

fisio teràpia

FTP24, JA EL TENIM AQUÍ!

CAMPANYA
INTRUSISME,
DENUNCIAR ELS
'TREPAPUTES'

ENTREVISTA
A EN PEYU,
PROTAGONISTA
DEL DIFT2024



SUMARI

ACTUALITAT

- 04 FTP24, reserva't la data
- 06 Entrevista a Judit Capa, fisioterapeuta experta en sòl pelvià

REPORTATGE

- 10 Baròmetre de la salut i la fisioteràpia a Catalunya

ACTUALITAT

- 16 Campanya intrusisme, denunciar els 'trepapeutes'

ENTREVISTA

- 20 Entrevista a en Peyu, protagonista del DIFT2024
- 24 Entrevista a Marc Codina, fisioterapeuta d'en Peyu

A FONTS

- 26 L'aposta per la recerca, clau per esdevenir referents

NOSALTRES

- 30 Participació del Col·legi a la Diada Nacional de Catalunya
- 31 El material divulgatiu que la WPT ha preparat per al DMF, també en català

QUI ÉS QUI?

- 34 Xavi Labraca, coordinador de la Comissió de Fisioteràpia Neuromusculoesquelètica del Col·legi



JUNTA DE GOVERN

Degà: Ramon Aiguadé Aiguadé. **Vicedegana:** Yolanda Sánchez Retamero. **Secretària:** Cristina Adillón Camón. **Vicesecretària:** M. Carmen Sánchez Mato. **Tresorera:** M. Marlen Moreno Martínez. **Vicetresorer:** Luis Soto Bagaria. **Vocals:** Clara Bergé Ortínez, Ismael Martí Terradas, Alfons Mascaró Vilella, Daniel Freixes Garcia, Anahí Castilla Catalán i Jordi Vilaró Casamitjana

REDACCIÓ

Coordinació: Anna Moure Romero. **Correcció i redacció:** Marta Bordas Manjon i The Almond Connection. **Disseny i maquetació:** Creandovisual. **Fotografia:** Arxiu del Col·legi, Freepik i iStockphoto. **Publicitat:** publicitat@fisioterapeutes.cat

SEU SOCIAL

c/Segle XX, 78. 08032 Barcelona
Tel. 93 207 50 29 Fax. 93 207 70 22
www.fisioterapeutes.cat / cfc@fisioterapeutes.cat

IMPRESSIÓ

Gráficas Sadurní
Narcís Monturiol, 39.
08970 Sant Joan Despí (Barcelona)
DL.: B-11846/97 / ISSN: 1137-6287



El Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya no participa necessàriament de les opinions manifestades en els articles signats, la responsabilitat dels quals correspon exclusivament als seus autors.



Ramon Aiguadé
 Degà del Col·legi
 de Fisioterapeutes
 de Catalunya

NOU GOVERN, NOVES AMENACES I NOVES OPORTUNITATS

Des del passat mes d'agost, Catalunya té un nou govern que haurà d'encarar reptes importants en l'àmbit de la salut. Des del Col·legi hem treballat i dialogat sempre de manera oberta i productiva amb tots els governs anteriors per tal d'explicar quin és el projecte de fisioteràpia, amb l'únic afany de millorar la salut de les persones. Tenim també l'objectiu professional de seguir impulsant el desplegament de la fisioteràpia en el conjunt del sistema, amb mesures que ja es van iniciar de manera molt positiva durant les etapes dels consellers Balcells i Argimon. Parlem concretament de l'augment de FisioAPiC, d'incrementar la cartera de serveis, d'avançar cap a l'accés directe a fisioteràpia, de la integració sociosanitària a Salut, de l'augment de places en determinats serveis com les UCI i pediatria o del continuïtat assistencial en determinats àmbits com les escoles d'educació especial, entre d'altres.

Des del Col·legi ja hem demanat poder reunir-nos amb la nova consellera, l'Honorable Senyora Olga Pané, per apropar-li la nostra visió sobre la professió i quin potencial pot aportar un col·lectiu integrat ja per 13.000 fisioterapeutes col·legiats i col·legiades. Som una força decisiva per millorar la salut de les persones i també per millorar l'eficiència del sistema, estalviant costos en hospitalitzacions i medicalització. El desplegament de la fisioteràpia generaria un estalvi important en els pressupostos del principal departament de la Generalitat en termes econòmics. Tots aquests temes i molts d'altres que han de configurar la fisioteràpia del segle XXI requeriran esforç i dedicació perquè ens hi va el futur de la nostra professió.

El govern del president Illa ha creat també la Conselleria d'Esports dirigida per l'Honorable Senyor Berni Álvarez. Caldrà estar atents en com es desenvolupen els primers mesos, que esperem suposin una oportunitat per a la fisioteràpia esportiva, malgrat que som conscients que també hi ha certes amenaces a les que caldrà estar molt atents com a Col·legi. Quan parlem de l'exercici terapèutic, el professional sanitari de referència per tractar patologies és el fisioterapeuta i no podem fer ni un pas enrere en aquest àmbit perquè, en els centres sanitaris, aquesta tasca li correspon dur-la a terme als fisioterapeutes. Certament, la prescripció social és una excel·lent eina que ha de permetre una millor atenció sanitària i defensem totalment la pràctica d'activitat física i esport per a tota la societat. Ben feta, és la millor prevenció avalada per l'evidència científica.

Amb més energia que mai, des de l'actual Junta de Govern ens comprometem a treballar per a la millora de la nostra professió, no per corporativisme, sinó perquè estem convençuts de tot allò que aporta la fisioteràpia al sistema sanitari català. Per aconseguir els nostres objectius, necessitem un col·lectiu unit, que mostri cohesió, tot respectant les particularitats de cadascú. Us necessitem. Us necessitarem més encara. Ens hi va el futur.

Voldria acabar aquestes línies agraint a l'Honorable Senyor Manel Balcells, exconseller de Salut, la tasca realitzada envers la fisioteràpia durant el temps que ha estat al capdavant del Departament. Com a gran coneixedor de la nostra professió, va mostrar sempre una gran sensibilitat i sintonia. Esperem que els projectes que han quedat damunt la taula i que hi havia voluntat de tirar endavant puguin també veure la llum amb la consellera Pané per seguir millorant el sistema i donant servei a la nostra ciutadania.

Ens espera un final d'any trepidant ple de fisioteràpia, amb campanyes de divulgació, la celebració del DIFT i del congrés de referència de la fisioteràpia nacional, l'FTP24. Us hi esperem.



RESERVA'T LA DATA: 29 i 30 de novembre Congrés Internacional de Fisioteràpia 2024

+1500
INSCRITS



PONENTS
D'ARREU
DEL MÓN

+80
PÒSTERS

9
SALES
SIMULTÀNIES

+20
COMUNICACIONS
ORALS



CONCURS DE
PROJECTES



24
TALLERS
PRÀCTICS



PATROCINADOR OR:



PATROCINADOR PLATA:



SERVEIS:
Cash-bar,
guarda-roba i
sala de lactància



PATROCINADORS BRONZE:



FIRA
COMERCIAL



CURSOS
PRE-CONGRÉS



Vine a viure una experiència única al FTP24!

Els propers 29 i 30 de novembre us convidem a viure dies intensos en creixement professional en aquesta gran festa de la fisioteràpia. Us esperem!



Entrevista a
Judit Capa
Fisioterapeuta
experta en sòl
pelvià



“Encara hem de fer molta pedagogia i divulgació a l’entorn de la salut de la dona”

Diplomada en Fisioteràpia a la UVic al 2009 i llicenciada al 2005 per l'INEFC de Barcelona, Judit Capa està especialitzada en l'àmbit de la salut i l'acompanyament de la dona. Màster en Fisioteràpia del sòl pelvià en dona, home i nen, Capa té la seva consulta privada a Vic i també és docent de Màster de Sòl pelvià (seminari d'exercici per a la dona) i divulgadora de salut femenina. Serà una de les protagonistes destacades del pròxim FTP on parlarà de la seva especialitat, el sòl pelvià.



La teva ponència al Congrés analitzarà les necessitats d'exercici terapèutic per a la dona en l'època de la menopausa. Quines diferències cal tenir en compte respecte d'altres moments del cicle vital?

La diferència és que quan la dona arriba a aquest moment de la vida experimenta unes fluctuacions hormonals que ja ha anat experimentant durant els anys previs. Parlem especialment de la reducció dels estrògens i la progesterona, unes hormones sexuals que fan que es donin molts dels símptomes d'aquest moment vital. Per aquesta raó, haurem tenir molt més en compte el moment de salut òssia i cardiovascular de la dona, que en moltes situacions es veu alterat.

Què poden esperar en conjunt de la teva ponència els més de 1.500 professionals que s'espera participin a l'FTP24? Quins consells bàsics donaries a les dones que travessen aquest període de la menopausa?

En la meva ponència intentaré donar pautes clares del tipus d'exercici que s'ha demostrat més efectiu per millorar tota la simptomatologia que acompanya la dona en aquest període per poder millorar l'experiència vital i fer una bona prevenció.

A les dones que estan immerses en aquesta etapa els hi donaria dos consells bàsics: un molt important és que totes hem d'arribar ben informades a la menopausa. Hem de llegir sobre el tema i escoltar les experiències de totes les generacions anteriors que ja han passat per aquesta etapa, que les considerem ja dones sàvies. D'aquesta manera evitem allò que va passar a les dones de la meua generació, per exemple, que quan ens va venir la primera menstruació, en sabíem ben poca cosa. Hi hem d'arribar més preparades. També hem de lluitar per tal que aquesta etapa de la dona no quedi invisibilitzada, així hi arribarem en millors condicions. Un altre consell, fàcil de dir i més difícil de posar en pràctica, és que hem d'aprendre a cuidar-nos molt.

Precisament la menopausa és un canvi molt important per a qualsevol dona, creus que la societat entén, en el seu conjunt, què significa? Hi ha prou pedagogia al voltant? Com es podria millorar?

