HÀBITS ALIMENTARIS I DE SALUT DE LA POBLACIÓ XINESA RESIDENT A SANTA COLOMA DE GRAMENET

Informe de resultats

Santa Coloma de Gramenet, desembre de 2017

Generalitat de Catalunya
Agència de Salut Pública de Catalunya
CEEIS Cat
Projecte d'Intervenció Comunitària Intercultural
INTERCULTURALITAT I COHESIÓ SOCIAL
Institut Català de la Salut
Ajuntament de Santa Coloma de Gramenet
ciberesp

Coordinació de l'estudi:

Centre d'Estudis Epidemiològics sobre el VIH/SIDA de Catalunya (CEEISCAT), Agència de Salut Pública de Catalunya (ASPCAT) / CIBER de Epidemiologia i Salut Pública (CIBERESP): Laia Ferrer, Jordi Casanova

Disseny de l'estudi:

Servei de Pediatria del CAP Fondo, Institut Català de la Salut

Servei de Salut Pública, Acció Comunitària i Atenció als Consumidors de l'Ajuntament de Santa Coloma de Gramenet

Projecte d'Intervenció Comunitària Intercultural (Obra Social "la Caixa")

CEEISCAT, ASPCAT / CIBERESP

Col·laboradors:

Milagros Gascó, Inmaculada Navarro (Institut Català de la Salut)

Carles Sedó, Carme Palma (Ajuntament de Santa Coloma de Gramenet)

Martí Miralles, Laia Tordera (Projecte d'Intervenció Comunitària Intercultural)

Ikram Benazizi (Universitat d'Alacant/CIBERESP)

Laia Ferrer (CEEISCAT/ CIBERESP)

Cristina Olmos (D-CAS, SL – Col·lectiu d'Analistes Socials)

Redacció:

Cristina Olmos (D-CAS, SL – Col·lectiu d'Analistes Socials)

Finançament:

CIBERESP

Aquesta obra està subjecta a una llicència de Creative Commons de Reconeixement-NoComercial-SenseObraDerivada 4.0 Internacional

Continguts

1. Introducció..... 4

2. Metodologia..... 6

3. Dades sociodemogràfiques de la població xinesa.… 8

4. Hàbits alimentaris, higiènics i de salut en general... 12

5. Nutrició.....-..... 16

6. Ús i coneixement del sistema sanitari..... 19

7. Primeres conclusions..... 22

8. Bibliografia..... 25

9. Annex (recomanacions i consideracions)..... 26

1. Introducció

Aquest informe exposa els resultats de l'estudi impulsat per el CEEISCAT (Centre d'Estudis Epidemiològics sobre el VIH/SIDA de Catalunya), amb la col·laboració de l'Institut Català de la Salut, el Servei de Salut Pública, Acció Comunitària i Atenció als Consumidors de l'Ajuntament de Santa Coloma de Gramenet, i el Projecte d'Intervenció Comunitària Intercultural de l'Obra Social "la Caixa" i ha comptat amb el finançament del CIBER de Epidemiologia i Salut Pública (CIBERESP).

L'estudi es va iniciar al juny del 2017 i va finalitzar al desembre d'aquest mateix any amb la presentació d'aquest document.

El seu **objectiu general** és millorar el coneixement dels hàbits alimentaris i de salut de les famílies xineses residents a Santa Coloma de Gramenet que permeti adaptar les estratègies de promoció de la salut dels diversos professionals que els/les atenen. El punt de partida van ser els antecedents que es presenten a continuació.

Antecedents

Santa Coloma de Gramenet concentra una part important de la població xinesa establerta a Catalunya i a tot l'Estat espanyol. Amb 4.635 persones xineses empadronades al municipi, la població xinesa és la comunitat estrangera més important del municipi i representa el 8,5% del total de població xinesa a Catalunya [1][7]

El projecte d'emigració majoritari des dels anys 90, moment en que comença a ser important la seva presència a Catalunya, és econòmic i es tracta d'un projecte vital familiar. El col·lectiu xinès a Catalunya està composat per una població jove (menors de 30 anys) majoritàriament famílies amb fills menors d'edat i està equilibrada per sexes. [1] [7]

La població immigrant xinesa es considera la més desconeguda d'entre la resta de població d'origen estranger resident a Catalunya i una de les menys integrades i aïllades. Per aquesta raó, és una de les poblacions que genera més prejudicis i estereotips. [11]

En relació a la salut, existeix un gran desconeixement dels hàbits i experiències alimentàries i hàbits de salut en general de la població xinesa. Aspectes que poden estar relacionats amb diversos problemes de salut i, en particular, de la salut dels infants i adolescents (dels 0 fins els 16 anys). Aquests desconeixement fa difícil que l'atenció sanitària s'adeqüi a les necessitats d'aquesta població i es pugui millorar la seva salut.

El CAP Fondo de Santa Coloma de Gramenet té assignades persones de més de 19 nacionalitats i el 14% són persones de nacionalitat xinesa. La freqüència de visites en medicina general de la població xinesa és la meitat de la de la població espanyola i lleugerament inferior en totes les altres especialitats.

A les consultes de pediatria del CAP s'han identificat diverses problemàtiques de salut en població infantil xinesa relacionades amb els hàbits alimentaris i d'higiene de les famílies (al·lèrgies alimentàries, respiratòries i dermatitis atòpica, així com problemes de càries i higiene) i s'evidencia un desconeixement per part de les metgesses de l'alimentació dels nadons de menys de 2 anys.

Ampliar el coneixements sobre la dieta, els hàbits alimentaris i de salut en general de la població xinesa, i en particular les conductes de salut i alimentàries envers els fills menors de 17 anys, poder discriminar el rol de la cultura i del nivell socioeconòmic sobre aquests hàbits i, en darrera instància, poder elaborar una piràmide dels aliments intercultural permetrà establir les bases per adaptar l'atenció sanitària dirigida a aquesta població i finalment millorar la qualitat de vida de la població xinesa.

Els resultats de l'estudi no podran ser considerats concloents per la mida i característiques de la mostra estudiada –com s'explicarà en la part metodològica–, però sí que pretén ser una primera aproximació en la matèria que ens permeti conèixer millor la realitat de la població xinesa a Santa Coloma de Gramenet, les problemàtiques de salut detectades i les seves causes, amb la finalitat d'extreure unes primeres conclusions. Aquest informe de resultats i recomanacions pot servir com a punt de partida per continuar el treball de recerca i difusió per ampliar els coneixements i millorar la salut d'aquesta població.

L'informe consta dels següents apartats:

- Un apartat sobre la metodologia utilitzada durant la fase de recerca d'informació i la temporalització del procés.
- Un apartat de contextualització de la migració i característiques de la població xinesa al territori amb dades sociodemogràfiques.
- Tres apartats que contenen els aspectes de salut de la població xinesa a Santa Coloma de Gramenet analitzats: hàbits alimentaris, higiènics i de salut en general, nutrició, i ús i coneixement del sistema sanitari. Cadascun d'ells inclou una relació dels aspectes més rellevants que han sorgit durant la investigació.
- Una última part amb les conclusions finals de l'estudi a partir de les dades obtingudes i algunes recomanacions a tenir en compte per millorar la salut de la població xinesa objecte de l'estudi.

2. Metodologia

El disseny de l'estudi es va plantejar com a una recerca exploratòria a partir d'una metodologia participativa aplicada a la investigació social. Per mitjà de la participació d'actors que pertanyen a l'objecte d'estudi es pretén que la reflexió dels mateixos actors s'integri en la construcció del coneixement per transformar la realitat, trobant l'equilibri entre la vessant aplicada i vivencial dels mateixos actors amb les aportacions teòriques i conceptuals dels professionals.

És per això que l'estudi planteja diferents tècniques de recollida de dades comptant amb la participació de diferents agents:

- **Entrevistes a persones clau del territori** per caracteritzar la comunitat xinesa resident a Santa Coloma de Gramenet (característiques sociodemogràfiques, llocs de procedència, situació laboral, accés al sistema sanitari, escolarització dels fills) i construir un marc general dels aspectes relacionats amb la situació d'anàlisi per recollir informació de context, necessitats especifiques de la població xinesa objecte d'estudi i llacunes en el coneixement del tema. En total es van realitzar 5 entrevistes a persones amb els següents perfils:
    - Una mediadora i experta sinòloga que actualment treballa a la ciutat de Barcelona, però que anteriorment va treballar amb Santa Coloma de Gramenet i Badalona.
    - Un mediador de l'Oficina d'Atenció al Ciutadà de l'Ajuntament de Santa Coloma de Gramenet.
    - Un mediador comunitari de Fondo a Santa Coloma de Gramenet.
    - Un mediador d'origen xinès del CAP Fondo de Santa Coloma de Gramenet.
    - Una ciutadana d'origen xinès membre d'una associació cultural xinesa de Santa Coloma de Gramenet.

