

GUIA DE LA SALUT 2021



Ajuntament del Masnou

Més que mai, enguany pren rellevància la *Guia de la salut*, que editem des de l'Ajuntament del Masnou per 22è any consecutiu. En aquests temps de pandèmia mundial i amb una crisi sanitària sense precedents, provocada per la COVID-19, tota informació relacionada amb serveis, professionals i entitats del món sanitari és rellevant.

Aquesta guia pretén ser un suport, amb consells que ajudin a gaudir d'una vida saludable, així com de contactes i serveis als quals recórrer en diferents àmbits, molts dels quals tocats directament per la crisi del coronavirus, com la salut mental. Us animo que completeu la informació que hi consta amb el seguiment de comptes oficials a les xarxes socials, per estar al corrent de totes les recomanacions i novetats.

Vull remarcar, una vegada més, la implicació dels i de les professionals de la Taula de Salut Comunitària. I vull aplaudir especialment també la tasca de professionals dels centres d'atenció primària del Masnou i d'Ocata, als quals fem i farem costat per a la prestació d'una atenció accessible i de qualitat de proximitat.

Jaume Oliveras
Alcalde

Fa més de vint anys que per aquestes dates es publica la *Guia de la Salut* actualitzada, com la que ara teniu a les mans. Aquest any, que la salut individual i col·lectiva ha pres tanta importància i s'ha reafirmat com el principal motiu de preocupació de la ciutadania, estem convençuts que aquesta *Guia* esdevindrà més útil que mai. Hi trobareu tota la informació dels centres que presten serveis sanitaris al nostre municipi, tant públics com privats, i també els diferents tipus de serveis relacionats, des de clíniques dentals fins a herboristeries. No volem deixar d'esmentar la relació de les entitats de l'àmbit de la salut del nostre poble, que també trobareu en aquesta *Guia*, les activitats de les quals enguany prenen més importància que mai.

És per aquest motiu que en aquesta edició us volem parlar de la recent creació de la Taula de Salut Comunitària (TASAC). Es va presentar a finals de febrer d'aquest any i dies després, com tots sabem, vam entrar en l'estat d'alarma a causa de la pandèmia. Durant tots aquests mesos hem estat en estret contacte amb el grup promotor de la TASAC, que ens ha assessorat en cada pas que hem anat fent sobre aquest tema des de l'Ajuntament i també ens ha ofert assessoraments sectorials, entre altres accions que podreu consultar a l'article.

També, com no pot ser de cap altra manera, sabent que és una eina de consulta de la qual disposareu tot l'any a casa, en aquesta *Guia* volem recalcar les mesures per protegir-nos i protegir els altres de la COVID-19. Si us plau, consulteu-les sovint. És important incorporar aquestes pautes al nostre subconscient per aconseguir doblegar la corba.

Finalment, enguany la persona entrevistada és la doctora Anna Carreras, cap del Servei d'Urgències de l'Hospital Germans Trias i Pujol i membre del grup promotor de la Taula de Salut Comunitària del Masnou.

Salut!

Yulay Martínez
Regidora delegada de Salut Comunitària

Índex

SERVEIS PRIVATS	
PROFSSIONALS DE LA MEDICINA	4
INFERMERIA	5
CENTRES MÈDICS	5
CLÍNQUES DENTALS	6
SERVEIS DE PODOLOGIA	6
SERVEIS DE PSICOLOGIA, LOGOPÈDIA I FONIATRIA	7
BENESTAR FÍSIC	8
COACHING	8
FISIOTERÀPIA I OSTEOPATIA	8
DIETÈTICA I HERBORISTERIA	9
RESIDÈNCIES GERIÀTRIQUES	9
CENTRES VETERINARIS	9
ALTRES	9
<hr/>	
SERVEIS PÚBLICS	
CENTRE D'ATENCIÓ PRIMÀRIA EL MASNOU	10
CENTRE D'ATENCIÓ PRIMÀRIA OCATA	11
SERVEI D'AMBULÀNCIA	12
CENTRE DE SALUT MENTAL D'ADULTS DEL MARESME SUD	12
CENTRE DE SALUT MENTAL INFANTIL I JUVENIL (CSMIJ)	12
CENTRE DE DESENVOLUPAMENT INFANTIL I ATENCIÓ PRECOÇ DEL MARESME (CDIAP) ..	12
CENTRE DE PREVENCIÓ I INTERVENCIÓ EN DROGODEPENDÈNCIES SPOTT.	
DIPUTACIÓ DE BARCELONA	12
CAS OCATA MASNOU	13
SERVEIS MUNICIPALS	13
<hr/>	
ENTITATS DE L'ÀMBIT DE LA SALUT	13
<hr/>	
FARMÀCIES. SERVEI FARMACÈUTIC DE GUÀRDIES	14
<hr/>	
RECOMANACIONS PER A UNA BONA SALUT	
ENTREVISTA ANNA CARRERES, CAP DEL SERVEI D'URGÈNCIES DE L'HOSPITAL	
GERMANS TRIAS I PUJOL	17
RECOMANACIONS GENERALS DE PREVENCIÓ ENFRONT DE LA COVID-19	20
TASAC. TAULA DE SALUT COMUNITÀRIA EL MASNOU	22

PROFESSIONALS DE LA MEDICINA

DRA. APARICIO SCHWAB, ANNA M.

Endocrinologia, dietètica, nutrició, medicina general, obesitat i cel·lulitis.

Certificats mèdics per a busseig, activitats subaquàtiques, carnet de conduir (tramitació immediata), nàutica, esportius, laborals, animals potencialment perillosos, seguretat privada, operador de grues i altres.

Centre Mèdic Fogo
Plaça de la Llibertat, 8-9
Telèfon: 93 540 92 56
Hores convingudes.

DR. CORBELLA ALONSO, JOSEP ENRIC

Medicina general. Especialista en medicina familiar i comunitària.

Centre Mèdic Pere Grau
C/ de Pere Grau, 40, bxs.
Telèfon: 93 555 35 78
cmedicperegrau@gmail.com
Hores convingudes.

DR. CUARTERO I OLONA, JOSEP M.

Medicina general i geriatria.

Certificats mèdics per al carnet de conduir, armes, nàutica, laborals, grues o animals potencialment perillosos.

Àgora Clínic Maresme
C/ de Navarra, 58
Telèfon: 93 555 03 51
Hores convingudes.

DR. FADEUILHE GRAU, CHRISTIAN

Psiquiatria infantil i d'adults, peritatges psiquiàtrics i valoració d'incapacitat laboral.

Centre Mèdic Fogo
Plaça de la Llibertat, 8-9
Telèfon: 93 540 92 56
Hores convingudes.

DR. GRANERO XIBERTA, XAVIER

Traumatologia.

Centre Mèdic Fogo
Plaça de la Llibertat, 8-9
Telèfon: 93 540 92 56
Hores convingudes.

DR. HUGUET AZNAR, LLUÍS

Medicina general i comunitària.

Certificats mèdics per a busseig, activitats subaquàtiques, carnet de conduir (tramitació immediata), nàutica, esportius, laborals, animals potencialment perillosos, seguretat privada, operador de grues i altres.

Centre Mèdic Fogo
Plaça de la Llibertat, 8-9
Telèfon: 93 540 92 56
Hores convingudes.

DR. MAURICIO CASANOVAS, JOAQUIM

Oftalmologia.

Centre Mèdic Àgora Clínic Maresme
C/ de Navarra, 58
Telèfon: 93 540 75 42
info@agoraclinicmaresme.com
Tardes de dilluns a divendres (excepte dimarts).
Matins: divendres.
Hores convingudes.

DR. OLIVÉ BOSCH, F. XAVIER

Traumatologia.

Centre Mèdic El Masnou (Tredic)
C/ d'Itàlia, 1
Telèfon: 93 555 52 53
Hores convingudes.
recepccio@gruptredic.com

DRA. PALOMAR, GISELA DR. RÍOS, CRISTIAN

Ginecologia, obstetrícia i atenció a parts.

C/ de Navarra, 58
Telèfon: 93 540 75 42 / 607 19 32 16
Hores convingudes.

DRA. PÉREZ NEGUERUELA, CAROLINA

Metgessa estètica, angiologia i cirurgia vascular.

Centre Mèdic Fogo
Plaça de la Llibertat, 8-9
Telèfon: 93 540 92 56
Hores convingudes.

