda psicològica: Síndrome de Estrés post traumàtic, intent de suïcidi, episodi depressiu, autolesions, consum de tòxics.
- Les lesions: coneixement de les característiques de les lesions i els mecanismes lesionals més comuns, també la valoració del risc i les derivacions urgents que cal conèixer per una correcta atenció mèdica.
- El Comunicat de lesions, com qui i quan s'ha de fer, algunes dificultats de caràcter ètic que poden esdevenir en el procés d'atenció.

## APUNTS CAMFIC



APUNTS CAMFiC és una nova publicació CAMFiC amb material d'ajuda a la consulta en format més breu, com és el cas d'aquesta Guia Trans, de només 12 pàgines, per diferenciar-se del format llibre.





Està d'actualitat a la CAMFiC!

# I Jornada Formativa d'Atenció Primària Terres de l'Ebre



vocalia del Maresme

El passat 12 d'abril, coincidint amb el Dia Nacional de l'Atenció Primària, des de la gerència de l'ICS a Terres de l'Ebre, es va organitzar la I Jornada d'Atenció Primària a les Terres de l'Ebre a l'Auditori Sixto Mir de la Ràpita.

En total es van reunir uns 350 professionals del primer nivell assistencial per compartir ponències i taules de debat entorn de les noves línies estratègiques de l'Atenció Primària.

En el marc de la Jornada també es va fer entrega del Premi a la Millor Experiència aportat per CAMFiC, entregat per Rosa Ripollès, adjunta a la direcció d'Atenció Primària a Terres de l'Ebre i vocal de CAMFiC. L'experiència premiada va ser Innovant en la Deshabitació Tabàquica de Zojaina Hernández, metgessa de família de l'EAP Tortosa Est i de Marta Villalonga resident 2n any de MFiC de l'EAP Tortosa Est.

La cloenda, amb un toc música, va anar a càrrec de la Coral del Temple composta per professionals de l'EAP Tortosa Est.



Actualitat  
CAMFiC



Està d'actualitat a la CAMFiC!

# “Horitzons de la Medicina Familiar i Comunitària” 2a edició de Conversa CAMFiC



En passat dimecres, 12 d'abril, el Casal Espai Jove La Fontana, va acollir la segona edició de “Conversa CAMFiC” sota el títol “Horitzons de la Medicina Familiar i Comunitària”. La trobada, a més, es va poder seguir per streaming.

En aquest cas, i coincidint amb el Dia Nacional de l'Atenció Primària, la CAMFiC va pensar en una trobada dirigida principalment a estudiants de 6è de Medicina amb l'objectiu d'ensenyar els diversos horitzons de la Medicina Familiar i Comunitària. Una especialitat polièdrica, pluripotencial, amb diversos horitzons que no són excloents.

Per això, després d'una breu benvinguda per part del president de la CAMFiC, el Dr. Antoni Sisó i de la vicepresidenta, la Dra. Mònica Solanes, es va poder escoltar l'experiència professional de diversos metges i metgesses especialistes en medicina familiar i comunitària vinculats a diversos i diferents àmbits de la Primària.

El Dr. Daniel Sánchez, vocal de residents de la CAMFiC va parlar sobre l'experiència de ser un MIR en Medicina Familiar i Comunitària, la Dra. Araceli Griñó, Coordinadora general de les Unitats Docents de Medicina d'Atenció Familiar i Comunitària va fer una breu presentació sobre com funcionen les UDDMM i els seus criteris de qualitat.

Posteriorment, la Dra. Laura Conangla, Vocal d'Enllaç de la Junta de la CAMFiC va explicar la seva experiència com a directora del CAP Doctor Robert de Badalona, explicant com una metgessa de família pot liderar un grup de treball i dirigir-lo cap a bon port.

