


Famílies... parlem-ne
M. Jesús Comellas

Tenen escates les sardines

“Mira, mira què tinc al dit, és com un d’aquests lluentons que hi ha a les disfresses o que de vegades tenen les pintures que ens posem per fer teatre... rodonetes i petites que brillen molt. Però la tinc a la mà enganxada perquè he netejat sardines!” Com és possible que la canalla faci aquesta cara de sorpresa i d’incredulitat com si se’ls expliqués un conte dels més fantàstics? Perquè, sovint, la realitat és més fantàstica que els contes.

Continuant la conversa resulta que, de fet, no saben com són les sardines ni el gust que tenen. Això del peix no és gaire popular, i com que busquen mil maneres de presentar-lo als nens a l’hora de menjar-ne per “dissimular” que és peix (no fos cas que el rebutgessin), quan els en parles s’imaginin els peixos només com a filets, rectangles arrebossats, croquetes o altres formes que, de fet, gairebé els invisibilitzen. Una certa informació de com són els peixos la tenen, i els arriba pels “llibres de text, alguns vídeos o dibuixos animats” que, encara que poden donar informació “realista”, no entren en detalls i, per tant, la informació és més que parcial, per no dir que inclou massa detalls erronis. És freqüent que, tot i ser ja força grans, encara creguin que els calamars són peixos perquè viuen al mar, però resulta que no tenen espines i se’ls imaginin en forma de rodanxes! El coneixement de la sípia el tenen en forma de tires dins de l’arròs, però no saben que té un os que és esponjós i fràgil, però resistent a altes temperatures, i que es fa servir com a motllo per posar-hi metalls fosos. I que no fa tant temps anava molt bé per afinar els llapis.

Els animals de mar tenen el seu cos cobert per escates que lluen amb el sol i que podem tenir a les mans si busquem l’oportunitat de tocar-los, veure’n la forma o sentir aquella olor de mar i de peix que no se’n va fàcilment. Unes escates que poden tardar dos o tres dies a assecat-se i caure. I no ho sabien! Quina informació més interessant, oi? Cal recuperar aquesta informació vital i descobrir-la als més petits. Anar al mercat a redescobrir les olors, les parades plenes de gel i les persones que ens ensenyen com preparen el peix abans que ens el pugem menjar. Perquè potser sí que és difícil que t’agradi alguna cosa tan misteriosa que ni saps la forma que té.

Maria Jesús Comellas és doctora en psicologia i pedagoga



Antibiòtics, només quan cal

Per què és tan important **donar antibiòtics** a la canalla **només quan toca?** Busquem respostes

MARTA ESPAR

FOTO: F. MELCION / GETTY

El nen té febre, tos i mocs. La mare o el pare va a la farmàcia familiar i agafa un antibiòtic, en llegeix les instruccions i li dona la dosi indicada al prospecte per a la seva edat. Greu error: els antibiòtics són medicaments que només s’han de prendre quan els prescriu un metge. Donar-los perquè la simptomatologia del nen –també val per a l’adult– s’assembla a la d’aquella última vegada que n’hi van receptar pot ser nociu, tant per a la pròpia salut com per a la de la comunitat. Per què? “Quasi un 90% dels quadres infecciosos que apareixen en l’etapa infantil són virals, per la qual cosa no està indicat l’ús d’antibiòtics”, explica José Luis Bonal, pediatra i president de la Societat Espanyola de Pediatria Extrahospitalària i Atenció Primària (Sepeap). “Cal desterrar la idea que quan el nen té febre ha de prendre un antibiòtic, perquè només s’ha d’administrar si el pediatre ho considera oportú en funció del tipus d’infecció que presenti el pacient”.

