



## La seguretat alimentària a Catalunya: un treball d'equip

Els aliments posats a disposició dels ciutadans han de ser segurs i s'han d'ajustar als paràmetres de qualitat legítimament exigibles. La producció i el consum dels aliments tenen repercussions sanitàries, econòmiques, socials i mediambientals fortament interrelacionades, cosa que implica una gran complexitat. És en aquest escenari que s'han de definir els principis bàsics de la seguretat alimentària, els quals han de prendre en consideració un plantejament global i integral. És a dir, cal que tinguin en compte tota la cadena alimentària i tots els sectors que l'integren, des dels productors fins als consumidors, així com altres elements implicats.

Tot i que continuen existint problemes als quals cal donar una resposta adequada, a Catalunya disposem d'un nivell de seguretat alimentària equivalent al de qualsevol altre país de la Unió Europea, que actualment és una de les regions del món amb els nivells més alts de garantia. A més dels considerables recursos dedicats pels operadors econòmics, que són els primers responsables de la seguretat dels productes, un gran nombre de persones i mitjans materials, corresponents a diferents Departaments de la Generalitat i de les administracions locals de Catalunya, estan dedicats a l'àmbit de la seguretat dels aliments, donant cobertura a tota la cadena alimentària.

En el seu conjunt constitueixen una sòlida xarxa que porta a terme una gran nombre d'activitats que tenen com a propòsit vetllar perquè es mantinguin els estàndards de seguretat alimentària previstos legalment així com prendre mesures correctores en els casos en què es detectin irregularitats.

La seguretat alimentària s'ha d'entendre i gestionar des d'una perspectiva global i transversal. Cal comptar amb eines que permetin treballar dins d'una orientació estratègica que afavoreixi l'anàlisi de



**Eduard Mata i Albert**

*Director de l'Agència Catalana de Seguretat Alimentària*

problemes, la presa de decisions, la implementació d'accions i l'avaluació de resultats des d'un enfocament general i de conjunt. El Pla de seguretat alimentària de Catalunya (2007-2010) <http://www.gencat.net/salut/acsa/Du12/html/ca/dir1299/doc11122.html> és un dels instruments més destacats en aquests propòsits i ha de contribuir a orientar l'acció conjunta de les administracions públiques cap a resultats concrets i compartits amb la participació de tots els sectors implicats.

Iniciem així una nova etapa amb el propòsit de potenciar en l'àmbit de la seguretat alimentària els principis de la planificació per objectius, la coordinació transversal, la qualitat dels serveis i els elements que componen el procés d'anàlisi del risc. El desenvolupament ple de l'avaluació i la comunicació del risc juntament amb una gestió del risc més eficaç han de permetre assolir els nivells més elevats de seguretat alimentària, cosa que ha d'anar en favor, no només de la minimització dels riscos per a la ciutadania, sinó també del prestigi de Catalunya amb la perspectiva de la seva projecció com a referent en producció agroalimentària.

## La CUS INFORMA sobre el reglament de declaracions nutricionals i de propietats saludables dels aliments

En aquest darrer número del nostre butlletí la CUS es vol fer ressò del contingut de la jornada sobre el reglament de declaracions nutricionals i de propietats saludables dels aliments amb la participació de l'Agència Catalana de Seguretat Alimentària i presentada pel seu director Sr. Eduard Mata, el propassat 23 de març del 2007.

Hem de dir que l'existència d'aquest reglament és prou important pels consumidors, primer perquè complementa la Norma general d'etiquetatge dels aliments en un aspecte tan vital com la prohibició d'informació que pugui induir als consumidors a error. És evident que una publicitat de caràcter nutricional o de propietats saludables falsa o enganyosa incita els consumidors al consum d'uns productes alimentaris que potencialment poden tenir efectes negatius per la salut.