**HORIZONS DE LA MFIC**

"Als hospitals les malalties es queden i la gent va i ve; a l'Atenció Primària la gent es queda i les malalties venen i van"

**12/04 2023** **ESPAI JOVE LA FONTANA\*** 17:00

**Iona Heath**  
Presidenta del Royal College of General Practitioners (2009-2012)

 <b>Dra. Carmen Cabezas Peña</b> Secretària de Salut Pública de la Generalitat de Catalunya. Especialista en Medicina Familiar i Comunitària i en Medicina Preventiva i Salut Pública.	 <b>Dr. Antoni Sisó Almirall</b> President de la CAMFiC. Metge de família i Director, Recerca a CAPSBE. Professor a la Universitat de Barcelona.	 <b>Dr. Josep Basora Gallisà</b> Vicepresident 1r de la CAMFiC. Director de l'IDIAP Jordi Gol.	 <b>Dra. Mònica Solanes Cabús</b> Vicepresidenta 2a de la CAMFiC. Metgessa de família al CAP Doctor de Setembre de Llívia.
 <b>Dra. Laura Conangla Ferrín</b> Directora EAP Badalona Centre. Vocal d'enllaç de la Junta de la CAMFiC. Referent en etiopatologia pulmonar del Grup de Treball eCAP CAMFiC.	 <b>Dra. Eva Peguero Rodríguez</b> Grup de Treball de Comunitari 5 i Salut de la CAMFiC. Metgessa de Família a l'EAP El Castell, Castelldefels. Professora a la Universitat de Barcelona.	 <b>Dra. Anna Rodríguez Ferré</b> Vocal d'Osona de la CAMFiC. Metgessa de Família a l'EAP Santa Eugènia de Berga.	 <b>Dra. Araceli Griñó Guimerà</b> Coordinadora general de les UDDMM CAMFiC. Metgessa de família al CAP Terrassa Est.
 <b>Dr. Daniel Sánchez Ruiz</b> Vocal de Metges Residents de família a l'EAP Sardanyà de Barcelona.	<p>#conversa CAMFiC</p> <p>En el marc del dia de l'Atenció Primària (12 d'abril), la Societat Catalana de Medicina Familiar i Comunitària (CAMFiC) vol acostar la realitat i el coneixement de l'especialitat que constitueix el cor central de la professió mèdica. I ho fa explicant els diversos horitzons d'una professió polièdrica i pluripotencial, horitzons que no són excloents, com la docència, la direcció assistencial, la recerca i la gestió.</p>		



**III Jornada de Recerca  
dels Residents de la  
CAMFiC**

La Dra. Anna Rodríguez, Vocal d'Osona de la CAMFiC va explicar com és el dia a dia de la professió del metge/ssa de família en un poble, tot posant en valor la relació personal que s'estableix amb els pacients i en l'amplitud de coneixements mèdics necessaris per fer front davant de qualsevol urgència.

Seguidament, la Dra. Eva Peguero, Membre del Grup de Treball de Comunicació i Salut de la CAMFiC i professora a la Universitat de Barcelona va parlar de l'horitzó Universitari, posant en valor tot el camí recorregut fins ara, però recordant també que encara ens falta una assignatura de Medicina de Família i Comunitària a les facultats de medicina catalanes.



Per la seva part, el Dr. Josep Basora, vicepresident 1r de la CAMFiC va parlar sobre recerca i ho va fer, preguntant directament als assistents sobre què creien ells i elles que podia ser motiu d'investigació des de l'Atenció Primària; unes interpellacions que van permetre veure que al primer nivell assistencial es pot fer recerca de pràcticament tot, i posant en valor la ràpida aplicabilitat que els resultats d'aquestes recerques tenen sobre la consulta.

Finalment, va intervenir la secretària de Salut Pública de la Generalitat de Catalunya, la Dra. Carmen Cabezas per parlar de l'horitzó de la gestió i la salut pública. Ella, metgessa de família i amb un càrrec a la Generalitat de Catalunya, va recordar que molts metges i metgesses de família estan actualment en importants càrrecs sanitaris, també a escala mundial.

Un torn final de preguntes va donar pas a la cloenda per part del Dr. Antoni Sisó que va agrair a tots els presents la seva assistència, tot desitjant que aquesta "Converses CAMFiC" els hagués ajudat a conèixer millor la medicina familiar i comunitària.

L'entrevista destacada

## Yolanda Herreros i Cinta Estrada, dues metgesses i sòcies de CAMFiC que han ideat i desenvolupat l'App Prevent-Go



Entrevista a les doctores  
Yolanda Herreros i  
Cinta Estrada

### Com neix la idea de fer l'APP Preventives?

Les noves tecnologies formen part ja del nostre dia a dia, per això vam valorar que proporcionar una eina per l'autocura de la salut i informació sobre prevenció seria molt útil, i de fet, aquest és l'objectiu principal del projecte, que neix d'un conveni entre la Fundació Letamendi i la CAMFiC i que amb l'ajuda de l'enginyer Jaume Guillem, s'ha pogut fer realitat.