Crec que moltes vegades la societat no entén que quan la dona entra en aquest moment vital està en una etapa de saviesa total. En canvi, també me n'adono que moltes vegades, com que la menstruació sempre ens ha marcat de manera molt negativa, moltes dones desitgen arribar a aquest moment sense tenir en compte que, si no hi arriben amb la preparació que toca, és quan el seu cos pot començar a experimentar simptomatologia més

"ALS FISIOTERAPEUTES ENS COSTA RECONÈIXER ELS NOSTRES PROPIS MÈRITS. HEM DE CANVIAR LA MENTALITAT"



“EL TALLER QUE FAREM A L’FTP ÉS EL QUE M’AGRADARIA HAVER VIST A MI MATEIXA FA 15 ANYS”

desagradable o patologia que no pensaven que els pogués arribar a passar. Per tant, entendre que serà una etapa vital a la que totes les dones han d’arribar està clar, però també que hem d’arribar-hi amb una preparació important. El canvi que es dona en el cos de la dona afecta tots els sistemes de manera progressiva i no hem de fer que evolucionin cap a un cos patològic.

La salut del sòl pelvià és cada cop més coneguda, especialment per a les dones. Els homes encara no en són tan conscients. Quin tipus de consells donaries per prevenir riscos que puguin afectar el sòl pelvià tant per a homes com per a dones?

És cert, es nota molt en la nostra societat la falta de pedagogia al voltant d’aquest tema. Crec també que es dona molt perquè hi ha un biaix de gènere important. Aquesta etapa tan remarcada a nivell hormonal que viuen les dones, en els homes no es dona de la mateixa manera.

Jo també estic veient que estan canviant les generacions de dones que ara han entrat en la menopausa i les que ja hi porten uns anys. S’està canviant i se n’està fent molta difusió. Crec que en això les xarxes socials també han ajudat molt. Que es doni molta més veu a aquestes dones sàvies que ens expliquen aquesta etapa com el que és, sense tabús. Quan més aviat les noies sàpiguen d’aquesta etapa vital, més preparades hi arribaran.

Crec que un bon consell pensant en la prevenció de risc a nivell de sòl pelvià, tant per a homes com per a dones és, primer de tot, l’autoconeixement de la zona a través de la pròpia autoexploració. Això normalment s’ha fet poc perquè sempre ha estat una zona tabú pel fet que inclogui els nostres genitals. Conèixer aquesta part del nostre cos és una de les coses que ens pot ajudar a prevenir més problemes. Si en algun moment apareixen dubtes, sempre és important que un professional ens pugui ajudar a valorar que tot estigui bé. Cal entendre que la salut del sòl pelvià ha de tenir en compte també com funcionen totes les estructures que hi ha a sobre. En definitiva, si no coneixem el nostre cos serà difícil poder-nos adonar d’alguna cosa que no estigui funcionant bé o dels possibles canvis que es donin en aquella part i que no acaben de ser normals.

L’abordatge de la salut de la dona i el biaix de gènere, està encara massa present?

Hi segueix havent un biaix de gènere encara massa important i crec que, realment, sense tenir en compte la complexitat hormonal de la dona, és difícil veure la validesa de totes les investigacions que s’estiguin fent, sobretot, per exemple, a nivell d’exercici. Crec que falta molta investigació. També em pregunto si realment dediquem prou recursos a la investigació i com una part d’ells s’haurien de destinar exclusivament a la complexitat hormonal de la dona.

A l’FTP24 també faràs un taller, “La valoració de la competència abdominal des d’una visió més integral”. En què consistirà exactament?

Al taller vull ensenyar, en concret, la manera que tinc a dia d’avui de treballar l’abdominal. Tot el que a través dels meus anys d’experiència i de les formacions que he fet m’ha servit per poder fer que les meves pacients entenguin i sentin si tenen un abdominal competent o no. M’agradaria pensar que serà el taller al

que a mi m'hagués agradat assistir fa 15 anys. També considero que tots aquests anys passant consulta eren necessaris per poder arribar al punt en què estic ara. O sigui que aniré per feina a ensenyar com jo, a dia d'avui, treballo l'abdominal en les meves pacients, estiguin en el moment vital en el que estiguin. Explicarem com aconseguir una bona activació abdominal i que, en cap moment, treballant d'aquesta manera es poden fer mal.

Quins són els teus reptes o projectes de futur com a professional fisioterapeuta?

Un dels meus reptes, i que crec que es repeteix any rere any, sempre és seguir millorant com a professional. M'agrada molt ser exigent amb mi mateixa. A partir d'aquest 2024, una part dels meus projectes volen pensar en la divulgació, perquè m'encanta comunicar i compartir allò que sé i que a mi m'ha ajudat a acompanyar molts dels meus pacients. Tot i això, en cap moment penso en deixar de treballar amb les persones perquè és una cosa que m'aporta molt, però la divulgació m'agrada moltíssim i també aporta coneixement i més vincle.

I pel que fa a la professió. Quin creus que hauria de ser el focus per seguir avançant a tots els nivells?

El focus principal per seguir avançant crec que hauria de ser, inclús dins del propi col·lectiu, reconèixer els propis mèrits. A vegades demanem reconeixement extern i moltes vegades els que no ens acabem reconeixent els nostres propis mèrits som nosaltres. Molts dels professionals de la fisioteràpia ens estem formant contínuament, cap de setmana rere cap de setmana. Això té molt valor. Si no ens valorem prou nosaltres, com esperem que la resta de professionals de la salut ens acabin valorant com mereixem? I aquí també penso que hi ha un tema de mentalitat al darrere que molts de nosaltres potser també hem de seguir treballant.

Dins de l'àmbit de la salut som un col·lectiu que podem ajudar molt i ajudem molt a molts pacients perquè som el primer col·lectiu, moltes vegades, que els veiem, i gràcies a la nostra formació som capaços de fer bones derivacions. Ens hem de valorar per tot això.

La formació continuada i la recerca són dos aspectes molt importants per als professionals de la salut. Quines recomanacions en aquests àmbits faries als fisioterapeutes més joves?

A les noves generacions els hi diria clarament que s'especialitzin al màxim en allò que realment els motivi. Una pregunta que a mi em va ajudar molt una vegada, per enfocar els meus interessos, va ser analitzar a quines persones estaria ajudant si ja tingués la vida solucionada. És a dir, què m'agradaria fer per autèntica vocació. A qui m'agradaria ajudar? De quina manera t'agradaria col·laborar en aquesta societat? Així te n'adones de quina és l'autèntica vocació.

Si fas quelcom per vocació, t'acabes sentint el màxim de realitzat. I la fisioteràpia crec que és una de les professions que més ajuda en això, perquè quan veus l'evolució del pacient en allò que tu li has proposat de tirar endavant, és fantàstic. És fantàstic que sigui així, però crec que només és possible quan realment ho treballem des de la vocació i ho fem.



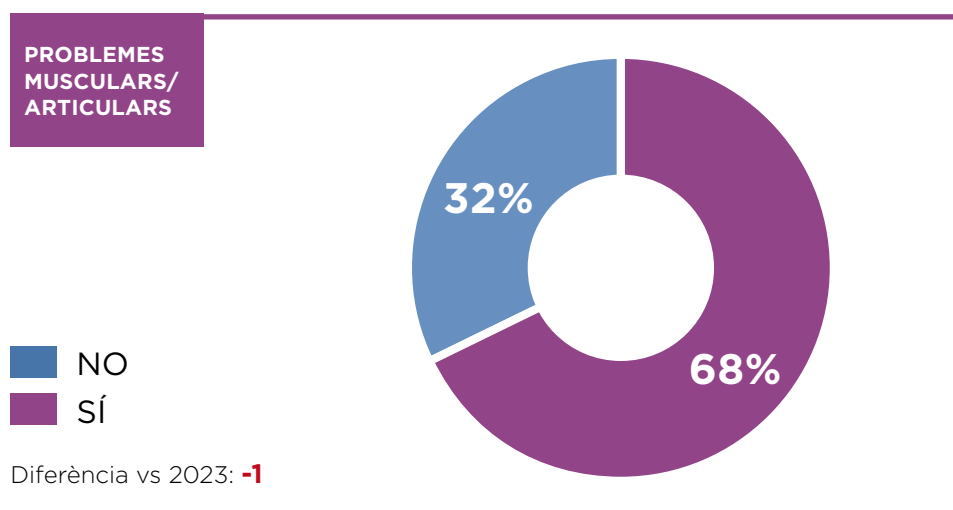
BARÒMETRE DE LA
SALUT I LA FISIOTERÀPIA
A CATALUNYA

ELS PROBLEMES ARTICULARS I MUSCULARS

SÓN LA PRINCIPAL
FONT DE
PREOCUPACIÓ DE
LA SALUT DELS
CATALANS

Els resultats del Baròmetre de la Salut i la Fisioteràpia a Catalunya, elaborat pel Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya a partir d'una enquesta a 2.000 catalans i catalanes d'entre 18 i 65 anys, demostra que la població catalana necessita més coneixement sobre la fisioteràpia i que calen recursos i esforç divulgatiu per tal d'aconseguir-ho.

Aquesta és la segona edició del Baròmetre de la Salut i la Fisioteràpia a Catalunya i, en gran mesura, es confirma un dels principals resultats de l'edició de l'any passat, i és que gairebé 7 de cada 10 catalans (un 68 %) han patit problemes musculars o articulars algun cop a la seva vida. D'aquests, un 20 % del total busquen solució directa en la fisioteràpia, mentre que el 44 % segueix anant al metge de capçalera i un altre 20 % busca el consell del metge especialista, el traumatòleg.



QUAN ES BUSCA UNA SOLUCIÓ PER ALS PROBLEMES MUSCULARS O ARTICULARS, NOMÉS UN 20 % DECIDEIX ANAR DIRECTAMENT AL FISIOTERAPEUTA, MENTRE QUE UN 44 % ENCARA VA AL METGE DE CAPÇALERA

Segons el degà del Col·legi de Fisioterapeutes, Ramon Aiguadé, "aquests resultats demostren que cal derivació directa en fisioteràpia per tal que la població amb dolors musculars i articulars pugui anar al fisioterapeuta sense passar per especialistes o metges de família. D'aquesta manera milloraria el servei, amb més agilitat, i també s'estalviarien recursos, per dedicar-los a allò més necessari".

