



ENTREVISTA A  
**LLUÏSA FERRER**  
presidenta de la Fundació  
Oncolliga Girona

Pàgina 12

**NOVA ÀREA  
DE CURTA ESTADA**

Pàgina 20

**CONEIX LA LELI ORTIZ,  
INFIRMERA DE NITS**

Pàgina 22

**ELS DIJOUS  
DE LA CÀTEDRA**



3  
NOTÍCIES BREUS



5  
L'ENTREVISTA



10  
OFTALMOLOGIA



11  
BOFILLSPORT



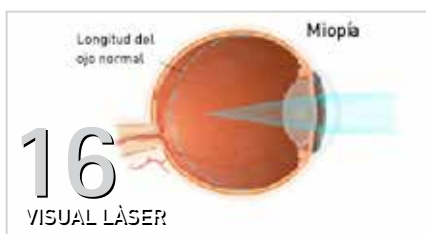
12  
ÀREA CURTA ESTADA



14  
ESCOLA CASA NOSTRA



15  
LABORATORI



16  
VISUAL LÀSER



17  
ENEQUILIBRI



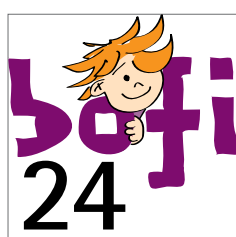
18  
NEUROLOGIA



20  
CONEIX LA NOSTRA GENT



22  
ESPAI CÀTEDRA



24  
bofi



25  
DIVINUM

# ÍNDEX

## 3 NOTÍCIES BREUS

Celebrem Sant Jordi - Girona Temps de Flors - Dia Mundial Higiene de Mans.

## 5 L'ENTREVISTA A...

Lluïsa Ferrer, presidenta de la Fundació Oncolliga Girona.

## 10 OFTALMOLOGIA

Visió de colors.

## 11 BOFILLSPORT

La preparació d'alt rendiment a Girona.

## 12 CLINICA BOFILL GIRONA

Nova àrea de curta estada.

## 14 ESCOLA CASA NOSTRA

Visió de centre.

## 15 LABORATORI

Preeclàmpsia test. Cuida't a tu i al teu nadó.

## 16 VISUAL LÀSER

Refracció ocular i possibles correccions.

## 17 ENEQUILIBRI

L'obesitat, optimitzar el tractament.

## 18 NEUROLOGIA

He de preocupar-me si tremolo?

## 20 CONEIX LA NOSTRA GENT

Leli Ortiz, infermera de nits.

## 22 ESPAI CÀTEDRA

Activitats de la Càtedra 2018.

## 24 BOFI

A l'avi, li toca revisió.

## 25 DIVINUM

## 26 ENTRETENIMENT

# CBN

Director General de la Clínica Bofill: Juan Ortega

Disseny i maquetació: Estudi Oliver Gràfic

Correcció: Sara Borrell (El Corrector)

Col·laboradors: Ana Mosquero, Sara Borrell,

Dr. Miguel Ángel Francisco, Roldán, Casa Nostra, Dra. Marta Roquetas, Dr. Carlos Teruel Maicas, Sra. Gloria Borrego, Dr. Secundí López Pousa, Sra. Leli Ortiz, Sr. Joan Morillo. Agraïments: Fundació Oncolliga Girona.

Foto portada: Harold Abellan

Il·lustració Bofi: Rosalina Bolea  
Publicitat: comunicacio@clinicabofill.net

Impressió: Rotimpres

Dipòsit legal: Gi.505-2009

Clínica Bofill no es fa responsable de les opinions dels seus col·laboradors.

Tots els drets d'aquesta publicació estan reservats. Queda prohibida la reproducció de qualsevol part de la revista, en qualsevol suport, encara que se'n citi la procedència.

juny 2019

# NOTÍCIES BREUS

## 23 D'ABRIL – CELEBREM SANT JORDI

El Grup Clínica Bofill ha celebrat Sant Jordi obsequiant els pacients amb un punt de llibre i un exemplar de les edicions fetes per la Càtedra de Ciències i Humanitats Dr. Bofill. ■



## 11-19 DE MAIG – GIRONA TEMPS DE FLORS

Un any més, ens unim a Girona Temps de Flors, decorant l'entrada de la Clínica Bofill Girona Centre. En aquesta edició s'ha optat per utilitzar gerbera natural de diferents colors.



## 5 DE MAIG – DIA MUNDIAL HIGIENE DE MANS

Amb motiu del Dia Mundial de la Higiene de Mans –5 de maig–, la Clínica Bofill ha fet difusió del lema "Salva vides, renta't les mans" per conscienciar i implicar el personal sanitari en la prevenció de les infeccions relacionades amb l'assistència sanitària mitjançant una mesura tan senzilla i eficaç com és la higiene de mans. ■



*descomplica't*

## EL QUE LA TEVA SALUT NECESSITI, QUAN HO NECESSITI.

La teva salut és la nostra prioritat, per això t'oferim un servei que et garanteixi tranquil·litat amb la cobertura adequada a cada possible imprevist.



SALUT

Lluís Pericot, 76-84  
17003 Girona  
972 212 536  
[girona@fiatc.es](mailto:girona@fiatc.es)

**FIATC**  
ASSEGURANCES

ENTREVISTA A **LLUÏSA FERRER**, presidenta de la Fundació Oncolliga Girona.

# “EL NOSTRE TREBALL ÉS LA NOSTRA GRAN FORÇA”

Text **ANA MOSQUERO** Fotos **HAROLD ABELLAN** Col·laboració **FUNDACIÓ ONCOLLIGA GIRONA**



Lluïsa Ferrer és la cara visible de la Fundació Oncolliga però al seu darrere hi ha una tasca social realitzada per gairebé un centenar de delegats i voluntaris que, mitjançant les seves iniciatives, aconseguixen la col·laboració de milers de persones per donar suport a projectes vinculats amb la malaltia del càncer. La Lluïsa Ferrer, amb el seu entusiasme i vitalitat, ens explica el moment àlgid que viu la Fundació i com va convertir-se en la seva presidenta.

**Com és la Lluïsa Ferrer? Ens pots explicar una mica els teus orígens?**

Els meus orígens són humils. Vaig néixer a Camós i vaig cursar els estudis primaris. Em vaig casar molt jove, amb 18 anys, i vaig tenir tres fills. Aleshores era mestressa de casa. Però als 23 anys vaig quedar vídua i vaig haver de fer un canvi de vida radical. Per tirar la família endavant, al costat de la ferreria del meu home vam posar una botiga, que va anar creixent fins al punt que es va convertir en el primer supermercat del Pla de l'Estany. I llavors, quan semblava que tot anava bé, una altra vegada la vida em va donar un cop molt fort: se'm va cremar la botiga. Jo tenia 47 anys, i això em va fer replantejar molts canvis en la meua vida, creia que havia de fer alguna cosa més. Va coincidir que un dia em vaig trobar una amiga que em va parlar de l'Associació Espanyola Contra el Càncer (AECC) i després m'hi vaig presentar.

**Aquí va començar la teva tasca social, doncs?**

Exacte, vaig començar a col·laborar amb l'AECC. Al cap d'uns quants anys d'estar-hi, es va formar la Lliga Catalana d'Ajuda al Malalt de Càncer i em van venir a buscar per demanar-me si en volia formar part. Em va semblar una proposta molt interessant i sobretot vaig veure molt atractiu el fet de començar un projecte així des de zero, de treballar en un àmbit més petit que l'AECC, de manera que de seguida vaig acceptar.

“QUAN ET FAS EL PROJECTE TEU I EL VIUS,  
ÉS MÉS FÀCIL SER SOLIDARI”

**I com es va convertir en fundació, la Lliga?**

Al començament la Lliga es va gestar a la part del darrere d'una botiga de disfresses a prop del riu Güell. Quan vam començar hi havia una presidenta i un president, tots dos afectats de la malaltia del càncer, i tenien idea del que es necessitava. En concret, es van adonar que els afectats oncològics estaven molt ben cuidats quan eren a l'hospital però que, en canvi, quan en sortien no rebien prou suport, quedava com un buit. Aleshores la Lliga Catalana d'Ajuda al Malalt de Càncer va comprar un pis a tocar de l'hospital perquè els familiars de les persones hospitalitzades poguessin anar a descansar i a dormir. Però en aquells moments hi havia una llei que deia que totes les associacions havien de declarar i pagar un percentatge molt elevat dels beneficis que obtenien, com si fossin empreses. Arran d'això, i tenint en compte que nosaltres treballàvem de manera desinteressada no pas per obtenir beneficis, sinó per oferir un servei a la



societat en l'àmbit de la sanitat, vam demanar què podiem fer per diferenciar-nos d'una empresa qualsevol. Per això ens van aconsellar convertir-nos en una fundació, que és d'utilitat pública i sense ànim de lucre. Va ser un tràmit burocràtic, al capdavant.