### Des de quan hi esteu treballant i amb quin objectiu l'heu feta?

Comencem a treballar en el projecte a finals de l'any 2019, iniciant les reunions de treball, la cerca bibliogràfica corresponent, configurant la imatge i el contingut del'APP.

A causa de la pandèmia per COVID i la conseqüent carrega assistencial que vam patir, el projecte es va aturar, però el vam poder reprendre i, finalment, l'hem acabat de desenvolupar a finals del 2022.

La prevenció en salut és fonamental. Evitar malalties cròniques i a la llarga disminuir la mortalitat i la morbiditat hauria de ser primordial en el nostre sistema sanitari. Per això l'objectiu de l'APP és oferir eines, informació, dades e infografia als usuaris per poder tenir autocura i prevenir malalties evitables.

En la presentació de l'APP expliquem que pretén proporcionar a la població recomanacions sobre hàbits saludables, i de fet, hi ha informació i recomanacions sobre 11 àmbits: tensió arterial, colesterol, hàbits alimentaris,

**activitat física, obesitat, tabac, consum d'alcohol, diabetis, vacunes, cribratge de càncer, trastorns auditius i prevenció d'accidents. Expliqueu-nos per què aquests temes? Podria en el futur ampliar-se a més àmbits de vida saludable?**

Els temes que hem desenvolupat actualment són els que tenen més importància per prevenir malalties cròniques i malalties no transmissibles. El consum de tabac, la inactivitat física, el consum nociu d'alcohol i les dietes poc saludables augmenten el risc de morir, per això és fonamental la seva prevenció i per aquest motiu hem decidit donar prioritat a aquests temes proporcionant eines a la ciutadania.

Aquesta que presentem ara és una primera versió de l'APP, una vegada estigui en marxa i els usuaris la puguin descarregar, provar i tinguem un feedback anirem revisant el contingut. De moment l'objectiu de l'APP és proporcionar eines i documentació en prevenció primària i en alguna malaltia crònica concreta com la Diabetis Mellitus.

Altres temes de salut a desenvolupar en un futur serien patologies respiratòries com Malaltia Pulmonar Obstructiva Crònica, Salut Mental, Malalties de Transmissió sexual, o la prevenció en grups d'edat específics, com la infància i la gent gran.

**Expliqueu-me com heu estructurat la informació en cada apartat i per què?**

L'estructura canvia segons la patologia, si comencem per la pressió arterial, l'APP permet registrar les xifres de tensió arterial i fer-ne un seguiment amb el registre. En cas que les xifres siguin

elevades et recomana que realitzeu una Auto-Mesura Pressió arterial (AMPA), i si les xifres són molt elevades, t'aconsella que siguis visitat d'urgència.

A l'apartat d'hàbits alimentaris l'usuari accedeix a una enquesta per conèixer si la seva alimentació és saludable, si no és així dona recomanacions per fer canvis.

Respecte a l'activitat física s'accedeix a un test per conèixer el grau d'activitat física i millorar-ho si no és adequat. Un altre dels aspectes que es valora és el sedentarisme.

L'APP permet registrar les xifres de Colesterol de les analítiques i crear un gràfic sobre la seva evolució. També permet calcular l'IMC, que també es pot enregistrar gràficament i obtenir informació sobre el pes adequat.

Creiem que dos dels aspectes més importants en prevenció és el consum de tabac i alcohol, per això encoratgem a deixar de fumar i al consum 0 d'alcohol. Els usuaris poden accedir a la calculadora consum d'alcohol i conèixer si estan fent un consum de risc.

La Diabetis junt amb la Hipertensió tenen una alta prevalença. Tenir un control correcte d'aquestes dues patologies és fonamental per prevenir complicacions, per això proporcionem informació per autocura del pacient diabètic.