Aquest reglament estableix que l'ús de declaracions nutricionals i de propietats saludables dels aliments ha d'estar basat en l'evidència científica i és per això que existeix l'Autoritat Europea de Seguretat Alimentària que ha de verificar la totalitat de les dades científiques disponibles i fer-les comprensibles als consumidors.



En l'ordre pràctic, creiem interessant constatar de quina manera ha augmentat el nivell de protecció dels consumidors quan es prohibeix tot tipus d'informació falsa, ambigua o enganyosa, que doni lloc a dubtes sobre la seguretat o adequació nutricional d'altres aliments (el que es coneix com a publicitat comparativa), que fomenti el consum excessiu d'aliments, que inciti al consum d'un producte alimentari donant a entendre als consumidors que una alimentació equilibrada no aporta tots els nutrients necessaris o que es refereixi a possibles canvis en les funcions corporals que creïn alarma en els consumidors.

Aquestes mesures també s'apliquen a les declaracions nutricionals i de propietats saludables i també inclouen les efectuades en les comunicacions comercials, ja sigui etiquetatge, presentació o campanyes publicitàries i les marques i altres denominacions comercials que puguin interpretar-se com a declaracions nutricionals o de propietats saludables.

A partir d'aquí hem de saber que quan s'efectuï una declaració de propietats saludables, la informació nutricional d'un aliment ha d'estar d'acord amb el que preveu la normativa d'etiquetatge nutricional i per tant ha d'informar obligatòriament sobre la importància de dur una alimentació i un estil de vida sans, la quantitat d'aliment i el mode de consum amb què s'aconsegueix el benefici declarat, les persones que per determinades circumstàncies han d'evitar consumir aquesta substància i finalment indicar els riscos per a la salut en cas de consum excessiu.

Podem concloure que si considerem la imatge positiva que transmeten els productes alimentaris que presenten declaracions nutricionals i de propietats saludables, és molt important que tots els consumidors coneguin i compreguin la informació que es facilita en l'etiquetatge relacionada amb la descripció nutritiva de l'aliment. A més també han de constar en l'etiquetatge les declaracions espe-

cífiques sobre la importància per la salut d'una dieta diversificada. Sens dubte són punts que ajuden als consumidors a tenir presents aquests aspectes i augmentar els seus coneixements.

En aquest àmbit des de la CUS volem remarcar que per tal que els consumidors puguin fer les eleccions adequades a cadascuna de les seves necessitats, no només s'han de mantenir sinó que s'han de reforçar els esforços per assolir un més alt nivell d'informació i educació en els diferents aspectes nutricionals, en l'adquisició d'uns bons hàbits alimentaris i en facilitar la comprensió a tots nivells de la informació nutricional i de propietats saludables.

Encara que tampoc hem d'oblidar que el control de les declaracions nutricionals i saludables en l'etiquetatge dels productes requereix disposar de

mitjans específics que facilitin una supervisió eficaç d'aquests productes.

Finalment volem recordar que està previst tot un procés d'autorització de declaracions de propietats saludables. L'Agència Espanyola de Seguretat Alimentària i Nutrició traslladarà a la Comissió les llistes abans del 31 de gener del 2008 amb les condicions d'aplicació i les referències a la justificació científica. El següent pas serà, a tot tardar, el 31 de gener del 2010, l'establiment d'una llista comunitària de declaracions permeses. I pel que fa a les declaracions de reducció de risc de malaltia i les relatives a la salut els operadors econòmics hauran de presentar una sol·licitud a l'autoritat nacional competent (a Espanya la AESAN) que l'enviarà a la Autoritat Europea de Seguretat Alimentària, EFSA, que amb el seu dictamen autoritzarà, si s'escau, la declaració.