DR. PUNSODA BOU, JOAQUIM

Traumatologia.

Centre Mèdic El Masnou (Tredic)
C/ d'Itàlia, 1
Telèfon: 93 555 52 53
recepccio@gruptredic.com
Hores convingudes.

DRA. VIÑAS VIÑALS, ESTHER

Medicina general.

Centre Mèdic El Masnou (Tredic)
C/ d'Itàlia, 1
Telèfon: 93 555 52 53
recepccio@gruptredic.com
Hores convingudes.

INFERMERIA

CASAS FOGO, ANNA

Serveis d'infermeria, anàlisis clíniques i electrocardiogrames.

Centre Mèdic Fogo
Plaça de la Llibertat, 8-9
Telèfon: 93 540 92 56
Hores convingudes.

CENTRES MÈDICS

ÀGORA CLÍNICA MARESME

Medicina general, oftalmologia, ginecologia, cirurgia general i de l'aparell digestiu, psiquiatria, psicologia, osteopatia, podologia, necessitats educatives especials i reeducació de l'escriptura (disgrafia), anàlisis clíniques, ECG, acupuntura, mesoteràpia.

Dietista nutricionista: Maria Ponsirenas.

Reflexologia podal, drenatge limfàtic, quiromassatge: Eva Asensi.

Renovacions per al carnet de conduir, d'armes i animals perillosos.

C/ de Navarra, 58
Telèfon: 93 540 75 42

CENTRE MÈDIC EL MASNOU (TREDIC)

Al·lèrgologia, anàlisis clíniques, cardiologia, cirurgia general i de l'aparell digestiu, cirurgia plàstica i reparadora, cirurgia vascular i angiologia, dermatologia, diagnòstic per la imatge, dietètica i nutrició, fisioteràpia i rehabilitació, ginecologia i obstetrícia, infermeria, medicina estètica, medicina de l'esport, neurofisiologia, neurologia, odontologia, oftalmologia, osteopatia, otorrinolaringologia, pediatria, podologia, psicologia, readaptació, reproducció assistida, traumatologia, urgències generals, urologia i andrologia.

Certificats mèdics per a carnet de conduir, nàutica, esportius, animals potencialment perillosos, seguretat privada, operador de grues i altres.

C/ d'Itàlia, 1
Telèfon: 93 555 52 53
recepccio@gruptredic.com
www.tredic.com

De dilluns a divendres, de 8 a 21 h.
Dissabtes, de 9 a 14 h.
Hores convingudes.
Pàrquing gratuït.

SERVEIS PRIVATS

CENTRE MÈDIC FOGO

Angiologia i tractament de varius, coaching personal, dietètica i nutrició, cardiologia, ECG, endocrinologia, estètica, fisioteràpia i rehabilitació, infermeria, medicina estètica, medicina de família, micropigmentació, podologia, psicologia, psiquiatria i traumatologia. Anàlisis clíniques (laboratoris Dr. Echevarne).

Certificats mèdics per a busseig, activitats subaquàtiques, carnet de conduir (tramitació immediata), nàutica, esportius, laborals, animals potencialment perillosos, seguretat privada, operador de grues i altres.

Plaça de la Llibertat, 8-9
Telèfon: 93 540 92 56
Fax: 93 555 40 84
centremedic@cmfogo.com

CENTRE MÈDIC PERE GRAU

Medicina general, medicina interna, logopèdia i foniatria, fisioteràpia, osteopatia, podologia, psicologia i tractaments d'estètica i fisioteràpia amb radiofreqüència Indiba. Visites mèdiques a domicili, inyectables, cures de ferides, infiltracions a articulacions i tendons, i infiltracions d'articulacions amb àcid hialurònic.

C/ de Pere Grau, 40, planta baixa
Telèfon: 93 555 35 78
cmedicperegau@gmail.com
Hores convingudes.

CLÍNiques DENTALS

CLÍNICA DENTAL DIAGO-DENT

Totes les especialitats i noves tècniques, com estètica dental amb zirconi i ortodòncia que no necessita extraccions, més ràpid i amb resultats espectaculars.

Av. de Joan XXIII, 110
Telèfon: 93 540 26 25
www.diagodent.com
Dimecres al matí, tancat.

CLÍNICA DENTAL DR. MARC CARNEADO

Odontologia general, ortodòncia nens i adults, implants, peridòncia, cirurgia, radiologia digital i pròtesis.

C/ de Jaume I, 73, bxs.
Telèfon: 93 540 45 01.
www.marccarneado.com
clinica@marccarneado.com

SERVEIS DE PODOLOGIA

CENTRE DE PODOLOGIA ANTEM

Podologia preventiva, esportiva, pediàtrica i geriàtrica; estudis biomecànics; tractaments ortopedològics i cirurgia de parts toves. Nou tractament amb làser per a fongs, berrugues, ulls de poll i làser terapèutic.

C/ de Flos i Calcat, 61 B
Telèfon: 93 540 38 36
www.podologiaantem.com
De dilluns a divendres, de 9.30 a 13 h i de 15.30 a 19 h. Dissabtes, de 9 a 13 h. Dimarts, tancat.

CENTRE PODOLÒGIC MASNOU

Podologia.

C. dels Ametllers, 8
Telèfon: 93 540 09 78 / 688 81 15 64

GÒMEZ MIRALLES, MARTA

Podologia.

Centre Mèdic Àgora Clínic Maresme
C/ de Navarra, 58
Telèfon: 93 540 75 42
Hores convingudes.

LLOPART ROS, ORNEL·LA

Podologia, exploració biomecànica, suports plantars, silicones, quiropòdies, i tractament de berrugues i fongs.

Centre Mèdic Fogo
Plaça de la Llibertat, 8-9
Telèfon: 93 540 92 56
Hores convingudes.

SERVEIS PRIVATS

SERVEIS DE PSICOLOGIA, LOGOPÈDIA I FONIATRIA

CARPIO, NÚRIA MASCLANS, JOSEP

Logopèdia i foniatria, dificultats del llenguatge oral i escrit, reeducació de la veu, dislèxia i teràpia miofuncional (deglució atípica), mètode d'entrenament de lectura Glifing. Psicologia per a adults i infantojuvenil, reeducacions psicopedagògiques, diagnòstics.

Centre Mèdic Pere Grau
C/ de Pere Grau, 40
Telèfons: 93 555 35 78 / 659 806 935 / 608 439 406

VINCLE ESPAI TERAPÈUTIC: PSICOLOGIA INFANTOJUVENIL I D'ADULTS

M. ANTÒNIA OLIVERAS I PONS
INÉS GARAT I CHIFFLET
YOLANDA TOLEDO CRUZ
ANTONIO SÁNCHEZ ALONSO

Psicologia clínica per a infants, adolescents i persones adultes. Dificultats escolars, diagnòstics, logopèdia i orientació familiar, tallers d'estratègies d'aprenentatge.

C/ de Santa Rosa, 16-20
Telèfon: 93 540 84 97

BURGUÉS BRUGUERA, MARTA

Psicologia.

Certificats mèdics per a busseig, activitats subaquàtiques, carnet de conduir (tramitació immediata), nàutica, esportius, laborals, animals potencialment perillosos, seguretat privada, operador de grues i altres.

Centre Mèdic Fogo
Plaça de la Llibertat, 8-9
Telèfon: 93 540 92 56
Hores convingudes.

CABRERA MIR, ROSA M.

Espai de consulta familiar. Diagnòstic i psicoteràpia per a infants, adolescents i persones adultes, orientació a pares i mares, dificultats escolars.

Tredic Centre Mèdic El Masnou
C/ d'Itàlia, 1
Telèfons: 93 555 52 53 / 660 240 571
Hores convingudes.

CONSULTA PSICOLOGIA EL MASNOU

MARTA TARRIDA TINOCO. Psicòloga general sanitària col·l. 15811.

Psicoteràpia d'adults i adolescents: trastorns d'ansietat (ansietat generalitzada, atacs d'angoixa, fòbies, etc.), trastorns depressius, trastorns adaptatius i/o moments vitals difícils (separacions, problemes laborals i/o familiars, dependència afectiva, dol i qualsevol canvi que genera malestar), trastorns alimentaris, problemes de socialització (timidesa, fòbia social, etc.), problemes de baixa autoestima i d'autoconfiança, TEPT (estrès posttraumàtic), assetjament sexual, laboral i/o escolar (actual o del passat amb conseqüències en l'actualitat), trastorns de personalitat, desenvolupament i creixement personal. Psicoteràpia infantil: acompanyament als infants i les seves famílies en els problemes emocionals que presenten durant el seu desenvolupament.