**“EL FET DE NO DEPENDRE MAJORITÀRIAMENT DE SUBVENCIONS ENS DONA MOLTA AGILITAT I CREDIBILITAT”**

**A la vostra revista feu un resum de tot el que heu aconseguit durant aquests anys de trajectòria, i sembla que heu crescut molt. Com ha evolucionat la Lliga?**

Al principi no teníem diners ni tampoc cap mena de subvenció, començàvem partint de res. I ens vam posar a treballar de valent per generar els nostres propis recursos, primer a Palafrugell, a Porqueres i a Breda. Ara tenim 90 delegacions repartides per tota la província de Girona i, de fet, puc dir que continuem en aquesta mateixa línia, el nostre treball és la nostra gran força. Perquè quan et fas el projecte teu i el vius, és més fàcil ser solidari. T'il·lusiones i vols ajudar, així que t'hi poses i de seguida ja penses en quines activitats es poden fer per aconseguir més recursos. La generositat surt de la gent. Tot i això, nosaltres procurem que cadascuna de les delegacions tingui al mínim de feina possible, sempre estem al seu costat per ajudar-les en tot el que faci falta, perquè no hem d'oblidar que aquestes persones col·laboren sense rebre cap compensació econòmica a canvi.

**Avui en dia hi ha moltes ONGs, molts captadors de socis, etc. que volen sensibilitzar la gent amb l'objectiu d'aconseguir la seva ajuda. Com es competeix amb tota aquesta oferta?**

No competim mai, de fet no m'ho havia plantejat mai en aquestes termes. Nosaltres sempre treballem amb un projecte al darrere. I quan tu defenses una idea, si te la creus i hi confies, la gent entén el que demanes. Vull dir que si tu hi creus fermament llavors ho fas creïble per als altres. D'una banda passa això, que cada una de les persones del nostre equip fa creïble el que fem, amb una ètica al darrere. I a més, d'altra banda, els nostres professionals, com ara els fisioterapeutes o els psicòlegs, creen uns vincles emocionals molt i molt intensos amb els usuaris, i això fa que després aquests usuaris mateix o les persones del seu entorn també es prestin a ajudar, en la mesura que els és possible. D'aquesta manera, al capdavant, tot rutlla per si sol.

**La Fundació Oncolliga ofereix serveis d'atenció psicològica, fisioteràpia, residència o tasques a hospitals com ara la compra de llits, entre d'altres. És el vostre equip qui detecta totes aquestes necessitats?**

Així és. Jo crec que part del nostre èxit es deu al fet que la nostra junta és mixta, és a dir, que està formada per persones que han patit càncer i per d'altres que no. I el cert és que les persones que han passat càncer tenen molta sensibilitat i saben valorar què és el que fa falta en cada moment o en el dia a dia dels afectats i el seu entorn, més que no pas les persones que no s'hi han trobat. Després, també he de dir que davant de qualsevol necessitat que s'hagi detectat, tenim de bo que podem actuar molt ràpidament. Com que generem recursos propis, l'associació és molt autònoma a l'hora de poder prendre decisions i dur-les a terme. Per exemple, si la junta



FUNDACIÓ ONCOLLIGA GIRONA  
Lliga catalana d'ajuda al malalt de càncer

La Fundació Oncolliga Girona i comarques és una entitat sense ànim de lucre que va néixer l'any 2004 amb la intenció de donar un nou impuls a la tasca que la Lliga Catalana d'Ajuda al Malalt de Càncer estava fent des del 1996 per millorar la qualitat de vida dels malalts de càncer i els seus familiars de la província de Girona.

Amb el pas del temps, l'entitat ha ampliat la seva mirada i ha apostat per la promoció de la salut i la sensibilització de la societat, sense oblidar la seva finalitat principal: donar resposta a les necessitats que les institucions públiques no cobreixen facilitant recursos humans i materials que contribueixin a fer més còmoda la vida de les persones que pateixen una malaltia oncològica.

està d'acord a realitzar una acció, al cap d'uns vuit dies aquesta ja es pot posar en marxa. És clar que tenim el Patronat com a suport, però al final qui decideix és l'associació, les persones que treballen perquè tot plegat sigui possible. S'ha de dir que el fet de no dependre majoritàriament de subvencions no passa gairebé enlloc, i és una cosa que ens dona molta agilitat i credibilitat.

**I a més del vostre equip, també hi ha persones afectades de càncer que a títol individual impulsen iniciatives o esdeveniments solidaris per ajudar.**

I tant que sí! A vegades les persones a qui hem ajudat o els seus familiars, quan veuen la importància del que fem i el suport que els hem ofert, també s'ofereixen per col·laborar. Per sort, ens trobem amb molts casos així: tu els ajudes sense pensar i més endavant ells t'ajuden a tu. Ara, pensa que per recollir els fruits que sembres cal que la llavor hagi estat molt ben cuidada! El cert és que hi ha força retorn, i això emociona. Fa que es creï com una gran família.

**Destineu molts recursos a millorar les condicions de vida dels malalts oncològics, però, a més, durant aquests anys també heu destinat molts diners a investigació, que això no és gaire habitual.**

És veritat. Som una mica atípics en aquest sentit! Posaré per cas una anècdota d'una de les persones del nostre equip. En Lluís, el nostre delegat de Girona, que abans havia sigut el nostre tresorer, va patir càncer, i quan va haver d'estar set hores assegut en una butaca de l'hospital es va adonar de les deficiències d'aquelles butaques, que no eren prou adequades per a aquest tipus de pacients. És el que et



comentava abans de comptar amb persones que han patit la malaltia, que saben ben bé què es necessita, perquè si m'hi assegues jo, segurament em faria l'efecte que són butaques la mar de còmodes. Per això, per tal de millorar la vida dels malalts de càncer vam posar en marxa iniciatives com ara l'Oncotrail, que ha anat en augment en cada edició. Amb els fons recaptats vam poder millorar els seients dels hospitals, de l'àrea on es realitza la quimioteràpia. A més, amb els diners de les edicions anteriors de l'Oncobike vam poder finançar les remodelacions dels pisos que té l'entitat a disposició de les famílies dels afectats que estan hospitalitzats, i en aquesta edició s'han destinat a l'estètica oncològica, per alleugerir els efectes secundaris que provoquen els tractaments sobre la pell i les mucoses. I una altra part dels diners recaptats, efectivament, els destinem a la investigació. Ho podem fer gràcies a les aportacions de l'Oncoswim, amb què contribuïm a l'estudi sobre el càncer de mama triple negatiu, que és el càncer de mama més agressiu i afecta sobretot a les dones joves. S'investiga per què és tan resistent.

“QUAN SE'NS PLANTEJA UN PROJECTE M'IL·LUSIONO MOLT I DE SEGUIDA TINC GANES DE TIRAR-LO ENDAVANT”

**A més a més, organitzeu esdeveniments com ara el festival Girona en Moviment o el NovaCultura de Salut. De què es tracta?**

Hem de pensar que quan una persona està malalta no només està afectada del cos, sinó que la part anímica i emocional també se'n sent. En aquest sentit, és molt important buscar eines que ajudin a gestionar les emocions, la part interior. Aquest és l'objectiu de l'esdeveniment NovaCultura de Salut. Es fa cada dos anys, i durant tres dies portem grans professionals que donen a conèixer eines per



millorar el benestar emocional dels afectats oncològics. A part, el festival Girona en Moviment és l'últim esdeveniment que hem realitzat, el fa en David Rodríguez, un gran ballari professional que també va estar afectat. És un festival benèfic en què hi participen ballarins que actuen arreu del món. Els paguem l'estada i els desplaçaments però actuen de manera gratuïta. Són grans professionals catalans i internacionals que han tingut molt d'èxit.

**“ASSISTIR ALS ESDEVENIMENTS SOLIDARIS QUE ORGANITZEM, ÉS UNA GRAN MANERA DE COL·LABORAR. QUÈ MILLOR QUE COL·LABORAR FENT EL QUE T'AGRADA?”**

**Sembla que es necessita molta energia per engegar aquests projectes. D'on la treus, tu?**

No ho faig sola! Però d'energia sí que en tinc molta, i a vegades incús l'encomano als altres perquè aquests projectes s'han d'afrontar amb força. Quan se'ns planteja un projecte m'il·lusio no molt i de seguida tinc ganes de tirar-lo endavant.