- **Grup focal o sessió exploratòria amb usuaris xinesos del Servei de Pediatria del CAP Fondo** per recollir informació sobre els hàbits alimentaris i de salut de la població xinesa que permetrà fer un "diagnòstic de situació". Així mateix, es vol recollir informació sobre el grau de preocupació que generen en la població xinesa algunes de les malalties més prevalents a les consultes de pediatria com són la dermatitis atòpica i la càries. La sessió es va realitzar al mateix CAP Fondo i es va comptar amb l'assistència de 8 participants de nacionalitat xinesa acompanyats amb alguns dels seus fills.

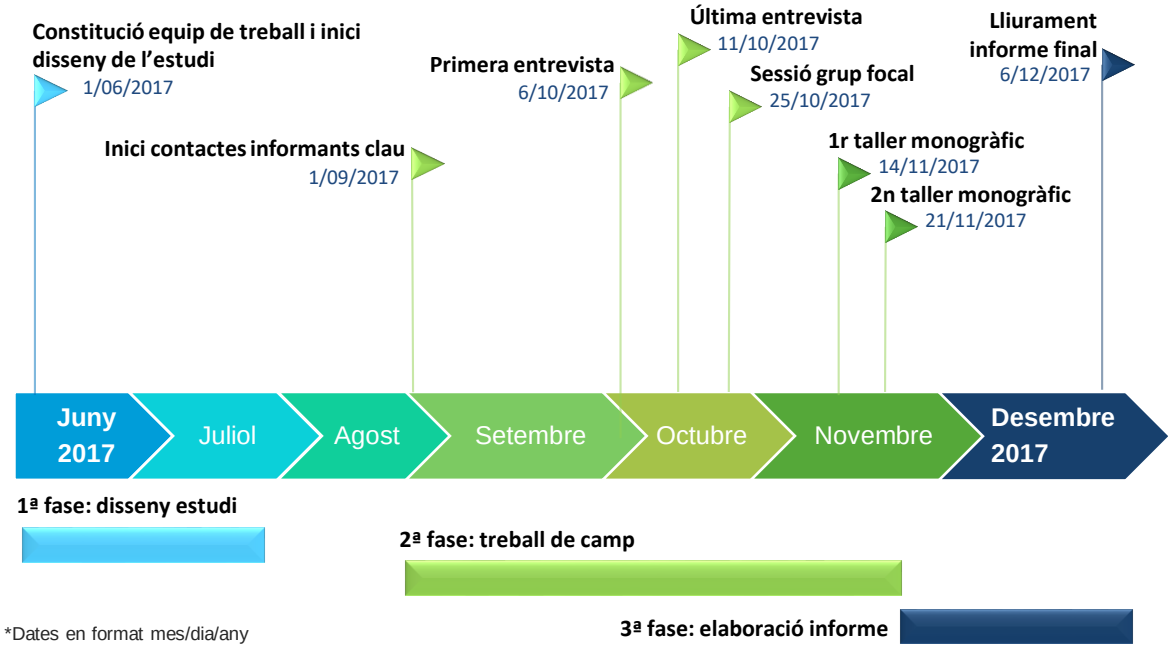
- **Observació no participant** durant la implementació de 2 tallers monogràfics informatius sobre càries i dermatitis atòpica, amb una participació de 15 i 9 persones xineses respectivament. Van ser impartits per les pediatres al CAP i dirigits als seus pacients (pares/mares o altres membres de les famílies xineses) per obtenir informació col·lectiva (no personal) addicional. La participació de la investigadora social com a oient estava condicionada a l'acceptació per part dels assistents al taller que van haver de firmar un consentiment al respecte.

Les entrevistes i la sessió exploratòria han estat realitzades per la investigadora social, mentre que els tallers monogràfics van ser desenvolupats per les pediatres del CAP Fondo. La informació recollida durant la sessió de treball amb el grup focal ha sigut contrastada amb la informació analitzada dels informants claus, però alhora complementada amb informació addicional aportada als tallers monogràfics i consultada en altres estudis i referències bibliogràfiques sobre la matèria.

Fases de l'estudi i calendari

1. Constitució del grup de treball i disseny del protocol de l'estudi, amb la participació d'experts en diversos àmbits (professionals experts en la investigació social i intercultural, epidemiòlegs, mediadors, metges/ses, promotors de la salut, tècnics de l'ajuntament).
2. Treball de camp: captació de possibles informants, entrevistes, grup focal, tallers monogràfics, consulta bibliogràfica.
3. Elaboració de l'informe de resultats i recomanacions que permetin millorar l'atenció de la població xinesa a l'atenció primària.

El següent diagrama mostra el calendari de treball executat des de l'inici de l'estudi fins el tancament d'aquest informe:



*Dates en format mes/dia/any

3. Dades sociodemogràfiques de la població xinesa

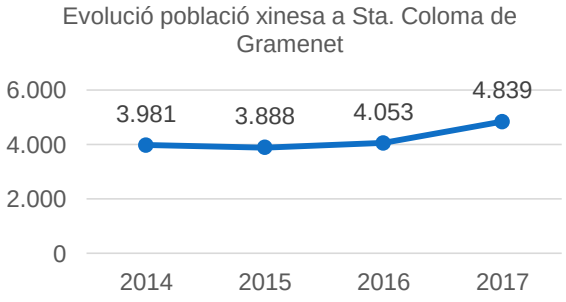
El primer flux migratori xinès que va rebre Catalunya i Espanya va ser als anys 20. Durant moltes dècades la migració xinesa era casi exclusivament masculina i es recorria a la reagrupació familiar per a l'assentament del nucli familiar al lloc d'acollida. A partir dels anys 90 l'impuls econòmic i les possibilitats de treball i prosperitat eren un atractiu per a l'arribada de més xinesos, sobretot a la província de Barcelona. És a partir d'aquest moment que també comença a observar-se una presència d'homes i dones xineses més equilibrada, essent avui en dia quasi la mateixa o, fins i tot, superior en alguns municipis catalans. [1] [2]

A la primera dècada del segle XXI s'ha vist incrementada la presència de la comunitat xinesa a Catalunya i ha passat a ser un col·lectiu immigrant més visible socialment gràcies al augment de la seva població i a l'obertura de petites i mitjanes empreses en el sector terciari, la majoria d'elles de tipus familiar.

Segons les dades provisionals a 1 de juliol de 2017 de la Secretaria d'Igualtat, Migracions i Ciutadania (Departament de Treball, Afers Socials i Famílies, Generalitat de Catalunya), la població xinesa és la tercera població estrangera a Catalunya per sota de les nacionalitats marroquines i romanesa, amb un total de 58.832 habitants que representen el 0,77% sobre el total de la població a Catalunya. Altres dades sobre la població xinesa que es disposa són els alumnes matriculats al curs 2015-2016 que van arribar fins a 9.528 alumnes, i 27.808 afiliats de nacionalitat xinesa a la seguretat social (mitjana juliol 2017). És destacable també que al voltant del 19% de la població xinesa que viu a Catalunya ha nascut al territori espanyol.

Segons la distribució territorial, Santa Coloma de Gramenet és el segon municipi català amb més població xinesa (4.839 habitants) darrera de la ciutat de Barcelona. Va ser a partir de la dècada dels 90 del segle passat quan Santa Coloma de Gramenet va esdevenir un destí d'arribada i acollida de l'immigrant xinès i es va fer més visible aquesta població al territori.

A 1 de juliol del 2017 la població estimada de nacionalitat xinesa a Santa Coloma de Gramenet és de 4.839 habitants, amb un percentatge lleugerament superior d'homes que dones. Durant el 2017 s'aprecia un petit augment de la població, però en general als últims anys hi ha cert estancament de la població xinesa al municipi.



Font: Idescat. Secretaria d'Igualtat, Migracions i Ciutadania, Departament de Treball, Afers Socials i Famílies, Generalitat de Catalunya.

Perfil de la població XINESA empadronada a Catalunya

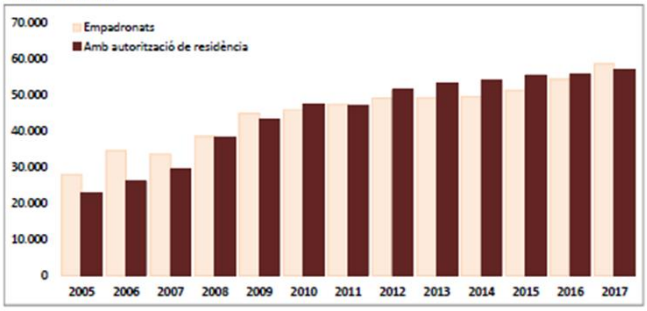
Xifres provisionals

Generalitat de Catalunya
Departament de Treball, Afers Socials i Famílies
Secretaria d'Igualtat, Migracions i Ciutadania

		Nacionalitat estrangera		Nacionalitat xinesa (5,4%)	
Població 1 juliol 2017		**1.098.636**	**100,0**	**58.832**	**100,0**
Sexe	Homes	567.806	51,7	29.301	49,8
	Dones	530.830	48,3	29.531	50,2
Edat	0 a 14	166.730	15,2	13.068	22,2
	15 a 29	244.949	22,3	13.449	22,9
	30 a 44	415.727	37,8	17.816	30,3
	45 a 59	197.827	18,0	12.450	21,2
	60 a 74	58.096	5,3	1.781	3,0
	75 i més	15.307	1,4	268	0,5