C/ de Joan Llampallas, 11
Telèfon: 654 696 972
marta@psicologiamasnou.com
www.psicologiamasnou.com
Hores convingudes.

BENESTAR FÍSIC

ESCOLA SHANKARA

**Pilates: Rehabilitació postural per a dolències i lesions físiques especialment d'esquena (classes privades i en grup).
Gimnàstica hipopressiva: Salut del sòl pèlvic i recuperació postpart (classes privades i en grup).
Ioga: Benestar emocional.
Classes en grup, entrenaments personals.**

C/ de l'Agricultura, 16, 1r 5a
Telèfons: 626 76 15 77 (Pilates, hipopressius, dansa)
i 629 71 59 83 (ioga)
Horaris matí i tarda.

COACHING

CASAS FOGO, ROBERT

Coaching personal, esportiu i professional.

Centre Mèdic Fogo
Plaça de la Llibertat, 8-9
Telèfon: 93 540 92 56
Hores convingudes.

FISIOTERÀPIA I OSTEOPATIA

BUSTOS CORTÉS, JULI

Osteòpata.

Àgora Clínic Maresme
C/ de Navarra, 58
Telèfon: 93 540 75 42

CENTRE MÈDIC PERE GRAU

ENRIC CORBELLA CARDONA
ÀLEX HORNA LÓPEZ
ELENA MORAGA GROEHN
MARIA MOREJUDO TEJERO

Practiquen les següents activitats: fisioteràpia, osteopatia, rehabilitació, electroteràpia amb radiofreqüència Indiba, tractaments estètics amb radiofreqüència Indiba.

C/ de Pere Grau, 40
Tel. 93 555 35 78
cmedicperegau@gmail.com

CORBELLA CARDONA, ENRIC

Fisioterapeuta col·legiat

Fisioterapeuta i rehabilitació amb tècniques d'osteopatia i radiofreqüència Indiba. Tractaments estètics amb radiofreqüència Indiba.

Centre Mèdic Pere Grau
C/ de Pere Grau, 40
Tel. 93 555 35 78
cmedicperegau@gmail.com

FISIOINNOVA: CENTRE DE FISIOTERÀPIA I SALUT

NACHO PÉREZ
Fisioterapeuta col·legiat amb el núm. 4559, professor nacional i internacional

Fisioteràpia enfocada a la resolució de lesions i disfuncions de l'aparell locomotor.

Referents en tractaments en rehabilitació i reeducació funcional de columna vertebral. Teràpia manual muscular i esquelètica. Tècniques manipulatives osteopàtiques estructurals i viscerales. Especialistes en l'àmbit de la fisioteràpia invasiva: punció seca, acupuntura mèdica. Neuromodulació percutània. Abordatge actualitzat del dolor. Exercici terapèutic i pautes de salut integrada.

C/ de Rosa Sensat, 8 (passatge de Sistres, local 1)
Telèfon: 699 053 054
www.fisioinnova.es
Horari: de dilluns a divendres, de 9 a 21 hores.

ROGER NAVARRO TERUEL

Fisioterapeuta, osteòpata i psiconeuroimmundèleg

Tractaments que afectin el sistema musculoesquelètic, tractament de dolor de causa mecànica i/o inflamatòria, disfuncions del sistema digestiu, hormonal, de base emocional, etc.

Àgora Clínic Maresme
C/ de Navarra, 58
Telèfon: 93 540 75 42

DIETÈTICA I HERBORISTERIA

DIETÈTICA I HERBORISTERIA ARRELS

Servei de naturòpata i dietista.

Mercat Municipal del Masnou.
Parada número 44
C/ d'Itàlia, 50
Telèfon: 93 540 27 85
Nova botiga en línia:
www.dieteticaierboristeriaarrels.com

RESIDÈNCIES GERIÀTRIQUES

CASA BENÈFICA DEL MASNOU

C/ del Rector Pineda, 12
Telèfons: 93 555 05 10 / 93 540 60 69
Fax: 93 540 60 71
cbmasnou@suport.org

MONTSENY

Fundació Sant Francesc d'Assís
C/ de Navarra, 181
Telèfon: 93 555 02 57
Fax: 93 540 33 82

CENTRES VETERINARIS

MARICEL VETERINARIS

Medicina general i preventiva, oftalmologia, cirurgia, radiologia, laboratori d'anàlisis clíniques propi i venda de pinsos.

C/ d'Almeria, 29
Telèfon: 93 555 49 72
cvmaricel@gmail.com
De dilluns a divendres, de 10 a 13.30 h i de 15 a 20 h.
Dissabtes, de 10 a 13.30 h.
Hores convingudes.

CENTRE VETERINARI OCATA

Medicina preventiva i curativa, anàlisis clíniques, diagnòstic per la imatge, cirurgia, nutrició animal, serveis per a la higiene canina i felina.

Av. de Joan Maragall, 19, local 1B
De dilluns a divendres, de 10 a 13 h i de 17 a 20 h. Dissabtes, de 10 a 13 h.
Telèfon: 93 555 13 73
Urgències: 607 072 797
cvocata@telefonica.net
www.facebook.com/centreveterinariocata
Instagram: [cv_ocata](https://www.instagram.com/cv_ocata)

CLÍNICA MARENY VETERINÀRIA

Domicilis, medicina interna, cirurgia, anàlisis i diagnòstic per la imatge.

C/ de Flos i Calcat, 53, bxs.
Telèfon: 93 555 18 81
www.marenyvet.com
De dilluns a divendres, de 10 a 20 h.
Dissabtes, de 10 a 14 h.

ALTRES

ASSOCIACIÓ DE TAXIS EL MASNOU

Servei 24 hores i 11 vehicles a la seva disposició. Servei de trasllat a centres d'atenció primària, farmàcies, clíniques i hospitals

Telèfon: 93 540 33 18

SERVEIS PÚBLICS

CENTRE D'ATENCIÓ PRIMÀRIA EL MASNOU

Horari: obert de 8 a 20 hores
C/ de Sant Miquel, 125
Telèfon: 93 555 74 11
Fax: 93 555 86 76

masnou.maresme.sanitat@gencat.cat
Per demanar cita prèvia per als serveis de medicina de família, pediatria i infermeria, es pot fer a través del telèfon de Sanitat Respon (93 326 89 01) o bé per Internet a través de www.gencat.net/ics les 24 hores del dia, tots els dies de l'any. Les revisions de pediatria del programa "Nen sa" només es poden concertar directament amb el centre de presencialment o per telèfon (93 555 74 11).

SERVEI D'ATENCIÓ CONTINUADA (ACUT)

C/ de Sant Miquel, 125, bxs.
Atesa la situació de pandèmia per COVID-19, l'horari actual és de 20 a 22 h els dies laborables i de 8 a 14 h dissabtes i diumenges. Fora d'aquest horari, es pot acudir al CUAP de Badalona, situat al Centre Dr. Robert de la plaça de la Medicina de Badalona. El telèfon d'atenció és de 20 a 8 h en dies laborables, i dissabtes i diumenges és el 061. (A causa de la pandèmia, aquesta informació pot canviar).