A l'apartat vacunes està penjada informació sobre el calendari vacunal, els usuaris poden comparar amb el seu calendari vacunal si estan al dia de les vacunes i si els toca alguna per edat. A Catalunya i a Espanya disposem de programes de cribratge poblacional de càncer mama, còlon i cèrvix. Creiem que

és fonamental que la ciutadania els conegui i que sàpiga com accedir i participar.

Els trastorns auditius i visuals són una causa important de discapacitat, més en gent gran. A través de l'APP es pot accedir a la realització d'un test d'audició per detectar la hipoacúsia també dona consells per a prevenir la retinopatia diabètica o per detectar la degeneració macular.

Prevenir els accidents de trànsit i a l'aire lliure és fonamental en gent jove i activa.

**Entenc que amb l'APP busqueu l'autoresponsabilitat per part de pacient. Creieu que això us pot ajudar en les visites presencials d'aquests usuaris a la consulta?**

Donada la situació actual de l'atenció primària, és fonamental que la ciutadania tingui eines e informació sobre autocura. Creiem que la informació que aporta APP pot donar resposta a moltes consultes que ens fan en el dia a dia sobre prevenció i control de malalties cròniques com la diabetis i la hipertensió arterial.

**Expliqueu-me si l'APP té algun mecanisme d'alerta per l'usuari en cas que el seu estil de vida sigui molt poc saludable? I quin és el missatge que se li dona (si se li dona)?**

L'APP anima i encoratja a portar estils de vida saludable com no fumar o no consumir alcohol, a menjar de manera saludable i evitar complicacions en les patologies cròniques. Informa als usuaris que no tenen hàbits saludables i els hi proporciona la informació per fer el canvi.



**Quan estarà disponible per als pacients i on es podrà descarregar?**

Estarà disponible per descarregar-la des de l'Store tant en Android com IOS en els primers mesos dels 2023.



**consulta tots els fulls per a pacients**



Fundació  
*Letamendi-Forns*



**CAMFiC**  
societat catalana de medicina  
familiar i comunitària

Col·laboracions

# XXIV Setmana Sense Fum del 25 al 31 de Maig

**SumaSalut**   
 Quan t'actives, no fumes i beus menys, sumes salut



@SumaSalutASPCAT

Us animem a participar un any més, en la celebració de la Setmana Sense Fum (SSF), que tindrà lloc durant la setmana del 25 al 31 de maig, al voltant del Dia Mundial Sense Tabac (31 de maig).

La Setmana Sense Fum és una iniciativa originària de la Sociedad Española de Medicina Familiar y Comunitària (semFYC), que coordina el Programa Atenció Primària Sense Fum a Catalunya, en el context de SumaSalut (AIFICC, CAMFiC i ASPCAT) i s'organitza amb diverses entitats i organitzacions relacionades amb la campanya\*.

El lema d'aquesta edició és "Millor el moviment que no el fum o el vapeig". Us encoratgem a fer-lo extensiu i a fer accions individuals o col·lectives.

L'objectiu de la Setmana Sense Fum és sensibilitzar la població de la importància que té per a la salut el fet de no iniciar-se, abandonar el consum de tabac i poder gaudir d'un ambient lliure de fum i de residus del tabac. La setmana Sense Fum és una de les eines amb què cada any fem realitat el nostre compromís per promoure conductes saludables, tant per a infants i adolescents, com per a persones adultes.



**web de la Setmana Sense Fum**

Per què "Suma salut" 



Està d'actualitat a la CAMFiC!

# 29è Congrés d'Atenció Primària "Estenem ponts"



vocalia del Lleida



@congresCAMFiC

Aquest any el **29è Congrés d'Atenció Primària** de la CAMFiC es celebrarà a l'Oest de Catalunya, a Lleida. Des de la Vocalia Territorial ens sentim honorats i estem preparant un programa que ens omple d'il·lusió i que desitgem us engresqui almenys tant com a nosaltres mateixos.

Amb la participació dels Grups de Treball de la CAMFiC mostrarem la riquesa i polivalència de la nostra especialitat amb tot el rigor científic que caracteritza el treball que fan constantment.

Els dies **5, 6 i 7 d'octubre** t'oferirem l'oportunitat d'acompanyar-nos en aquest itinerari científic, que porta el lema: **"Estenem Ponts"**. Tota una invitació a la generació d'idees, al debat constructiu i a l'aprenentatge i creixement professional que ens són propis.