Font: Secretaria d'Igualtat, Migracions i Ciutadania. Xifres provisionals a 1 de juliol de 2017

Evolució. 2005-2017



Distribució territorial

Municipi	Comarca	Total	Homes	Dones
Barcelona	Barcelonès	19.898	9.526	10.372
Santa Coloma de Gramenet	Barcelonès	4.839	2.550	2.289
Badalona	Barcelonès	3.859	1.965	1.894
Hospitalet de Llobregat, l'	Barcelonès	2.840	1.392	1.448
Mataró	Maresme	2.579	1.297	1.282
Sabadell	Vallès Occidental	1.442	731	711
Tarragona	Tarragonès	1.389	655	734
Lleida	Segrià	1.067	543	524
Terrassa	Vallès Occidental	996	509	487
Olot	Garrotxa	861	460	401
Girona	Gironès	787	393	394
Cornellà de Llobregat	Baix Llobregat	756	404	352
Sant Boi de Llobregat	Baix Llobregat	678	351	327
Vic	Osona	677	329	348
Sant Adrià de Besòs	Barcelonès	665	345	320
Reus	Baix Camp	605	306	299
Manresa	Bages	578	307	271
Rubí	Vallès Occidental	576	288	288
Cerdanyola del Vallès	Vallès Occidental	561	220	341
Prat de Llobregat, el	Baix Llobregat	455	222	233
Granollers	Vallès Oriental	433	234	199
Castelldefels	Baix Llobregat	424	215	209
Viladecans	Baix Llobregat	385	196	189
Mollet del Vallès	Vallès Oriental	356	179	177
Barberà del Vallès	Vallès Occidental	296	150	146
326 municipis més		10.830	5.534	5.296

Font: Empadronats: Idescat. Padró oficial a 1 de gener de cada any (en 2017 són xifres provisionals de la SIMC)
Residents: Ministerio de Empleo y Seguridad Social (MESS). Dades a 31 de de desembre de l'any anterior

Alumnes matriculats. Curs 2015-2016

Educació infantil (2n cicle)	2.110
Educació Primària	4.353
ESO	2.294
Batxillerat	488
Cicle Formatiu Grau Mig	178
Cicle Formatiu Grau Superior	105
Total alumnes	**9.528**

Font: Departament d'Ensenyament

Afiliats a la Seguretat Social
Mitjana juliol 2017

General	13.689
Autònoms	50
Agrari	200
Mar i Carbó	13.869
Llar	
Total afiliats	**27.808**

Font: Ministerio de Empleo y Seguridad Social

País de naixement. 2016

		%
Xina	43.849	80,4
Espanya	**10.510**	**19,3**
Itàlia	82	0,2
França	25	0,0
Alemanya	11	0,0
Altres països	68	0,1
Total	**54.545**	**100,0**

Font: Idescat. Padró oficial a 1 de gener de 2016

Font: Secretaria d'Igualtat, Migracions i Ciutadania, Departament de Treball, Afers Socials i Famílies, Generalitat de Catalunya:
http://treballiaferssocials.gencat.cat/web/.content/03ambits_tematics/05immigracio_refugi/perfils_demografics/PERFIL_Paisos.pdf

Procedència i motius de migració

Xina és una nació de grans dimensions i molt complexa per la seva diversitat geogràfica i social. La forma de vida i costums de la població d'una zona difereix molt d'una altra i també existeix una gran diferència entre la població rural i la urbana. A més, al país conviuen 55 ètnies diferents, essent la ètnia han la majoritària. Els estudis realitzats fins ara mostren que la majoria de la població xinesa resident a Catalunya procedeix de la província de Zhejiang –situada al sud-est del país– però més concretament de les zones rurals de Qingtian i Wenzhou. La població d'aquesta província s'ha caracteritzat històricament per ésser una població emigrant. La emigració nacional i internacional es va convertir en una estratègia social per fer front als problemes econòmics d'una zona molt muntanyosa amb una agricultura de subsistència i pocs recursos econòmics. També són presents xinesos d'altres indrets de Xina. D'altres zones rurals com la província de Fujian –situada al sud de Zhejiang– que, sobretot, arribaren a partir de la dècada dels noranta.

O de zones més modernes i urbanes com Pequín, Shanghai o Hong Kong, alguns presents des de començaments del segle passat. [1] [2] [3]

A Santa Coloma de Gramenet, especialment al barri de Fondo, també ha arribat majoritàriament població xinesa provinent de Qingtian (província de Zheijang) –s'estima que gairebé un 90% de la població xinesa que va arribar al segle passat–. La primera onada d'immigrants xinesos va arribar als anys 70, i en la segona onada –que va ser als anys 90– també van arribar persones de les províncies de Fujian y Shandong. El municipi era considerat una localitat de pas i transició que els oferia treball i contacte amb les seves pròpies xarxes socials amb l'objectiu de millorar les seves condicions de vida per continuar el seu procés migratori i traslladar-se a un altre destí, ja que el somni de la majoria de xinesos és ser treballador autònom, és a dir, tenir un negoci propi o familiar. Tot i així, una part dels xinesos es va assentar a Santa Coloma de Gramenet com a residència permanent i avui en dia es poden trobar molts negocis regentats per població xinesa. També hi ha que té els seus propis negocis al municipi però viuen a altres ciutats que consideren millor per viure, perquè el barri de Fondo de Santa Coloma es percep com un barri obrer entre la població xinesa i molts aspiren poder viure en un altre lloc.

Tanmateix, als darrers deu anys i degut a la crisi econòmica sembla haver arribat més població xinesa per reagrupació familiar que per motius laborals.

Treball i integració

Els primers immigrants xinesos (anys 70) que van arribar a Santa Coloma de Gramenet desconeixien la vida, costums i llengua autòctones. La majoria provenien de zones rurals i van abandonar el treball al camp per passar a treballar en tallers de confecció en un país i cultura que desconeixien, amb unes condicions laborals precàries (jornades laborals llargues, sense vacacions, pisos compartits, possible situació il·legal, etc.). En canvi, els xinesos de la segona gran onada d'immigrants (anys 90) ja havien treballat en fàbriques en el seu país d'origen i es van poder adaptar millor als horaris i condicions d'aquí. A més, al final del segle passat havia menys demanda en el sector tèxtil i comencen a obrir més negocis xinesos i a treballar com a mà d'obra a fàbriques càrniques i de congelats de dilluns a dissabte ubicades en altres municipis de la província. [1] [3]

D'aquesta manera, la majoria d'immigrants xinesos comencen a treballar per comte aliè amb pitjors condicions laborals i vivint en pisos compartits fins que aconsegueixen reagrupar la seva família. Un cop la família està aquí busquen el seu propi habitatge i els que tenen més sort endeguen el seu propi negoci. Per tant, la població de Santa Coloma de Gramenet és principalment classe treballadora d'un nivell socioeconòmic més aviat baix, perquè aquell que ha prosperat i millorat socioeconòmicament també ha marxat a viure fora del municipi. També cal mencionar que les persones xineses més vulnerables laboralment i socioeconòmica són les dones amb marits amb trajectòries de maltractament, alcoholisme o ludopaties, i famílies monoparentals formades per mare i fills.

Per últim, a nivell d'integració i coneixement de l'idioma català o castellà, el fet de que treballin moltes hores no els permet tenir temps lliure per estudiar o socialitzar-se més. Aquells que van treballar o treballen al sector tèxtil, empreses càrniques i negocis orientats només a l'abastiment i servei de la població xinesa, no aprenen l'espanyol o el català i mantenen més les costums de la cultura xinesa. I en canvi, aquells que tenen negocis tipus restaurant, bars, botigues, etc., que estan oberts a un públic més ampli, sí que aprenen l'idioma i s'integren millor. Altres perfils de xinesos més integrats són algunes famílies que tenen fills escolaritzats i, per tant, tenen més contacte amb la cultura i costums locals gràcies a la informació i coneixements que els transmeten els seus fills. I els joves en general perquè tenen més facilitats per aprendre i comunicar-se amb la gent local. Totes aquestes persones que coneixen més l'idioma, el territori i el funcionament i costums de la vida autòctona, han sigut i són referents o persones de suport per a la població xinesa menys integrada o nouvinguda. [3]

Tipologia familiar

No es pot dir que predomini un tipus de família xinesa respecte a una altre, hi ha una tipologia variada, però es vol conèixer alguns aspectes de les famílies amb infants i adolescents, ja que des del servei de pediatria s'atén a la població menor de 17 anys.

En fases anteriors del procés migratori xinès, les famílies reunificaven els seus fills més tard, quan havien millorat les seves condicions de vida aquí i es podien permetre mantenir els seus fills a la Xina amb la cura dels avis. Però aquesta tendència ha anat canviant amb el temps. Arrel de la crisi econòmica a Espanya, aquesta possibilitat ja no era tan rentable i els fills de les famílies xineses comencen a quedar-se i escolaritzar-se. Ara són molts els avis que venen a Santa Coloma per cuidar els seus néts i ajudar a la família. Aquest fet també és contrastat al Servei de Pediatria de Fondo per la presència d'avis a les visites. Segons les necessitats de la família i la seva situació laboral i econòmica, els fills són portats a llars d'infants o cuidats per cangurs, altres famílies xineses, veïns o els avis. També hi ha força famílies on un membre treballa mentre l'altre –normalment la dona– es queda a casa al càrrec dels fills.