Els metges ja fa anys que adverteixen sobre això i es considera que el mal ús s’ha reduït, gràcies sobretot al fet que les farmàcies, en els últims temps, ja no els venen sense recepta mèdica. “En l’actualitat, la majoria de vegades que un nen pren antibiòtics sense que el metge els hagi prescrit és per flascons de medicació existents al domicili que han sobrat

d’altres vegades, i que els pares administren en la creença que es tracta d’un procés similar a altres d’anteriors”, explica Josep de la Flor, pediatra d’atenció primària al CAP Vila Vella de Sant Vicenç dels Horts i vocal regional de la Sepeap. “Ningú hauria de rebre medicació antibiòtica sense un diagnòstic i una prescripció facultativa, perquè els antibiòtics només serveixen per tractar determinades malalties infeccioses produïdes per bacteris, que són una minoria dins la col·lecció d’infeccions que pateix un nen als seus primers anys de vida. La major part d’infeccions són produïdes per virus, es curen sense cap tractament i no tenen cap resposta als antibiòtics”, insisteix De la Flor.

Seguir les indicacions

En cas de considerar-se oportú el seu consum, el pediatre apunta que és importantíssim fer-ho “seguint escrupolosament les recomanacions

de dosificació, horaris i durada del tractament, i no interrompre’l abans del període que s’hagi prescrit, encara que el quadre clínic millori”.

També és erroni pensar: “L’hi dono per si de cas, ja que tampoc li farà cap mal”. Segons explica el doctor De La Flor, el mal ús d’aquests medicaments comporta una sèrie de riscos que bona part dels pares no coneixen: si mediquen ells el nen, no rebrà l’atenció mèdica que necessita per algun procés infecciosos potencialment seriós, es donarà una sensació de falsa seguretat que el nen ja està fent un tractament útil, pot patir efectes adversos innecessaris derivats del tractament i també es contribuirà a augmentar innecessàriament la despesa farmacèutica.

Però el més important és que, segons alerten les autoritats sanitàries, el mal ús dels antibiòtics està afavorint la inducció de resistències bacterianes, fenomen dramàtic pel qual els bacteris es fan resistents als antibiòtics,



PERILL. El mal ús d’aquests medicaments comporta riscos que bona part dels pares no coneixen.



que deixen de ser útils en moltes infeccions. “Hi ha algunes infeccions greus contra les quals no hi ha cap antibiòtic eficaç, i això és per culpa d’aquestes resistències”, afegeix aquest pediatre, que també posa xifres: “L’any 2013 van morir a Europa 25.000 persones per culpa d’infeccions produïdes per bacteris resistents a tots els antibiòtics disponibles”.

El perill d’abusar-ne

Miguel Vicente, investigador del Centre Nacional de Biotecnologia del Consell Superior d’Investigacions Científiques, ho explica de manera gràfica: “Els antibiòtics són compostos naturals produïts per alguns microbis per lluitar contra els bacteris que els envolten en el seu ambient, però a la naturalesa mai van servir per eliminar selectivament els agents patògens infecciosos fins que els vam començar a utilitzar com a medicaments. Tots els microbis que habiten en el mateix ambient competeixen pels escassos nutrients que hi ha. Per tant, si un d’aquests microbis aconsegueix produir un compost, un antibiòtic, que elimini els seus competidors i no a



ALERTA. Donar antibiòtics sense recepta pot ser perjudicial, perquè molts processos infecciosos són virals. Sempre cal que els recepti el pediatre.

ell, guanyarà avantatge per obtenir el seu aliment. Però, amb el pas del temps, els microbis que no produeixen antibiòtics han anat desenvolupant una estratègia defensiva: fer-se resistents a aquests compostos. Així neutralitzen l'avantatge que els productors han anat adquirint i eviten morir". Segons Vicente, aquesta estratègia s'ha jugat des de gairebé els orígens dels bacteris fins al present, i és el mateix joc que ha minvat l'eficàcia dels antibiòtics per lluitar contra les infeccions.