**I a grans trets, què és el que pot fer la gent per col·laborar amb l'Oncolliga?**

Hi ha tantes coses... A vegades ve gent a dir-nos que vol ajudar d'alguna manera però que no sap com. I el cert és que es pot fer de tot, segons les preferències i la disponibilitat de cadascú, és clar: hi

ha voluntariat per impartir formació, per fer atenció domiciliària, tasques de logística, etc. O també fan falta molts voluntaris per les festes que s'organitzen als pobles. N'hi ha un munt, de fet podríem dir que funcionem gràcies al voluntariat, però a banda hi ha una cosa que sovint no es pensa i que és realment important. I és que potser encara és més gratificant que la gent vingui als esdeveniments que s'organitzen, que hi participi: d'aquesta manera ja es col·labora, i què millor que col·laborar fent el que t'agrada?

**Sabem que coneixes bé les tasques humanitàries que promou la Clínica Bofill, com per exemple les que es desenvolupen a Girona, a l'Àfrica i a l'Amèrica del Sud. Com ho valores?**

Molt bé, en general. I en aquest sentit crec que s'ha de destacar la tasca del Sr. Ortega, perquè fa la impressió que té tot el temps del món per escoltar les persones, i això és molt important, tenint en compte la gran feina que hi ha al darrere. A part, que ho fa sempre amb un gran somriure. El seu equip ha donat continuïtat a la tasca que havia iniciat la Pilar –que, per cert, me l'estimo moltíssim– i ha fet molta feina amb una actitud ben calmada. És una feina molt ben feta, ho dic de cor. La valoro molt positivament. ■





Especialista en neurofisiología  
clínica i medicina del son.

# La millor teràpia és un bon descans

Configura el teu matalàs a mida.

Vine a fer-te un

**ESCÀNER CORPORAL  
TOTALMENT GRATUÏT**

i configura el teu  
matalàs ideal al moment!



**Troba'ns a:**

**Botiga Neru:** Ronda Sant Antoni M. Claret, 12, baixos, Girona. Tel. 872 26 90 41.

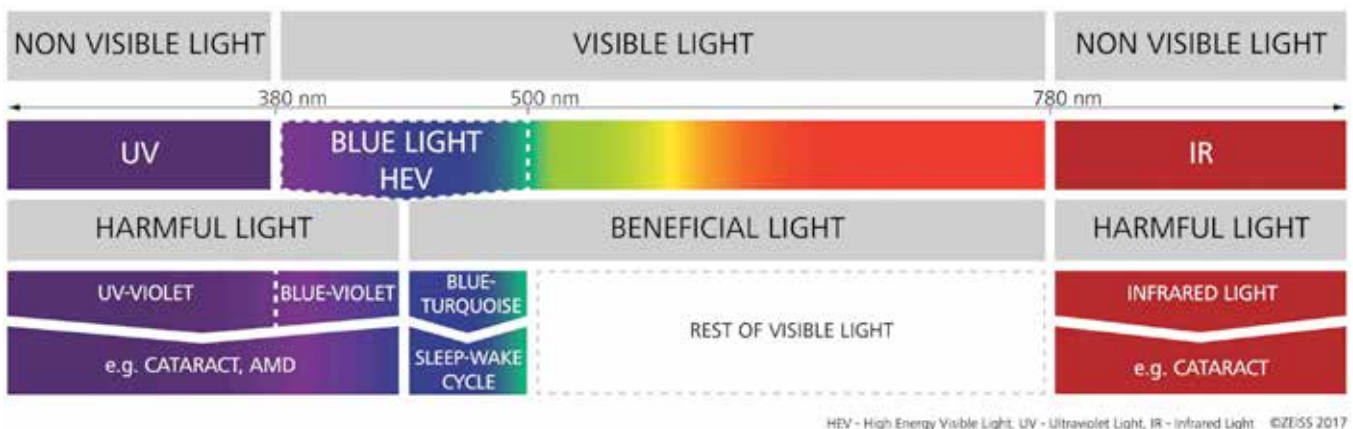
**Espais Neru de Galeries:** Girona, Sarrià de Ter, Olot, Figueres, Palafrugell, St. Antoni de Calonge, Blanes.

Segueix-nos a:   | [www.neru.es](http://www.neru.es) | [www.galerias.cat](http://www.galerias.cat)



# VISIÓ DE COLORS

L'ull humà posseeix en la retina dos tipus de cèl·lules sensorials (fotoreceptors) que realitzen tasques complementàries a l'hora d'iniciar el procés de la visió. Aquests dos tipus de fotoreceptors es denominen *cons* i *bastons*.



Els cons s'encarreguen de la percepció del color, i n'hi ha de tres tipus:

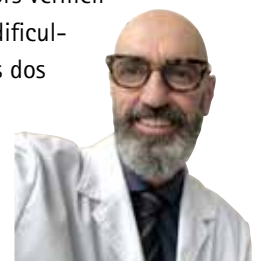
- Cons de llum blava (reaccionen a longituds d'ona curtes)
- Cons de llum verda (reaccionen a longituds d'ona mitjanes)
- Cons de llum vermella (reaccionen a longituds d'ona llargues)

Quan la superfície d'un objecte reflecteix longituds d'ona mitjanes, percebem aquest objecte com a verd. Per exemple, una fulla d'arbre. Els objectes que reflecteixen llum amb longitud d'ona curta els percebem com a blaus. I el mateix per a les longituds d'ona llargues.

Si la superfície de l'objecte que estem mirant reflecteix una llum de diferents longituds d'ona, percebem una mescla de colors, com per exemple el groc, el violeta o el taronja.

Els ulls humans són capaços de percebre un espectre de llum entre 380 i 780 nanòmetres. A les ones més curtes se'ls denomina ultraviolades, i a les més llargues, infrarojos.

Diem que una persona és daltònica quan pateix algun tipus de deficiència de percepció dels colors. La categoria més comuna de daltonisme és la que afecta els colors vermell i verd. Aquestes persones tenen més dificultats a l'hora de distingir entre aquests dos colors, la qual cosa no vol dir que no els vegin o que mai puguin distingir-los. ■



**DR. MIGUEL ÀNGEL FRANCISCO ROLDÁN**

Metge especialista en Oftalmologia de la Clínica Bofill

# LA PREPARACIÓ D'ALT RENDIMENT A GIRONA

Bofillsport i Bewolfish s'uneixen per sumar esforços i oferir una preparació medicoesportiva de 360° als esportistes d'elit que s'entrenen a la província.



*Marc Madruga i Dr. Dani Castillo signant el conveni*

Bewolfish i Bofillsport (Unitat de Medicina Esportiva de la Clínica Bofill) han tancat un acord de col·laboració per professionalitzar la preparació d'alt rendiment dels esportistes d'elit que s'entrenen a la província de Girona. Amb aquesta col·laboració, Bewolfish es converteix en el *partner* exclusiu d'alt rendiment de Bofillsport, i aquest, en el *partner* clínic de Bewolfish. L'objectiu és crear el microclima ideal per a l'esportista d'alt rendiment, oferint tots els serveis que necessita en la seva carrera esportiva garantint sempre la màxima qualitat. L'acord farà que els esportistes professionals, o que volen arribar a ser-ho, s'hagin de preocupar tan sols del seu rendiment esportiu.

Girona històricament ha estat una font molt important d'esportistes. Una tendència que s'ha anat consolidant en els últims anys i que està convertint Girona en referent de l'esport d'alt rendiment en l'àmbit internacional. El Girona FC va competir per segona temporada consecutiva a Primera Divisió; el bàsquet Unió Girona és un club referent a l'estat que disputa competicions internacionals; el bàsquet Girona, de la mà de Marc Gasol, està progressant i s'està professionalitzant a velocitat de vertigen, i els millors esportistes internacionals de disciplines individuals com el ciclisme o el triatló han trobat a la província de Girona l'entorn perfecte per entrenar-se.

Segons Marc Madruga, director tècnic de Bewolfish, "la coordinació dels serveis d'ambdues entitats és clau, per als esportistes que s'entrenen en terres gironines, per oferir-los una preparació de 360° que aglutini tots els elements que incideixen en l'esport d'alt rendiment". Gràcies als serveis de Bewolfish, els esportistes poden optimitzar el seu rendiment mitjançant un treball multidisciplinari que inclou la preparació física, la fisioteràpia, la nutrició i la psicologia esportiva. Un treball basat en dades

clíniques sobre l'estat de forma i el progrés dels esportistes proporcionades per Bofillsport per mitjà de proves d'esforç amb anàlisi de gasos espirats, cribatge cardiològic precompetitiu, estudis fisiològics de rendiment esportiu, estudis biomecànics, etc. A més, amb la Clínica Bofill, els esportistes poden comptar amb un diagnòstic mèdic rigorós gràcies a les ecografies i les ressonàncies, en casos de lesions, i amb l'opinió de metges referents en les àrees de traumatologia, cardiologia, osteopatia, biomecànica i podologia, entre altres especialitats. Segons el Dr. Castillo, coordinador de la Unitat de Medicina de l'Esport de Bofillsport, "posem al servei de l'esportista els millors professionals perquè puguin disposar de la seva confiança i no s'hagin de preocupar de res més que de millorar el seu rendiment"

Actualment Bofillsport té tancats convenis amb diferents equips de ciclistes professionals de nivell UCI Pro Tour, clubs de ciclistes d'alt rendiment i altres esportistes de muntanya, de motor o clubs de bàsquet. Aquests convenis permeten a la Unitat de Medicina Esportiva de la Clínica Bofill establir estratègies conjuntes mèdiques, fisioterapèutiques i de readaptació, per fer un seguiment global del rendiment de l'esportista. D'aquesta manera, els esportistes professionals que s'entrenen a la província de Girona no tindran la necessitat de desplaçar-se a Barcelona. ■

Bofillsport també ha tancat altres acords amb el Club de Natació Banyoles i el centre multidisciplinari de rendiment esportiu Cenit Girona.