EQUIP DIRECTIU

DR. PASCUAL ROIG CABO (líder clínic, metge) Adjunt a la direcció.
CRISTINA DURAN OLLERO (líder clínic,

ca, infermera) Adjunta a la direcció.
ADAM MIRALTA BORDAS (referent gestió i serveis)

MEDICINA DE FAMÍLIA

DRA. ELENA HERNÁNDEZ
Matins: dimecres i dijous. Tardes: dilluns, dimarts i divendres (aquest últim rotatori)
DRA. LAURA NADAL COSTA
Matins: dimarts, dimecres i dijous. Tardes: dilluns
DR. FRANK PALACIOS CAMACHO
Matins: dilluns, dimarts i divendres. Tardes: dimecres i dijous
DR. MIGUEL A. DURAN
Matins: dimecres i dijous. Tardes: dilluns, dimarts i divendres (aquest últim rotatori)
DR. EDUARDO G. VALVERDE
Matins: dimecres. Tardes: dilluns, dimarts, dijous i divendres
DRA. DOLORS ÀLVAREZ RODRÍGUEZ
Matins: dilluns, dimarts, dijous i divendres. Tardes: dimecres
DRA. TERESA RAMA MARTÍNEZ
Matins: dilluns, dimarts, dimecres i divendres. Tardes: dijous

INFERMERIA

MAITE MONLEÓN DURAN (Diplomada en Infermeria). Matins: dilluns, dimarts, dimecres i divendres. Tardes: dijous.
ISABEL LUJÁN BARRIOS (Diplomada en Infermeria). Matins: dimecres, dijous i divendres. Tardes: dilluns i dimarts.
ROSA MÓNICA BLANCO (Diplomada en Infermeria). Matins: dilluns,

dimarts i dijous. Tardes: dimecres i divendres (aquest últim rotatori)
ESTER SERRANO (Diplomada en Infermeria). Matins: dilluns, dimarts i dijous. Tardes: dimecres i divendres.
JORDI TOLO SOLER (Diplomat en Infermeria). Matins: divendres. Tardes: dilluns, dimarts, dimecres i dijous.
AMAIA ASENJO (Diplomada en Infermeria). Matins: dimecres i dijous. Tardes: dilluns, dimarts i divendres (aquest últim rotatori).
JAVIER ORTEGA CEJAS (Diplomat en infermeria). Matins: dilluns, dimarts i dimecres. Tardes: dijous i divendres

PEDIATRIA

DRA. ISABEL LLUCH BOADA. Matins: dilluns, dimarts, dimecres i dijous.
DRA. ANA CONCEPCIÓN GARCÍA LÓPEZ. Matins: dilluns, dimarts, dimecres i divendres. Tardes: dijous.
DRA. OSIRIS RODRÍGUEZ VALDÉS. Matins: dimecres i dijous. Tardes: dilluns, dimarts i divendres.
DRA. GLADYS FERNÁNDEZ COUCE. Matins: divendres. Tardes: dilluns, dimarts, dimecres i dijous.

INFERMERIA DE PEDIATRIA

FLORENCIA VILLANOVA VILLANOVA (Diplomada en Infermeria). Matins: dilluns, dimarts, dimecres, dijous i divendres.
TERESA DE JESÚS FERNÁNDEZ PÉREZ (Diplomada en Infermeria) Matins: dilluns, dimecres i divendres. Tardes: dimarts i dijous.
SHEILA MENDES JASTES (Diplomada en Infermeria). Matins: dimecres,

SERVEIS PÚBLICS

dijous i divendres. Tardes: dilluns i dimarts.
SÍLVIA BERNÁRDEZ CARRACEDO (Diplomada en Infermeria). Matins: dimarts i dijous. Tardes: dilluns, dimecres i divendres.
MARIA GUANYABENS LLONGUERAS (Diplomada en infermeria). Matins: dilluns i dimarts. Tardes: dimecres, dijous i divendres

TREBALLADORA SOCIAL

DOLORS FUGUET IBÁÑEZ
Dilluns, dimarts, dimecres, dijous i divendres, de 9 a 14 h.

CENTRE D'ATENCIÓ PRIMÀRIA OCATA

Horari: obert de 8 a 20 hores
C/ del Torrent Can Gaio, 17
Telèfon del centre: 93 540 78 90
Fax: 935 558 676
eapocata.mn.ics@gencat.cat
Per demanar cita prèvia per als serveis de medicina de família, infermeria i odontologia, es pot fer a través del telèfon de Sanitat Respon (93 326 89 01) o bé per Internet a través de www.gencat.net/ics les 24 hores del dia, tots els dies de l'any.

SERVEI D'ATENCIÓ CONTINUADA (ACUT)

Ubicat al CAP El Masnou (c/ de Sant Miquel, 125, bxs.)
Atesa la situació de pandèmia per

COVID-19, l'horari actual és de 20 a 22 h els dies laborables i de 8 a 14 h dissabtes i diumenges. Fora d'aquest horari es pot acudir al CUAP de Badalona, situat al Centre Dr. Robert de la plaça de la Medicina de Badalona.
El telèfon d'atenció és de 20 a 8 h en dies laborables, i dissabtes i diumenges és el 061. (A causa de la pandèmia, aquesta informació pot canviar)

EQUIP DIRECTIU

DRA. MARIA VIÓZQUEZ MEYA (directora, metgessa de família)
CRISTINA DURAN OLLERO (líder clínica, infermera)
ÀNGELS COMPANYS GANDIA (referent GIS Ocata)

MEDICINA DE FAMÍLIA

DR. ÒSCAR PEDREIRA. Matins: Dilluns, dimarts, dimecres i divendres. Tardes: Dijous
DR. TONI ESCOBAR. Tardes: dimecres.
DRA. ANTONIA OCAÑA PADILLA. Matins: dilluns, dimecres i dijous. Tardes: dimarts i divendres.
DRA. EVA NEBOT MOLINA. Tardes: dilluns.
DRA. ESTHER VALENTÍN. Tardes: dilluns.

INFERMERIA

JAVIER FARIÑA (Diplomat en Infermeria). Matins
SÍLVIA PUERTO (Diplomada en Infermeria). Matins: dimecres i dijous.

Tardes: dilluns, dimarts i divendres.
MONTSE DOMÍNGUEZ (Diplomada en Infermeria). Tardes: dimecres
CONCHA PICO CASTELLANO (Diplomada en Infermeria). Tardes.
FINA DIVINS RIVERA (Diplomada en Infermeria). Tardes: dijous.

SERVEI D'ODONTOLOGIA

DRA. PATRICIA CAÑEDO ROBAINA
Matins: dilluns, dimarts, dimecres, dijous i divendres. Tardes: dimecres i dijous.
Per demanar visita heu de trucar al 93 326 89 01 o per Internet a www.gencat.cat/ics.
A causa de la pandèmia, la visita presencial la gestiona el professional sanitari, previ contacte amb l'usuari.

ATENCIÓ A LA SALUT SEXUAL I REPRODUCTIVA (ASSIR)

DRA. DOLORS BOTEY VELO (Ginecòloga). Matins: dimarts, dimecres, dijous i divendres. Tardes: dilluns.
ROSER BARRERA I VILA (Llevadora). Matins: dilluns. Tardes: dilluns, dimarts, dimecres i dijous.
MARTA XIVILLE SOLER (Llevadora). Dilluns, dimecres, dijous i divendres, de 9 a 15 h.
Seguiment de l'embaràs. Ginecologia, planificació familiar, detecció de malalties de transmissió sexual (MTS), i prevenció i detecció del càncer de mama i ginecològic.
Visites concertades ASSIR: tel. 93 554 78 97

SERVEIS PÚBLICS

SERVEI D'AMBULÀNCIA

061 CatSalut Respon
112 Emergències

CENTRE DE SALUT MENTAL D'ADULTS DEL MARESME SUD

C/ del Torrent Can Gaio, 17, 1a planta
Telèfon: 93 555 55 54
Fax: 93 540 45 43
csm-msud@ctm-salutmental.com
Cita prèvia amb full de derivació.
Servei d'atenció: de dilluns a divendres. Les tardes dels dimarts i divendres, tancat.
Director mèdic: DR. GUILLEM HOMET I MIR
Cap del servei: DR. JOAN RIERA I SERRANO
Servei de psiquiatria: DR. JOAN RIERA, DR. VALENTÍ AGUSTÍ, DRA. GRACIELA N. ELOSEGUI, DR. JULIO A. COMPANYY, DRA. SANDRA CEPEDELLO i DRA. M. PILAR HURTADO
Servei de psicologia: EMILIO FAIRE, SILVIA MIGUEL, ROSER CIVIT I LAURA NOTARIO
Diplomat en infermeria: CARLES MONTES i NATÀLIA SOLER
Diplomada en treball social: CARME HITÀ

CENTRE DE SALUT MENTAL INFANTIL I JUVENIL (CSMIJ)

C/ del Torrent Can Gaio, 17, 1a planta
Tel. 93 741 77 87 ext. 4791 (dilluns, dimecres i divendres).
Derivació feta pel metge de capçalera/pediatra de zona del seu CAP.
Cap del Servei de Psiquiatria CSDM (Consorti Sanitari del Maresme): JOSEP CAÑETE CRESPILO.
Cap del Servei de Psiquiatria Infantil CSDM (Consorti Sanitari del Maresme): PALOMA VARELA CASAL
Psiquiatria infantil: DANIELA TENORIO (psiquiatra). PALOMA VARELA (psiquiatra)
Psicologia infantil: HUGO GUILLÉN RODRIGO (psicòleg). NEUS ESPERABÀ (psicòloga). CAROL AMAT (psicòloga). ROSA GUÀRDIA (psicòloga)
Diplomat en infermeria: JAVIER PITA
Diplomada en treball social: MONTSERRAT HERGUETA
Administració: BLANCA FONT