Per tant, la gran diferència de les famílies respecte a èpoques anteriors és la permanència dels infants al territori amb la seva conseqüent escolarització –la majoria ho fan a P3– que els permet aprendre l'idioma i la cultura autòctona, a diferència de les primeres famílies que reagrupaven els seus fills quan ja eren adolescents i tenien més problemes de comunicació, tant amb les respectives famílies com amb la societat que els rebia. Tot i això encara hi ha famílies que tenen fills grans a la Xina amb els avis mentre que els més petits viuen aquí amb els pares

També comentar que a les famílies xineses encara estan molt presents els valors de l'obediència i la jerarquia (també en altres àmbits socials com a l'educació). En comparació amb la família catalana, els infants i els adolescents xinesos mostren més respecte i obediència als membres adults de la seva família.

4. Hàbits alimentaris, higiènics i de salut en general

Els apartats 4, 5 i 6 estan dedicats a aspectes de la salut objecte de l'estudi: els hàbits alimentaris, higiènics i de la salut en general; la nutrició; i l'ús i coneixement del sistema sanitari. De cadascun d'ells s'introdueixen aquells punts i idees que es volien indagar i analitzar tant a les entrevistes com a la sessió exploratòria. Posteriorment, es destaca de forma sintètica aquells aspectes més rellevants que han sorgit. Recordem de nou que la informació presentada no representa al conjunt de la població xinesa, ni pot ser considerada en cap cas concloent sinó una aproximació a la realitat.

Quant als hàbits alimentaris i higiènics es vol conèixer quins són els hàbits generals de la població xinesa a Santa Coloma de Gramenet, fent una menció especial a la higiene bucal i tot el que fa referència als hàbits de la poblacio infantil i adolescent.

Sobre la salut general es volia conèixer les principals malalties o problemes de salut de la població xinesa, i les principals problèmatiques detectades relacionades amb els hàbits alimentaris i què caldria tenir en compte per millorar tant els hàbits com l'impacte en la salut de la població xinesa a Santa Coloma.

També es vol conèixer aquelles diferències destacables respecte a la població autòctona i quines d'aquestes d'ells responen a creences de la seva cultura o por motius socioeconòmics.

Aspectes a destacar

Pel que fa als hàbits alimentaris:

- Els xinesos acostumen a fer tres menjars al dia i els seus horaris són diferents als de la població autòctona: esmorzen a primera hora del matí, dinen al migdia i sopen cap a les sis de la tarda (la nit per a ells). A més, com més grans són les persones més mantenen aquest hàbit.
- Tot i que a la Xina existeix la creença de que al matí s'ha d'esmorzar bé (qualitat), al migdia s'ha de menjar molt (quantitat) i a la nit s'ha de sopar el mínim possible, moltes persones no poden complir-ho pels horaris o situacions laborals: esmorzen molt poc, mengen malament i ràpid i fora de casa la majoria de vegades, per motius laborals, i el sopar és més contundent i abundant. [16]
- Les persones xineses de Santa Coloma de Gramenet intenten continuar amb aquest hàbits si la seva feina els hi permet. Però a la realitat són moltes les persones que mengen a deshores, malament i ràpid.
- Les dones són les principals encarregades de realitzar la compra i de la preparació dels aliments. No solen tenir un horari i un llistat per fer la compra, la majoria comenta que la realitza diàriament tant en supermercats locals com en botigues pròpies d'alimentació xinesa.

- En la seva manera de cocció predomina el saltat i la utilització d'espècies, salses i potenciadors de sabor com la salsa de soja, les pastilles 'Avecrem', el glutamat sòdic, la sal, el picant, etc.
- Al igual que els adults, els infants prenen tres àpats principals al dia: esmorzar, dinar i sopar. Els fills escolaritzats també prenen alguna cosa a l'hora del pati. El berenar, en canvi, no és tan comú o freqüent, potser perquè la família sopa més d'hora que les famílies autòctones.
- La majoria dels infants xinesos es queden al menjador de l'escola al migdia. Els pares prefereixen que els seus fills vagin al menjador escolar perquè pensen que la dieta del menjador està més adaptada a les necessitats dels nens i també per a una major integració dels seus fills.
- A la majoria dels nens els agrada més l'alimentació occidental, sobretot el menjar ràpid.
- Respecte a la cura dels fills per part dels avis cal mencionar que aquests tendeixen a ser permissius amb els seus néts, accedint en moltes situacions a les seves demandes i capritxos, encara que comportin mals d'hàbits d'alimentació, com en l'excés de consum de dolços i llaminadures. [6] [9]

Pel que fa als hàbits higiènics:

- Normalment els hàbits higiènics són els estàndards i compartits en les nostres societats. Per exemple, és costum rentar-se les mans abans de menjar i després d'anar al WC.
- Les diferències, com a tot arreu, depenen de la situació socioeconòmica de les famílies. I en el cas de la població xinesa a Santa Coloma de Gramenet també podria ser per la procedència rural de gran part de la població, llurs hàbits –per les seves condicions de vida– poden variar o tenir uns estàndards d'higiene més baixos.
- En general, tots els pares mostren preocupació per la cura i benestar dels seus fills i qui s'ho pot permetre compra productes per a la higiene i la cura de la pell de qualitat de qualitat.
- Els xinesos prefereixen dutxar-se a la nit abans de dormir, i no al matí com tendeix la població autòctona. En canvi, els nadons i infants es dutxen o banyen a la tarda (entre les 16 i 20 h). Tot i que els assistents del grup focal van confirmar que a l'hivern es dutxen cada dos dies i a l'estiu diàriament, es té la percepció que es dutxen amb menys freqüència que la població autòctona.
- S'ha detectat que alguns infants no es canvien freqüentment de roba, potser perquè les possibilitats econòmiques d'algunes famílies no ho permeten. De vegades, encara que es canvien la roba de carrer, porten la mateixa roba interior (samarretes, mitges o bodis). En canvi, al grup focal s'assegura que el canvi de la roba interior és diari, i el de la roba exterior potser es fa amb menys freqüència, sobretot a l'hivern. I acostumen a rentar la roba dels nadons a mà i sense utilitzar suavitzant.

- D'altra banda, els nadons i infants normalment van sobre abrigats i molt tapats als cotxets, i es creu que l'excés i tipus de roba podria ser una de les causes de la dermatitis atòpica. Els motius que apunten a aquest hàbit són:
    - al seu país d'origen els hiverns són més freds
    - a les seves llars de Santa Coloma de Gramenet no tenen calefacció i els habitatges són freds.
- Es creu que molts dels teixits de la roba que porten les persones xineses no són de cotó o són de mala qualitat i podrien causar algunes reaccions al·lèrgiques a la pell. Però els assistents al grup focal afirmen comprar tota la roba dels seus fills de cotó, no així la pròpia. Les famílies xineses participants del grup focal no acostumaven a utilitzar hidratants i productes de cura de la pell per als seus fills abans d'emigrar a Santa Coloma de Gramenet. Al seu país d'origen no ho necessitaven, però un cop al territori els seus fills començaren a desenvolupar dermatitis atòpica i ara han d'hidratar la pell dels seus fills amb regularitat seguint les recomanacions de l'equip pediàtric.
- Les famílies xineses participants del grup focal no acostumaven a utilitzar hidratants i productes de cura de la pell per als seus fills abans d'emigrar a Santa Coloma de Gramenet. Al seu país d'origen no ho necessitaven, però un cop al territori els seus fills començaren a desenvolupar dermatitis atòpica i ara han d'hidratar la pell dels seus fills amb regularitat seguint les recomanacions de l'equip pediàtric.
- Quant a la higiene bucal, depèn molt de les persones. Igual que a la societat catalana, a Xina se'ls ensenya que s'han de raspallar les dents almenys al matí i a la nit. Tot i així es creu que els hàbits de neteja bucal són insuficients perquè tenen molts problemes de càries. Els motius de la manca d'hàbits apunten a l'origen rural de moltes famílies, manca d'interès i de temps per a la cura bucal, on els pares tenen un paper d'influència important respecte als fills en l'aprenentatge dels seus hàbits. L'edat d'iniciació a la higiene bucal es situa entre els 3 i 6 anys.
- En aquest sentit, la majoria de persones xineses que es raspallen les dents al matí ho fa just després d'aixecar-se i no després d'esmorzar. A la nit sí que es netegen la boca abans d'anar a dormir.
- Malgrat que no es pot extrapolar a la tota la població xinesa de Santa Coloma de Gramenet, les persones assistents al taller monogràfic de càries impartit per les pediatres del CAP Fondo van afirmar que:
    - tots tenen a casa un raspall de dents
    - una quarta part es raspalla les dents un cop al dia, una mica més de la meitat ho fa dues vegades al dia, i la resta tres cops al dia
    - la gran majoria es neteja les dents abans de dormir, mentre que una quarta part no ho fa

- Respecte a la higiene de les llars, es creu que l'estàndard de neteja és inferior al de la població autòctona per aquests motius:
    - Les famílies passen moltes hores fora de casa per la feina i no és una prioritat perquè estan poc de temps a casa o perquè arriben molt cansats.
    - A la Xina no es troben fàcilment productes de neteja amb molt desinfectant (tipus lleixiu) i tenen altres tipus de productes de neteja. Possiblement no utilitzen productes de neteja molt desinfectants.