L'extensió del seu ús per combatre les infeccions i la seva utilització indiscriminada han tingut com a resultat que molts microbis patògens, abans sensibles als antibiòtics, hagin adquirit resistències. "El resultat és que ara moltes infeccions les produeixen bacteris resistents enfront d'un o més antibiòtics, cosa que significa que no es poden curar amb els medicaments disponibles, i el problema s'ha complicat fins al punt que hi ha bacteris resistents a gairebé qualsevol antibiòtic i que

no hi ha un antibiòtic que pugui eliminar tots els diferents patògens", conclou l'investigador.

El problema esdevé de salut pública, perquè la infecció és encara més greu quan ataca persones febles, ja sigui per edat avançada, per malaltia prèvia o per haver necessitat procediments quirúrgics importants. En les tres casos són persones en les quals les defenses naturals han disminuït.

"També és especialment greu el problema de la proliferació de patògens resistents als hospitals, on coincideix un ús important d'antibiòtics amb l'estada prolongada de pacients afeblits o ancians. Per això no són rares les infeccions, de vegades mortals, que ataquen els pacients que han estat hospitalitzats inicialment per raons que no tenen res a veure amb una malaltia infecciosa", conclou l'investigador del CSIC, també coordinador científic de DIVINOCELL, un dels projectes que finança la Comissió Europea per trobar nous antibiòtics. —

Quan i com s'han de prendre?

1. SEMPRE

Quan els ha prescrit un metge.

2. MAI

A partir de l'argument: "Crec que té els mateixos símptomes que quan li van receptar aquest antibiòtic".

3. TAMPOC

Perquè m'ho ha dit un familiar que en sap molt, d'aquestes coses".

4. DEPÈN

Perquè té febre o perquè té una infecció. Cal esperar al diagnòstic del personal mèdic, ja que durant la infantesa la major part de les infeccions són causades per virus, i els antibiòtics no serveixen.

5. COM

S'han de seguir escrupolosament les recomanacions de dosis, horaris i durada del tractament, i no s'ha d'interrompre abans d'hora, tot i que el quadre clínic millori.

Generalitat de Catalunya
Departament de Cultura

Museu d'Història
de Catalunya



Bon Nadal · Feliz Navidad · Bon Nadau · Merry Christmas · Joyeux Noël
2015

Activitats de Nadal al Museu

El Museu d'Història de Catalunya us proposa un seguit d'activitats per gaudir en família d'un Nadal amb molta història.

Més informació i reserves
a mhvisites.cultura@gencat.cat
o trucant al 932 254 244

Museu d'Història de Catalunya
Plaça de Pau Vila 3
08003 Barcelona
93 225 47 00 | www.mhcat.cat

Taller obert de Nadal

Al museu hem preparat un espai obert per a famílies amb nens i nenes entre 6 i 12 anys que vulguin descobrir com es vivien les festes d'hivern en altres temps i cultures del món. Entre d'altres, coneixereu que abans es decoraven les llars per celebrar el solstici d'hivern i es per això que ara tenim la tradició d'engalanar casa nostra amb decoració nadalenca.

Els participants en el taller faran diferents objectes de decoració que es podran endur a casa per decorar-la o bé regalar-los a algú durant aquestes festes de Nadal.

Dies: 24 i 30 de desembre i 2 de gener
Horari: de 10.30 a 13.30 h.
Preu: 4 €

Tarda de contes de Nadal

L'Agrupació Escolta Vadecontes prepara un càsting al museu: tots aquells i aquelles que vulguin formar-ne part hauran de superar un joc de pistes. I entre pista i pista, en un recorregut per les sales del museu, els caps de colla explicaran històries fascinants començant pels contes de tradició més antiga per arribar fins als més moderns.

Conèixeu la llegenda del Tió? I la del caganer? Sabeu perquè en Miquellet té por la nit de reis? I el conte del cavall blanc del rei?

Dies: 30 de desembre i 2 i 3 de gener
Horari: de 17 a 18 h.
Preu: Activitat gratuïta inclosa en el preu d'entrada al museu.