*Dr. Dani Castillo i Albert Comas després de signar el conveni*



*Sergi Badenas, Dr. Dani Castillo i Sebastian Fidalgo a la signatura del conveni*

# NOVA ÀREA DE CURTA ESTADA

El passat mes d'abril es va remodelar l'àrea de curta estada de la Clínica Bofill Girona Centre. Aquesta zona està dedicada en exclusiva a atendre els pacients amb ingrés de curta estada i a realitzar proves exploratòries. Aquesta acció forma part del pla de millora i remodelació que va iniciar la Clínica Bofill a principis del 2018.



“MILLOREM EL FUNCIONAMENT DEL PERSONAL, I MILLOREM L'ASSISTÈNCIA QUE JA OFERÍEM AMB LA NOVA RECEPCIÓ DE L'ÀREA DE CURTA ESTADA”

A l'àrea de curta estada s'atenen tots aquells pacients que s'hagin de realitzar endoscòpies digestives, tractaments del dolor i ingressos de cirurgia major ambulatoria (CMA), és a dir, aquelles intervencions quirúrgiques que, independentment del tipus d'anestèsia (general, regional o local-sedació), permeten al pacient tornar al seu domicili després de passar unes hores en observació i control.

Les principals proves que es porten a terme són tècniques exploratòries com ara endoscòpies i ecoendoscòpies digestives. També es porten a terme els tractaments del dolor. Són tractaments mínimament invasius que estan dirigits a alleugerir el patiment que comporta el dolor quan persisteix més de tres mesos i/o quan esdevé crònic.

Les sales quirúrgiques permeten atendre els pacients d'una manera més àgil i amb facilitat de moviment per als professionals mèdics. Cal remarcar que tota l'àrea ha estat dotada amb material sanitari nou i amb la darrera tecnologia.

La zona disposa d'una recepció pròpia per atendre l'arribada dels malalts, que facilita i agilitza l'atenció dels pacients. Així mateix, l'àrea disposa d'una còmoda sala d'espera que aprofita

la llum natural de l'edifici per als familiars que restin a l'espera fins a la finalització de la intervenció. Aquesta espera també es pot fer a les compartimentacions individuals dels pacients ingressats. Els espais individuals estan ben complementats amb bany privat i una zona de confort per a l'acompanyant, fet que ajuda a garantir la privacitat i la comoditat en els moments més vulnerables dels pacients. ■



FARMACIA



C/ Santa Clara, 58 · Tel. 204687

GIRONA

Estem especialitzats en:

- HOMEOPATIA
- NATUROPATIA
- ALLOPATIA
- FORMULACIÓ MAGISTRAL
- DIETOTERÀPIA

[www.farmacia-xirgu.com](http://www.farmacia-xirgu.com)



# VISIÓ DE CENTRE DE L'ESCOLA CASA NOSTRA

## VOLEM FORMAR PERSONES AMB VALORS

Els darrers dos anys, els alumnes, el professorat i les famílies que formem part de la comunitat educativa hem participat en un procés de debat i reflexió que ha servit per fixar les bases de l'escola que volem en el futur.

Fruit d'aquest treball compartit, el propòsit de la visió de centre de l'escola Casa Nostra se sustenta en dos pilars:

- Formar persones que comparteixin valors com el compromís amb l'entorn natural i social, el respecte, la generositat, la responsabilitat i l'esforç, i capaces d'afrontar els reptes que planteja una societat canviant.
- Acompanyar els alumnes perquè sàpiguin gestionar les seves emocions, siguin empàtics i tinguin una bona autoestima. Volem que siguin bons comunicadors en diferents idiomes, creatius, amb iniciativa i esperit crític; que sàpiguin treballar en equip, assumint la seva responsabilitat individual, i fer front i resoldre reptes amb optimisme.

Per fer realitat aquest propòsit, es van treballar també les pràctiques d'aprenentatge, el procés d'avaluació i l'organització dels recursos espacials i temporals. ■



**A l'Escola Casa Nostra creixem amb el teu fill**

INFANTIL - PRIMÀRIA - SECUNDÀRIA

La Barca, 13 - Banyoles - 972 57 12 97 - [www.escolacasanostra.cat](http://www.escolacasanostra.cat)

**LLAR D'INFANTS**  
Jugar i aprendre

**PARVULARI**  
Gaudir i progressar

# PREECLÀMPSIA TEST. CUIDA'T A TU I AL TEU NADÓ

Confirmat, estàs en estat. Comença una nova etapa de la teva vida carregada d'emoció i il·lusió. Aquesta és la major aventura en què t'embarcaràs i, com és normal, et sortiran moltes preguntes i inquietuds.

És important estar tranquil·la i anar al teu metge amb regularitat. Resulta fonamental per poder tractar amb temps les possibles complicacions que puguin sorgir al llarg de l'embaràs, com ara la preeclàmpsia (PE).

La PE és una síndrome específica de la gestació que, generalment, es desenvolupa a partir de la setmana 20. Evoluciona de manera progressiva i es manifesta en la mare mitjançant diferents símptomes i signes, encara que els més determinants són la presència de proteïnes en l'orina i l'increment de la tensió arterial. Controlar aquesta última és clau, ja que durant l'embaràs pot arribar a disminuir el flux sanguini en els òrgans de la mare com ara el ronyó, el cervell o el fetge, i pot arribar a afectar també la placenta. Com que el nadó rep l'oxigen i tota l'alimentació a través de la placenta, una reducció del flux sanguini que hi passa pot comprometre el correcte desenvolupament del nadó i la seva salut.

“LA PREECLÀMPSIA, UNA SÍNDROME QUE POT APARÈIXER A PARTIR DE LES 20 SETMANES D'EMBARÀS”

La millor manera d'evitar conseqüències més greus és conèixer-ho i tenir la informació necessària per detectar precoçment els símptomes, així com atendre les recomanacions del teu ginecòleg. Per tot això, el laboratori de la Clínica Bofill ofereix PREECLÀMPSIA TEST CRIBRATGE i PREECLÀMPSIA TEST DIAGNÒSTIC del laboratori SYNLAB com a dues proves no invasives que permeten avaluar l'estat de desenvolupament de la PE en la mare.



- **EL PREECLÀMPSIA TEST CRIBRATGE**, que es realitza en el primer trimestre d'embaràs (setmanes 11-13), permet obtenir una taxa de detecció de pacients amb risc de desenvolupar PE del 93% i tenir resultats abans de la setmana 16, temps límit pel començament de l'administració d'Aspirina (si l'especialista ho considera oportú).
- **EL PREECLÀMPSIA TEST DIAGNÒSTIC**, que es realitza a partir del segon trimestre d'embaràs, permet diferenciar entre dones sanes i dones amb PE. Ofereix un gran valor clínic per tal d'abordar la situació al més aviat possible.