CENTRE DE DESENVOLUPAMENT INFANTIL I ATENCIÓ PRECOÇ DEL MARESME (CDIAP)

Centre especialitzat en el desenvolupament infantil que atén famílies amb infants entre 0 i 6 anys amb dificultats evolutives o amb risc de patir-ne, prioritzant l'atenció a infants entre 0 i 3 anys.
C/ de Sant Felip, 2, 3a planta (Can Malet).
Cita prèvia trucant al telèfon: 93 790 24 47 (seu central, Mataró); 93 540 71 39 (antena sud, el Masnou) www.fundacionmaresme.cat / cdiaponline/
(Per a consultes en línia sobre temes relacionats amb la criança i el desenvolupament de nens i nenes d'entre 0 i 6 anys)

CENTRE DE PREVENCIÓ I INTERVENCIÓ EN DROGODEPENDÈNCIES SPOTT. DIPUTACIÓ DE BARCELONA

ÀREA DE COHESIÓ SOCIAL, CIUTADANIA I BENESTAR
Atenció als adolescents i joves i les seves famílies.
C/ de Sant Honorat, 5 (08002 Barcelona)
Telèfon: 93 402 28 80
spott@diba.cat
www.diba.cat/web/spott
De dilluns a divendres, de 8 a 20 h.

SERVEIS PÚBLICS

CAS OCATA MASNOU

És un servei públic i gratuït, inclòs dins la Xarxa d'Atenció a les Drogodependències de la Generalitat de Catalunya. Presta servei d'informació, orientació i tractament a totes les persones que presenten un trastorn per ús de substàncies.

Torrent Can Gaio, 17, 1a planta (El Masnou)
Telèfon: 93 741 77 87
Horari: dimarts i dijous, de 8.30 a 15 h.

SERVEIS MUNICIPALS

SERVEI BÀSIC D'ATENCIÓ SOCIAL
Informació, orientació i assessorament. Prestacions de serveis i econòmiques. Suport a famílies i infància. Serveis d'atenció domiciliària (SAD): serveis d'atenció a la persona, servei d'atenció a la llar, ajudes tècniques i serveis de teleassistència.
C/ de Roger de Flor, 23
Tel. 93 557 18 00.
Visites concertades.

OFICINA MUNICIPAL D'INFORMACIÓ DE CONSUM (OMIC)

Consultes i tramitació de denúncies i reclamacions en matèria de consum. Primera atenció i recepció de documentació a l'OAC.

Concertació de visites: Telemàtica - ment a <https://citaprevia.gestorn.com/elmasnou/#nbb>. Per telèfon al 93 557 18 00
C/ de Roger de Flor, 23
Tel. 93 557 18 00
omic@elmasnou.cat

CEMENTIRI

Telèfon: 93 555 76 02
Encarregat: Sr. Renter
Horari d'hivern, de l'1 d'octubre al 31 de març: els dimarts i dijous, de 15 a 18 h. Horari d'estiu, de l'1 d'abril al 30 de setembre: els dimarts i dijous, de 16 a 19 hores. El mes d'agost obre només els dijous, de 16 a 19 h. Tots els diumenges de l'any, de 9.30 a 13 h. Si un dimarts o dijous és festiu, l'horari és de 9.30 a 13 h.

ENTITATS DE L'ÀMBIT DE LA SALUT

CREU ROJA DEL MASNOU, ALELLA I TEIÀ

Ctra. N-II, km
Telèfon: 63693 555 21 21
elmasnou@creuroja.org

ESQUIMA - ASSOCIACIÓ DE FAMILIARS DE PERSONES AMB MALALIA MENTAL

C/ de Mn. Cinto Verdager, 53, bxs.
Telèfon: 93 540 43 38
esquima@esquima.org

ASSOCIACIÓ PRO-DISMINUÏTS PSÍQUICS DEL MASNOU (DISMA)

Av. de Joan XXIII, 13-15
Telèfon: 93 540 29 59
disma@disma.cat

ASSOCIACIÓ DE PERSONES AMB DISMINUCIÓ FÍSICA DEL MASNOU (ADDFEM)

addfem@gmail.com
www.addfem.blogspot.com.es

ASSOCIACIÓ AFIBROMARE MASNOU - MALALTIES DEL DOLOR

Telèfon: 93 557 18 80
afibromaremasnou@gmail.com

FUNDACIÓ EL MARESME

Telèfon: 93 540 02 77
www.fundmaresme.cat
cantarga@fundmaresme.cat

FUNDACIÓ EL MOLÍ D'EN PUIGVERT

C/ del Doctor Josep Agell, 11
Telèfon: 93 115 50 60
www.fundaciomoli.org

ASSOCIACIÓ HELPING CÀNCER

Web mèdic acreditat.
www.helpingcancer.tv
info@helpingcancer.tv

ASSOCIACIÓ TREBALL DE VIDA - ASSOCIACIÓ D'AFECTATS D'ESCLEROSI MÚLTIPLE DEL BARCELONÈS NORD I MARESME

C/ de Jaume I, 113, 1r 1a
Telèfon: 634 268 483
treballdevida@gmail.com

SERVEI FARMACÈUTIC DE GUÀRDIES DEL MASNOU 2021

DIES FESTIUS

Informació dels torns de guàrdies per contestador automàtic: **93 555 33 08 - 93 555 04 03**

