

Salut Mites populars

Reportatge

L'astènia primaveral o un altre mal inventat



L'augment de les temperatures i de les hores de llum provoca alteracions en algunes persones ■ JOHANNES EISELE / AFP

APATIA • Moltes persones se senten decaigudes amb el bon temps
METGES • Es neguen a fer-ne una malaltia i recomanen vida sana

Marta Ciércoles
 BARCELONA

Cansament, somnolència, falta de força, irritabilitat, apatia... un còctel de sensacions que, si coincideixen amb l'arribada del bon temps, no dubtem a aplegar sota el paraigua de l'astènia primaveral. La Societat Espanyola de Medicina de Família i Comunitària (semFYC) reconeix que l'augment de temperatures i l'increment d'hores de llum de la primavera provoquen en algunes persones alteracions físiques i de l'estat d'ànim que duren al voltant de dues setmanes. "Però això no vol dir que sigui una malaltia", aclareix el doctor Josep Espinosa, metge de família i vocal de la Societat Catalana de Medicina Familiar (Camfic). Els metges no

són partidaris de medicalitzar l'astènia primaveral. "No podem anar creant noves malalties i pensar que tot ha de tenir una solució mèdica", afirma Espinosa.

Els experts coincideixen que l'astènia primaveral té molt de mite dins de la cultura popular més moderna. "No en neguem l'existència, perquè, si se'n parla tant, és perquè molta gent té aquesta sensació, però no s'ha de considerar una malaltia ni hauria de ser motiu de consulta", insisteix Espinosa.

Aquest metge assegura que, de persones que es queixen de manca de forces, n'atenen tot l'any, i no tan sols a la primavera. D'altra banda, afirma que, precisament, és en aquests mesos quan la majoria dels pacients, sobretot els més grans i els crònics, es troben més bé i s'esta-

bilitzen. "Potser l'astènia primaveral afecta, sobretot, la gent en edat laboral, que quan arriba el bon temps preferiríem ser al carrer en lloc d'haver d'anar a la feina", apunta el metge.

En tot cas, per evitar al màxim les incomoditats de l'astènia primaveral, els metges recomanen seguir alguns hàbits de vida senzills i saludables: mantenir horaris regulars de son, sopars lleugers, fer exercici físic moderat, sortir a l'exterior en hores de llum i sol, seguir una dieta equilibrada i variada, mantenir un horari fix per als àpats, esmorzar sempre, evitar estimulants (alcohol, tabac, cafè, etc.), beure molta aigua, fer petits descansos durant la jornada laboral i evitar l'automedicació (això inclou també els complexos vitamínics). ■

SALUT

Les obres del nou Trueta, amb dos anys de retard

Elisabet Escriche
 GIRONA

Les obres del nou edifici de l'Hospital Josep Trueta de Girona, que havien de començar aquest any, no ho faran finalment fins a finals de l'any que ve o principis del 2010. Ho va confirmar ahir la consellera de Salut, Marina Geli, durant

la presentació de l'avantprojecte que va fer l'equip guanyador del concurs arquitectònic, MAP Arquitectos. Si es compleix el calendari, el nou hospital començarà a funcionar el 2013.

L'edifici tindrà més de 83.000 m², 30.000 més que l'actual, i costarà 220 milions d'euros. Tot i que la

planta d'hospitalització tindrà dotze pisos, "l'impacte volumètric serà menor que l'actual" perquè la resta de serveis comptaran només amb quatre plantes, dues d'elles subterrànies, segons va explicar l'arquitecte responsable del projecte, Josep Lluís Mateo.

El nou hospital comptarà amb 500 llits i el doble de

quiròfans i de places d'aparcament que l'actual —una de les reivindicacions del personal mèdic—. Alhora també tindrà un espai dedicat a la docència per als estudiants de la futura Facultat de Ciències de la Salut de la Universitat de Girona.

Mentre no sigui una realitat el projecte, el govern té previst ampliar alguns serveis que han quedat petits a l'actual Trueta, com l'Institut Català d'Oncologia. La intenció es posar mòduls prefabricats a l'aparcament de l'associació de minusvàlids MIFAS, just al costat de l'hospital. ■

TRIBUNALS



Jesús Díaz, el pare de la menor, en una de les compareixences que ha fet per tractar el seu cas amb la premsa ■ J. GARCIA / ARXIU

La nena amb fòbia al pare veurà la mare

■ L'Audiència li manté la custòdia al progenitor ■ Estableix amb caràcter immediat un règim de visites per a la mare

Jordi Panyella
 BARCELONA

La secció 18 de l'Audiència de Barcelona va resoldre ahir que la nena de Manresa que tenia aversió al seu pare segueixi vivint amb ell però estableix, amb "caràcter immediat", un règim de visites per a la mare. La sentència, l'última que redacta en aquest àmbit de família el veterà magistrat Enric Anglada abans de passar al TSJC, lamenta que la nena sigui víctima de "la desunió i litigiositat" dels pares i els demana que reconduixin aquesta actitud per aconseguir "un adequat desenvolupament" de la menor.

La sentència considera que no ha quedat prou acreditat que la menor fos víctima, al seu dia, de la síndrome d'alienació parental (SAP), tal com ho va observar una jutge de Manresa. Sí que considera, però, que la mare no va fomentar la relació de la filla amb el seu pare i que va mostrar "molt poca col·laboració". En aquest punt recorda els sis mesos que la dona va estar desapareguda amb la nena, amagant-la del pare i sense portar-la a l'escola.

L'Audiència dona per bona la decisió de la jutge

de Manresa que va donar la custòdia al pare, però considera que no hi havia motiu suficient per dictar que mare i filla no poguessin tenir contacte durant sis mesos, mentre es feia l'adaptació amb el pare.

Les xifres

38

hores podran conviure a partir d'ara la mare i la nena en caps de setmana alterns, segons el règim de visites establert a la sentència de l'Audiència de Barcelona.

6

mesos va estar desapareguda la mare amb la nena, sense portar-la a l'escola, motiu pel qual té obert un procés penal en un jutjat de Manresa.

La sentència resol que l'objectiu últim és aconseguir que la nena "entri en l'adolescència amb ple equilibri". El magistrat Anglada exhorta els pares a complir la sentència i apunta que en el futur el millor seria arribar a la custòdia compartida. ■