Els dos tests han d'anar acompanyats de la realització de les corresponents proves rutinàries (la mesura de la tensió arterial, la realització d'una ecografia i la mesura de proteïnes en orina, en el cas del test diagnòstic, i han d'anar prescrites per un professional mèdic que consideri necessària la realització de cadascuna de les proves. ■



ARA ÉS

**SYNLAB**

Líder europeu en diagnòstic mèdic

C/ Jaume I, 65, baixos - Tel. 972 21 08 03 - Fax 972 21 30 33 - 17001 GIRONA

CLINICA BOFILL - Rda. St. Antoni M. Claret, 20 - Tel. 972 21 70 82  
Fax. 972 21 30 33 - 17002 GIRONA

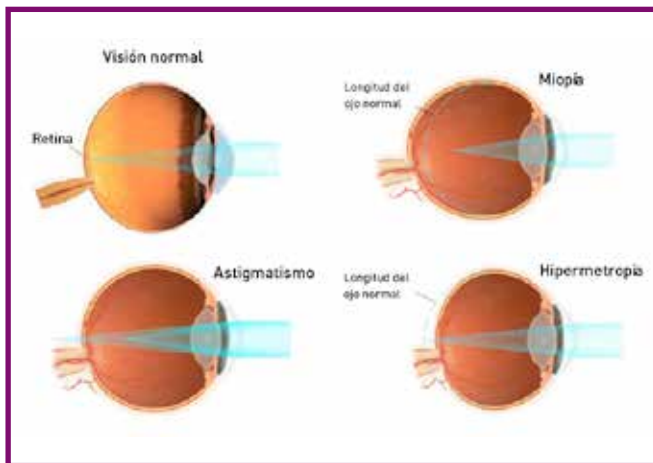
C/ Panyó, 16 baixos - Tel. 972 26 62 77 - Fax. 972 26 69 02 - 17800 OLOT

# REFRACCIÓ OCULAR I POSSIBLES CORRECCIONS

Dels cinc sentits que ens connecten amb el món exterior, la visió és el que ens proporciona la informació més ràpida i completa del món que ens envolta. El sistema visual està compost d'un òrgan de captació de la imatge (ull) que transforma la llum en un senyal elèctric (a la retina), unes vies de transmissió del senyal (nervi/vies òptiques) i una superfície cerebral que interpreta les dades i les compara amb unes altres.

La refracció ocular fa referència als mecanismes òptics que fan que la imatge que rep la retina sigui al més nítida possible. En aquest sentit, es pot comparar l'ull amb una càmera fotogràfica composta d'unes lents en la part anterior que enfoquen la imatge en la pantalla posterior.

Perquè la imatge sigui nítida, és necessària una estreta relació entre la potència d'aquestes lents (objectiu de la màquina de fotos/còrnia i



cristal·lí de l'ull) i la posició de la pantalla en què es projecta la imatge (retina). Aquesta posició està relacionada, doncs, amb la grandària de l'ull.

Els ulls normals tenen 23 mm de diàmetre (emmetropia). En aquests casos, les lents normals (còrnia/cristal·lí) enfoquen la imatge a la retina i es percep nítida. Els ulls ametrops són els que tenen una grandària major del normal (miopia) o menor (hipermetropia). L'astigmatisme és una anomalia que pot associar-se a qualsevol dels dos casos anteriors o presentar-se de manera aïllada. En aquests casos, la imatge d'un punt no es fa de manera puntual i regular sobre la retina, sinó que és irregular en funció dels diferents meridians. És a causa de diferències refractives del sistema visual.

Aquestes causes de dèficit visual són patològiques (no normals). No obstant això, hi ha una causa de pèrdua visual en l'ull normal que va lligada a l'edat. Els ulls normals, a partir dels 45 anys comencen a perdre la capacitat d'enfocar a les distàncies properes. Es tracta de la presbícia: és creixent i s'estanca cap als 65 anys. Es dona tant en emmetròpics com en ametrops (miopia, hipermetropia i astigmatisme). Per això, sigui quina sigui la condició, arribat aquest moment de la vida, la correcció sempre serà diferent per a la visió des de lluny que per la de prop.

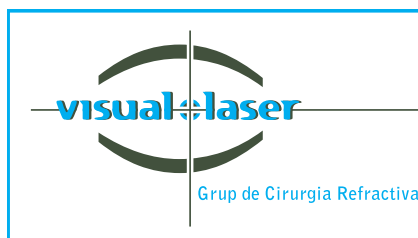
## POSSIBILITATS DE CORRECCIÓ ÒPTICA

- **Ulleres.** En el cas de les ametropies, abans dels 45-50 anys es realitza amb lents monofocals. Després, mitjançant una correcció des de lluny i una altra de prop en ulleres separades o en la mateixa lent (progressives o bifocals).
- **Lents de contacte.** Requereixen unes condicions ambientals, de la superfície ocular i de la llàgrima normals. La tolerància sol ser bona si es reuneixen aquests requisits, però no sempre és el cas. Requereixen un manteniment, un control i una renovació controlats.
- **Cirurgia refractiva.** Engloba tots els procediments quirúrgics que provoquen modificacions en el sistema òptic de l'ull per apropar-lo al màxim possible a les condicions òptiques normals. Pel que fa a la cirurgia refractiva, cal distingir dos tipus de procediments: d'una banda, els **procediments amb làser** modifiquen la curvatura de la còrnia per ajustar la refracció d'aquesta a la requerida. Són procediments ràpids, habitualment en un mateix temps en cas de ser bilaterals. S'indiquen en casos de miopia, hipermetropia, astigmatisme i presbícia. Existeixen uns límits d'indicacions i unes contraindicacions precises i concretes. Tot-hom no és candidat. D'altra banda, els **procediments amb lent intraocular** poden ser sense retirar el cristal·lí normal (en casos d'ametropies molt altes) o després de l'extracció del cristal·lí (en cas de cataracta o l'inici d'aquesta, i també en casos de presbícia).

En definitiva, les possibilitats de correcció de les anomalies refractives al nostre abast avui són variades i diferents. Cadascuna té les seves indicacions i contraindicacions, i per això per a cada cas hi ha unes tècniques més recomanables que unes altres. L'anàlisi precisa i exhaustiva de les necessitats i les possibilitats individuals és una fase essencial prèvia per seleccionar la tècnica més adequada per a cada persona i optimitzar el resultat. ■

**DR. CARLOS TERUEL MAICAS**

Especialista oftalmòleg de la UCR de la Clínica Bofill



**CIRURGIA REFRACTIVA**  
AMB LASER D'ÚLTIMA GENERACIÓ

Correcció de la miopia, hipermetropia i astigmatisme

Clínica Bofill · Pare Claret, 20 · 17002 Girona · Tel. 972 22 03 03

*Dra. Maria Bozal - Dr. Jordi Tarrús*

*Dr. Narcís Tarrús - Dr. Joaquim Tarrús*

*Dr. Carlos Teruel - Dr. Josep Tibau*

*Dr. Joan M. Tibau*



# L'OBESITAT, OPTIMITZAR EL TRACTAMENT

L'obesitat és una malaltia crònica, amb una taxa d'implicats cada vegada major, i comporta un dels pitjors problemes de salut pública de la societat moderna. Davant l'alt índex de fracassos dels mètodes conservadors, apareixen noves tècniques destinades a contribuir al tractament d'aquesta malaltia. Entre aquestes podem trobar el baló gàstric, el mètode POSE (reducció d'estómac sense incisions) o la cirurgia bariàtrica.

A la Clínica Bofill hem analitzat tots els pacients que s'han sotmès a aquests tractaments des de l'octubre del 2014. Durant aproximadament aquests 5 anys, hem pogut ajudar més de 180 pacients, amb sobrepès des del grau II fins a obesitats extremes, a aconseguir els seus propòsits.

## BALÓ GÀSTRIC (IMC: 27-29,9)

És una opció a ser considerada per pacients amb obesitat que no responen a tractaments convencionals com ara la dieta, l'augment de l'activitat física i el tractament farmacològic. El baló gàstric serveix com a ajuda temporal especialment per aconseguir una pèrdua de pes i, d'aquesta manera, ajudar el pacient a canviar el seu estil de vida. Aquesta tècnica proporciona major sacietat, millor adherència al tractament i una reducció calòrica que ajuda a la pèrdua de pes.

Les últimes dades recollides mostren que el 100% dels pacients han reduït el seu pes, concretament entre un 10% i un 20% del seu pes inicial. Aproximadament, estariem parlant de 12 a 20 kg en els 4 mesos que dura el tractament.

## POSE (reducció d'estómac sense incisions) (IMC: 30-34,9)

És una tècnica menys invasiva que la bariàtrica, ja que es realitza mitjançant un endoscopi. Es tracta de fer uns plec al fundus gàstric amb l'objectiu de reduir la capacitat de volum de l'estómac, per avançar la sensació de sacietat i reduir la ingesta. El plantejament és



que durant el temps del tractament s'estableixen hàbits alimentaris saludables per tal de no recuperar aquest pes i guanyar salut, tant física com psicològica.

Pel que fa al tractament amb el mètode POSE, a la Clínica, en aquests darrers anys els resultats han sigut molt positius: el 99% dels pacients han perdut pes. En concret, de mitjana han perdut el 19,02% del seu pes inicial.

## Cirurgia bariàtrica (IMC: 35 o més)

Es tracta d'una tècnica indicada per a persones amb un índex de massa corporal superior a 35 kg/m<sup>2</sup> o persones amb obesitat amb patologies associades. L'objectiu principal d'aquesta tècnica és reduir la ingesta o bé modificar l'absorció, depenent de la cirurgia bariàtrica utilitzada.