## Anisakis

Els anisakis són uns paràsits que infecten alguns peixos i animals marins en general, com la maire, el seitó, el verat, la sardina, el lluç, l'arengada, el rap, el bacallà, el pop, el calamar, la sèpia... Es tracta d'uns petits cucs blancs i arrodonits, que mesuren entre 4 i 30 mm. Se'ls pot localitzar tant a les vísceres del peix, al seu aparell digestiu, com també a la musculatura, és a dir, a la carn del peix pròpiament dita. Poden aparèixer enquistats en forma d'espiral, però també enrotllats sobre si mateixos i estirats.

Menjar peix parasitat amb aquests cucs pot provocar una malaltia anomenada anisakiosi, que es caracteritza per dolors gastrointestinals acompanyats de nàusees i vòmits i s'associa sempre a la ingestió d'animals crus o poc cuinats.

A part d'això, també s'han donat casos de quadres al·lèrgics després del consum d'aquest aliment.

Us donarem exemples de productes alimentaris a base de peix que han estat causa d'anisakiosi:

- seitons en vinagre
- peixos fumats en fred
- arengades crues adobades en salmorra lleugera
- peixos marinats amb suc de llimona i altres ingredients
- menjar japonès del tipus sashimi, sushi i maki, de peix cru sol o barrejat amb altres ingredients com ara algues, arròs, etc.
- ous de salmó salvatge
- peix cuinat insuficientment



Per evitar el risc que els clients dels restaurants contreguin la malaltia, s'ha fet una normativa que obliga els establiments a congelar el peix que s'hagi de consumir cru o poc fet un mínim de 24 hores, ja que la congelació és un mecanisme que mata el paràsit, i aquest, un cop mort, ja no pot provocar trastorns.

A casa nostra també hem de prendre una sèrie de precaucions:

- netejar bé el peix i treure'n les vísceres com més aviat millor
- comprar congelat el peix que vulguem consumir cru
- congelar el peix fresc que després vulguem consumir cru, com ara els seitons en vinagre, les sardines en escabetx o el menjar japonès, i fer-ho a una temperatura de 20° sota zero durant un mínim de 24 hores
- cuinar bé el peix, a una temperatura de 60° o més durant un mínim de 10 minuts, mitjançant qualsevol dels tipus de coccions habituals, bullit, fregit, a la planxa o al forn.

## Centres de bronzejat

Només cal passejar pels carrers de les nostres ciutats i poblacions, per veure que cada dia hi ha més oferta d'aquest servei: locals especialitzats, però també centres d'estètica i perruqueries, anuncien sessions de bronzejat a preus molt econòmics, sovint encara més barats si s'agafen tandes d'unes quantes sessions. Pel que fa als horaris, les facilitats són també creixents, amb una flexibilitat progressivament més gran.

L'altra cara de la moneda és que, si no se'n fa un ús correcte, les radiacions artificials comporten riscos per a la salut dels usuaris, entre els que destaca el càncer de pell, però també l'envelliment prematur de la mateixa. És per això, que existeix un decret del Departament de Salut que regula els requisits que han de complir els establiments que ofereixen sol artificial; s'hi especifica els coneixements que ha de tenir el personal que hi treballa i també la informació que cal que estigui a disposició dels clients en un rètol visible al públic. Aquests advertiments és útil coneixe'ls en general, i entre els més destacats hi ha els següents:

- És obligatori usar ulleres adequades per protegir els ulls, i, així i tot, cal evitar mirar de front la font

emissora de la llum ultraviolada, ja que la seva intensitat pot provocar lesions oculars.

- Cal desmaquillar-se i retirar tots els cosmètics de la pell.
- Cal treure's totes les joies i elements ornamentals
- És recomanable no usar perfums i colònies abans d'exposar-se als raigs, ja que aquests productes augmenten la fotosensibilitat.
- No s'han d'aplicar cremes de protecció solar; en tot cas, consultar al dermatòleg sobre quines estarien indicades.
- No exposar-se als UVA mentre es prenguin medicaments que augmenten la fotosensibilitat; en cas de dubte, cal consultar el metge o el farmacèutic.
- Entre les dues primeres sessions cal respectar un marge de 48 hores.
- No s'ha de fer més d'una sessió al dia, ni tampoc prendre el sol natural el mateix dia.
- Els menors de 18 anys està prohibit que utilitzin els serveis de bronzejat artificial, excepte els que adjuntin una autorització dels pares i un certificat mèdic. Està desaconsellat el seu ús per part de les embarassades.



