

Cuina d'Avui



Torrades de Sant Eduard (per a 4 persones)

Ingredients:

- 1 paquet de pa de motlle
- 1 pot de llet condensada
- un quart de quilogram d'ametlles torrades

Elaboració:

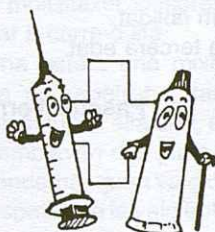
Primer es talla el pa de motlle amb forma triangular i es posa en una plata que pugui anar al forn. Després es cobreix amb una capa de llet condensada. Finalment es tiren les ametlles picades per sobre i es posa al forn uns 10 minuts. S'ha d'anar en

compte que no es cremin perquè de seguida es torren.

Per fer aquestes postres tan senzilles es poden aprofitar ametlles o avellanes remollides. BON PROFIT!

Leonor Grau

El Racó de la Salut



Les vacunes de l'edat adulta

Tothom sol complir actualment el calendari vacunal establert a la infància, però no tothom és conscient de la importància de les vacunes a l'edat adulta. Avui us volem recordar totes aquelles vacunes que són necessàries o poden ser-ho, segons el cas, un cop acabada la infància. Cal dir que de totes elles només la vacuna antitetànica és obligatòria per a tothom i que la resta estan indicades només en determinats grups de població.

Vacuna antitetànica

L'aplicació d'aquesta vacuna es recomana a tota la població. En el cas que s'estigui ben vacunat, cal revacunarse cada 10 anys. Els que no hagin estat vacunats han d'iniciar la vacunació, la qual consta de tres dosis.

Primovacunació: 3 dosis (0, 2 mesos i entre 6 i 12 mesos).

Revacunació: 1 dosi cada 10 anys.

Vacuna antirubèòlica

L'administració d'aquesta vacuna està especialment indicada per a totes les dones en edat fèrtil que no estan

protegides contra la rubèola. Quan s'està protegit contra la rubèola? S'està protegit contra la rubèola si s'ha patit la malaltia o bé si s'està vacunat contra la rubèola o amb la vacuna triple vírica (rubèola, xarampió, paeoliditis).

S'administra una sola dosi i cal assegurar-se que no hi ha embaràs en aquell moment i adoptar mesures anticonceptives durant dos mesos.

Vacuna antihepatitis B

Aquesta vacuna està indicada en els individus que per motius laborals o conductuals estan exposats al virus de l'hepatitis B.

Consta de 3 dosis (0, 1 i 6 mesos).

Vacuna antipneumocòcica

L'aplicació d'aquesta vacuna es recomana a les persones que, per les seves condicions de salut, es consideri adient (malalts amb insuficiència renal crònica, malalts transplantats, etc.).

En principi s'administra una sola dosi i es farà revacunació en els casos en els quals, per les condicions de salut del pacient, es consideri convenient.

Vacuna antigripal

Es recomana als majors de 65 anys, a les persones que per la seva professió poden ser font de contagi (per exemple: personal sanitari i personal de serveis públics) i a les persones que, per les seves condicions de salut, es consideri convenient (per exemple: pacients amb malalties cardíaques i respiratòries cròniques, diabetis i malalties renals).

Cal administrar 1 dosi a l'any, preferentment entre els mesos de setembre i novembre.

Altres vacunes

Cal tenir en compte, a l'hora de viatjar a l'estranger, la possibilitat d'haver-se de vacunar contra malalties existents en els països que es visitaran.

Per acabar, direm que aquesta informació ha estat extreta d'un fulletó informatiu del Departament de Sanitat i Seguretat Social de la Generalitat de Catalunya. Consulteu amb el vostre metge que us indicarà sobre les vacunes indicades en el vostre cas particular.

Carles Pernal

Crítica de teatre

Farsa d'amor

El amor de don Perlimplín con Belisa en su jardín és una obra de Federico García Lorca interpretada per la companyia Tantarana. Està considerada com una farsa eròtica i a la seva època fou censurada per aquest fet. Aquesta companyia va estrenar-la

al grec 97' i encara continua fent representacions arreu de Catalunya.

Un home vell es casa amb una jove molt atractiva i deixa que ella li sigui infidel. Cal destacar el treball de Quim Lecina, Maribel Martínez i Elisenda Bautista. Com a complement, uns

fulletons que ajuden a narrar la història (Teresa Urroz i Xavi Capdet).

És una obra dirigida per Jon Berrondoque no dura més d'una hora i mitja.

Anna Martínez