Pel que fa als hàbits de salut en general:

- Les famílies xineses a Santa Coloma de Gramenet compleixen el calendari de vacunació dels seus fills. Es valora positivament que les escoles sol·licitin l'informe de vacunes que han d'aconseguir en el Servei de Pediatria.
- A les persones xineses no els agrada exposar-se al sol, per tant les famílies tampoc exposen al sol als seus fills.
- Entre la població xinesa es continua fumant més a espais interiors, incloent les seves llars. La falta de ventilació dels habitatges amb fums o sense –sobretot si viuen moltes persones en un espai reduït– podrien causar problemes respiratoris en algunes persones.

Per últim, es mencionen alguns aspectes relacionats amb les costums i creences xineses que s'han detectat relacionats amb als hàbits alimentaris, higiènics i de salut en general:

- Després del part, la costum xinesa obliga a les donen a complir amb el període de quarantena per a la seva recuperació. Aquest costum encara és molt seguit per les dones xineses, sobretot si tenen a les seves mares cuidant-les, o almenys intenten seguir-lo en la mesura del possible. En aquest sentit, no poden dutxar-se durant els quaranta dies, fan repòs total sense sortir al carrer i han de seguir una dieta d'alimentació estricta.
- També existeix la creença que banyar-se o prendre productes freds durant la menstruació és dolent per a la salut.
- Alguna part de la població xinesa utilitza la digitopuntura per baixar la febre i la ventosateràpia, mètodes que deixen marques a la pell que es poden confondre amb lesions.

5. Nutrició

Relacionat amb els hàbits d'alimentació també es troba el tema de la nutrició i tots els aspectes relacionats amb la dieta de la població xinesa resident a Santa Coloma. Per això és important conèixer quina és la seva alimentació, és a dir, quins aliments són els més i menys consumits a la seva dieta i els motius, per indagar també en els principals riscos i carències nutricionals de la població xinesa.

D'altra banda, quins són els canvis d'alimentació que han experimentat des de que resideixen a Santa Coloma de Gramenet, i els factors que els causen. Dit d'una altra manera, es vol conèixer el grau d'assimilació de la dieta autòctona i els canvis i alteracions de la seva dieta al moment de l'arribada.

Aspectes a destacar

- La dieta xinesa i la seva corresponent piràmide nutricional es considera molt bona i completa, malgrat no tota la població xinesa segueix aquest model nutricional.
- La seva alimentació es caracteritza per: Font principal de calories mitjançant arròs i blat, ús de soja, i rica en proteïnes d'origen vegetal. [8]
- La qualitat i la quantitat de la dieta de la comunitat xinesa a Santa Coloma de Gramenet també depèn de la situació socioeconòmica de les famílies. La dieta bàsica de la comunitat xinesa del municipi és a base d'arròs, verdures i soja, que pot anar acompanyada de carns (sobretot porc i pollastre) i ocasionalment de peix i marisc.
- En canvi, els aliments que els adults gairebé no consumeixen o mai són els derivats làctics: llet, formatges, mantegues, iogurts, etc. Però els infants no tenen cap restricció d'aliments i consumeixen aquests productes.
- Els riscos i les carències nutricionals detectats entre la població xinesa són:
    - Carència de calci pel baix consum de productes làctics.
    - Carència de iode i ferro. [8]
    - I també carència d'alguna vitamina, com les vitamines C i D. [8] [14]
- Segons el moment del dia, la població adulta xinesa acostuma a menjar:
    - Esmorzar: arròs bullit, sopes i 'xurros' d'estil xinès.
    - Dinar: base d'arròs o pasta amb verdures, potser acompanyat d'altres aliments..
    - Sopar: mengen més varietat i quantitat, incloent més carn i peix, perquè fan aquest àpat a casa amb la família.

- I l'alimentació diària dels infants, segons les persones consultades, és la següent:
    - Esmorzar: llet, cereals magdalenes, galetes i/o ous.
    - A mig matí: entrepà, sucs i/o pastes dolces depenent de l'infant.
    - Dinar: la majoria prenen dieta autòctona al menjador de l'escola.
    - Berenar: acostumem a prendre un berenar habitual a Catalunya.
    - Sopar: el mateix que els adults de la família.
- Tant adults com infants no acostumen a menjar postres després dels àpats. però sí solen consumir fruita després de dinar.
- En canvi, destaca el consum d'alguns aliments alts en sucre i begudes ensucrades com el 'Nestea'. També acostumen a picar moltes coses durant tot el dia.
- A més, els infants consumeixen un elevat nombre de llaminadures i dolços. A les persones assistents al taller monogràfic de càries impartit per les pediatres del CAP Fondo també se'ls va preguntar si compraven llaminadures diàriament i: més de la meitat dels participants van respondre afirmativament.
- Sobre l'excessiu consum de sucre i la seva relació directa amb la càries, es comenta que els productes dolços que no són d'origen xinès tenen més sucre i gust que els que es consumeixen a la Xina.
- Quant a la lactància dels nadons, quasi la totalitat de mares alimenten els seus fills amb llet en pols. Argumenten diferents raons com la poca disponibilitat de temps en les mares que treballen, el rebuig de l'alletament pels propis nadons i altres motius relacionats amb la tendència predominant i impulsada a la Xina d'alimentar als nadons amb llet en pols. A l'estudi fet per Rovillé-Sausse, Prado i Marrodán, també es constata com la lactància de nadons amb llet materna és la menys escollida per les mares, només un 1% dels casos van optar per alletar els nadons. [13]
- Altres estudis també posen de manifest el baix percentatge de dones xineses que inicien la lactància materna, en comparació tant amb altres dones immigrants com amb autòctones. [14] [12]
- Altres factors que constitueixen barreres per a la lactància sembla que són el ràpid retorn a la feina i el fenomen popular d'enviar nadons de tornada a la Xina perquè els avis els criïn. [5]
- Pel que fa a la freqüència les preses de llet dels nadons es realitzen cada 3-4 hores.
- Comencen a prendre altres aliments que no són llet a partir dels 8 mesos i l'any d'edat, introduint en la dieta sopa o farinetes d'arròs i de fruita, retardant la introducció de la carn, el peix i les verdures. Però moltes famílies comencen a donar-los tot tipus d'aliments de forma natural i poc a poc.

- Avui en dia la comunitat xinesa disposa al territori d'una xarxa pròpia d'abastiment alimentari, on poden trobar qualsevol producte del seu país, tot i que els productes frescos són locals i no importats. Tot i així, molts pares prefereixen productes autòctons per a l'alimentació dels seus fills perquè consideren que tenen menys additius que els productes xinesos.
- En quant a creences i costums, a la cultura xinesa es valora molt la medicina tradicional xinesa i la creença en el *yin* y el *yang,* dos parts oposades que conformen la naturalesa i que s'han de mantenir en equilibri. Aquesta creença també està relacionada amb la alimentació i, per això, identifiquen alguns aliments com freds i altres com calents, que seran més idonis o poc recomanables segons el problema de salut que tingui la persona.

No s'ha pogut aprofundir molt en els canvis de la dieta xinesa i l'adaptació a la dieta autòctona, però es destaquen aquests aspectes:

- La majoria de les famílies xines continuen amb la seva dieta d'origen si la seva situació al territori ho permet. Per tant, el grau de canvi o adaptació a la dieta autòctona depèn del grau d'integració en el territori i dels temps lliure disponible per poder elaborar els seus plats xinesos.
- Alguns canvis detectats en la seva alimentació estan relacionats amb la preparació dels aliments cuinats, sobretot entre les persones que disposen de menys temps: cuinen alguns aliments com la carn i les verdures a la planxa o fregits perquè la preparació és més fàcil i ràpida.
- Tot i que el te continua sent la beguda preferida de la comunitat xinesa, el consum de cafè és més present a mida que la persona és més jove.
- Els joves xinesos, en canvi, sí han incorporat més aliments i plats de la dieta autòctona, sobretot aquella varietat de menjar més ràpid. Els infants també si tenim en compte que gran part d'ells dinen al menjador escolar. A més, tot i que acostumen a sopar plats xinesos amb la família, cada cop és major la seva demanda de menjars i productes autòctons a casa seva.
- Respecte al tipus d'aliments que la majoria de persones xineses han pogut incorporar en la seva dieta, destaquen l'oli d'oliva, embotits com el pernil i el fuet, les amanides i el pa.