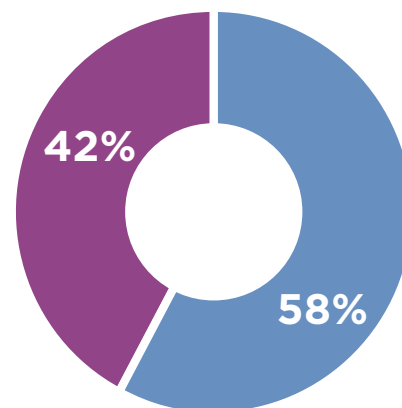
6 DE CADA 10 PERSONES NO HAN POGUT ACCEDIR A LA FISIOTERÀPIA AL SISTEMA PÚBLIC

Encara que un 75 % de la població reconeix gaudir d'una salut raonablement bona, també un 68 % afirma que, en algun moment, ha patit problemes musculars o articulars. Davant de problemes d'aquesta índole, la població segueix tenint dificultats per accedir al servei de fisioteràpia del sistema públic, concretament un 58 % del total declara no haver pogut fer-ho malgrat haver-ho intentat.

Evidentment, aquestes persones han buscat alternatives i en un 80 % dels casos s'han decidit per opcions com la consulta privada, mútues o companyies d'assegurances. Concretament, un 56 % van a una consulta privada (un 2 % més que l'any passat) i un 22 % van a mútues, mentre que només un 14 % van a l'hospital públic.

ACCÉS AL SISTEMA PÚBLIC

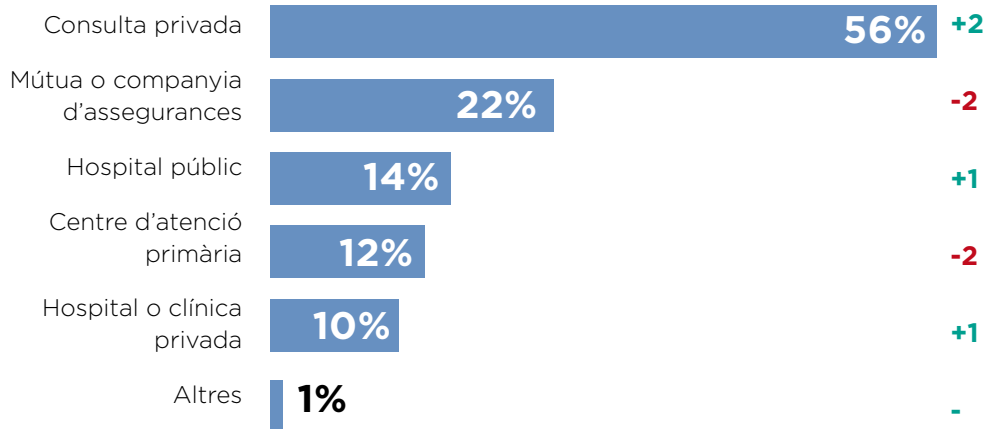
■ NO
■ SÍ



Diferència vs 2023: **-2**

TIPUS DE SERVEI

Diferència vs 2023:

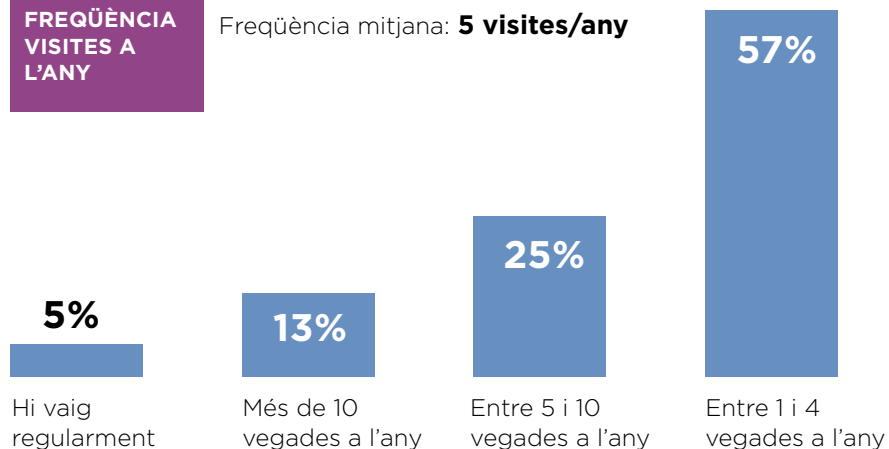


I QUANTS COPS ANEM AL FISIOTERAPEUTA A L'ANY?

La mitjana a Catalunya és de 5 visites a l'any, concretament un 57 % reconeix anar-hi entre 1 i 4 vegades i un 25 % hi va entre 5 i 10 vegades. Només un 5 % reconeix anar-hi regularment, tot i que aquest percentatge puja fins al 7 % entre les dones.

FREQÜÈNCIA VISITES A L'ANY

Freqüència mitjana: **5 visites/any**



Per al degà, Ramon Aiguadé, “el nostre objectiu és que qualsevol persona visiti el seu o la seva fisioterapeuta almenys un cop a l’any, encara que estigui sa, per fer un reconeixement global de les seves capacitats i per prevenir possibles problemes en un futur”.

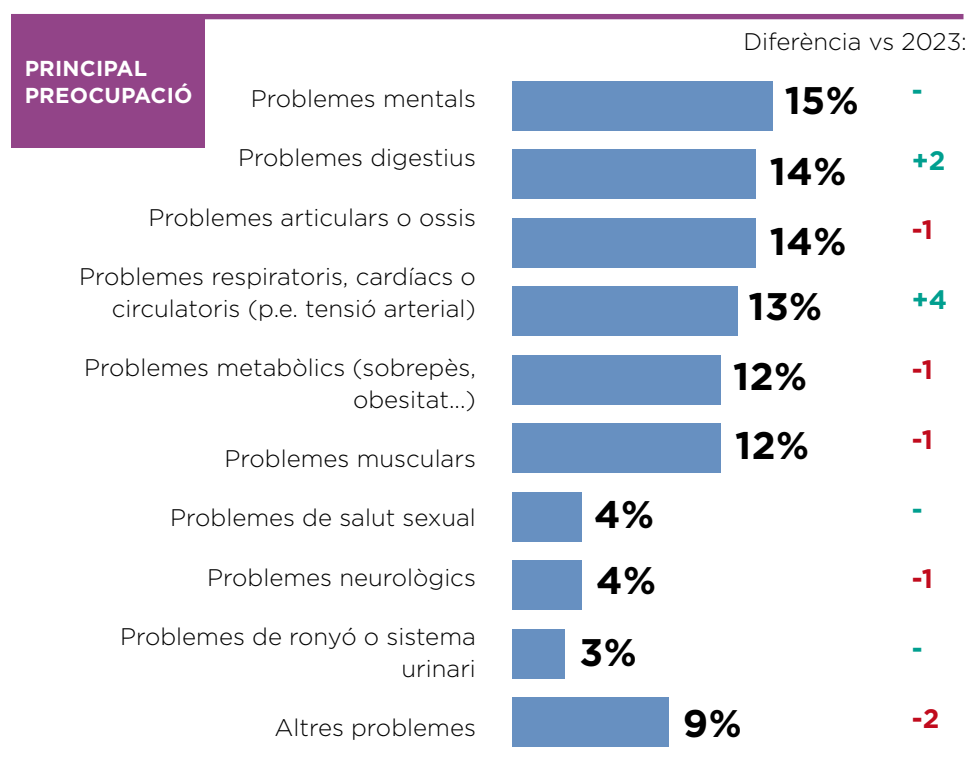
En aquest sentit, un 97 % de la població entrevistada considera que la fisioteràpia ha de tenir més protagonisme al sistema públic, fet que demostra la necessitat real i també el grau de coneixement i valoració que hi ha sobre l’eficàcia dels tractaments de fisioteràpia en molts àmbits de la salut.

La valoració dels serveis és, en un 76 %, bona o molt bona, un percentatge idèntic al que ja s’obtenia l’any passat, en la primera edició del Baròmetre.

LA PREOCUPACIÓ EN ELS PROBLEMES RESPIRATORIS O CARDÍACS AUGMENTA UN 4 % RESPECTE DEL 2023

El 13 % de la població catalana destaca els problemes respiratoris o cardíacs com un dels seus principals motius de preocupació, amb un increment del 4 % respecte dels resultats de l’edició passada. Per la seva banda, els problemes digestius pugen un 2 %, també fins al 14 %. En aquesta pregunta, que admet una única resposta, veiem com la principal preocupació per als catalans són els problemes mentals, amb un 15 %, seguits dels problemes digestius.

UN 74% DE LA POBLACIÓ CATALANA CONSIDERA QUE GAUDEIX D’UNA BONA SALUT. DAVANT LA PREGUNTA DE QUINES SÓN LES PRINCIPALS PREOCUPACIONS, ELS CATALANS ASSENYALEN ELS PROBLEMES ARTICULARS (28%), ELS MUSCULARS (27%), ELS DIGESTIUS (27%) I ELS MENTALS (25%)