GENER	FEBRER	MARÇ	ABRIL	MAIG	JUNY	JULIOL	AGOST	SETEMBRE	OCTUBRE	NOVEMBRE	DESEMBRE
	1 Dl OCATA	1 Dl DOMÍNGUEZ								1 Dl VIAMAR	
	2 Dt RIERA	2 Dt AYMAR			1 Dt OCATA					3 Dt DOMÍNGUEZ	
	3 Dc FABREGAS	3 Dc OCATA			2 Dc RIERA			1 Dc FABREGAS		3 Dc AYMAR	1 Dc VIAMAR
	4 Dj VIAMAR	4 Dj RIERA	1 Dj FABREGAS		3 Dj FABREGAS	1 Dj OCATA		2 Dj VIAMAR		4 Dj OCATA	2 Dj DOMÍNGUEZ
1 Dv AYMAR	5 Dv DOMÍNGUEZ	5 Dv FABREGAS	2 Dv FABREGAS		4 Dv VIAMAR	2 Dv RIERA		3 Dv DOMÍNGUEZ	1 Dv FABREGAS	5 Dv RIERA	3 Dv FABREGAS
2 Ds RIERA	6 Ds AYMAR	6 Ds VIAMAR	3 Ds FABREGAS	1 Ds AYMAR	5 Ds DOMÍNGUEZ	3 Ds FABREGAS		4 Ds AYMAR	2 Ds VIAMAR	6 Ds FABREGAS	4 Ds OCATA
3 Dg RIERA	7 Dg AYMAR	7 Dg VIAMAR	4 Dg FABREGAS	2 Dg AYMAR	6 Dg DOMÍNGUEZ	4 Dg FABREGAS	1 Dg OCATA	5 Dg AYMAR	3 Dg VIAMAR	7 Dg FABREGAS	5 Dg OCATA
4 Dl OCATA	8 Dl RIERA	8 Dl AYMAR	5 Dl RIERA	3 Dl RIERA	7 Dl RIERA	5 Dl DOMÍNGUEZ	2 Dl AYMAR	6 Dl RIERA	4 Dl AYMAR	8 Dl DOMÍNGUEZ	6 Dl DOMÍNGUEZ
5 Dt FABREGAS	9 Dt FABREGAS	9 Dt OCATA	6 Dt VIAMAR	4 Dt FABREGAS	8 Dt FABREGAS	6 Dt AYMAR	3 Dt VIAMAR	7 Dt FABREGAS	5 Dt OCATA	9 Dt AYMAR	7 Dt AYMAR
6 Dc FABREGAS	10 Dc VIAMAR	10 Dc RIERA	7 Dc DOMÍNGUEZ	5 Dc VIAMAR	9 Dc VIAMAR	7 Dc OCATA	4 Dc DOMÍNGUEZ	8 Dc VIAMAR	6 Dc RIERA	10 Dc OCATA	8 Dc AYMAR
7 Dj VIAMAR	11 Dj DOMÍNGUEZ	11 Dj FABREGAS	8 Dj AYMAR	6 Dj DOMÍNGUEZ	10 Dj DOMÍNGUEZ	8 Dj RIERA	5 Dj OCATA	9 Dj DOMÍNGUEZ	7 Dj FABREGAS	11 Dj RIERA	9 Dj OCATA
8 Dv DOMÍNGUEZ	12 Dv AYMAR	12 Dv VIAMAR	9 Dv OCATA	7 Dv AYMAR	11 Dv AYMAR	9 Dv FABREGAS	6 Dv AYMAR	10 Dv FABREGAS	8 Dv VIAMAR	12 Dv FABREGAS	10 Dv RIERA
9 Ds AYMAR	13 Ds OCATA	13 Ds DOMÍNGUEZ	10 Ds RIERA	8 Ds OCATA	12 Ds OCATA	10 Ds VIAMAR	7 Ds FABREGAS	11 S OCATA	9 Ds DOMÍNGUEZ	13 Ds VIAMAR	11 Ds FABREGAS
10 Dg AYMAR	14 Dg OCATA	14 Dg DOMÍNGUEZ	11 Dg RIERA	9 Dg OCATA	13 Dg OCATA	11 Dg VIAMAR	8 Dg FABREGAS	12 Dg OCATA	10 Dg DOMÍNGUEZ	14 Dg VIAMAR	12 Dg FABREGAS
11 Dl VIAMAR	15 Dl FABREGAS	15 Dl OCATA	12 Dl DOMÍNGUEZ	10 Dl FABREGAS	14 Dl VIAMAR	12 Dl AYMAR	9 Dl RIERA	13 Dl FABREGAS	11 Dl RIERA	15 Dl AYMAR	13 Dl DOMÍNGUEZ
12 Dt DOMÍNGUEZ	16 Dt VIAMAR	16 Dt RIERA	13 Dt AYMAR	11 Dt VIAMAR	15 Dt RIERA	13 Dt OCATA	10 Dt OCATA	14 Dt VIAMAR	12 Dt RIERA	16 Dt OCATA	14 Dt AYMAR
13 Dc AYMAR	17 Dc DOMÍNGUEZ	17 Dc FABREGAS	14 Dc OCATA	12 Dc DOMÍNGUEZ	16 Dc OCATA	14 Dc RIERA	11 Dc VIAMAR	15 Dc DOMÍNGUEZ	13 Dc FABREGAS	17 Dc RIERA	15 Dc OCATA
14 Dj OCATA	18 Dj AYMAR	18 Dj VIAMAR	15 Dj RIERA	13 Dj AYMAR	17 Dj VIAMAR	15 Dj FABREGAS	12 Dj DOMÍNGUEZ	16 Dj AYMAR	14 Dj VIAMAR	18 Dj FABREGAS	16 Dj RIERA
15 Dv RIERA	19 Dv OCATA	19 Dv DOMÍNGUEZ	16 Dv FABREGAS	14 Dv OCATA	18 Dv DOMÍNGUEZ	16 Dv VIAMAR	13 Dv FABREGAS	17 Dv OCATA	15 Dv DOMÍNGUEZ	19 Dv VIAMAR	17 Dv FABREGAS
16 Ds FABREGAS	20 Ds RIERA	20 Ds AYMAR	17 Ds VIAMAR	15 Ds RIERA	19 Ds AYMAR	17 Ds DOMÍNGUEZ	14 Ds RIERA	18 Ds RIERA	16 Ds AYMAR	20 Ds DOMÍNGUEZ	18 Ds VIAMAR
17 Dg FABREGAS	21 Dg RIERA	21 Dg AYMAR	18 Dg VIAMAR	16 Dg RIERA	20 Dg AYMAR	18 Dg DOMÍNGUEZ	15 Dg RIERA	19 Dg RIERA	17 Dg AYMAR	21 Dg DOMÍNGUEZ	19 Dg VIAMAR
18 Dl DOMÍNGUEZ	22 Dl VIAMAR	22 Dl RIERA	19 Dl AYMAR	17 Dl VIAMAR	21 Dl DOMÍNGUEZ	19 Dl OCATA	16 Dl DOMÍNGUEZ	20 Dl VIAMAR	18 Dl RIERA	22 Dl OCATA	20 Dl FABREGAS
19 Dt AYMAR	23 Dt DOMÍNGUEZ	23 Dt FABREGAS	20 Dt OCATA	18 Dt DOMÍNGUEZ	22 Dt VIAMAR	20 Dt RIERA	17 Dt AYMAR	21 Dt DOMÍNGUEZ	19 Dt FABREGAS	23 Dt RIERA	21 Dt VIAMAR
20 Dc OCATA	24 Dc AYMAR	24 Dc VIAMAR	21 Dc DOMÍNGUEZ	19 Dc AYMAR	23 Dc OCATA	21 Dc FABREGAS	18 Dc OCATA	22 Dc AYMAR	20 Dc VIAMAR	24 Dc FABREGAS	22 Dc DOMÍNGUEZ
21 Dj RIERA	25 Dj OCATA	25 Dj DOMÍNGUEZ	22 Dj FABREGAS	20 Dj OCATA	24 Dj OCATA	22 Dj VIAMAR	19 Dj RIERA	23 Dj OCATA	21 Dj DOMÍNGUEZ	25 Dj VIAMAR	23 Dj AYMAR
22 Dv FABREGAS	26 Dv RIERA	26 Dv AYMAR	23 Dv VIAMAR	21 Dv RIERA	25 Dv DOMÍNGUEZ	23 Dv DOMÍNGUEZ	20 Dv AYMAR	24 Dv RIERA	22 Dv AYMAR	26 Dv DOMÍNGUEZ	24 Dv RIERA
23 Ds VIAMAR	27 Ds FABREGAS	27 Ds OCATA	24 Ds DOMÍNGUEZ	22 Ds FABREGAS	26 Ds RIERA	24 Ds AYMAR	21 Ds VIAMAR	25 Ds FABREGAS	23 Ds OCATA	27 Ds AYMAR	25 Ds RIERA
24 Dg VIAMAR	28 Dg FABREGAS	28 Dg OCATA	25 Dg DOMÍNGUEZ	23 Dg FABREGAS	27 Dg RIERA	25 Dg AYMAR	22 Dg VIAMAR	26 Dg FABREGAS	24 Dg OCATA	28 Dg AYMAR	26 Dg RIERA
25 Dl AYMAR	29 Dl VIAMAR	29 Dl OCATA	26 Dl OCATA	24 Dl DOMÍNGUEZ	28 Dl AYMAR	26 Dl RIERA	23 Dl OCATA	27 Dl DOMÍNGUEZ	25 Dl FABREGAS	29 Dl RIERA	27 Dl AYMAR
26 Dt OCATA	30 Dt DOMÍNGUEZ	30 Dt AYMAR	27 Dt RIERA	25 Dt AYMAR	29 Dt AYMAR	27 Dt FABREGAS	24 Dt AYMAR	28 Dt DOMÍNGUEZ	26 Dt VIAMAR	30 Dt FABREGAS	28 Dt OCATA
27 Dc RIERA	31 Dc AYMAR	28 Dc FABREGAS	26 Dc OCATA	26 Dc OCATA	30 Dc VIAMAR	28 Dc AYMAR	25 Dc RIERA	29 Dc OCATA	27 Dc DOMÍNGUEZ	29 Dc RIERA	29 Dc RIERA
28 Dj FABREGAS		29 Dj VIAMAR	27 Dj RIERA	27 Dj RIERA		29 Dj VIAMAR	26 Dj VIAMAR	30 Dj RIERA	28 Dj AYMAR	30 Dj FABREGAS	30 Dj FABREGAS
29 Dv VIAMAR		30 Dv DOMÍNGUEZ	28 Dv FABREGAS	28 Dv FABREGAS		30 Dv DOMÍNGUEZ	27 Dv OCATA	29 Dv OCATA	29 Dv OCATA		31 Dv VIAMAR
30 Ds DOMÍNGUEZ			29 Ds VIAMAR	29 Ds VIAMAR		31 Ds OCATA	28 Ds DOMÍNGUEZ	30 Ds RIERA			
31 Dg DOMÍNGUEZ			30 Dg VIAMAR	30 Dg VIAMAR			29 Dg DOMÍNGUEZ	31 Dg RIERA			
			31 Dl AYMAR	31 Dl AYMAR							
							31 Dt RIERA				