Així doncs, hem definit 4 línies conceptuals que donen fil argumental al Congrés:

- **Pont a l'entorn.** Pont a tot allò que envolta la salut de la persona i de la comunitat des d'una perspectiva global i planetària
- **Pont a la Docència.** Des del Grau Universitari a la Formació Especialitzada i el Desenvolupament Professional Continuït.
- **Ponts a les altres Medicines de Família.** Veu a les metgesses de família que treballen a les Urgències, Atenció Palliativa, salut penitenciària i Gestió sanitària.
- **Pont al Futur.** A la Medicina de Família que vindrà, amb eines diagnòstiques emergents, nous models organitzatius i a la transformació que suposarà la Salut Digital.

Envia la teva comunicació

SEND





Hem buscat un vincle estret amb la Universitat perquè entenem que el nostre futur precisa d'aquesta aliança, i és per això que la seu del congrés és l'edifici transfronterer de la Universitat de Lleida.

Una doble metàfora intencionada: **Transfronterer**, per adonar-nos que les fronteres no existeixen, i perquè tant professionals com organitzacions les creuem per fer possible l'impensable. **Universitari**, perquè la medicina de família catalana ha de contribuir decisivament en la transmissió de valors i competències específiques de l'especialitat i de la professió, ja des del grau universitari.

Fruit d'aquest vincle i col·laboració i com a activitat pre-congressual, acollirem la

**1ª Jornada CAMFiC i Universitat** adreçada principalment a estudiants de Grau de Medicina, a Docents i Col·laboradores universitàries

Volem que gaudiu d'una gran experiència científica i personal, i que deixeu les nostres contrades una mica més savis i amb una recàrrega d'energia. Volem compartir el que estem preparant amb totes vosaltres, així que **US HI ESPEREM!!!**

**Dra. Mónica Solanes**  
Presidenta del Comitè Organitzador

**Dr. Eugeni Paredes**  
President del Comitè Científic



6, 7 i 8 d'Octubre de 2023



Edifici Transfronterer  
(Universitat de Lleida)



**web del congrés**



Està d'actualitat a la CAMFiC!

# La fotografia de l'Atenció Primària a Catalunya.



vocalia del Maresme

El passat 20 d'abril, es va celebrar la V Jornada de l'Observatori de la Medicina Familiar del Maresme. Una trobada que es va fer al Centre Cívic "La Fàbrica" de Cabriels.

La inauguració va anar a càrrec del president de la Societat Catalana de Medicina Familiar i Comunitària (CAMFiC) el Dr. Antoni Sisó, el vicepresident del Col·legi Oficial de Metges de Barcelona i soci de la CAMFiC, el Dr. Jaume Sellarés i la Dra. Susana Curós, presidenta de la Filiar del Maresme de l'Acadèmia de Ciències Mèdiques de Catalunya i Balears.

Seguidament, el Dr. Juancho Montero va presentar les darreres dades recollides entre 2016 i 2022 de l'Observatori i on es va poder veure una fotografia del tipus de visita, el motiu de consulta, la complexitat assistencial, la resiliència i el desgast del professional.

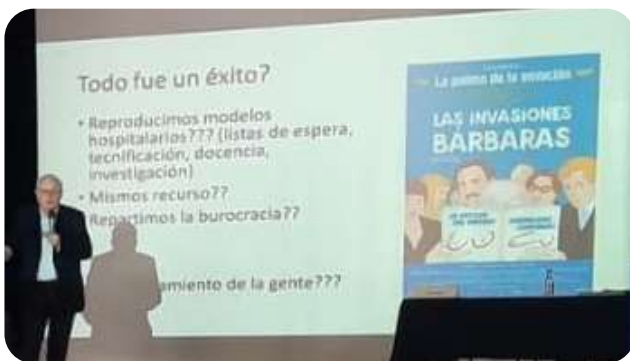
La Jornada va acollir també una taula rodona sobre "el Burnout post pandèmia: li donarem la volta?" amb la participació del Sr. Toni Calvo, director de la Fundació Galatea, que també va presentar dades

sobre burnout recollides per la Fundació, el Sr. Jordi Fernández Catedràtic de Psicologia Clínica de la UAB que va fer una revisió a la resiliència i a l'estrès laboral i el Dr. Josep Massons, metge de medicina familiar i comunitària i membre del grup de treball de comunicació i salut de la SemFYC, que va fer un repàs subjectiu del passat i futur de l'Atenció Primària de Salut a casa nostra.