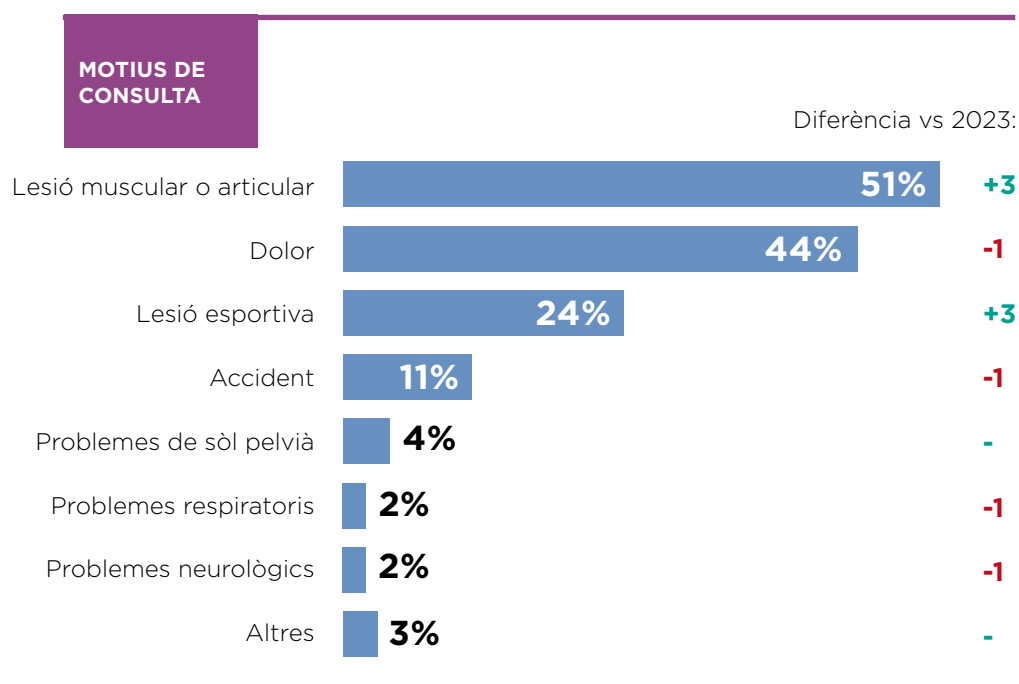
L’elaboració de la segona edició del Baròmetre és una activitat destacada del Dia de la Fisioteràpia a Catalunya. Aquesta diada serveix també per posar en valor la feina d’una professió sanitària que compta amb més de 13.000 col·legiats i col·legiades a Catalunya amb un paper important en l’assistència pública

EL 97 % DE LA POBLACIÓ CONSIDERA QUE ÉS IMPORTANT QUE LA FISIOTERÀPIA SIGUI ACCESSIBLE A L'ATENCIÓ PRIMÀRIA

i privada i, com recorda Aiguadé, “amb reptes importants per al col·lectiu com la incorporació de més fisioteràpia al sistema públic de salut a tots els nivells, la lluita contra l'intrusisme i la millora global de les condicions laborals”.

LES LESIONS MUSCULARS, EL PRINCIPAL MOTIU DE CONSULTA EN FISIOTERÀPIA

Davant de la pregunta amb resposta múltiple sobre els motius de consulta a fisioterapeuta, veiem com les lesions musculars o articulars són la principal raó per al 51 % de la ciutadania, mentre que un 44 % hi ha va per temes vinculats amb el dolor, un 24 % per lesió esportiva i un 11 % per algun tipus d'accident. D'altres patologies tenen una incidència més baixa, malgrat que la fisioteràpia és una eina important en el seu abordatge, com el cas el sòl pelvià, un 4 %, o els problemes respiratoris o neurològics, ambdós amb un 2 %.



LA FISIOTERÀPIA, AL SERVEI DE LA SALUT DE LA CIUTADANIA

Amb el Baròmetre de la Salut i la Fisioteràpia a Catalunya, el Col·legi pot conèixer de manera regular els punts forts i els punts dèbils de la professió en la seva relació amb el conjunt de la població. Malgrat que els serveis professionals de fisioteràpia reben una valoració positiva per més del 75 % dels entrevistats, la professió encara es troba amb la dificultat d'accedir al sistema públic de manera definitiva.

Durant els darrers anys, l'Administració ha fet un esforç important amb la incorporació de gairebé 400 professionals a l'Atenció Primària i Comunitària, però el Baròmetre fa palès que el conjunt de la població necessita més fisioteràpia, especialment per a la derivació directa en casos de malalties d'alta prevalença i baixa complexitat, com ara dolors musculars o articulars. Un exemple molt clar el tenim amb el mal d'esquena, un dels principals motius de baixa laboral en aquest país. El seu abordatge amb fisioteràpia podria accelerar recuperacions i estalviar recursos a tots els nivells.

Formació en Fisioteràpia

**Metodologia
pràctica
innovadora**

Formació de llarga durada

Màster universitari en Fisioteràpia del Sistema Musculoesquelètic

Màster en Reeduació del Sòl Pelvià

Postgrau en Capacitació del Fisioterapeuta a l'Atenció Primària i Comunitària

Postgrau en Fisioteràpia en Cefalees, Trastorns Temporomandibulars i Síndromes Vestibulars

Cursos d'especialització

Curs Abordatge OMPT de la regió lumbo-pèlvica

Curs Diagnòstic diferencial i abordatge fisioterapèutic de les principals afeccions de l'espatlla i la regió cervical

Curs Tractament dels Punts Gallet Miofascials en les alteracions biomecàniques de l'aparell locomotor

Curs Fisioteràpia del crani: Fisioteràpia en l'abordatge de les síndromes vestibulars i Fisioteràpia cranimandibular cervical

Curs Monogràfic de l'espatlla

Curs bàsic de Basale Stimulation®

Curs Abordatge biopsicosocial del pacient amb dolor persistent. Simulació i aprenentatge experiencial

Seminari anatòmic pràctic

Curs Rehabilitació Cognitiva Multisensorial: un enfocament sensoriomotor per l'aprenentatge motor en condicions patològiques

Curs Valoració i tractament de la columna cervical

Curs Rehabilitació Neurocognitiva segons la Comparació entre Accions en la Síndrome de Dolor Regional Complex

Curs Abordatge tàctil-cinestèsic de les alteracions perceptives

Informa-te'n:



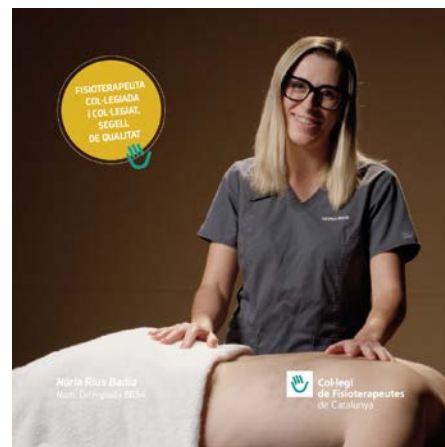
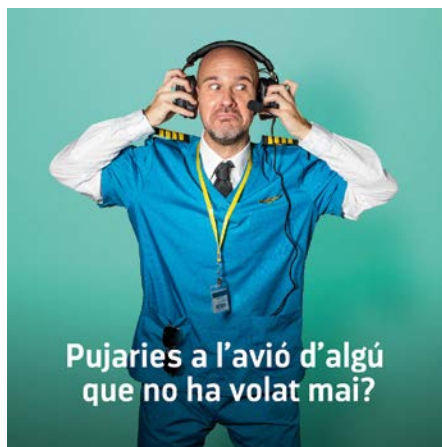
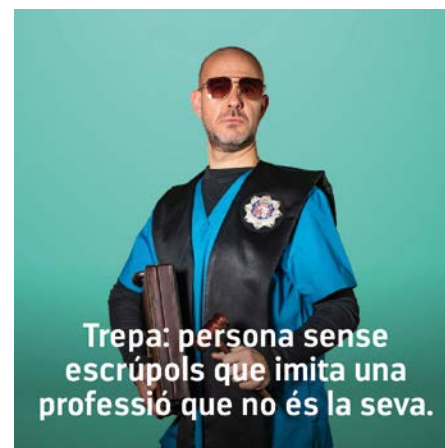
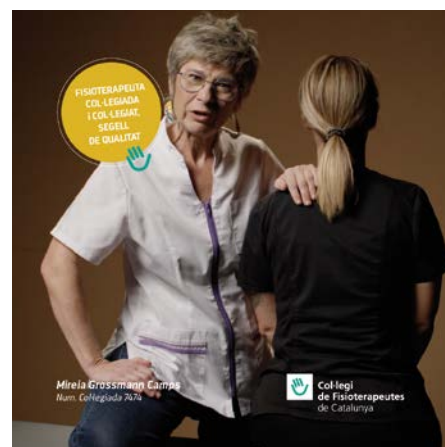
Escola de Postgrau

UMANRESA | UVIC-UCC

UMANRESA

UNIVERSITAT DE VIC
UNIVERSITAT CENTRAL DE CATALUNYA

CAMPANYA INTRUSISME DENUNCIAR ELS 'TREPAPEUTES'



“No posis la teva salut en mans d’un trepa” és la campanya audiovisual que el Col·legi ha impulsat a través de les xarxes socials per denunciar l’intrusisme laboral. Perquè, com diu el lema: ‘Imitar una professió que no és la teva, no fa gràcia’. Expliquem qui hi ha darrera de la idea, qui és la cara visible dels tres vídeos elaborats i què pensen alguns dels fisioterapeutes que hi han col·laborat.

El Col·legi de Fisioterapeutes ha rebut 135 denúncies per intrusisme el darrer any, una xifra que no para de créixer any rere any. Aquestes pràctiques il·legals per part de persones no col·legiades suposen un risc per a la salut dels seus pacients que, enganyats, es posen en mans d’un fals professional per sotmetre’s a algun tractament que els ajudi a solucionar les seves lesions.

El Col·legi fa anys que lluita contra aquesta mala praxi amb totes les eines que té al seu abast i reclama a l’Administració un increment de les inspeccions per evitar l’intrusisme. Amb l’objectiu de denunciar aquesta situació i davant l’increment de casos d’intrusisme, és important fer divulgació per tal que el conjunt de la població conegui aquest risc en la suplantació de funcions. Per aquesta raó, el Col·legi ha impulsat una campanya audiovisual on l’humor té un pes important per denunciar l’intrusisme professional, però també per posar en alerta la població perquè comprovin que aquella persona a qui confien la seva salut exerceix la fisioteràpia de forma legal i amb la titulació necessària buscant el seu número de col·legiat a través del web del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya. Us animem a denunciar possibles casos d’intrusisme.