AYMAR. C/ d'Almeria, 14 - Tel. 93 555 03 81. Horari: Dilluns-divendres 9-21 h / Dissabte 9-14 h

DOMÍNGUEZ. C/ dels Enamorats, 2 - Tel. 93 540 98 52. Horari: Dilluns-divendres 8-20.30 h / Dissabte 9-13.30 h

RIERA. C/ de Josep Llimona, 22 - Tel. 93 555 08 55. Horari: Dilluns-dissabte 9-20.30 h

FABREGAS*. C/ de Navarra, 68 - Tel. 93 555 19 79. Dilluns-divendres, matí 9-13 h, tarda 16.30-20 h / Dissabte 9.30-13 h

OCATA. Av. del President J. F. Kennedy, 5 - Tel. 93 555 33 08. Dilluns-dissabte, 9-20.30 h

VIAMAR. Pg. de Prat de la Riba, 23 - Tel. 93 555 04 03. Dilluns-divendres, 9-20.30 h / Dissabte 9-14 h

*VACANCES: FABREGAS: del 14 al 27 de juny i del 16 al 28 d'agost

El servei de guàrdia comença a les 9 h del dia assenyalat fins a les 9 h de l'endemà

els espais d'atenció urgent! Però el cert és que en la primera onada no vèiem el final de la “catàstrofe”. I cada dia havíem d'atendre un nombre molt elevat de pacients.

És clar que també ens faltaven mans, però la resposta de la resta de companys, tant d'hospital com de l'atenció primària, va ser extraordinària i, en poc temps, tothom es va actualitzar en l'atenció de la COVID-19. Quan hi penso, la primera idea que em ve al cap és la d'haver aconseguit un veritable treball en equip. Vam gestionar la incertesa i la complexitat i tothom ho va entendre. Decíem circuits, protocols i tots anàvem alineats. També crec que tothom va ser conscient que calia donar el millor de cadascú en aquella situació. Ningú no qüestionava les directrius, però, si no anaven bé, érem capaços de discutir-ho i proposar una manera millor de fer-ho. Crec que tots els professionals van veure clar que s'havien d'apoderar de les seves actuacions i aportar solucions.

L'aïllament dels malalts també ens va fer patir, ja que va fer que la comunicació dels pacients amb els seus familiars fos realment difícil i, en moltes ocasions, deficitària. En el transcurs dels dies vam ser conscients que calia millorar, i molt, aquesta situació i ho vam aconseguir amb la incorporació de personal (professionals del mateix centre, voluntaris, estudiants...) que facilitaven les videoconferències, contactes telefònics... entre els pacients i els seus familiars.

Crec que vam trobar la manera de fer possible treballar amb seguretat clínica sense caure en la des-

humanització de l'assistència i poder acompanyar els malalts, en especial els més greus i els de final de vida.

Com es treballa davant d'una malaltia desconeguda?

Doncs cal gestionar la incertesa i el desconeixement plegats, ser conscients que el que es decideix avui pot ser que no serveixi l'endemà. També implica treballar, més que mai, amb protocols d'actuació i de tractament.

“Vam trobar la manera de fer possible treballar amb seguretat clínica sense caure en la deshumanització de l'assistència i poder acompanyar els malalts.”

Afortunadament, ara l'intercanvi de coneixement és fàcil i es podien consultar tots els protocols del CatSalut i anar-los adaptant. Això sí, calia ser flexible i amb una capacitat enorme d'adaptació, ja que els protocols, sobretot els de tractament, canviaven sovint, a mesura que s'anaven coneixent més dades de la malaltia, el que feien els altres companys... Va ser de gran ajut la creació de la Comissió Assessora per al Tractament de la Infecció per SARS-

COV2, que a hores d'ara encara va modificant els protocols segons els resultats dels diferents assajos que es fan a tot el món.

També cal dir que davant d'una malaltia infecciosa tan transmissible no pots deixar de sentir un respecte extraordinari a encomanar-te. És comprensible sentir por en algun moment, també per la possibilitat d'encomanar la malaltia als teus familiars... Una situació complicada, però que crec que vam ser capaços de treballar-nos la por i no deixar que ens bloquegés, sinó només despertar-nos les alertes que

havíem de tenir presents per aconseguir treballar amb seguretat clínica.

Quan mires enrere t'adones que hem après molt en poc temps i, en aquesta segona onada, hi ha hagut molta feina, però molt menys patiment.

Creu que s'ha utilitzat l'atenció primària amb eficiència durant la crisi del coronavirus?

Crec que l'atenció primària va fer un gran paper en la primera onada, quan va fer-se càrrec de l'atenció a les residències, i en aquesta segona onada els companys de l'atenció primària han estat cabdals per a les urgències de baixa complexitat i el veritable pal de paller de l'atenció de la COVID quant a detecció de la malaltia, l'estudi dels contactes i el seguiment dels pacients lleus... Han estat imprescindibles per al control de la pandèmia.

Com estan funcionant les Urgències per als malalts que no tenen COVID-19?

En la primera onada, hi va haver una disminució significativa de les urgències de malalts que no tenien COVID. Fins i tot recordo que els nostres companys responsables de les malalties oncològiques, cardiovasculars, neurològiques... van haver de sortir als mitjans de comunicació a dir que l'hospital era segur, ja que des del principi tenim circuits diferenciats per a pacients amb COVID i sense COVID.

De mica en mica es va anar normalitzant la situació i en aquesta segona onada podem dir que els pacients sense COVID han consultat fins i tot més i

han estat pacients més greus que en altres ocasions. Les urgències per a malalts sense COVID funcionen amb la “nova normalitat”, que comporta certes demores, ja que no es poden doblar boxs, cal una PCR abans de l'ingrés...

Alguna vegada va imaginar que viuria aquesta situació en la seva carrera professional?

Certament no, però crec que ni jo ni ningú. Com us he dit abans, sí que pensava que potser algun dia ens tocaria atendre un incident de múltiples víctimes, ja que havíem viscut successos que ens hi feien pensar (l'atemptat de Madrid, el de Barcelona...) i per això ens vam esforçar a elaborar el Pla de catàstrofes. Però aquesta pandèmia crec que ha estat una situació inimaginable per a tothom.

Quan creu que tornarem a la normalitat?

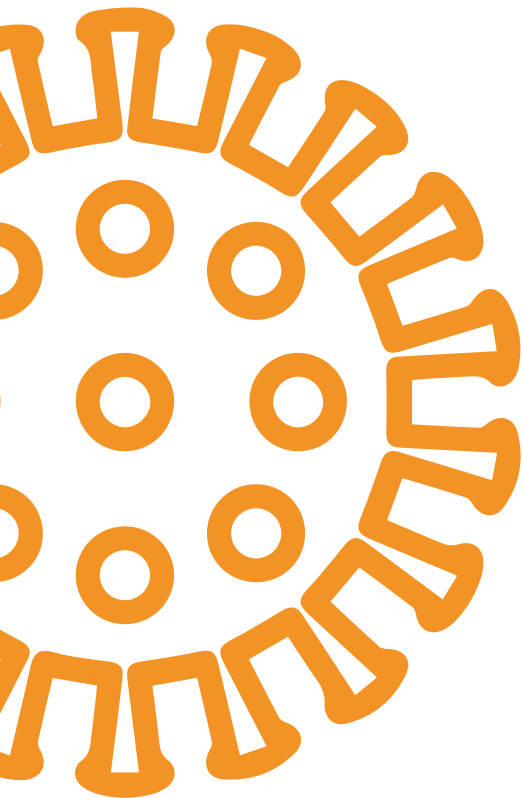
Crec que podem tornar a fer la majoria de coses que feiem abans del primer semestre del 2022, tot i que

algunes de les modificacions generades per la COVID-19 han vingut per quedar-se, probablement. Durant el 2021 haurem de conviure amb les mesures recomanades (mans, distància, mascareta) i potser amb alguna de les restriccions que hem tingut (confinaments, tocs de queda), encara que de manera esporàdica. Tot això fins que la població estigui immunitzada en un elevat percentatge.

