

# CAT

Col·lectiu Autònom de Treballadors  
Mossos d'Esquadra

des de 1992

## V JORNADA DEL DIA INTERNACIONAL D'ACCIÓ PER LA SALUT DE LA DONA

El passat dijous 31 de maig de 2018 va tenir lloc a la localitat de Vilanova i la Geltrú, la **cinquena jornada del dia internacional d'acció per la salut de la dona, organitzada per la Regió Metropolitana Sud**. Una jornada de salut destinada a les dones del CME, policies locals i cos d'administració de la RPMS. El programa es va dividir en tres conferències que tractaven temes de salut i d'estrès.

La **primera de les conferències** (a càrrec de la Doctora Glòria Valdevira) va servir per donar-nos **nocions sobre els diferents tipus de càncer que afecten a les dones** (mama, endometri, coll d'úter) i el tipus de prevenció sobre aquests podem realitzar, tant per evitar els factors de risc, com per fer una detecció precoç per tal de posar-hi remei ràpidament.

La **segona de les xerrades** (a càrrec de la senyora Elisenda Prats) va abordar **el climateri i la menopausa**. Un canvi d'impressions molt amè sobre els efectes que aquest canvi físic pot comportar en el cos i l'estat d'ànim de les dones. Molt importants alguns dels efectes d'aquesta etapa, que haurien de ser especialment tinguts en compte e l'hora de planificar les nostres jornades laborals: trastorns del descans, augment de pes.

La **jornada finalitzava amb l'exposició** de la senyora Pilar Garcia (coach i directiva) **sobre la possibilitat de transformar l'estrès en un sentiment positiu**, que pot servir com a revulsiu per adquirir l'energia suficient per encarar totes les tasques que ens proposem afrontar.

**Les nostres conclusions són:**

- Una **bona iniciativa que perd valor a l'excloure el homes**. La societat és plural i de ben segur que si ells també hi són presents en traurem més profit. Per poder parlar obertament de les inquietuds mentals i/o físiques de les dones **NO** cal estar sense homes presents a la xerrada (la tercera de les xerrades, de fet, abordava un tema comú a homes i dones: l'estrès)
- **Estaria bé que les Inspectores que promovien la jornada i els caps policials de la RPMS** actuessin en conseqüència i **promoguessin una racionalització dels horaris i torns de treball dels seus subordinats, incloent la possibilitat de fer exercici físic durant la jornada laboral**, de ben segur que contribuirien a millorar la salut del col·lectiu (tant dels homes com de les dones) i serien conseqüents amb la jornada anual que impulsen.
- **Cal promoure una jornada de salut pels homes**, ells també pateixen patologies pròpies i situacions laborals, familiars i socials concretes que, de ben segur, mereixen ser tractades al nostre col·lectiu. Sense cometre l'error d'excloure les dones d'aquesta jornada.

Silvia Burgos Casado i Mònica Saltor Guinjoan

Representants del CAT a la Jornada