## L'electricitat a casa nostra

Si volem tenir una casa segura, una de les coses a tenir en compte és la instal·lació elèctrica tant de les parts comunes de l'edifici, com de l'interior del nostre habitatge.

La comuna va des de la connexió de la companyia fins al comptador i el seu manteniment correspon al propietari de l'immoble o a la comunitat de propietaris. En canvi el manteniment de la instal·lació de cada habitatge correspon a l'usuari.

Cada habitatge ha de disposar d'un quadre de protecció amb un interruptor magneto tèrmic que protegeix de sobrecàrregues, i d'un interruptor diferencial que protegeix dels curts circuits i evita l'electrocució. També ha de tenir connexió de presa de terra.

### Precaucions que cal tenir en compte

- Cal comprovar periòdicament el bon funcionament del quadre de protecció. Això es fa prement el botó de prova del diferencial, que ha de desconectar tota la instal·lació. Si no ho fa cal avisar a un instal·lador.
- Fins a un metre de distància de la banyera o dutxa no pot haver-hi interruptors, endolls o aparells d'il·luminació.
- No s'han de tocar els aparells elèctrics amb les mans o el cos humits.
- Cal connectar els electrodomèstics a endolls amb presa de terra.
- No s'han de connectar molts aparells en un sol endoll perquè la línia es pot sobrecarregar.

- Cal renovar les instal·lacions elèctriques que han quedat obsoletes per garantir-ne la seguretat.

### Instal·lacions elèctriques obsoletes

- Les anteriors a 1973 (i que no s'han actualitzat).
- Les que tenen fusibles (ploms) en lloc de magneto tèrmic i diferencial.
- Les que tenen subministrament elèctric de 125V en lloc de 220 o 380V.
- Les que tenen cablejat (fil elèctric) protegit amb cotó.

Per últim, recordar que si s'ha de fer qualsevol reparació o consultar un dubte de la vostra instal·lació, us heu de dirigir a un instal·lador autoritzat pel Departament corresponent de la Generalitat de Catalunya.

*(Informació extreta de "La Casa en forma, 25 consells per al bon manteniment d'edificis i habitatges" del Col·legi d'Aparelladors i Arquitectes Tècnics de BCN i publicat per l'Ajuntament de BCN, Districte de Gràcia.*



## Recomanacions generals per a un consum responsable

Tots som consumidors i per tant tenim uns drets que hem de fer valer, però també tenim uns deures que no podem oblidar.

### Abans de la compra:

- Comparem la relació qualitat-preu dels productes i no ens precipitem en la compra.
- Preguntem si s'accepten canvis, ja que no hi ha cap obligació de canviar un producte en perfecte estat, llevat que així ho anunciï l'establiment comercial.
- No ens precipitem en signar papers, abans cal que els llegim bé.

### En el moment de la compra:

- Revisem les dates de caducitat o de consum preferent dels aliments a l'etiqueta o a l'envàs.
- Demanem i conservem totes les factures i els tiquets de compra, ja que són la nostra garantia.
- La publicitat és vinculant i podem exigir-ne el compliment. Guardem els documents d'oferta de serveis, les instruccions, els catàlegs.
- És una garantia contractar amb una empresa adherida a una Junta Arbitral de Consum.

### Després de la compra:

- Repassem totes les factures, els conceptes detallats, els impostos i reclamem, si hi ha un error.
- Si detectem defectes en el producte o en el servei, hem de reclamar a l'establiment on el vam comprar o contractar.
- Els establiments comercials disposen de Fulls Oficials de Reclamació/Denúncia.