UNA CAMPANYA AMB SENTIT DE L’HUMOR

Per realitzar els espots de la campanya, el Col·legi va confiar en l’equip de professionals de Cal Fregues, un centre multidisciplinari que té com a filosofia “cuidar la salut de les persones des del cos, la ment i l’instestí”, és a dir que, a més de la fisioteràpia també han incorporat professionals de la psicologia i la nutrició. Amb seus a Vilafranca del Penedès i Sitges, Cal Fregues s’ha caracteritzat des del seus inicis, l’any 2016, per fer vídeos amens i amb molt d’humor que pèngen a les xarxes socials, sobretot a TikTok i també a Instagram, per transmetre allò que fan en el seu dia a dia. Una de les ànimes de Cal Fregues i que s’ha convertit en la cara visible de la campanya és el fisioterapeuta Joan Massanell, que recorda com la vocal de la Junta de Govern i coordinadora del Grup d’Intrusisme del Col·legi, Anahí Castilla, es va posar en contacte amb ells per col·laborar en la creació de la campanya amb l’objectiu de “conscienciar els pacients sobre l’existència de l’intrusisme en el nostre sector i la importància de posar-se en mans expertes i acreditades”. “El to alegre i humorístic que utilitzem a les xarxes socials els encaixava molt perquè és una forma propera i diferent d’apropar-se al pacient i generar una connexió emocional”, explica Massanell. I en la campanya d’intrusisme, remarca, “l’humor ajuda a parlar d’un tema molt seriós sense assenyalar ningú però caricaturitzant l’intrús”.

La idea de la campanya va néixer principalment gràcies a l’Andrea Gago, que s’encarrega de la comunicació a Cal Fregues, juntament amb la productora Nebraska

Produccions, el degà Ramon Aiguadé, i la vocal i coordinadora d'Intrusisme Anahí Castilla, que van decidir que “personificar la figura de l'intrús era un recurs molt interessant perquè generaria impacte i augmentaria el record”. A partir d'aquí va sorgir el personatge del “trepa”, el protagonista dels tres vídeos, una persona que es fa passar per bomber, pilot d'avió i jutge sense ser-ho. Segons expliquen Gago i Massanell, la idea era que en els vídeos de la campanya es “visualitzessin professions en les quals molta gent hi confia i només es posaria a les seves mans en cas de ser professionals acreditats”. Un intrús en la professió, un trepa dins de la fisioteràpia i d'aquí la paraula “trepapeuta” que s'utilitza a la campanya i que ha tingut molt d'èxit a les xarxes socials, on s'ha fet viral, amb més de 500.000 visualitzacions. Els vídeos han agradat als fisioterapeutes, però també a d'altres professionals sanitaris, com psicòlegs, nutricionistes i logopedes, que s'han vist identificats amb el problema de l'intrusisme i n'han fet difusió.

Massanell és el protagonista de la campanya i posa cara al “trepa”, vestint-se de bomber, de pilot i de jutge. “Moltes persones m'han dit que semblava un actor de veritat, així que de moment soc un intrús en el món de l'actuació i continuo com a professional de la sanitat”, confessa amb l'humor que caracteritza el seu centre de salut. De fet, està tan acostumat a fer vídeos amb la resta de l'equip de Cal Fregues que assegura que es va sentir “molt a gust” fent el paper del trepa, tot i que també creu que hi ha ajudat el fet que no havia de parlar ni dir cap text, només actuar.

Els tres vídeos de la campanya tenen la mateixa estructura, primer apareix el personatge del trepa vestit de bomber, pilot o jutge fins que els companys descobreixen que és un impostor quan posa en risc la vida de les persones que han confiat en ell. Immediatament després apareixen fisioterapeutes col·legiats que han participat en la campanya i que tanquen el vídeo enviant el mateix missatge: “Si mai posaries la teva vida en mans d'un trepa, per què posar la teva salut en mans d'un ‘trepapeuta’? Fisioterapeuta col·legiada i col·legiat, segell de qualitat”.

EVITEM LA CONFUSIÓ, APOSTEM PER LA FISIOTERÀPIA COL·LEGIADA

Una d'aquestes fisioterapeutes és la Mireia Grossmann, especialitzada salut pel·viana, que considera que en l'actualitat les xarxes socials “estan col·laborant a sembrar confusió”. “Tothom s'atreveix a parlar de tot i donar consells sobre salut”, remarca, tot considerant que el missatge que s'ha de transmetre a la societat és que “cal no enlluernar-se per façanes de colors i anar més enllà de la imatge i de les xarxes socials” d'un suposat professional. Per això recomana la importància de comprovar el currículum i la formació de la persona a qui confiaràs la teva salut. De fet, la campanya també vol donar a conèixer que a través del web del Col·legi es pot comprovar si una persona està col·legiada o no.

Rubén Cabanillas també participa en la campanya i considera que 135 denúncies d'intrusisme laboral és una “dada preocupant” i alerta de la importància de denunciar possibles sospites, convençut que existeixen “males praxis” que no arriben mai a donar-se a conèixer. Ha participat en la campanya perquè considera important denunciar l'intrusisme laboral i reivindicar la professionalització de la fisioteràpia i la formació que ha calgut fer per aconseguir la titulació. “Cal

conscienciar la població en general i donar a conèixer què és un fisioterapeuta i què no”, remarca, recordant que abans la imatge del fisioterapeuta s’identificava amb estirar-se a una llitera i això ha canviat molt. De la mateixa manera s’expressa Joan Massanell, que veu entre els pacients una “gran confusió perquè no saben les diferències ni les competències que hi ha entre els diferents terapeutes i això fa que a vegades acabin posant-se en mans d’una persona que no toca”.

Cabanillas, a més, obre un altre debat sobre la intrusió dins de la mateixa fisioteràpia, on hi ha companys que “treballen sobre continguts per als quals no tenen la competència, amb pseudoteràpies que sabem que no tenen evidència clínica o científica”. “Cal ser rigorosos també”, apunta.

Volem agrair la col·laboració d’altres col·legiats que han participat en la campanya: Cinta Mestre, Ester Obenza, Jenifer Romero, Mar Puig Esteban, Núria Rius i Judit Capa.

**CAL DENUNCIAR
ELS CASOS
D’INTRUSISME
PER PROTEGIR
LA SALUT DE LES
PERSONES**

POWERbreathe®



Entrenament de la musculatura inspiratòria **IMT**

- » Entrenament intel·ligent de flux cònic resistit
- » Dispositiu multiusuari, mitjançant filtres antivirals
- » Programari Breathelink, Biofeedback, registre fins a 1000 usuaris



PROGRAMARI BREATHLINK

- Biofeedback
- Aporta visualització en directe de gràfiques de volum, pressió, flux, potència i energia.
- Visualització i registre de resultats
- Gràfiques de resultats d’entrenament
- Customització
- Registre de fins a 1000 usuaris
- Test PIM, S-Index, PIF

BIOCORP®
EUROPA

www.biocorp.es

+34 943 577 614 - 664 549 376



Accedeix a la informació dels productes



Entrevista a en
Peyu
protagonista
del DIFT2024

“Des del 2009 que no fallo a la cita amb el meu fisioterapeuta”

En Peyu, nom artístic de Lluís Jutglar, nascut l'any 1986 a les Masies de Voltregà, és un humorista català reconegut per les seves actuacions tant al teatre, com a la ràdio i la televisió. El proper 26 d'octubre serà també el protagonista de la vetllada organitzada pel Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya amb motiu del Dia de la Fisioteràpia, DIFT 2024.

Q uina ha sigut la teva relació amb la fisioteràpia? Sabem que ets un home de camp i d'escenari, has tingut cap lesió derivada del treball a l'escenari o el camp? Si és així, com vas gestionar la rehabilitació?

En tinc molta, de relació. Des de l'any 2009 que, de manera constant, cada mes i mig, aproximadament, faig sessions amb "el meu" fisioterapeuta, Marc Codina, de FisiOsona. Ara ho faig més per prevenció o manteniment, però al 2009, després d'estrenar el meu primer espectacle en el qual m'enfilava a una escala, vaig veure que em marejava. Vaig pensar que no era gens normal i, després d'anar al metge -que em va receptar unes pastilles per al vertigen- vaig provar amb en Marc a Manlleu, on tenia la consulta. Ell va veure que era un tema de cervicals, que les tenia tan contracturades que no m'arribava bé la sang al cap, i això em provocava els marejos. Des d'aleshores que, un cop cada mes i mig, vaig a la consulta per tal de revisar i prevenir lesions com aquesta o d'altres.

El Col·legi de Fisioterapeutes té diferents comissions i grups de treball.

Un d'aquests grups és el de fisioteràpia en les arts escèniques, que vetlla per poder atendre amb la màxima professionalitat els artistes.

Els fisioterapeutes coneixem les necessitats damunt l'escenari, què vol dir preparar-se un guió, un treball físic, una vocalització...

i d'aquesta manera dirigir la rehabilitació i l'optimització del rendiment amb l'objectiu de fer-ho eficient i amb temps rècord.

Coneixes aquests fisioterapeutes experts en arts escèniques?

Has treballat amb ells?

No hi he treballat en aquest àmbit concretament, ho desconeixia, però està molt bé. Ara mateix quan vaig al centre fem altres teràpies, algunes vinculades a tractar-me el coll amb l'objectiu de cuidar la veu, que és un element clau per a la meva feina perquè faig moltes veus diferents i moltes merdes (riu) . Ho noto molt, és una milloria, i és quelcom que s'hauria de donar a conèixer més.

Estàs en molts projectes amb la teva pròpia productora, El Corral?

Sí, som una productora petita. Funcionem una mica com un *coworking*. Tenim uns treballadors integrats a l'equip i després tenim també autònoms vinculats a la nostra activitat, que tenen la possibilitat de participar també en projectes i que hi treballen en una oficina compartida. Quan apareix un projecte gran, podem integrar-los a l'equip per poder arribar a tot.

Un d'aquest projectes ha estat "El búnquer", no exempt de polèmiques; la darrera amb els horaris d'emissió.

La realitat és que les ràdios segueixen funcionant a cop d'EGM, que és una farsa perquè s'aguanta tot sobre una mentida. Sembla que a certa gent ja li va bé, però no té cap sentit amb la possibilitat de mesurar audiències que hi ha avui dia. Com

"DES DEL MEU PRIMER ESPECTACLE VAIG VEURE QUE LA FISIOTERÀPIA M'AJUDAVA A CONTROLAR L'ESTRÈS I PREVENIR LESIONS"

“M’AGRADA FER PROJECTES QUE CONNECTEN AMB LA GENT, QUE NEIXIN D’UNA VERITAT, NO DES D’UN DESPATX”

està muntat així, a nosaltres ens han dit que anem al migdia a Catalunya Ràdio, però penso que és un error. Estem una mica a final d’etapa, seria l’últim any i, per tant vagi bé o malament, no traurem res en clar d’aquest canvi. “El búnquer” es consumeix principalment a través de pòdcast, el més escoltat de la història de Catalunya Ràdio, i ens omplim també de les sensacions i del fet de què, en només una setmana, omplim els teatres més grans de Catalunya amb els programes en directe. Al final, nosaltres som una productora i tenim un contracte i unes obligacions a complir. Ho tenim molt clar. Un cop “vens” el producte, ja no està a les nostres mans.

