

Quants experts han consultat el Govern central i la Comunitat de Madrid en la presa de decisions en la crisi de l'Ebola? ¿Existeixen informes firmats per tècnics sanitaris que aconsellin la repatriació des de l'Àfrica de **Miguel Pajares** i **Manuel García Viejo**, els dos missioners que van morir a Espanya? ¿Si un cooperant, un altre missioner o qualsevol ciutadà espanyol es posa malalt ara en un país estranger, serà evacuat? ¿S'utilitzaran els mateixos mitjans i es farà de la mateixa manera? ¿Si no té a veure amb l'Ebola, es reaccionarà igual? ¿Per què el Ministeri de Sanitat ha anat variant els seus propis protocols? ¿Per què

Al contraatac

Ana Pastor

Alguns dubtes



aquells protocols d'autoritats espanyoles (ministeri i comunitats autònomes) no esmenten que els sanitaris han d'entrar a atendre pacients afectats en parella per evitar errors?

¿Per què no s'ha preguntat als que més en saben d'això (i han esquivat moltes vegades el contagi), que són Metges sense Fronteres i que diuen en el seu protocol textualment: «El personal internacional de MSF fa rotacions cada quatre o sis setmanes, per evitar que pateixi cansament excessiu, una mesura que també ajuda a la reducció del risc. Els treballadors s'organitzen en parelles, amb l'objectiu de garantir un control i atenció mutus, assegurar que el company no comet errors o està excessivament cansat»?

¿Per què el Govern no ha respost encara a les organitzacions humanitàries i a les Nacions Unides, que va sol·licitar fa mesos que s'obris un pont aeri a Las Palmas de Gran Canaria per facilitar la feina en els focus originals, als països africans?

Les retallades i l'hospital

¿Per a què tenim una unitat de l'Exèrcit específica amb formació per tractar aquests casos, la Unitat NBQ, que no hem usat? ¿Per què es va dir els primers dies que s'estava preparant l'hospital militar Gómez Ulla de Madrid i mai més n'hem tornat a saber res? ¿Qui va recomanar desmantellar l'únic hospital de referència que teníem a Espanya, el Carles III, quan van arribar les reta-

llades? ¿A qui es consulta la compra i la utilització de material que els sanitaris usen per atendre els pacients afectats? ¿Per què als mitjans ens costa tant posar el fre i ressituar el problema al seu punt original, el lloc en el qual ja han mort més de 3.500 persones a les quals hem ignorat totalment?

¿Quin va ser el criteri usat pel president del Govern per nomenar **Ana Mato** per a la cartera de Sanitat i no per a qualsevol altre càrrec o lloc, com l'oficina de festes? ¿Per què mentre escric ningú ha tingut la decència de cessar el conseller de Sanitat de la Comunitat de Madrid per haver atacat una dona malalta, que s'ha jugat la vida fent la seva feina, llançant porqueria sobre ella mateixa? =

el Periódico
de Catalunya

www.elperiodico.cat

Ediciones Primera Plana SA. Tel: 93 265 53 53. Subscripcions i atenció al lector: 93 222 27 22. Atenció al punt de venda: 93 222 56 66. Ediciones Primera Plana es reserva tots els drets sobre els continguts d'EL PERIÓDICO, els suplementos i qualsevol producte de venda conjunta, sense que es puguin reproduir ni transmetre a altres mitjans de comunicació, totalment o parcialment, sense prèvia autorització escrita. Difusió controlada per l'OJD. Any XXXVII. Número 12.836. D.L.: B 36.860 - 1978

ISSN 1578-746X



11 D'OCTUBRE DEL 2014

Gent corrent

«Als 40 anys vaig descobrir que no sabia res del meu cos»

Participa en el Fòrum Dona i Menopausa que se celebra a partir de dijous a Barcelona [més informació a ellayelabanico.com] i abans de començar l'entrevista m'ensenya a seure correctament. El truc és poc fi, però molt pràctic. És a dir: seguei posant les mans sota de les natges, amb la palma cap a a dalt, i notarà uns ossos, els isquis; ara imagini's que aquests ossos són com les potes del balancí de l'àvia i recolzi's sobre la part davantera, de manera que la columna quedi recta i alliberi el sòl pelvià de la pressió. ¿Ja està? Doncs endavant amb la lectura.