*(Informació extreta de l'opuscle "La gent gran com a persones consumidores", editat per l'Agència Catalana del consum de la Generalitat de Catalunya).*

## El cop de calor

Els humans i la resta de mamífers, així com els ocells, són animals homeotermes, que vol dir que mantenen la temperatura corporal constant dins d'uns marges que oscil·len entre 36'5 °C i 37'2 °C, amb lleugeres variacions per a persones que poden tenir nivells de natural una mica més baixos. A part, també existeixen unes variacions anomenades circadianes, relacionades amb l'hora del dia: la temperatura és més baixa pel matí i més alta a la tarda. Tota aquesta regulació va a càrrec d'una part del nostre cervell, concretament d'un centre termoregulator, que rep informació de diverses parts del nostre cos, a través de termoreceptors distribuïts per tot el nostre organisme; és a partir del processament de tota aquesta informació, que llavors posa en marxa tota una sèrie de mecanismes adaptatius; si fa fred activa els necessaris per augmentar la temperatura –tremolor, fer més estrets els vasos sanguinis, etc.–, i si fa calor activa mètodes de refrigeració –increment de la sudoració, dilatació dels vasos sanguinis propers a la pell, etc.–.

La temperatura corporal puja per dos grans grups de causes. Les primeres són de tipus ambiental: sobretot l'augment de la temperatura d'allà on ens trobem –el carrer, la platja, la casa, la feina, etc.–, però també per una humitat massa elevada. L'altre grup és el de les causes del nostre propi cos: bàsicament, la febre o l'esforç muscular intens provocat per treball o esport.

Les temperatures ambientals extremadament altes provoquen una pèrdua de líquids i de sals minerals necessaris per a l'organisme. Això pot causar deshidratació i esgotament i, si l'exposició a la calor es perllonga, es pot patir un cop de calor.

### Els símptomes

Normalment, abans del cop de calor, sol haver-hi una fase prèvia en què comencen a aparèixer símptomes com ara debilitat, cansament, mal de cap, somnolència, marejos, nàusees i vòmits. L'afectat està pàl·lid i suat, pot arribar a una pèrdua més o menys completa de la consciència, però la seva temperatura es manté normal o lleugerament elevada. En aquests casos cal col·locar la persona en un lloc fresc, ventilat i a l'ombra, lleugerament incorporat i de cara enlaire, donar-li a beure aigua fresca en glops petits, ventar-la i aplicar-li compreses molles i fredes al front, al clatell i als polsos.

Si no es posa remei a una situació com l'anterior, o a vegades ja d'entrada, segons les circumstàncies, pot esdevenir-se el cop de calor. En aquest cas, els mecanismes de termoregulació abans esmentats s'alteren, ja que quan la pèrdua de líquid és tan important, l'organisme disminueix la producció de suor per evitar seguir perdent-ne; la conseqüència és que s'elimina menys calor pel mecanisme habitual de l'evaporació de la suor; és llavors quan la temperatura s'eleva exageradament, i si no s'actua amb rapidesa i de forma adequada, s'origina un quadre greu, multiorgànic, que pot derivar en la mort del pacient. L'afectat presenta

una temperatura molt elevada –per sobre de 39-40°C–, la pell seca i calenta, set intensa, va perdent la consciència progressivament, pot presentar convulsions i, si no s'hi fa res, acaba entrant en coma. Es tracta d'una urgència mèdica vital i cal traslladar el pacient ràpidament a un centre hospitalari, ja que la mortalitat és elevada i són freqüents les seqüeles en els que sobreviuen. Mentre s'espera el trasllat a l'hospital, es poden aplicar compreses fredes, donar aigua fresca en glops petits i, òbviament, mantenir l'afectat en un lloc el més fresc possible.