Ets un emprenedor, com has demostrat muntant el festival (P)AUSA aquest any. Explica’ns una mica com surt aquesta idea tan interessant d’un festival d’arts escèniques. Com ha anat?

Ens feia molta il·lusió aprofitar una ubicació extraordinària com la que tenim al Corral a Muntanyola, des d’on es veu tota la plana de Vic, i volíem unir això amb la nostra defensa dels productes locals, de proximitat, i una programació cultural de gran qualitat. L’experiència és espectacular, poder tenir gent de la talla d’en Quimi Portet o l’Albert Pla és brutal, val molt la pena. Estem molt contents, però per l’any que ve, per poder repetir, haurem d’estudiar tota la producció.

I amb suport institucional?

Bé, en el cas del festival en concret tenim una ajuda vinculada a un programa de diversificació turística, però tots sabem que les grans subvencions van a qui van. Jo tampoc en demano, en quinze anys mai n’he demanat i tracto de fer les coses molt adaptades als recursos. Nosaltres necessitem el suport de la gent, tenir èxit, i seguir disposant de molt bons professionals.

Quin és el secret del teu èxit?

El fons sempre és treballar amb una idea original i amb il·lusió. Tots els projectes que neixen d’aquesta veritat tenen més possibilitats de tenir èxit. Als que neixen des d’un despatx amb molt d’anàlisi racional els hi falta ànima. A mi el que m’agrada és fer coses que connectin amb la gent, amb el públic. El que faig és conduir molt i pensar durant aquestes estones. Nosaltres som una empresa petita, podem fer néixer els projectes des de baix, i tenim aleshores aquesta essència de veritat. Més enllà de riure, el que fem és també anar una mica més enllà, busquem entretenir, però no només, perquè aleshores és buit. Volem que la gent surti una mica diferent quan surt del teatre.

Aquest enfocament és bo, però tu tens un molt bon domini dels canals?

Bé, sens dubte això és fonamental i no és gens fàcil. Al final, el que més domino és el teatre, ho he fet tota la vida, és la meva passió i m’ho passo molt bé. La pausa és un element molt màgic, aguantar 4 o 5 segons un gag és quelcom que té una força fantàstica. Evidentment, moltes d’aquestes tècniques teatrals les aplico també a la ràdio i la televisió, és molt evident en programes com “Natura sàvia” o “Bricoheroes”.

Quins són els teus referents?

I tant que en tinc. No idolatro, però soc resultat d’un tipus de vida que he portat, també de quan era petit. Els meus pares tenien un restaurant, jo feia els deures al costat de les taules, veia els avis parlant, coneixia molta gent... Sempre explico que

la meua mare no ens deixava anar a dormir fins que arribava el pare, que mai era abans de mitjanit. Això vol dir que amb 7 o 8 anys estava veient per la tele coses que no em pertocaven o escoltant discos com els del Capri, que me'ls he menjat tots. No tinc cap dubte que en aquesta societat tan políticament correcta, la meua mare hauria perdut la custòdia (riu).

Per celebrar el Dia de la Fisioteràpia (DIFT) faràs un monòleg dirigit al col·lectiu professional. Què els hi diràs als fisioterapeutes que hi participaran? Què poden esperar de l'espectacle?

Farem uns riures, que és el més important. I algú marxarà amb un pernil. El que més m'agrada és fer una mica de crítica social i política, però també m'agrada molt exposar una mica la pròpia naturalesa humana per poder riure'ns de nosaltres mateixos.

Se't reconeix com un ferm defensor del sector primari i del territori, i ara mateix estàs amb el projecte "Les cabres d'en Peyu". Què t'ha inspirat a iniciar aquest projecte? Qui hi ha darrere? I què ens pots explicar sobre les teves cabres? Ets més animal de camp o d'escenaris?

Necessito les dues coses. Tinc una feina molt intel·lectual, molt mental, però necessito també quelcom que em lligui directament amb el món on vivim perquè som animals. Tocar la terra, les cabres, és també fonamental.

Quins projectes estàs preparant?

Farem la segona temporada de "Natura sàvia" amb l'Albert Pla i en Quimi Portet. Estem molt contents, humor surrealista, que ara jo no es fa com en podia fer Monty Python o vèiem a la sèrie "Els joves". És diferent i serà interessant també per a una tele pública. Es veuran coses molt atractives i impactants.

Aquesta aposta pel surrealisme i per un missatge molt arrelat al territori no és, evidentment, casual. A què respon?

Si analitzes la producció audiovisual a casa nostra de fa 15 o 20 anys era, objectivament, molt millor de la que tenim en aquests moments. Teníem clar cap a on anàvem i quin era el nostre estil. Ara estem més sotmesos a les audiències i a "eixamplar" la base, com diuen els polítics, i acabes fent una cosa sense personalitat, que et fa perdre el teu públic natural, però també el que podria venir.

io Institut Odontològics

Programa de salut bucodental d'IO

20% DTE-EN
TOTS ELS TRACTAMENTS

HIGIENE GRATUÏTA
(Subjecta a prescripció mèdica)

Escaneja'm i demana cita!

Primera revisió gratuïta | 900 800 850
www.ioa.es

Entrevista a
**Marc
 Codina**
 Fisioterapeuta
 d'en Peyu



“Els artistes estan sotmesos a un estrès important i aquesta tensió pot provocar dolors musculars”

No podíem completar la visió d'en Peyu sense la del seu fisioterapeuta. Una relació de gairebé 15 anys que els ha permès centrar-se en millorar el rendiment i prevenir les lesions que pot patir un artista amb l'estrès associat a la seva activitat. Tan profunda ha estat aquesta relació que en Peyu va acabar oficiant, excepcionalment, el casament del Marc i fent també un monòleg dedicat. Com el mateix Peyu reconeix, “un cop i mai més”.

En Peyu ens va dir que des de 2009 teniu sessions regulars de fisioteràpia. Quines són les malalties més habituals que ens podem trobar amb professionals del món de l'espectacle?

Quan ens vam conèixer, en Peyu estava en una fase d'estrès important que li provocava episodis de vertigen d'origen vestibular. Des d'aleshores, hem fet un manteniment i prevenció de forma regular, ja que el seu ritme de vida laboral és molt intens. Els professionals d'aquest sector, que utilitzen molt el llenguatge corporal i la comunicació verbal, acumulen molta tensió d'origen postural i això fa que es generin dolors musculars.

Per la seva implicació i gestió laboral, acumula també tensions d'origen temporomandibular, que també les tractem a la nostra consulta.

També ha tingut alguna lesió muscular de tipus traumàtic per la naturalesa dinàmica de les seves funcions i això ens ha obligat, per exemple, a treballar sobre els isquiotibials, on habitualment té problemes.

Què pot aportar en positiu una relació tan llarga amb el teu fisioterapeuta?

Amb el Peyu tenim un molt bon *feedback*. Hem arribat al punt que, tant jo com la meva companya de feina, la Mireia, podem entendre'l amb la mirada. Segons l'intercanvi d'energia podem saber com està ell en el seu dia a dia. A la consulta, de seguida anem una miqueta a rascar allò que li fa falta. Al final ens acabem comunicant molt, fins i tot per xarxes, per correu o per WhatsApp.

Recordo precisament un dia que em va trucar al matí perquè tenia una lesió muscular aguda als isquiotibials, quan al vespre tenia funció. El vaig fer venir un dissabte o diumenge, no ho recordo, vam fer un ajust perquè pogués fer l'actuació. El fet de conèixer algú fa tants anys facilita el tractament i poder arribar al fons de les qüestions.

En quins àmbits de la fisioteràpia esteu especialitzats tu i el centre on estàs, FisiOsona?

Pel que fa a això i al nostre centre, tractem qualsevol patologia com a centre privat de fisioteràpia. Personalment, estic especialitzat en fisioteràpia esportiva, en teràpia invasiva ecodirigida i tot el que això suposa.


Excepte neurologia i pediatria, que les derivem, la resta d'àmbits els tractem, com poden ser la disfunció temporomandibular, la disfunció del sòl pelvià, acupuntura, etc.

10 years  naggura'



Celebra amb nosaltres el nostre aniversari!

T'esperem amb moltes sorpreses al Congrés FTP

 29-30 novembre al CCIB - Barcelona



Contacta'ns!



L'APOSTA PER LA RECERCA, CLAU PER ESDEVENIR REFERENTS

És una evidència que la recerca científica ha fet canviar, al llarg dels anys, el tractament i l'abordatge de la fisioteràpia per ajudar els pacients. De fet, encara ara s'ha de lluitar contra la imatge que té una part de la població que associa, de forma errònia, la fisioteràpia amb anar a un centre i estirar-se a una llitera. L'evidència científica ha permès avançar en noves tècniques i donar prestigi a la professió.

Des de fa anys, el Col·legi ha impulsat la incorporació de la recerca en el desenvolupament professional de la fisioteràpia, amb el finançament de projectes a través de la convocatòria de beques anuals. A més, des del 2022, s'ha fet un pas important per posar en marxa una sèrie d'accions que busquen incrementar el nombre d'investigacions i d'investigadors amb l'objectiu de millorar la qualitat científica dels estudis que es desenvolupen a Catalunya. El Col·legi vol esdevenir un referent en recerca tant a nivell nacional com internacional; una estratègia per seguir millorant el posicionament de la fisioteràpia en el món de salut.