Tenint en compte també les dades d'aquest últim any, podem concloure que el 100% dels pacients han reduït el seu pes. Aproximadament entre un 20% i 40% del seu pes inicial, en funció de les necessitats i el pes de cada pacient.

Aquestes dades ens il·lusionen per seguir treballant.

## UNA SOLUCIÓ PER A CADA PERSONA

La nostra varietat de tractaments ens permet dissenyar un pla a mida per a cada persona i aconseguir l'equilibri entre la pèrdua de pes i la seva qualitat de vida.

**enequilibri**




Unitat de Sobrepès i Obesitat  
de la **Clínica Bofill**



### Una solució per a cada persona

La nostra varietat de tractaments ens permet dissenyar un pla a mida per a cada persona i aconseguir l'equilibri entre la pèrdua de pes i la qualitat de vida.

#### TÈCNIQUES:

-  **BALÓ EL-LIPSE:**  
Sense cirurgia, ni endoscòpia, ni anestèsia
-  **POSE:**  
Reducció d'estómac sense incisions
-  **CIRURGIA BARIÀTRICA:**  
Sleeve i bypass gàstric

**Clínica Bofill Girona Centre** Rda. Sant Antoni Maria Claret, 20 - 17002 Girona - nutricio@clinicabofill.net

La primera visita és gratuïta! Demana hora al 972 20 43 50 (ext. 512)

[www.clinicabofill.net](http://www.clinicabofill.net)

# HE DE PREOCUPAR-ME SI TREMOLO?



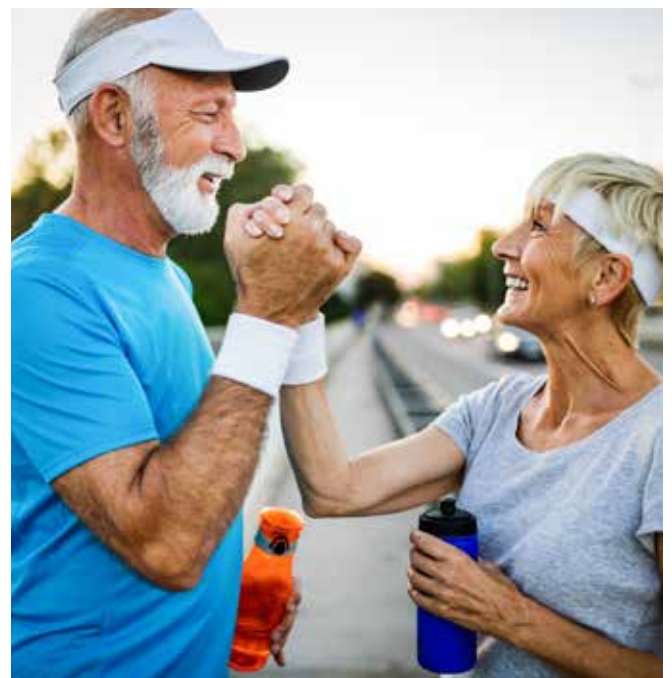
Al llarg de la vida, la majoria de les persones presentaran tremolor alguna vegada, encara que molts cops serà un tremolor ocasional. Diem que tremolem quan observem que una part del nostre cos mostra moviments oscil·latoris rítmics. Encara que el tremolor pot afectar qualsevol part del cos, les formes més freqüents de presentació són, per ordre decreixent, les extremitats superiors (sobretot les mans), la zona cefàlica (el cap i el coll) i les mandíbules, i amb menor freqüència es presenta en l'àmbit laringi, a les extremitats inferiors, al tronc i a la cara.

Per regla general, quan parlem de tremolor pensem en un adult i en la malaltia de Parkinson. No obstant això, el tremolor també és molt freqüent en els nens. En aquestes edats, generalment és un tremolor essencial, és a dir, benigne, i no associat a cap malaltia neurodegenerativa. Ara bé, si el tremolor és crònic i interfereix en la vida diària del nen (li impedeix escriure o dur a terme alguna altra activitat), seria convenient que l'avalués el pediatre.

lor. Les proves d'imatge cerebral se sol·liciten si se sospiten lesions vasculars, tumoracions o processos neurodegeneratius. Quan existeix una història familiar de malalties neurodegeneratives, ens podem plantejar fer estudis genètics.

“NO S’HA DE CONFONDRE EL TREMOLO ESSENCIAL AMB LA MALALTIA DE PARKINSON”

En l'edat adulta, la presència de tremolor també és freqüent i en la majoria dels casos sol tenir poca rellevància clínica, de manera que no és necessari realitzar proves complementàries diagnòstiques ni tractament mèdic. No obstant això, és recomanable la valoració d'un especialista, ja que en molts casos pot ser la primera manifestació d'un procés neurològic neurodegeneratiu o una altra malaltia cerebral o metabòlica. I és en aquests casos quan s'han de sol·licitar exploracions complementàries com ara anàlisis i, a vegades, proves d'imatge cerebral. Amb les anàlisis podem valorar i descartar malalties del tiroide, de la paratiroide, endocrines, dèficits vitamínics o toxicitat per alguna substància que puguin estar associats al tremo-



## “EL TREMOLOR ESSENCIAL EL PATEIX AL VOLTANT DEL 3% DE LA POBLACIÓ I SOL SER HEREDITARI”

La forma de presentació més freqüent del tremolor és el denominat tremolor essencial. El pateix al voltant del 3% de la població i sol ser hereditari. Es manifesta a les mans, al cap o a la veu. S'intensifica amb l'ansietat, l'estrès i la fatiga, així com amb el consum de cafeïna i alguns fàrmacs (amfetamines, liti, àcid valproic i diferents antidepressius), i disminueix amb alguns fàrmacs (propranolol i primidona). Com hem assenyalat anteriorment, quan parlem de tremolor, la primera preocupació és si estarà associat a la malaltia de Parkinson. Aquesta és la segona malaltia neurodegenerativa més freqüent, després de la malaltia d'Alzheimer. Es diagnostica per la presència de símptomes motors: tremolor en repòs, rigidesa, bradicinèsia (lentitud) i inestabilitat postural. No obstant això, les primeres manifestacions poden ser la pèrdua d'olfacte i el restrenyiment. En adults joves (fins als 55 anys) que comencin a presentar insomni, trastorns d'ansietat o símptomes depressius, hem de tenir-ho en compte a l'hora del diagnòstic i el tractament perquè són símptomes que també formen part de la malaltia de Parkinson i poden presentar-se diversos anys abans dels símptomes motors. En aquests casos, si es realitza una exploració exhaustiva ja podem detectar símptomes motors lleugers. Les manifestacions clíniques afecten en major o menor mesura les habilitats motores, de la comunicació i de l'ànim. L'estil de vida es torna més sedentari, i això repercuteix negativament en les activitats de la vida diària i del treball així com en les relacions personals familiars. Un diagnòstic precoç ajuda a prendre consciència de la malaltia,

fet que contribueix a realitzar un necessari canvi en el seu estil de vida i també a introduir un tractament farmacològic primerenc que corregeixi els símptomes motors i psicològics. Tot això afavoreix un increment de l'activitat mental i motora, que és una de les estratègies més eficaces per limitar la progressió de la malaltia i millorar la qualitat de vida.

Els hàbits de vida saludables són importants en totes les malalties, però sens dubte ho són més en la malaltia de Parkinson —i en les formes lleus i moderades—, ja que instaurar aquests hàbits pot modificar el curs de la malaltia. És molt beneficiós mantenir l'activitat i les relacions socials i practicar activitat física diàriament: caminar (marxa nòrdica, passejar, en una cinta), nedar, fer ioga, ballar o fer taitxí. Totes aquestes activitats han demostrat que milloren els símptomes motors, la inestabilitat postural i la mobilitat, i alguns altres beneficis addicionals. Així, per exemple, el ioga disminueix l'ansietat i els símptomes depressius, i la natació redueix el dolor.

Un altre aspecte molt important que no hem d'oblidar és seguir una dieta sana, equilibrada i rica en flavonoides, que estan presents àmpliament en les fruites i les verdures. Aquests posseeixen una gran activitat antioxidant que protegeix la membrana neuronal, i per això se'ls considera eficaços en la prevenció i el tractament tant de la malaltia de Parkinson com de la malaltia d'Alzheimer. ■



**DR. SECUNDÍ LÓPEZ POUSA**

Metge especialista en Neurologia a la CB



# TREBALL EN EQUIP, PILAR FONAMENTAL DEL TORN DE NIT

ENTREVISTA a **LELI ORTIZ**, infermera de nits de la Clínica Bofill Girona Centre.