Tothom es pot veure afectat pels efectes adversos de la calor excessiva, però hi col·lectius que hi són especialment vulnerables: els més grans de 75 anys i els més petits de 6, nens de bolquers, obesos, diabètics, hipertensos, afectats de problemes respiratoris i/o cardíacs, esportistes que fan esforços perllongats a temperatures elevades i malalts en tractament amb diversos fàrmacs com ara diurètics, tranquil·litzants i antidepressius.

### Prevenició

#### - Mesures generals:

- Beure en abundància: aigua, infusions fresques, suc... encara que no es tingui sensació de set.
- Dutxar-se amb aigua fresca, si cal, diverses vegades al dia.
- Evitar l'alcohol i els menjars calents o molt condimentats.
- Vestir-se amb roba lleugera, amb preferència de teixits naturals i que no sigui cenyida.
- No fer exercicis físics intensos, sobretot a les hores de més calor.
- En dies de calor molt intensa, i si no es disposa de mitjans de climatització al propi domicili, intentar passar un parell d'hores al dia a llocs amb aire condicionat, com ara cinemes, centres comercials, etc.

#### - A casa:

- Baixar persianes allà on toca el sol i mantenir la casa en penombra.
- A la nit, deixar les finestres obertes per refrescar.
- Estar-se a les zones i habitacions més fresques.
- Mirar de recórrer a algun mitjà de climatització; si no es disposa d'aire condicionat, usar ventiladors.

#### - Pel carrer:

- Caminar per l'ombra.
- Si s'ha de fer un trajecte llarg, portar aigua per anar bevent; descansar prenent un refresc o entrant a algun local climatitzat.
- Si el cotxe no té aire condicionat, evitar utilitzar-lo en les hores de més calor.
- No deixar mai ningú dins d'un cotxe quan fa calor, especialment si es tracta de nens, ancians o persones amb discapacitats.

#### - A la muntanya o a la platja:

- Evitar exposar-se al sol durant les hores centrals del dia.
- Cobrir-se el cap.
- Protegir-se amb un parasol.
- Banyar-se amb freqüència i/o remullar-se la cara, el clatell i el cap en general.

Així doncs, recordeu que tenir en compte aquestes mesures de prevenció ens evitarà possibles problemes. És molt important que hi penseu al llarg de l'estiu, però sobretot quan els serveis meteorològics anunciïn dies especialment calorosos.

## Pirings i tatuatges

La moda dels pírcings i tatuatges entre els joves és un fenomen que es fa manifest només sortir al carrer, especialment ara, que amb les temperatures elevades se solen ensenyar més parts del cos. Agradaran més o menys, però són aquí, i, per tant val la pena que hi hagi una regulació i, sobretot, que es prenguin unes certes precaucions si és que algú es decideix a fer-se'n algun, ja que, aquestes pràctiques estètiques no estan exemptes de riscos i complicacions com ara infeccions, al·lèrgies o fins i tot certs trastorns anatòmics si no es realitzen en condicions òptimes de seguretat i higiene.

En primer lloc val la pena que tinguem clar de què estem parlant:

- el tatuatge és un procediment de decoració del cos humà mitjançant la introducció de pigments colorants a la pell per mitjà de punçons, i s'ha de diferenciar de la micropigmentació, que és un procediment d'embelliment de llavis, celles, ulls, arèola mamària i camuflatge de cicatrius, cremades i altres alteracions de la coloració de la pell, mitjançant la introducció de pigments colorants per mitjà de punçons.
- per altra part, el pírcing és un procediment de decoració del cos humà consistent en la perforació de pell, mucoses o altres teixits amb la finalitat de penjar-hi joies i objectes de metall. En queda exclosa la perforació del lòbul de l'orella mitjançant la tècnica de subjecció de l'arracada de manera automàtica, estèril o d'un sol ús.

Totes aquestes activitats només podran realitzar-se a establiments, de caràcter permanent, autoritzats per l'autoritat municipal. Està prohibida la seva pràctica ambulat.