Observatori de la medicina familiar i comunitària al Maresme (OMFAM):  
Impacte de la pandèmia COVID-19 sobre el burnout professional





Finalment, la cloenda va anar a càrrec de Fernando Fabiani, metge especialista en medicina familiar i comunitària i col·laborador de TVE, RNE i Cadena Ser i Víctor Amat, psicòleg per la Universitat Ramon Llull, que van fer una desenfada presentació sobre “L’automotivació a l’Atenció Primària: Paulo Coelho no estava disponible”.

Una visió en to humorístic per acabar una jornada on es va voler posar en valor una Atenció Primària que ha de ser forta i autònoma que permeti optimitzar recursos sanitaris. Justament per aconseguir-ho, els assistents, van estar d’acord que cal un suport institucional, els recursos econòmics adients i la implicació dels professionals de l’Atenció Primària.



**XXVI Jornada: La  
recerca sanitària al  
Maresme**

**SAVE  
THE DATE**



Observatori de la medicina de família al Maresme: una anàlisi de la complexitat assistencial

Col·laboracions

# Augment de la dosi d'opioides i dolor crònic no oncològic

essencial  
gencat.cat



@AQuAScat



**Accedeix al document en pdf**

- En el tractament del dolor crònic no oncològic, s'han d'optimitzar el tractament no farmacològic i el farmacològic de primer esglaió abans d'iniciar el tractament amb opioides.
- No hi ha una dosi d'opioides completament segura, per això, s'han d'avaluar de manera periòdica els riscos. Hi ha estudis que mostren que augmentar la dosi d'opioides per sobre d'una dosi equivalent de morfina (DEM) de 50 mg/dia, no produeix una millora substancial en el dolor o la funcionalitat i, en canvi, els pacients poden estar exposats a augmentos progressius de riscos.
- A Catalunya, un estudi longitudinal retrospectiu realitzat a l'atenció primària que va incloure 22.691 pacients amb dolor crònic no oncològic mostra que un total de 19.804 (87,4%) pacients van rebre una dosi superior de 50 mg de morfina equivalent per dia i 14.365 (63,4%) d'ells de més de 90 mg.

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

informans@camfic.org



Col·laboracions

# Promoció de la salut mitjançant l'activitat física i l'alimentació saludable

**PAAS** Pla integral per a la promoció de la salut mitjançant l'activitat física i l'alimentació saludable



El Pla integral per a la promoció de la salut mitjançant l'activitat física i l'alimentació saludable, conegut com a PAAS, és la resposta de l'Agència de la Salut Pública de Catalunya per promocionar estils de vida saludables en l'àmbit de l'alimentació i l'activitat física, amb l'objectiu de prevenir i controlar l'epidèmia d'obesitat i d'altres malalties cròniques no transmissibles.

Dins del PAAS s'inclouen accions de promoció de la salut mitjançant l'activitat física i l'alimentació saludable en cinc àmbits: **educatiu, sanitari, comunitari, laboral i de recerca**. Algunes d'aquestes accions són pròpies i n'hi ha d'altres a les quals s'ha donat assessorament tècnic i/o suport institucional.



El dijous 1 de juny de 13h a 15h es portarà a terme un [seminari web](#) sobre la campanya Implica't, liderada per la Taula de Diàleg per a la prevenció dels Trastorns de la Conducta Alimentària (TCA).



[projecte implica't](#)



A l'apartat d'Alimentació saludable de la web de l'ASPCAT disposeu de l'espai web "[Formació, seminaris, cursos i jornades](#)"



Infografia

És temps de maduixes



Els Dijous de Salut Pública de l'ASPCAT són sessions especialitzades per compartir experiències en un espai on els professionals poden participar i debatre temes d'actualitat en matèria de salut pública.