Les infermeres i els infermers que treballen en l'horari nocturn compaginen la tasca assistencial i la necessitat de subministrar els tractaments amb el dret al descans dels pacients. És el cas de la Leli Ortiz, infermera assistencial a l'Àrea d'Hospitalització de la Clínica Bofill des de fa 21 anys. La Leli va començar al torn de dia i compaginava la seva tasca d'infermera amb la coordinació de formacions internes en l'àmbit de la salut. Ella sempre s'ha considerat un cul inquiet, i quan va començar a fer els torns nocturns va veure l'avantatge que comportava per fer totes les activitats del seu dia a dia.

## T'agrada treballar de nits?

A mi m'encanta treballar de nits. Ja quan estudiava em relaxava molt més estudiar a la nit que durant el dia. Aquí a la Clínica, durant la nit és diferent que durant el dia, tant pel nombre de professionals que hi som com per la manera de treballar, però això sí, molt preparats per a qualsevol emergència que pugui sorgir. En aquest sentit, sents com que la clínica és teva, el seu bon funcionament depèn del fet que la teva tasca sigui al màxim d'eficient, i per mi assumir aquesta responsabilitat és engrescador.

## Què és el més important del torn de nit?

El més important del torn de nit, sens dubte, és el treball en equip. La comunicació constant entre les persones que formem aquest equip és fonamental, perquè si a vegades no arribes a acomplir totes les tasques pendents sempre tens un company o una companya que et dona aquest cop de mà extra per assolir els objectius. Com que som un grup petit, podem fer pinya per ajudar-nos els uns amb els altres. La

confiança en els companys és clau en la nostra feina. Per tant, puc afirmar que el treball en equip és el pilar fonamental del torn de nit.

“L'ACOMPANYAMENT, LA PROXIMITAT I EL SILENCI SÓN MOLT IMPORTANTS DURANT LA NIT A L'HOSPITAL”

## Sempre sou el mateix equip?

El personal auxiliar i d'infermeria solem ser les mateixes persones en diferents combinacions, ja que a la nostra feina fem torns de deu hores. Ens coneixem molt bé entre nosaltres. Treballem una setmana 3 nits i a la següent 4 nits, però no més de dues nits seguides la mateixa setmana. Al final, amb els anys, acabes instaurant hàbits per poder dormir durant el dia i combinar l'activitat diürna. En el meu cas no tinc problemes, ja que no tinc responsabilitats, per tant ho estructuro a la meua manera. Això em permet fer altres activitats.

**A part de la teva tasca d'infermera, tens un perfil polifacètic, oi? Quines són les teves altres funcions dins la Clínica Bofill?**

Soc l'encarregada d'organitzar les formacions internes per als treballadors, tant per personal sanitari com administratiu de tots els centres de Clínica Bofill. M'encarrego de guiar els alumnes d'infermeria durant les seves pràctiques a l'hospital. Fa dos anys vaig treure'm l'especialitat d'infermera pediàtrica i també ofereixo classes de pediatria als pares que tindran o han tingut el seu nadó al nostre hospital. Els ofereixo consells de com alletar, com han de ser les cures els primers dies, quins hàbits han d'instaurar, etc.

**Com és treballar quan tothom dorm?**

Doncs és una feina constant. Molta gent es pensa que durant la nit els pacients dormen, i que tu també pots dormir, però no és així. A la nit és quan als pacients se'ls aguditza més el dolor, quan les persones grans es desorienten i a vegades volen sortir de l'habitació, quan les mares primerenques et consulten tots els dubtes dels primers dies, etc. La nostra tasca assistencial inclou també les possibles urgències mèdiques que sorgeixen, els parts de nadons i algunes operacions quirúrgiques que s'han hagut de programar al vespre. Vull dir que la visió que té la gent que ens passem la nit relaxats dista molt de la realitat.

“LA NOSTRA FEINA ESTÀ CENTRADA A OFERIR LA MÀXIMA QUALITAT ASSISTENCIAL ALS NOSTRES PACIENTS I ELS SEUS ACOMPANYANTS”

**El 2017 va ser l'Any del Pacient a la Clínica Bofill, quines millores es van implementar en l'assistència del pacient a les nits?**

Vam concentrar les activitats que portem a terme les infermeres —com l'administració de medicació, rutines de cures i mesures d'higiene— i així vam reduir a la meitat el nombre



de pacients que es desperten, amb la qual cosa es millora el descans de les persones hospitalitzades. Per exemple, vam adequar les pautes d'administració de fàrmacs respectant, sempre que fos possible, les hores que van de les dotze de la nit a les sis del matí, retardant o ampliant l'administració de medicació sempre que el pacient no tingui dolor; d'aquesta manera el pacient descansa millor.

Abans d'impulsar-lo, els pacients afirmaven que l'activitat d'infermeria era el principal factor que els trencava el son a la nit, seguit de les converses dels professionals i d'altres pacients, així com el soroll de portes, carros i timbres, o la il·luminació del passadís i l'habitació.

El projecte també inclou mesures per reduir estímuls ambientals com ara soroll i lluminositat, i conscienciar els pacients i els professionals de la importància d'un bon descans. ■



**Productes i maquinària de neteja per a professionals**  
[www.ambisist.com](http://www.ambisist.com) • 902 245 454



C/Tarragona, 68-70 • Pol. Ind. CASA NOVA • 17181 AIGUAVIVA (Girona) • Tel. 902 245 454 • Fax 972 245 444 • [info@ambisist.com](mailto:info@ambisist.com) • [www.ambisist.com](http://www.ambisist.com)

# ELS DIJOUS DE LA CÀTEDRA



Definitivament, amb els dijous culturals, aquest s'ha convertit en el dia de la setmana en què les ciències i les humanitats es troben a l'Auditori Josep Irla de Girona.

El cicle de "Pablo Picasso" va donar el tret de sortida a la intensa programació de les activitats culturals del curs acadèmic 2019-2020. Aquest cicle de conferències està dedicat a la vida i l'obra del pintor, i té al capdavant el Dr. Campo, metge assistencial de la Clínica Bofill. Ha constatat de vuit sessions i dues visites culturals al Museu Picasso de Barcelona, amb dinar inclòs al restaurant 4 Gats.



El 2019 ha començat amb un viatge cultural a Nàpols per conèixer les obres de Caravaggio. Un grup de 35 persones van poder gaudir durant sis dies de la contemplació d'obres d'art

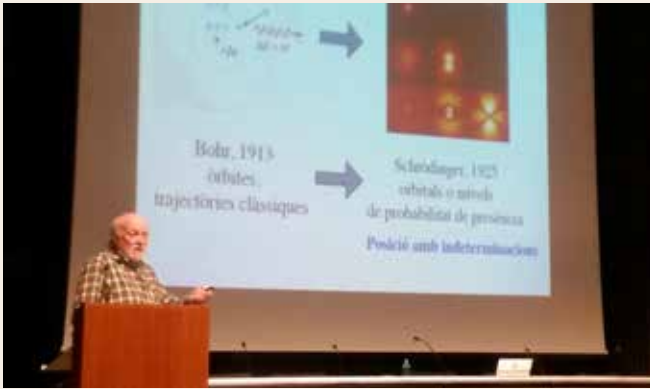
cabdals en la història de l'art occidental, però també de la gastronomia, els carrers i la gent de Nàpols i el seu voltant.



A més, tant el cicle de "Pablo Picasso" com el de "Literatura i Matemàtiques" han anat convivint amb les conferències més científiques. Per exemple, el febrer vam tenir l'oportunitat d'escoltar l'estreta relació que té el Dr. David Jou amb la física i com ha derivat en el camp de la poesia cap a aquesta disciplina. El març vam quedar impressionats amb els coneixements del Dr. Bramon sobre la física quàntica, que, com va titular, és enigmàtica i meravellosa. Vam tenir un ple absolut a la sala. I a l'abril vam tenir el privilegi d'escoltar la Dra. Carme Torras, que ens va parlar sobre la roboètica i la seva tasca en el món de la robòtica d'investigació.



Una altra sortida cultural ens va portar a visitar la Biblioteca Museu Víctor Balaguer, a Vilanova i la Geltrú, per veure un dels dipòsits del Museu Nacional del Prado més antics. Amb motiu de la celebració del bicentenari del Museu del Prado, aquesta exposició temporal ens ha mostrat la totalitat del dipòsit actual, que mai no es pot veure complet, i s'ha sumat a la commemoració recordant la presència centenària del Prado a Vilanova.



Aprofitant la jornada vam visitar el Cau Ferrat, a Sitges, on vam poder contemplar la casa-taller de Santiago Rusiñol, i vam complementar la visita amb el Museu de Maricel, una gran col·lecció d'escultura, pintura, mobiliari i arts de l'objecte dels períodes Romànic al Gòtic, fins a la figuració narrativa i l'abstracció contemporànies, amb les grans fites del Modernisme i el Noucentisme.