És evident que aquests centres han de tenir a disposició dels clients els fulls de reclamació/denúncia, així com informació escrita, redactada de forma comprensible, per proporcionar als usuaris. En aquesta documentació ha de quedar clar quina és la pràctica a realitzar, els possibles riscos sanitaris i complicacions de la mateixa, les cures necessàries per a la cicatrització, les condicions, o no, de reversibilitat i les indicacions i contraindicacions.

En base a la informació esmentada, el consumidor ha de signar un document de consentiment informat, que, en cas de menors de 16 anys haurà de ser prestat, per representació, pels seus pares o tutors, cosa que no ha de ser obstacle perquè el jove hagi estat objecte de totes les explicacions pertinents.

És important tenir en compte que els locals on es realitzin aquesta mena d'activitats han d'estar nets, desinfectats, conservats en bon estat i han de disposar de bona ventilació i il·luminació. Per tant, les superfícies (terra, parets i sostres) han de ser llises i sense esquerdes, per permetre que la neteja i desinfecció es puguin fer de manera fàcil.

Si el centre es dedica també a altres activitats, ha de quedar clar que els treballs sobre la pell o altres teixits corporals s'han de realitzar en una àrea específica i individual, aïllada de la resta de l'establiment mitjançant tancament estanc.

Tant els estris i material utilitzats per a les tres pràctiques (tatuatge, micropigmentació i pírcing) com els estris de rasurat han de ser d'un sol ús, i els primers, a més, estèrils. Per altra part no es poden fer servir els anomenats llapis tallasang.

Els materials de subjecció usats han de ser d'una qualitat que eviti el risc de reaccions al·lèrgiques i han d'estar envasats individualment fins al moment de la seva utilització, i les tintes i pigments han de col·locar-se en recipients estèrils, d'un sol ús i rebutjables.

Pel que fa al personal, ha d'estar vacunat del tètanus i de l'hepatitis B o, en aquest darrer cas, disposar d'immunitat natural. Així mateix, s'han de rentar les mans abans, després o en qualsevol interrupció de cada activitat, i, per cada acte que impliqui trencar la barrera cutània o mucosa, cal utilitzar guants de tipus quirúrgic, estèrils i d'un sol ús. Si patissin alguna afecció de la pell (ferida, infecció, inflamació, cremada, etc.) se l'hauran de tapar amb material impermeable, i, si això no és possible, s'hauran d'abstenir de realitzar els serveis fins a la seva curació. Per últim, és necessari que duguin roba específica per aquestes feines, i substituir-la sempre que es taqui de sang o fluids corporals.

## Drets i Deures: Drets relacionats amb la constitució genètica de la persona

*Aquesta vegada tractarem el bloc de drets relacionats amb la constitució genètica de la persona.*

### 1- Dret a la confidencialitat de la informació dels seu genoma i al fet que aquest no s'utilitzi per a cap tipus de discriminació.

El genoma és el contingut total dels nostres gens, per tant, és a la base d'allò que ens caracteritza com som –alts o baixos, rossos o morens, etc– però també pot proporcionar informació sobre la nostra predisposició a patir determinades malalties. És per això darrer que resulta tan important mantenir-lo en la confidencialitat, evitant així que pogués ser utilitzat com a mètode de discriminació d'algunes persones.

### 2- Dret a gaudir dels avantatges derivats de les noves tecnologies genètiques dins el marc legal vigent.

La investigació genètica és un camp en constant estudi, amb avenços cada vegada més significatius. Per tant, és important saber que quan aquestes investigacions vagin donant resultats, els ciutadans tindrem dret a gaudir de la possibilitat de ser tractats, també, amb les tecnologies sorgides d'aquesta branca de la ciència biomèdica.