Propera sessió: 25 de Maig  
Platges sense FUM



Si voleu subscriure-us al butlletí del PAAS de l'ASPCAT, podeu enviar un correu a: [sec.promocio@gencat.cat](mailto:sec.promocio@gencat.cat)

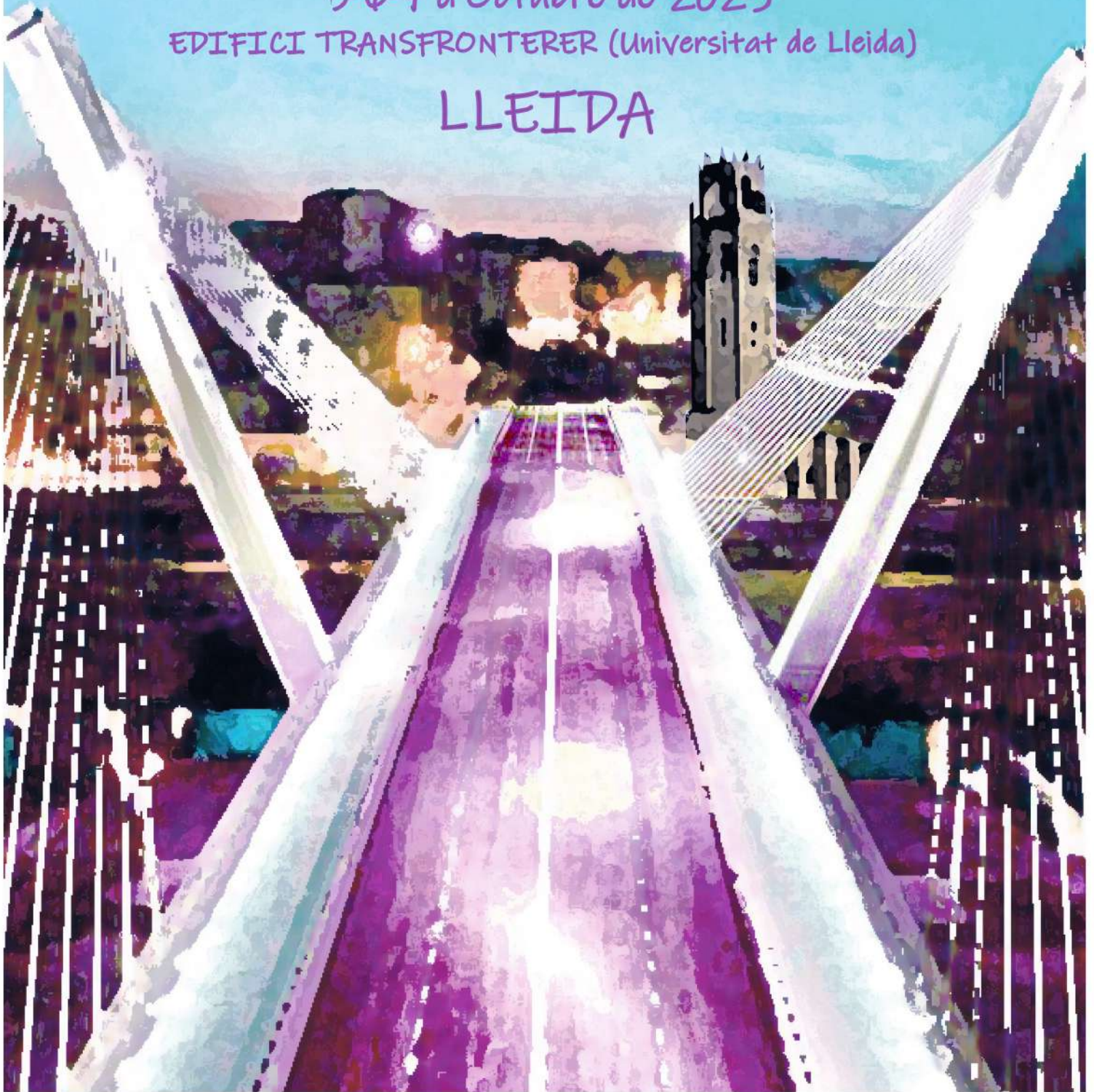


29è CONGRÉS D'ATENCIÓ PRIMÀRIA  
ESTENEM PONTS

5-6-7 d'Octubre de 2023

EDIFICI TRANFRONTERER (Universitat de Lleida)

LLEIDA



1a Jornada de Medicina Familiar  
i Comunitària i Universitat



Universitat  
de Lleida