Està previst que les vacunacions es vagin fent al llarg de tot l'any 2021 i per arribar al màxim de població cal que passin mesos.

RECOMANACIONS GENERALS DE PREVENCIÓ ENFRONT DE LA COVID-19

Font: Generalitat de Catalunya. Canal Salut



El coronavirus SARS-CoV-2 es transmet per contacte directe amb les secrecions respiratòries que es generen amb la tos o l'esternut d'una persona malalta.

Les persones poden contraure la malaltia si:

- Toquen els objectes o les superfícies on han caigut aquestes gotetes i després es toquen els ulls, el nas o la boca.
- Inhalen aquestes gotetes per proximitat amb la persona infectada.

Renteu-vos les mans freqüentment

És la mesura més eficaç per reduir la transmissió d'infeccions.

Tapeu-vos la boca i el nas en tossir o esternudar

Cal fer-ho amb mocadors d'un sol ús o amb la cara interna del colze i rentar-se les mans de seguida (amb aigua i sabó o amb solucions alcohòliques 70%).

Manteniu la distància de seguretat amb altres persones

Respecteu la distància física personal de seguretat d'1,5 metres, tant en espais tancats com a l'aire lliure, amb aquelles persones amb qui no conviuu, encara que siguin familiars o amics.

Eviteu espais concorreguts, on sigui difícil mantenir la distància interpersonal i es puguin produir aglomeracions.

Poseu-vos las mascareta

Queden exemptes d'aquesta obligació les persones menors de 6 anys i les que presentin algun tipus de malaltia o dificultat respiratòria que pugui veure's agreujada per la utilització de la mascareta o que, per la seva situació de discapacitat o dependència, no disposin d'autonomia per treure-se-la o bé presentin alteracions de conducta que en facin inviable el seu ús.

Eviteu compartir menjar i estris

El coronavirus SARS-CoV-2 pot sobreviure fora del cos humà, en la superfície de determinats objectes. Per tant, és molt important que no compartiu estris, beguda ni menjar amb cap persona amb qui no conviuu, encara que sigui un familiar o amic.

Eviteu tocar-vos la boca, el nas i els ulls sense rentar-vos abans les mans

Eviteu fer-ho especialment després de tocar o manipular objectes que altres persones poden tocar o manipular, com ara manetes de portes i expositors, pantalles, teclats per al pagament, botons dels ascensors, diners, etc.

Limiteu la vida social

Manteniu els grups de convivència habitual tan estables com sigui possible i procureu reduir els contactes socials diaris per evitar la multiplicació de possibles

cadena de transmissió, i opteu preferiblement pels espais a l'aire lliure a l'hora de fer trobades.

Netegeu, desinfecteu i ventileu la llar

Convé que desinfecteu després de netejar. Podeu emprar lleixiu, alcohol etílic entre el 62-71%, peròxid d'hidrogen al 0,5%, o altres productes desinfectants amb finalitat viricida autoritzats per a ús públic en general i ús ambiental.

També és important que ventileu diàriament totes les habitacions i espais dels habitatges durant 5 minuts al dia com a mínim.

I si teniu símptomes...

Davant de l'aparició de símptomes com febre, tos, sensació de falta d'aire, malestar general, diarrees o vòmits:

- truqueu al 061 / Salut Respon,
- feu una eConsulta a través de La Meva Salut, o
- contacteu amb vostre centre d'atenció primària.

La detecció precoç i el seguiment dels casos positius i dels seus contactes és clau per mantenir el control de l'epidèmia. Per això és important que les persones que presentin símptomes compatibles amb la COVID-19 contactin amb el sistema públic de salut, reportin les persones amb les quals han tingut contacte estret i segueixin les indicacions dels professionals sanitaris.



TASAC

Taula de Salut Comunitària

El Masnou

Millorar la salut de la nostra vila és un dels objectius de l'Ajuntament del Masnou, i la promoció, la prevenció i l'educació en l'àmbit de la salut són les claus per aconseguir-ho.

Els darrers anys hem detectat la necessitat de trobar o crear espais transversals per incidir en aquests aspectes a través del treball en xarxa entre professionals, entitats i l'Ajuntament.

És en aquest context en què es planteja la creació de la Taula de Salut Comunitària. La Taula és concebuda com aquesta xarxa de treball transversal i com a òrgan d'assessorament i participació de l'Ajuntament del Masnou. Amb aquest objectiu, el 21 de febrer de 2020 es va presentar la Taula de Salut Comunitària del Masnou (TASAC). La Taula de Salut Comunitària està formada per un grup promotor que pot convocar professionals de l'àmbit sociosanitari i persones del teixit associatiu vinculades a l'àmbit de la salut comunitària perquè hi col·laborin o assessorin en temes concrets, entre d'altres.

Malauradament, com tots sabem, pocs dies després ja entràvem en l'estat d'alarma provocat per la COVID-19.

Com s'ha anat comunicant, des del primer moment de la crisi sanitària i durant aquest temps, hem estat en estret contacte amb el grup promotor de la TASAC,

que ens ha assessorat en cada pas que hem anat fent sobre aquest tema des de l'Ajuntament. Així, a principis d'abril, la TASAC va voler donar un missatge de tranquil·litat i ànims a la població mitjançant un vídeo publicat a les xarxes socials, en què també es feien un seguit de recomanacions per fer front al coronavirus. La TASAC també ha anat realitzant assessoraments sectorials, com ara a la Policia Local, casals de gent gran i casals infantils. A principi d'estiu va tenir lloc una trobada amb les direccions de les residències de gent gran del municipi per posar en comú i debatre diferents temes relacionats amb aquest servei. L'última trobada abans de tancar aquesta edició va ser aquest mes d'octubre amb professionals del municipi que van expressar la voluntat de col·laborar per començar a perfilar objectius i accions.

El Grup Promotor està format per les següents persones professionals de la salut:

- **Dra. Candela Calle**, directora general de l'Institut Català de Oncologia.
- **Noemí Condeminas**, directora de relació amb famílies, institucions i comunicació de la Fundació Maresme.
- **Dr. Josep Maria Cuartero**, director general de la Fundació Sant Francesc d'Assís.
- **Mar Isnard**, responsable de l'Àrea d'Infermeria i Continuitat Assistencial de la Direcció d'Atenció Primària Metropolitana Nord de l'ICS.

- **Dra. Sara Domènech**, responsable de l'Àrea Cognitiva de la Fundació Salut i Envelliment de la Universitat Autònoma de Barcelona.
- **Dra. Anna Carreras**, cap del Servei d'Urgències de l'Hospital Germans Trias i Pujol.
- **Dr. Jordi Montero**, actualment professor de la Facultat de Medicina de la Universitat de Barcelona.
- **Dr. Enric Bosch**, ha estat director de l'Àrea Bàsica de Salut del Masnou, Alella i Teià durant catorze anys i actualment és pediatra a la seva pròpia consulta.

Objectius generals de la Taula:

- Crear un espai de col·laboració entre l'Administració local, les institucions de salut i les persones professionals d'aquest àmbit que viuen al municipi per definir prioritats i fer el seguiment de la implementació de l'estratègia acordada en salut orientada a la comunitat.
- Identificar de forma participativa i coordinada amb altres organismes les necessitats en la salut i els seus determinants, per prioritzar, dissenyar i implantar les intervencions en salut en l'àmbit local.
- Afavorir un procés de reflexió i intercanvi entre els professionals de la salut del territori per a la promoció de la salut i l'atenció a la població de referència.

- Sensibilitzar sobre la importància de la participació dels ciutadans i ciutadanes en la promoció de la salut de manera efectiva i apropiada per al benefici de la seva salut i la de la comunitat.

Per aconseguir aquests objectius de manera organitzada i coordinada, el grup promotor ha pensat definir-los en cinc línies d'actuació:

- Línia 1: Coordinació dels serveis assistencials.
- Línia 2: Coordinació dels agents social.
- Línia 3: Vulnerabilitat amagada.
- Línia 4: Promoció de la salut.
- Línia 5: Plans preventius.

Per un Masnou saludable, caminem junts. Si ets professional sociosanitari, en actiu o no, i vols col·laborar amb nosaltres, encara hi ets a temps. Escriu un correu electrònic a salut publica@elmasnou.cat.

Ajuntament  del Masnou



Diputació
Barcelona