## Consells i vacunacions a viatgers internacionals

Si teniu pensat viatjar a determinats llocs del planeta, tingueu en compte que hi ha vacunacions obligatòries i/o recomanables. A més, uns bons consells ens ajudaran a prevenir algunes malalties. Informeu-vos-en a:

### Regió Sanitària Barcelona

- Serveis de Sanitat Exterior Tel.: 935209663
- Unitat de Malalties Tropicals i Salut Internacional Drassanes. Tel.: 934 412 997
- Hospital de la Vall d'Hebron. Servei de Medicina Preventiva. Tel.: 934 894 214
- Centre de Vacunacions Internacionals Hospital Clínic. Tel.: 932 275 486
- Hospital de Bellvitge. Servei de Medicina Preventiva. Tel.: 932 607 557
- Unitat de Salut Internacional Baix Llobregat Litoral. CAP Vinyets. Tel.: 936 525 013
- Unitat de Salut Internacional Barcelonès Nord i Maresme. CAP Fondo. Tel.: 933 922 213

- Hospital Parc Taulí. Servei d'Infeccions. Tel.: 937 231 0 10
- Hospital Sant Joan de Déu. Unitat d'Atenció al nen que viatja. Tel.: 932 804 000, ext.2707.

### Regió Sanitària Lleida

- Serveis Territorials de Salut. Tel.: 973 701 634

### Regió Sanitària Tarragona

- Serveis de Sanitat Exterior. Tel.: 977 999 080

### Regió Sanitària Girona

- Centre de Vacunacions Internacionals. Tel.: 972 182 500
- Hospital Sant Jaume d'Olot. Tel.: 972 269 202

### Regió Sanitària Catalunya Central

- CAP Osona Nord. Tel.: 938 890 222
- CAP Anoia. Tel.: 938 053 500.

(En tots aquests serveis és imprescindible demanar cita prèvia).

## LA CUS ÉS A:

## infoCUS

### Equip de redacció

Dolors Bascompte  
Mercè Cruells  
Lluïsa Jambert  
Carme Sabater

**Disseny:** Jesús Pita  
jesus@landibar.com

**Impressió**  
Comgrafic, s.a.

### Col.laboren



agència catalana  
del consum



Generalitat de Catalunya  
Agència Catalana  
de Seguretat Alimentària



Generalitat de Catalunya  
Departament de Comerç,  
Turisme i Consum

### CUS – Salut, consum i alimentació.

Av. Portal de l'Àngel 7, Àtic ABC - 08002 BARCELONA  
T/ 93 3024138  
E-mail: [usuarissanitat@telefonica.net](mailto:usuarissanitat@telefonica.net)  
Web: [cus-usuaris.org](http://cus-usuaris.org)

### CUS LLEIDA

Complex La Caparella  
Edifici Gerència s/n 1º - 25001 LLEIDA  
T/ 973270724  
E-mail: [cuslleida@cuslleida.e.telefonica.net](mailto:cuslleida@cuslleida.e.telefonica.net)

### CUS MOLLERUSSA

El Canal s/n. Edifici Sant Jordi - 25230 MOLLERUSSA  
T/ 973712758  
E-mail: [cuslleida@cuslleida.e.telefonica.net](mailto:cuslleida@cuslleida.e.telefonica.net)

## FES-TE SOCI\* DE LA COORDINADORA D'USUARIS DE LA SANITAT -CUS-

Nom i cognoms ..... DNI .....

Professió ..... Domicili .....

Codi Postal ..... Ciutat ..... Tel .....

Titular compte .....

Autoritzo el Banc o Caixa ..... Agència .....

Carrer ..... Ciutat .....

perquè a partir d'aquesta data, pagui amb càrrec al meu c/c-estalvi .....  
els rebuts lliurats per la C.U.S. a nom d .....

..... de ..... de 20 ..... Signat

\* Quota ordinària: 18 € anuals. La 1a anualitat, si va acompanyada de visita mèdica i/o social, serà de 30 €.