Paral·lament, als dijous de la Càtedra vam descobrir l'"Art a la gran pantalla», una proposta cinematogràfica documental que acostia a la gran pantalla la vida i l'obra d'alguns dels grans mestres de la història de l'art universal, com ara Van Gogh, Degas o Picasso.

I en tots els casos hem pogut conèixer l'opinió del públic assistent a les xerrades per ajustar-nos al màxim a les vostres preferències. ■

PROPERES ACTIVITATS: <https://catedra.clinicabofill.net>

### Venda al públic i per a empreses



Arilla Equipaments S.L.



Consumibles informàtics



Venda i instal·lació d'equips informàtics



Venda al detall i per a empreses de tot tipus d'articles de papereria



Mobiliari d'oficina



Muntatge i instal·lació d'oficines i despatxos



ofiexperts

Carrer Ultònia, 10

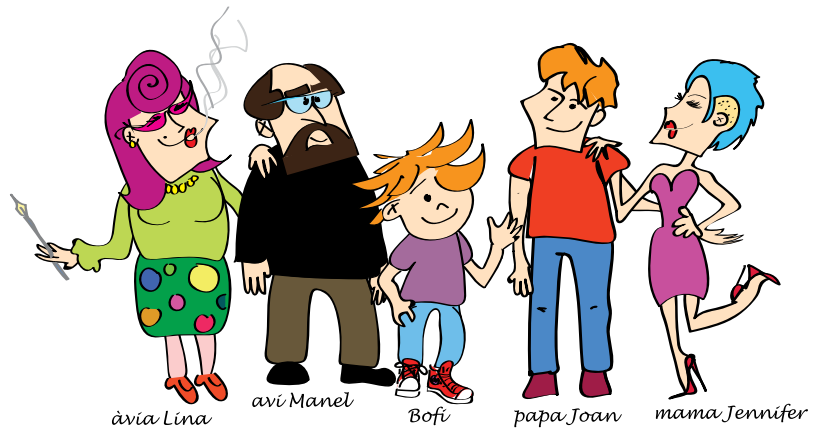
17002 Girona

Tel 972 20 10 87

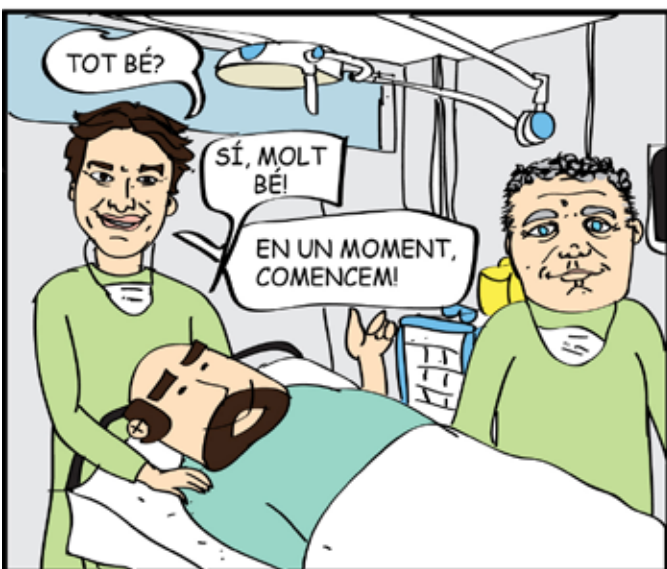
Fax 972 22 44 13

arfit1@ofexperts.es

En Bofi és el nen protagonista de les nostres historietes a les clíniques Bofill. L'acompanyen la seva família i molts altres amics!



## A L'AVI, LI TOCA REVISIÓ





# DIVNUM

GASTRONOMIA ARRELADA AL TERRITORI



Albereda, 7. Girona - T.872 08 02 18  
divinum@divinum.cat - divinum.cat

**nivell mitjà**

		6	8	3				4
5	4					3	8	7
				4				
				6				
9			4	7	3	8	5	6
	7	8				4		
					4			
		5						
	8	4	6	9	5		7	1

**nivell alt**

	9		8	3				7
3	7				2		5	6
								2
	2		3	7				5
5								
	4		5	6				3
		8	7					
4	5	2		9				
		7	4	8			2	9

**solució nivell mitjà**

1	2	3	4	5	6	7	8	9
8	7	6	1	2	3	4	5	9
5	3	9	7	8	4	6	1	2
3	1	7	6	5	2	8	4	9
9	5	8	3	4	7	1	2	6
2	6	4	8	9	1	3	5	7
6	9	1	2	7	5	4	3	8
4	8	3	9	1	6	2	7	5
7	2	5	7	3	8	6	9	1

**solució nivell alt**

6	2	5	3	8	7	4	1	9
8	3	4	1	6	9	2	5	7
1	9	7	5	2	4	8	3	6
3	1	2	8	9	5	6	7	4
7	4	9	6	1	2	3	8	5
5	8	6	7	4	3	9	2	1
2	6	3	4	5	1	7	9	8
9	5	8	2	7	6	1	4	3
4	7	1	9	3	8	5	6	2

Í	F	P	I	Q	Y	Ú	J	S	R	Ó	D	G	Ó	Á	Ó	É
Z	S	Í	Y	P	V	J	G	Ñ	W	C	N	D	J	V	L	Ï
H	U	F	M	B	P	G	E	Ñ	R	X	Z	G	X	Ü	Ñ	Ñ
Z	Í	Y	N	Ñ	C	T	É	Ñ	L	Z	Q	Ñ	Ñ	É	É	Í
Ü	N	K	C	B	A	Y	K	L	K	L	C	V	C	M	N	J
A	B	V	É	S	R	U	T	J	M	U	X	Y	P	A	Ü	Ñ
I	Y	E	E	R	N	G	A	M	U	L	Ó	S	A	R	Z	Ñ
Ñ	H	T	K	K	Í	C	D	F	R	Ñ	J	Z	N	Y	P	M
Í	C	Z	L	D	W	A	L	Ü	Ó	B	L	O	S	F	F	D
F	V	F	P	S	I	C	O	S	O	M	À	T	I	C	Ñ	F
E	L	Z	E	A	H	Z	O	J	H	J	B	O	E	H	W	S
Ñ	Ï	G	R	X	E	N	U	R	E	S	I	K	T	I	C	É
U	M	O	S	I	Í	F	Y	T	A	V	L	B	A	M	Í	W
E	P	L	O	G	O	R	R	E	A	G	N	F	T	R	E	T
X	S	Ó	N	A	D	C	W	I	L	Q	F	C	S	L	E	J
K	Z	A	A	V	I	N	G	O	F	Z	G	Í	P	F	Ñ	Q
D	J	F	O	Z	Ú	B	I	A	A	F	E	O	J	Ú	Í	K

**Descobreix el nom de 10 conceptes de psicologia amagats en aquesta sopa de lletres.**

1. PSICOSOMÀTIC
2. LÀBIL
3. PERSONA
4. ANSIETAT
5. ENURESIS
6. LOGORREA
7. ODI
8. TRET
9. ALFA
10. TIC



Unitat de Sobrepès i Obesitat  
de la **Clínica Bofill**

## Una solució per a cada persona

La nostra varietat de tractaments  
ens permet dissenyar un pla a mida  
per a cada persona i aconseguir  
l'equilibri entre la pèrdua de pes i  
la qualitat de vida.

### TÈCNIQUES:

 **BALÓ EL-LIPSE:** Sense cirurgia, ni endoscòpia, ni anestèsia

 **POSE:** Reducció d'estómac sense incisions

 **CIRURGIA BARIÀTRICA:** Sleeve i bypass gàstric

**La primera visita és gratuïta!**

Demana hora al **972 20 43 50** (ext. 512)

**[www.clinicabofill.net](http://www.clinicabofill.net)**

La Unitat també està disponible en els altres centres de Clínica Bofill

**Clínica Bofill Migdia**  
C. Migdia, 130-132 - 17002 Girona  
972 22 11 04

**Clínica Bofill Platja d'Aro**  
Av. S'Agaró amb c. Santiago Russinyol, s/n  
17250 Platja d'Aro - 872 59 80 00

**Clínica Bofill Figueres**  
C. Sant Llätzer, 4 (Plaça Triangular) - 17600 Figueres  
872 55 09 99



Fundada el 1929

**montepio**  
GIRONA  
mutualitat de salut

A Montepio Girona complim 90 anys,  
***90 anys cuidant de la família***



Especialistes en **assegurances de salut**.



La teva mutualitat **sense ànim de lucre**.



*et cuidem  
tota  
la vida*

972 486 486

[www.montepiogirona.com](http://www.montepiogirona.com)

GIRONA: C. Juli Garreta, 14 · FIGUERES: C. Ample, 18 · BANYOLES: Av. Països Catalans, 44