6. Ús i coneixement del sistema sanitari

La visió de la salut i el sistema sanitari a la Xina és diferent a la que té la societat catalana. La població xinesa utilitza al seu país d'origen la medicina occidental i la medicina tradicional xinesa, ambdues conviuen juntes i es complementen, i les persones acudeixen a una o altra en funció de la malaltia o afecció que tenen. Es considera que la medicina tradicional xinesa treballa més la prevenció de les dolències i és millor per al tractament de malalties cròniques i, en canvi, la medicina occidental s'utilitza pel tractament de malalties agudes. Per a les persones xineses és molt important treballar la prevenció, malgrat la medicina tradicional xinesa s'utilitza menys. Aquesta concepció de la salut ajudarà a comprendre alguna informació que s'exposa posteriorment.

Els diferents aspectes que s'han volgut indagar en aquesta part han sigut, d'una banda, el coneixement dels principals problemes de salut de la població xinesa a Santa Coloma de Gramenet i les seves causes, i d'altra banda, tot el que fa referència a l'ús i coneixement del sistema sanitari local i la medicina occidental. Des de les dificultats que troben en l'atenció i possibles millores –especialment enfocades al servei de pediatria i l'atenció de nadons i infants–, fins el seu nivell de confiança dels serveis de salut del territori envers l'ús de la medicina xinesa.

Aspectes a destacar

Pel que fa als principals problemes de salut que es diagnostiquen al sistema sanitari:

- Els més freqüents entre la població pediàtrica d'origen o pares xinesos a Santa Coloma de Gramenet que s'han comentat són la càries i la dermatitis atòpica.
- També s'han detectat casos d'al·lèrgies respiratòries i alimentàries. Respecte a les al·lèrgies respiratòries, les persones xineses participants a l'estudi manifesten que només tenen problemes respiratoris aquí i quan viatgen a Xina es troben millor. La causa d'aquesta malaltia o afecció podria ser els pòl·lens, arbres i/o la vegetació autòctona.
- Una altra malaltia o afecció comuna en infants xinesos és l'hepatitis B. D'altra banda, comencen a aparèixer més infants amb problemes de sobrepès, possiblement per una mala alimentació o un abús de productes ensucrats i d'arròs.
- Durant el grup focal i els tallers monogràfics, els participants xinesos amb mostrat molta preocupació, però també interès, pels problemes de la pell i la càries dels seus fills.
- Altres patologies més presents a la població xinesa en l'àrea de pediatria, segons el Dr. Ly Pen al seu article, són: la intolerància a la lactosa, els síndromes talassèmics, el dèficit de glucosa 6 fosfato dehidrogenosa i la taca mongòlica (*melanocitosis dermal congènita*). [10]

- En canvi, entre els adults les malalties o afeccions més comunes són l'hepatitis B, el colesterol i problemes estomacals. Pel que fa a l'atenció al sistema sanitari local:
- No es detecten problemes d'accés als serveis de salut locals. Els nouvinguts d'origen xinès són informats a través de la seva xarxa social sobre quins requisits i passos han de seguir per ser atesos al sistema sanitari. Només podrien tenir problemes d'accés als serveis de salut que no són d'urgències, aquelles persones que no estan empadronades, bé perquè la seva situació és irregular o bé perquè han sortit del país durant un període molt llarg.
- La barrera lingüística (i cultural) és el principal problema en l'atenció mèdica ja que la majoria dels xinesos gairebé no parla o entén el català/castellà i pocs dominen algun d'aquests dos idiomes. Molts usuaris han de dependre de la disponibilitat d'un mediador o intèrpret xinès, fet que a més allarga en alguns casos el temps d'espera per a la visita mèdica. Algunes persones també acudeixen a la consulta mèdica amb persones conegudes que els poden ajudar com intèrprets o fan ús dels seus mòbils per utilitzar els traductors.
- En quant a la relació amb els professionals dels serveis sanitaris no es detecta cap problemàtica, però si es manifesta el desig de comptar amb professionals mèdics amb més empatia i coneixement envers la cultura xinesa per entendre millor al pacient i així poder millorar també la seva atenció.

Pel que fa a l'ús i confiança amb la medicina occidental o local:

- Entre la població adulta hi ha més reticència a l'hora de visitar el metge. Només acudeixen als serveis de salut quan la seva situació de salut és molt greu i no han pogut fer res per solucionar-ho pel seu compte. Tenen força capacitat de resiliència. Però no així amb els seus fills, ja que per a qualsevol problema de salut visiten el CAP o l'hospital.
- En general, confien més en la medicina xinesa (no necessàriament tradicional) per diferents motius:
    - Més facilitat per comunicar-se amb l'equip mèdic.
    - L'ús extensiu del sèrum per degoteig per al tractament de malalties, que també poden trobar al territori.
    - Moltes persones utilitzen teràpies de ventoses, acupuntura i beuratges de la medicina xinesa.
- La gran majoria de la població xinesa resident Santa Coloma de Gramenet considera el sistema sanitari públic local molt lent per les llistes d'espera per a la visita, probes mèdiques i resultats diagnòstics. Aquesta percepció generalitzada és deguda a la comparació que fan amb el funcionament del sistema sanitari xinès. Aquest és molt més ràpid – en un o dos dies poden fer-se totes les probes necessàries i obtenir els resultats, però cal advertir que és de pagament, i no públic i gratuït com a Catalunya.

- És per això que algunes famílies xineses que s'ho poden permetre tenen contractada una atenció mèdica privada, sobretot pensant en els membres més petits i grans de la família.
- Pels motius anteriors que s'han exposat, hi ha famílies que quan viatgen a la Xina aprofiten per anar el metge, sigui per a un tractament o fer-se una revisió més completa.
- També s'ha constatat que part de la població xinesa s'automedica amb medicaments que aconsegueixen a Catalunya o s'emporten de la Xina.
- No s'ha pogut indagar molt sobre l'ús de la medicina tradicional xinesa de la població que viu a Santa Coloma perquè no és tan accessible com al seu país d'origen. Algunes persones tenen algun coneixement i aconsegueixen els components i medicament necessaris, però només per tractar malalties o afeccions més genèriques que no són greus. Sembla ser que com més grans són les persones xineses més ús en fan de la medicina xinesa, però les noves generacions estan perdent aquests coneixements i preferències.

7. Primeres conclusions

En aquest apartat es presenten unes primeres conclusions sobre cada tema tractat relacionat amb la salut de la població xinesa. Aquests resultats són aproximatius –i per tant no concloents– ja que fan referència només a la informació obtinguda de part dels informats clau consultats i els ciutadans xinesos que han participat en aquest estudi.

Addicionalment, a l'annex d'aquest l'informe s'inclou una sèrie de recomanacions i consideracions. Per una banda, recomanacions de salut relacionades amb la dermatitis atòpica i la càries, ja que són les dues patologies més detectades entre els infants i adolescents xinesos que són atesos al servei de pediatria del CAP Fondo, però que poden ser aplicades a la població en general. I per altra banda, altres recomanacions i consideracions a tenir en compte, tant per la divulgació o atenció de la població xinesa com per a altres investigacions posteriors a aquest estudi.

Hàbits alimentaris, higiènics i de salut general

- La situació laboral i econòmica de les famílies és un dels factors que més influeix en els hàbits alimentaris dels seus membres, sobretot en relació als horaris i la quantitat i qualitat dels àpats. Pot dificultar la continuació dels hàbits adquirits al seu lloc d'origen.
- Els adults acostumen a prendre tres àpats principals al dia. Els més petits a més mengen un petit àpat a mig matí en horari escolar i alguns el berenar. Però també tendeixen a picar molt entre hores.
- També les dificultats econòmiques que presenten algunes famílies podrien ser la causa d'alguns problemes relacionats amb els hàbits higiènics, així com la procedència d'un entorn rural amb unes condiciones de vida més dures o precàries.
- Quant als hàbits higiènics, no existeixen grans diferències entre els hàbits de la població xinesa i l'autòctona, depèn més de les dificultats econòmiques que tingui la família. Algunes diferències detectades són el costum de dutxar-se a les nits o el poc ús de productes desinfectants per a la neteja de les llars.
- En aquest sentit, es detecten casos de persones amb hàbits de dutxa i canvi de roba amb una freqüència més reduïda.
- La dermatitis atòpica és un dels problemes més comuns i detectats entre la població pediàtrica xinesa que viu a Santa Coloma de Gramenet.
- Els infants, especialment els nadons d'origen o pares xinesos porten molta roba o van molt tapats en relació a la temperatura ambient, en comparació amb les persones adultes o autòctones. L'excés i tipus de roba podria ser la causa d'algunes dermatitis atòpiques.