-Vostè va arribar a cinturó negre de jujutsu.
-Però no m'agradava competir, m'atreia més la idea que qui trenca un nas també sigui capaç d'arreglar-lo. Per això li vaig demanar a un mestre japonès que m'ensenyés shiatsu i vaig muntar una escola.

-I va abandonar la defensa personal.
-Sí, i després vaig estudiar fisioteràpia i osteopatia. Se suposa que als 40 anys una dona ja coneix el seu cos, ¿no? Doncs jo estava a classe així [obre la boca i els ulls]: ¡Vaig descobrir que no sabia res del meu cos! I si jo no sabia res, les meves amigues tampoc. Per això ara em dedico a fer xerrades: les anomeno *El perineu entre amics*. Són reunions d'amigues, com el *tuppersex* d'abans. Les dones vénen a l'Espai de Salut Alè [ala foto] o jo vaig a casa seva amb la meua maleteta i xerrem de manera informal.

-Moltes persones ni tan sols sabrien dir on tenen el perineu.



MÓNICA TUDELA

Mireia Grossman

'Perineòloga'. La seva missió és desdramatitzar i posar llum sobre la part més maltractada del cos.

PER
Gemma Tramullas



-És un drama que sigui tan desconegut. El perineu és la part inferior de l'esfera abdominal-pelvià, que comença al diafragma. En la nostra vida quotidiana exercim una pressió contínua sobre el sòl pelvià, i això no hi ha perineu ni esfinter que ho aguant.

-Concha Velasco va trencar el tabú sobre la incontinència amb anuncis de compreses.

-Ara n'hi ha un amb noies joves que està bé perquè planteja la incontinència com una cosa generalitzada, però el missatge és equivocat: «Dona, seràs incontinent; però tranquil·la, jo et donaré una compresa».

-¿I no és així?

-Iés clar que et pots posar una compresa! I també pots fer gimnàstica abdominal hipopressiva, que va molt bé però és molt dura. Però per a mi, gran part del treball de perineu és mental. Cal connectar amb aquesta part del cos que és allà a sota, deixada de la mà de Déu, i integrar-la en la nostra rutina: ser-ne conscients quan estem assegudes a l'oficina i quan passem el pal de fregar.

-¿Amb el pal de fregar també?

-És clar. A l'escórrer-la premem cap avall, i llavors la panxa es posa dura i la pressió cau sobre el perineu. Però si en lloc de pressionar avall elonguem [estirar-se com volent créixer] i traiem l'aire, fem un treball hipopressiu.

-La seva conferència al Fòrum es titula ¿Què fer contra la sequedat vaginal?

-La sequedat és una conseqüència de l'atròfia vaginal. El teixit està mig mort per falta d'estrogen, sí, però també perquè ja no respira, no es mou. ¿Quina és l'única manera de contraure la capa muscular de la vagina? A través de l'orgasme.

-¿Proposa orgasmes terapèutics?

-Ja sé que «orgasme terapèutic» és un titular molt atractiu, però tiraria enrere molta gent.

-Caram...

-Aquest món requereix molta sensibilitat. Moltes dones em consulten per una incontinència urinària -o fecal, que encara és més tabú- i al cap d'unes sessions apareix el tema sexual. Diuen que de cintura cap avall estan mortes. ¿Sap la quantitat de dones que no es toquen? La paraula masturbació mateix és molt lletja. Ens hem de treure de sobre tota aquesta mentalitat bruta. És el teu cos, el teu dret i les teves ganes. =

gentecorriente@elperiodico.com

ES PORTA

Aconseguix amb El Periódico aquest pràctic i elegant portaaliments Jata



JÀ A LA VENDA AL TEU QUIOSC



el Periódico