Per aconseguir aquest últim objectiu, el Col·legi vol potenciar des de la base els investigadors catalans, afavorint la interconnectivitat entre grups catalans i inter-

nacionals. Per donar a conèixer tota aquesta estratègia i les possibilitats que s'ofereixen, des del Col·legi s'ha impulsat una sèrie d'accions. Cada any organitza una Jornada de doctors i doctorands que, aquest 2024, coincidirà amb l'FTP, el Congrés Internacional de la Fisioteràpia, que se celebrarà el 29 i el 30 de novembre. L'any passat la trobada d'investigadors i futurs investigadors, segons explica Jordi Vilaró, vocal de la Junta de Govern del Col·legi, va acollir fins a 75 participants.

Al web del CFC també s'està treballant en la creació d'un espai de recerca, l'Espai Ciència, on s'hi podran trobar recursos com, per exemple, guies de pràctica clínica, com elaborar un projecte de recerca, la revista de recerca del CFC en format digital, resums d'articles científics publicats per investigadors catalans, enllaços als grups de recerca en fisioteràpia, notícies i una agenda d'esdeveniments de recerca, que van des de jornades i formacions a convocatòries d'ajuts. També s'han organitzat seminaris web amb especialistes sobre recerca en temes rellevants per a la investigació científica. De cares al 2025, Vilaró destaca que s'està preparant un curs teòrico-pràctic d'aproximadament 60 hores per formar els fisioterapeutes sobre com portar a terme projectes de recerca per obtenir resultats exitosos.

AJUDES A LA RECERCA

El Col·legi destina cada any un percentatge del pressupost a la recerca (amb el compromís de poder-lo anar incrementant els pròxims anys) amb l'objectiu d'afavorir el desenvolupament de projectes que portin el segell de la investigació catalana. "Tenim un model assistencial ben estructurat, de qualitat, amb bon coneixement i cal demostrar l'eficiència de la fisioteràpia promovent noves estratègies d'intervenció", remarca Jordi Vilaró, vocal de la Junta del Col·legi expert en l'àmbit de la recerca. També es convoquen beques destinades a finançar estudis desenvolupats per fisioterapeutes col·legiats i que anualment financen aproximadament vuit projectes. Cada any s'incrementa el nombre i la qualitat dels projectes. L'any passat, per exemple, es van rebre més de quaranta sol·licituds. Vilaró també dona impor-

**A L'ESPAI
CIÈNCIA DEL WEB
DEL COL·LEGI
HI HAURÀ
RECURSOS A
DISPOSICIÓ DELS
INTERESSATS EN
LA RECERCA**

US ESPEREM AL #FTP24
amb les nostres ofertes BlackFriday

Informa-te'n ja de
les ofertes aquí



enovisTM



EXEMPLE D'ÈXIT

Entre les recerques finançades pel Col·legi, hi ha diversos projectes liderats per la doctora Mercè Sitjà sobre envelliment i fisioteràpia. Segons explica Vilaró, un dels projectes ha portat a demostrar l'eficàcia de la nostra professió en les persones grans i ha estat publicat a la revista de més impacte internacional, 'Age and Ageing', on es demostra la viabilitat i eficàcia de l'ús de sistemes tecnològics per a l'aplicació d'activitat física al domicili en persones grans. "Aquesta publicació, que va merèixer un editorial a la revista felicitant l'encert i qualitat de l'estudi, té un impacte transcendental ja que demostra, d'una banda, que es poden aplicar tractaments de fisioteràpia a distància però, de l'altra, que ser una persona gran amb limitacions tecnològiques no és un hàndicap a l'hora d'utilitzar aquests recursos", explica Vilaró.

tància a la tasca del Comitè d'Ètica en Recerca del Col·legi, que té com a objectiu assessorar els investigadors en el desenvolupament correcte dels projectes pel que fa a la qualitat metodològica, a la cura dels aspectes ètics, a la publicació d'articles científics o a la formació de grups de recerca, entre d'altres.

ELS ÀMBITS MÉS DESTACATS

Des del Col·legi, segons comenta Vilaró, s'ha establert de forma estratègica l'impuls de la recerca "com un element clau en el reconeixement de la fisioteràpia a nivell assistencial, afavorint el desenvolupament de nous models assistencials i terapèutics i, alhora, donant a conèixer al conjunt de la població la qualitat i avantguarda dels nostres professionals". Això cal treballar-ho, afegeix, facilitant nous projectes que ajudin a demostrar l'eficàcia i el seu impacte econòmic en el sistema sanitari català. Alguns dels estudis i àmbits d'investigació que es consideren més importants són els de cost-eficàcia. Són aquells que analitzen l'impacte econòmic d'un model assistencial, en aquest cas el de la fisioteràpia. Aquest tipus d'estudis mostren que una determinada intervenció no només és eficaç per millorar la salut de les persones sinó que també redueix les despeses sanitàries associades al tractament d'una malaltia.

Altres àmbits rellevants per fer recerca, segons Vilaró, són els relacionats amb la Fisio APiC, tenint en compte la incorporació de més de 380 fisioterapeutes a l'atenció primària. "Cal, d'una banda, poder definir clarament quin és el model assistencial ideal per aquest nou servei i, de l'altra, demostrar el cost-eficàcia que justifiqui la seva incorporació i que faciliti, en un futur, poder ampliar el nombre de fisioterapeutes a l'atenció primària i comunitària, ja que és el model assistencial del segle XXI", detalla el vocal de la Junta.

Vilaró també considera àmbits interessants per fer recerca els relacionats amb l'envelliment de la població, els malalts crònics i els pacients amb risc d'exclusió o vulnerables, així com la recerca en dones. Són col·lectius que, en general, "sempre han estat al marge de la recerca, també en fisioteràpia". Per tant, seria rellevant demostrar la importància que té la fisioteràpia específicament adaptada a cadascun d'aquests col·lectius. Per exemple, més del 80 % dels estudis que es realitzen a nivell mundial s'han fet majoritàriament en homes. Per això, Vilaró creu que "calen estudis que determinin quines respostes tenen les dones davant dels tractaments de fisioteràpia, demostrar quins són els més eficients i poder adaptar les intervencions en funció de cada col·lectiu".

OBJECTIUS DE FUTUR

En els pròxims anys, el Col·legi s'ha marcat com a fita seguir impulsant la formació de recercadors, la millora de la qualitat dels projectes de recerca i incrementar el nombre de projectes en les línies de recerca estratègiques. Però, sobretot, destaca Vilaró, crear un sistema que afavoreixi la interconnexió entre investigadors de tal manera que puguin compartir experiències, coneixements, idees i col·laboracions. Per a Vilaró la col·laboració "és clau" entre els investigadors "per millorar la quantitat i, sobretot, la qualitat" de la recerca en fisioteràpia a Catalunya. Recorda que un dels hàndicaps és que els fisioterapeutes no estan contractats per fer recerca i han de desenvolupar els seus estudis fora de l'horari professional. "La limitació de

temps, la dificultat per accedir a un nombre de malalts que participin en els estudis i la falta de recursos materials, fa que moltes vegades els estudis siguin petits, amb pocs participants, i amb intervencions i mesures poc complexes”, assenyala. Això fa que es generin resultats interessants però limitats amb dificultats per ser publicats. Per aquest motiu, considera interessant crear projectes col·laboratius per ampliar el nombre d’investigadors i de centres, amb equipaments compartits i amb la participació de diferents experts. Així, considera que es garantirien recerques de gran qualitat amb un nombre gran de població i que impactarien directament en el sistema sanitari català.



Per últim, el Col·legi considera que és important, segons Vilaró, la creació d’un Observatori de recerca “que determini on estem, cap on volem anar, quines són les nostres fortaleses i mancances i estableixi de forma clara les estratègies que el Col·legi ha de desenvolupar en els propers 10 anys per tal d’esdevenir capdavanters i poder incrementar l’impacte de la fisioteràpia en el sistema sanitari català”.

TIMP Especialistas en fisioterapeutas

Gana tiempo y organización con el **software referente** desde 2014

- 🕒 **Agenda digital**
- 📄 **Historiales clínicos**
- 📱 **App de reservas**
- 🔔 **Recordatorios de citas**
- 💳 **Pagos desde la app**
- 📊 **Contabilidad y CRM**





Participació del Col·legi a La Diada Nacional de Catalunya

El Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya va ser convidat a l'acte institucional amb motiu de la celebració de la Diada Nacional de Catalunya. L'acte, que va tenir lloc a les 10 del vespre amb les simbòliques Quatre Columnes de Puig i Cadafalch de Montjuïc com a part de l'escenari, va tenir com a fil conductor "Sentir Catalunya" i es va concebre com un acte transversal, plenament cultural, representatiu de la pluralitat de Catalunya. El degà del Col·legi, Ramon Aiguadé, va assistir a l'acte juntament amb nombrosos representants d'altres col·legis professionals sanitaris, i va poder intercanviar unes paraules, entre d'altres, amb el president del Parlament, Sr. Josep Rull; la consellera de Salut, Sra. Olga Pané, així com amb el president de la Generalitat, Sr. Salvador Illa.

Amb una posada en escena festiva, el muntatge institucional va mostrar les diferents maneres de sentir Catalunya a partir de la diversitat de la societat catalana i també va remarcar l'orgull i el sentiment de catalanitat.

A l'esdeveniment hi van actuar, entre d'altres, Àngels Gonyalons, l'Elèctrica Dharma i Marina Rossell. L'Escolania de Montserrat, i les corals del Bages i l'Anoia van ser les encarregades d'interpretar Els Segadors, l'himne de Catalunya.



El material divulgatiu que la WPT ha preparat per commemorar el Dia Mundial de la Fisioteràpia, també en català

Per quart any consecutiu, els materials que la World Physiotherapy ha preparat per commemorar el Dia Mundial de la Fisioteràpia i compartir la campanya –aquest any centrada en la lumbàlgia- a cada territori, estan disponibles també en llengua catalana. Una iniciativa promoguda i liderada pel Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya, qui ha realitzat les traduccions dels textos al català, gràcies a les sinergies entre el CFC i l'AEF.

Podeu consultar, descarregar i imprimir aquest material per a les vostres consultes de fisioteràpia i compartir-lo amb el vostre entorn professional i personal si ho desitgeu. Descarregueu-vos el material divulgatiu a

https://world.physio/es/wptday/toolkit?lang=All&year=14921&toolkit_type=All



World PT Day 2024

FISIOTERÀPIA I LUMBÀLGIA

Els i les fisioterapeutes ofereixen assessorament expert, orientació i tractament per a la lumbàlgia.