- D'altra banda, es desconeix si els teixits de la roba que utilitzen poden ser la causa d'algunes dermatitis o altres problemes de la pell, i s'aconsella l'ús de roba de cotó especialment en nadons i infants.
- Totes les famílies amb fills escolaritzats porten el calendari de vacunes dels seus fills al dia.
- Part de la població xinesa no manté uns hàbits d'higiene bucal adequats, sigui per absència o poca freqüència de neteja diària. D'altra banda, al matí acostumen a raspallar-se les dents abans d'esmorzar i no després com és recomanable.
- Entre la població infantil i adolescent les causes de la càries apunten a una insuficient neteja bucal i a un consum excessiu de sucre (llaminadures, pastes, begudes ensucrades, etc.).
- En general, els infants i adolescents xinesos són obedients i respectuosos amb els seus adults, siguin familiars o mestres, ja que els valors de la família i la jerarquia encara és molt important en la cultura xinesa. Per tant, per treballar amb èxit els hàbits és necessària la implicació dels seus familiars adults –sobretot dels avis que són més permissius amb els seus néts– perquè esdevinguin una figura exemplificadora dels bons hàbits i perquè exerceixin més supervisió sobre els seus fills i néts.

Nutrició

- La majoria dels participants de l'estudi considera que la dieta bàsica de la població xinesa de Santa Coloma de Gramenet està formada per cereals i verdures. El consum d'altres productes és secundari o menys freqüent, per això la població presenta carències de calci, iode, ferro i algunes vitamines.. Però la seva alimentació depèn molt del tipus de família i la seva situació socioeconòmica.
- Mentre que els adults intenten mantenir la seva dieta d'origen, els infants i adolescents en general acostumen a esmorzar i dinar segons la dieta autòctona, en part per la dieta que es segueix a les escoles. La població més jove s'ha adaptat més a la dieta local.
- Mentre que aliments com els derivats làctics no formen part de la dieta xinesa adulta, han incorporat altres de la dieta mediterrània com l'oli d'oliva, alguns embotits, les amanides i el pa.
- Tant la població adulta com la infantil i adolescent consumeixen força begudes ensucrades i petites consumicions o 'snacks' durant tot el dia. Però entre els infants i adolescents s'ha detectat un excessiu consum de sucre (llaminadures, dolços, etc.). Una de les causes és el baix control de la seva nutrició per part dels adults perquè són molt permissius amb els fills, sobretot els avis que els ofereixen tot el que demanen.
- Avui en dia, a Catalunya es poden aconseguir tots els productes alimentaris per mantenir la seva dieta xinesa, però per a la nutrició dels fills prefereixen productes d'aquí perquè tenen menys additius i els consideren més saludables.

- Tot i ser conscients de què la lactància materna és més beneficiosa i nutritiva pels seus fills, la gran majoria de mares recorren a la llet en pols per alimentar els seus nadons. La causa principal s'atribueix als horaris laborals i la manca de temps.
- En relació a les possibles al·lèrgies alimentàries no s'ha establert cap causa-efecte perquè la problemàtica varia segons la persona.

Ús i coneixement del sistema sanitari

- Els principals problemes de salut entre la població pediàtrica d'origen o pares xinesos a Santa Coloma de Gramenet que s'han comentat són la càries i la dermatitis atòpica. Altres problemes detectats són les al·lèrgies respiratòries i alimentàries, l'hepatitis B, i més casos de sobreprès. I en la població adulta, també l'hepatitis B i el colesterol i afeccions estomacals.
- En general, hi ha desconeixement de les causes de les patologies detectades a pediatria, però la càries està clarament associada a un elevat consum de sucre i manca d'higiene bucal.
- La barrera lingüística (i cultural) és el principal problema en l'atenció mèdica ja que la majoria dels xinesos gairebé no parla o entén el català/castellà. Per tant, depenen de la disponibilitat d'una persona mediadora o intèrpret, sigui professional o acompanyant.
- L'accés al sistema sanitari de Santa Coloma de Gramenet per a l'atenció mèdica no presenta grans problemes, ja que les persones nouvingudes són informades per la comunitat xinesa del territori o per l'Oficina d'Atenció al Ciutadà de l'Ajuntament (OAC) sobre el funcionament i les passes a seguir per ser usuari del sistema sanitari públic. Una minoria pot tenir més dificultats d'accés si es troba en situació administrativa irregular o no està empadronat.
- La població adulta xinesa tendeix a automedicar-se i acudeix al metge només quan la seva situació és greu. Però quan els seus fills estan malalts de seguida els portes als serveis mèdics per tractar i solucionar el problema.
- Entre els adults és freqüent l'ús de tècniques de la medicina tradicional xinesa pel tractament d'algunes afeccions lleus com per exemple l'ús de sèrum i altres teràpies com les ventoses i l'acupuntura.
- També hi ha que aprofita els viatges i estades a la Xina per consultar al metge, aconseguir tractaments i fer-se revisions mèdiques més completes. Perquè, malgrat han de pagar aquest servei, es poden comunicar millor i obtenen els resultats més ràpidament.

8. Bibliografia

[1] Beltrán Antolín J, Sáiz Lopez A. *Els xinesos a Catalunya. Família, educació i integració*. Barcelona: Alta Fulla, 2001.

[2] Beltrán, Joaquín. *Los ocho inmortales cruzan el mar. Chinos en Extremo Occidente*. Barcelona: Edicions Bellaterra, 2003.

[3] Beltrán, Joaquín. La inmigración china en Cataluña [article en línia], 2009. Disponible a: http://www.fti.uab.es/interasia/documents/Beltran-La%20Inmigraci%F3n%20China%20en%20Catalu%F1a.pdf

[4] Equip d'Intervenció Comunitària Intercultural. *Monografia Comunitària de la Serra d'en Mena*. Santa Coloma de Gramenet: Obra Social la Caixa.

[5] González-Pascual JL, Ruiz-López M, Saiz-Navarro EM, Moreno-Preciado M. Exploring Barriers to Breastfeeding Among Chinese Mothers Living in Madrid, Spain. J Immigr Minor Health. 2017;19(1):74-9.

[6] Hrboticky N, Krondl M. Acculturation to Canadian Foods by Chinese immigrant boys: changes in the perceived flavor, health value and prestige of foods. Appetite.1984;5(2):117-26.

[7] *La població de nacionalitat xinesa a Catalunya*. A: Butlletí de la Secretaria d'Igualtat, Migracions i Ciutadania. La immigració en xifres, núm. 7. Barcelona: Generalitat de Catalunya, 2010.

[8] Lorente BF, Miñana IV, Serra JD. La alimentación del niño inmigrante. Riesgos y carencias nutricionales/Feeding of the immigrant child. Risks and nutritional deficiencies. Acta Pediátrica Española, Madrid. 2012;70(4):147-54.

[9] Lv N, Brown JL. Chinese American family food systems: impact of Western influences. J Nutr Educ Behav. 2010;42(2):106-14.

[10] Ly Pen. *Patologías prevalentes en pacientes de etnia china*. Medifam, vol. 11, nº 7, juliol 2001.

[11] Prieto, R (coord). *Xinesos*. A: Manual antirumors. Material pedagògic per combatre rumors i estereotips fonamentats en la diversitat cultural. Institut Diversitas, 2012.

[12] Río I, Castelló-Pastor A, Del Val Sandín-Vázquez M, Barona C, Jané M, Más R, et al. Breastfeeding initiation in immigrant and non-immigrant women in Spain. Eur J Clin Nutr. 2011;65(12):1345-7.

[13] Rovillé-Sausse, F.; Prado; C., Marrodán, M.C. *Alimentación en niños de origen chino y marroquí nacidos en Francia*. Revista Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria, vol. 30, pp 44-51, 2010.

[14] Rovillé-Sausse, FN,. Westernization of the nutritional pattern of Chinese children living in France. Public Health. 2005;119(8):726-33.

[15] Sáiz López A. *Procesos de socialización de los hijos e hijas de las familias de origen chino*. Barcelona: Fundació Jaume Bofill, 2006.

[16] Tseng M, Fang CY. Socio-economic position and lower dietary moderation among Chinese immigrant women in the USA. Public Health Nutr. 2012;15(3):415-23.

[17] Dades de l'Idescat: www.idescat.cat.

Annex

RECOMANACIONS DE SALUT

Les següents recomanacions de salut per a la prevenció i tractament de la dermatitis atòpica i la càries han sigut facilitades per l'equip mèdic del Servei de Pediatria del CAP Fondo de Santa Coloma de Gramenet. Aquesta informació també va ser compartida i explicada a les famílies xineses que van participar en els tallers impartits pel mateix equip mèdic, i serà la informació de referència per elaborar els materials de promoció de la salut que estaran disponibles a les consultes de pediatria del CAP Fondo.

Dermatitis atòpica

- El més important en el tractament de la dermatitis atòpica és cuidar la pell i hidratar-la.
- Com és una malaltia crònica, l'objectiu és controlar els brots i mantenir la pell sense inflamació el màxim de temps possible. Sempre s'ha d'evitar el rascat i mantenir les ungles ben curtes per no danyar la pell si es rasca.
- Els banys han de ser de curta durada i amb aigua no molt calenta. Utilitzar sabons suaus –especials per a la pell atòpica– 'sydnets' o olis de banys. Assecar la pell suaument amb una tovallola de cotó i sense fregar. Es recomana aplicar la crema hidratant amb la pell encara humida.
- Evitar l'excés de roba, utilitzar teixits de cotó i roba folgada i no ajustada. Les llanes i productes sintètics poden ser irritants. Millor descosir les etiquetes perquè poden fregar la pell. També cal tenir en compte la roba dels pares o persones que cuiden al nadó i pot estar en contacte amb la seva pell, així com la roba del bressol ja que pot irritar les galtes pel fregament.
- Rentar la roba amb molt poc sabó, ben aclarida i no utilitzar suavitzant.
- Evitar ambients excessivament caldejats. Mantenir la casa amb una temperatura equilibrat i neta.
- Evitar l'excés de sudoració perquè pot accentuar l'èczema.
- Protegir la pell del sol.
- Una pell danyada pica i el fregat pot danyar encara més la pell i aparèixer complicacions com infeccions. És important controlar la pruïja i que l'infant tingui les ungles ben curtes i netes.
- Només si el brot perdura en el temps i no desapareix es recomana consultar amb el/la pediatra. Si ho considera adequat li receptarà un tractament..
- Per últim, advertir de nou que en la cura de la pell atòpica la hidratació és el més important.

RECOMANACIONS DE SALUT

Càries

- Sensibilitzar sobre la importància de les dents. Les dents són importants per poder mastegar i deglutir bé. Serveixen per parlar correctament i somriure.
- La càries és una malaltia que destrueix la dent provocada per una mala higiene, per bactèries i una dieta rica en sucres.
- Els pares són els responsables d'ensenyar bons hàbits als seus fills. Millor quan abans es comenci amb la higiene.
- Consells d'higiene bucal per evitar la càries (des de que surt la primera dent):
    - Raspallar les dentes després d'esmorzar i sempre abans d'anar a dormir.
    - Aplicar una petita quantitat de pasta dentífrica al raspall.
    - Un raspallat dental correcte ha de durar al menys 2 minuts.
- Consells per mantenir bons hàbits dietètics i evitar la càries:
    - Mai posar el sucre o la mel al biberó.
    - Els sucs s'han de beure en got.
    - No s'ha de mullar el xumet amb mel o sucre.
    - No utilitzar el biberó com a un xumet. A partir de l'any la major part dels infants son capaços de beure en un got. El biberó s'ha de limitar als 12-18 mesos d'edat.
    - Evitar que els infants mengin llaminadures, xiclets i caramels de sucre.
    - Evitar també que mengin entre hores.
- Evitar la transmissió precoç de bactèries a la seva boca: no xuclant el xumet o les seves cullers, no donant-los petons a la boca i no compartint els raspalls de dents.
- Per acabar, fer revisions periòdiques amb un/a odontòleg/oga almenys una vegada a l'any.

ALTRES RECOMANACIONS PER A LA DIVULGACIÓ I FUTURES ACTUACIONS

També es presenta una sèrie de recomanacions o consideracions de cara a la realització de campanyes de sensibilització i activitats de promoció de la salut adreçades a famílies xineses per millorar la nutrició i els hàbits d'alimentació i higiene dels seus fills, així com l'atenció de la població xinesa en general en temes de salut.

Aquest és un recull de la informació facilitada per tots els participants d'aquest estudi.

Per millorar la informació i la seva difusió:

- Parlar amb les famílies xineses i abordar els temes de salut, nutrició i hàbits –especialment els higiènics– amb naturalitat i de forma oberta i directa. Però amb certa sensibilitat i oferint idees alternatives a aquelles famílies que les seves possibilitats socioeconòmiques no els permeten realitzar certs canvis o millores (p. ex. si no tenen molta roba o no la poden rentar amb molta freqüència, almenys penjar-la a l'aire fresc perquè es ventili per al proper dia).
- Oferir en general més informació sobre salut, hàbits alimentaris i higiènics i nutrició a la comunitat xinesa que viu al nostre territori.
- També oferir més informació sobre el sistema sanitari català: requisits, targeta sanitària, cites, canvis de l'equip mèdic, ús adequat dels centres i les urgències etc.
- És preferible que la divulgació d'aquesta informació adreçada a les persones xineses sigui:
    - En idioma xinès perquè s'identifiquen amb ella i els sigui més comprensible.
    - Format molt visible que capti l'atenció de la persona, amb color vermell.
    - Combinar la informació en text i imatges, preferiblement dibuixos.
    - Utilitzar un llenguatge directe i senzill que faciliti la comprensió de tots els perfils socioeconòmics de la població xinesa, independentment del seu nivell educatiu.
    - Missatges clars i oferint informació bàsica i prioritària. No caure en l'error de compartir moltes dades, es poden explicar en campanyes posteriors.
    - També donar consells pràctics d'allò més essencial i definir objectius assumibles que es volen treballar. Alhora cal enfocar-ho de manera que les famílies vegin que els consells aportaran un benefici per als seus fills.
- Adreçar la informació a tots els membres de la família, no només els pares sinó també als avis que estan cuidant als seus néts, malgrat aquests puguin ser menys receptius o reticents al canvi d'hàbits.

- Per aconseguir un màxim de difusió i arribar a totes les famílies del municipi, no només a aquelles que són usuàries dels serveis bàsics de salut, és aconsellable:
    - Comptar amb persones o col·lectius referents en la comunitat xinesa per facin de pont i passin la informació a la resta de ciutadans. Incloses les AMPA/AFA de les escoles (o una altra persona referent dins els centres educatius).
    - Establir ponts de col·laboració entre el CAP i associacions xineses per oferir xerrades sobre salut.
    - Col·locar pòsters i repartir fulletons informatius en els serveis de salut del municipi (entrada, mostrador d'atenció, consultes) i en altres serveis i locals de municipi amb més presència i pas de població xinesa. Per exemple, l'OAC, associacions xineses, centres cívics, carrers més transitats o amb més comerços xinesos, etc. A més, es recomana incloure un Codi QR que els adreci una pàgina web on obtenir més informació.
    - Disposar d'una versió digital per compartir als espais virtuals i les xarxes socials. Entre la comunitat xinesa la més coneguda és el WeChat (l'equivalen xinès del WhatsApp) i la seva utilització seria molt efectiva per arribar a més ciutadania d'origen xinès.
    - També aprofitar festes i celebracions xineses al territori per fer-ne difusió.

Per millorar l'atenció mèdica:

L'estructura sanitària hauria de garantir l'exercici professional amb les millors condicions i, en particular:

- Donar formació als professionals mèdics que atenen a població xinesa sobre comunicació intercultural per conèixer les diferències culturals i els trets més característics de la seva cultura vinculats amb conceptes clau de la salut a la Xina.
- Ajudar a establir vincles més propers amb el pacient xinès perquè les famílies confiïn en el sistema sanitari català i els seus professionals.
- Treballar més la prevenció, aspecte de la salut molt important en la cultura xinesa.
- Poder oferir una atenció més personalitzada en els casos de patologies i necessitats més complicades.
- Disposar de més mediadors i/o intèrprets de xinès per facilitar la comunicació entre l'equip mèdic i pacient, i enfortir la col·laboració entre el/la metge/essa i la figura del mediador En aquest sentit, és important que els mediadors siguin professionals de la salut per donar un millor suport.
- Agilitzar el procés d'atenció i visites perquè les esperes no siguin tan llargues, especialment si es necessita el suport d'un mediador o intèrpret d'idioma xinès.

- Oferir des del Servei de Pediatria cursos o tallers –com els tallers monogràfics desenvolupats durant aquest estudi– sobre l'atenció i la cura dels fill, especialment en relació amb les patologies més recurrents entre la població infantil d'origen xinès.

Per acabar, i com s'ha explicat a la introducció d'aquest informe, recordem que els resultats d'aquest estudi no poden ser considerats concloents. Tot i que s'han entrevistat als agents locals que més treballen amb la població xinesa de Santa Coloma, només s'han realitzat cinc entrevistes. Per altra banda, el grup focal de famílies usuaris del Servei de Pediatria del CAP Fondo que va participar a la sessió exploratòria tampoc és molt ampli ni representatiu de la població del municipi. I els tallers monogràfics de dermatitis atòpica i càries realitzats per les pediatres del CAP Fondo, que estaven adreçats a les famílies usuàries xineses, tenien un objectiu més didàctic i divulgatiu.

Per això, considerant els resultats d'aquest estudi com a una primera aproximació sobre la realitat actual de la població xinesa en els temes que s'han abordat, també es vol presentar una sèrie de recomanacions o idees a considerar per a futures recerques que puguin ampliar i/aprofundir més en la realitat social i la salut de la població xinesa que viu a Catalunya:

- Realitzar entrevistes a diferents agents socials que coneixen amb la comunitat xinesa o treballa amb ella. És a dir, ampliar el ventall d'informants a referents xinesos de la comunitat, treballadors socials, metges, docents, farmacèutics del territori, etc.
- Obrir les sessions exploratòries (grup focal) a persones xineses que potser no visiten els serveis de salut pública. I augmentar el nombre de sessions.
- Dissenyar un qüestionari adreçat a la població xinesa usuària dels serveis públics de salut de Santa Coloma de Gramenet per recollir més informació sobre hàbits alimentaris, higiènics i de salut en general. L'anàlisi de les dades d'una mostra més gran i representativa de la població xinesa al territori permetrà obtenir resultats més determinants.