Com ho fan:

- Posen en marxa estratègies per ajudar-te a gestionar el dolor.
- T'ajuden en la recuperació.
- Aconsegueixen que puguis fer aquelles activitats que t'agraden.



World Physiotherapy

#WorldPTDay
8 de setembre
www.world.physio/wptday

Practiques l'osteopatia?

Fes-te membre del Registre de Fisioterapeutes que practiquen l'Osteopatia i aconsegueix el teu distintiu per a la teva consulta.



Registra't **AQUÍ!**



Campanya per prevenir lesions musculoesquelètiques en els dentistes i millorar la salut l'ATM entre la població

El Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya i el Col·legi Oficial d'Odontòlegs i Estomatòlegs de Catalunya (COEC) han posat en marxa una campanya per donar a conèixer als dentistes estratègies de prevenció de lesions musculoesquelètiques en el seu entorn laboral i alhora millorar la salut de l'ATM entre la ciutadania.

La campanya ofereix consells de fisioteràpia als professionals de l'odontoestomatologia, una pràctica professional que exigeix, habitualment, estar molt de temps en una mateixa postura, cosa que pot repercutir en lesions musculars o articulars. Gràcies a aquesta iniciativa amb el COEC, el Col·legi de Fisioterapeutes ha elaborat una sèrie de vídeos que aborden consideracions que cal tenir en compte sobre les postures mentre es treballa a consulta, així com un pla d'exercicis per cuidar l'esquena, el coll, les espatlles i les mans del dentista.

D'una banda, es destaca la necessitat que l'odontoestomatòleg realitzi exercicis de força de manera periòdica, ja que això és clau per mantenir una condició física adequada. A més, per mitigar els efectes de mantenir una mateixa postura constantment, els vídeos ofereixen uns d'estiraments molt senzills i canvis de posició que es poden fer en les pauses entre pacients, i que serveixen per relaxar la musculatura i mobilitzar les articulacions.

Per al president del COEC, Germán Pareja: "Els dentistes sovint treballen en postures estàtiques i incòmodes durant moltes hores, la qual cosa pot provocar problemes musculars i esquelètics. Una postura adequada permetrà al dentista treballar de manera més eficient durant tota la jornada laboral. Ensenyar i conscienciar sobre la importància de la postura no només beneficia la seva vida laboral, sinó també la seva salut general i el seu benestar fora de la feina. Per aquest motiu, posem aquesta campanya al servei dels nostres col·legiats i col·legiades".

Com explica Ramon Aiguadé, degà del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya: "Estem molt contents d'aquesta col·laboració, que reflecteix la força d'ambdós col·lectius. Entre tots dos sumem més de 20.000 professionals sanitaris al servei dels catalans. Són moltes les professions que exigeixen un elevat grau d'esforç corporal i, des de la fisioteràpia, estem encantats de contribuir a millorar la qualitat de vida de tots els professionals i de la societat en general".

EXERCICIS PER AL CONJUNT DE LA CIUTADANIA

La campanya també ofereix exercicis a la població en general per millorar la salut de les articulacions que uneixen la mandíbula i el crani, així com recomanacions als dentistes perquè puguin detectar problemes que, de vegades, poden ser símptomes de malalties greus.



*Ramon Aiguadé,
degà del CFC i Dr.
Germán Pareja,
president del COEC.*

La campanya aborda els tipus de patologies que afecten l'articulació temporomandibular. Entre l'os de la mandíbula i el crani existeix un disc articular que permet que l'articulació es comprimeixi sense afectar aquests ossos. A vegades, però, aquest disc es pot desplaçar i, conseqüentment, pot limitar la mobilitat de la mandíbula. A més, tant l'ATM com els músculs que l'envolten poden causar dolor i discapacitat.

També existeixen patologies més greus que poden afectar aquesta articulació, com l'artritis reumatoide i, fins i tot, alguns tipus de càncer oral. Per tant, és important revisar la boca per detectar-los a temps si apareixen i poder-los tractar i recuperar correctament.

Des del Col·legi de Fisioterapeutes es considera que és important que els dentistes coneguin els criteris diagnòstics oficials per detectar i tractar aquests símptomes i millorar la qualitat de vida de les persones. A més, se sap que els problemes de mandíbula poden empitjorar la progressió d'altres patologies com, per exemple, algunes cefalees o migranyes. Per tant, un abordatge adequat de l'ATM pot contribuir tant en la millora d'altres patologies com en la qualitat de vida de les persones.

UIC
barcelona
MÀSTERES Y
POSTGRADOS

Especialitza't a UIC Barcelona

MÀSTER UNIVERSITARI EN FISIOTERÀPIA PEDIÀTRICA

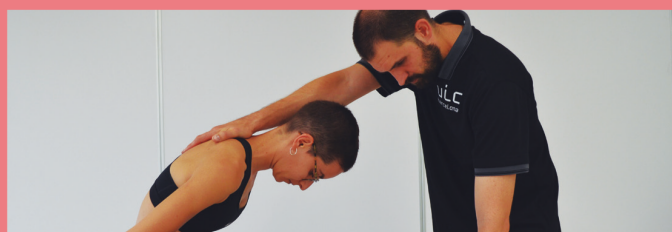
MÀSTER EN REHABILITACIÓ I READAPTACIÓ ESPORTIVA

MÀSTER UNIVERSITARI EN FISIOTERÀPIA MANUAL ORTOPÈDICA

+1.000m² gimnasos.

Laboratori de Biomecànica i Fisiologia de l'Exercici.

Grup de Recerca en Fisioteràpia IFET (Reconegut per AGAUR).



Universitat
Internacional
de Catalunya



Xavi Labraca

**COORDINADOR
DE LA COMISSIÓ
DE FISIOTERÀPIA
NEUROMUSCULOESQUELÈTICA
DEL COL·LEGI**

QUI SOC?

Em dic Xavi Labraca i des de 1992 exerceixo com a fisioterapeuta, per tant formo part de la promoció que es va graduar coincidint amb les Olimpíades de Barcelona. Amb més de tres dècades de carrera, podria dir que soc un fisioterapeuta veterà, amb una experiència que he anat acumulant a través d'innombrables reptes professionals i personals. La meva trajectòria ha estat marcada per un aprenentatge constant i una dedicació total a la professió.

Al llarg dels anys, he buscat la millor formació possible per oferir sempre el millor als meus pacients. Soc diplomad en Fisioteràpia i tinc un Màster oficial en Teràpia Manual Ortopèdica per al Tractament del Dolor, a més d'haver cursat nombroses formacions de postgrau en tècniques de fisioteràpia neuromusculoèsquelètica, com ara l'exercici terapèutic i en tècniques invasives, que avui són eines clau en el meu treball clínic. També vaig tenir l'oportunitat de realitzar un voluntariat i coordinar un projecte formatiu a Moçambic, en col·laboració amb el Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya, a un hospital infantil amb nens amb paràlisi cerebral, una experiència que va transformar la meva visió de la professió i de la meua vida. Aquesta experiència em va reafirmar en la idea que la fisioteràpia no només és una ciència, sinó també una eina poderosa de canvi social i humanitari.

QUÈ FAIG?

Des de novembre de 1992, soc el responsable del Servei de Rehabilitació a l'Hospital Benito Menni de Sant Boi, on vaig tenir l'oportunitat de crear el Servei de fisioteràpia des de zero. Aquest ha estat, sens dubte, un dels reptes més importants de la meua carrera. En aquell moment era molt jove i inexpert, i se'm va confiar la responsabilitat de posar en marxa un servei



en un hospital que, en aquell temps, encara no tenia cap infraestructura dedicada a la fisioteràpia. Començar des de zero no va ser gens fàcil, però a poc a poc vaig anar construint un equip i unes estructures que ens han permès evolucionar cap al que avui és un servei de rehabilitació complet i multidisciplinari. El nostre equip compta amb fisioterapeutes, terapeutes ocupacionals i logopedes, i està plenament integrat en la dinàmica assistencial hospitalària, fet que ens permet oferir una atenció completa i coordinada als nostres pacients. L'abordatge de la fragilitat, en la nostra institució, és el nucli en el qual estem centrant els esforços més importants.

A més de la meva feina hospitalària, una part molt important de la meva carrera ha estat la docència. Des de 1996, quan vaig tenir el meu primer contacte amb les tècniques invasives, em vaig especialitzar en el dolor miofascial i la punció seca, àrees en les quals he tingut el privilegi de formar altres professionals. La fisioteràpia neuromusculoesquelètica ha estat el meu focus principal i, en aquest camp, les tècniques invasives i l'exercici terapèutic han revolucionat completament el meu treball. Actualment, com a coordinador de la Comissió de Fisioteràpia Neuromusculoesquelètica del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya, tinc l'oportunitat d'ajudar a guiar i desenvolupar les línies de treball més actuals en aquest camp, assegurant que els professionals catalans puguin aplicar les tècniques més innovadores i basades en l'evidència científica. Per a mi, el més gratificant és veure com la fisioteràpia està en constant evolució i com podem oferir cada vegada millors solucions als nostres pacients.

QUÈ VULL FER?

Mirant cap al futur, tinc molt clar que vull seguir creixent en dos àmbits que em resulten especialment apassionants. El primer és el de la prevenció de la fragilitat en la gent gran. Aquest és un camp en plena evolució i crec que encara hi ha molt camí per recórrer en la forma com abordem l'envelliment des de la fisioteràpia. Ja no veiem la gent gran com una població passiva que només necessita cures pal·liatives. Avui dia, la fisioteràpia té un paper fonamental en la prevenció i l'activació d'aquestes persones, ajudant-les a mantenir-se actives i a viure una vida més plena. Vull continuar desenvolupant aquest àmbit en el meu treball hospitalari, implementant noves tècniques i estratègies que ajudin a millorar la qualitat de vida d'aquest col·lectiu. El segon gran objectiu per a mi és seguir exercint com a docent. M'encanta la formació i considero que és una de les meves grans vocacions. Poder compartir els meus coneixements i experiències amb altres fisioterapeutes és, sens dubte, una de les parts més gratificants de la meva feina. M'agradaria, a més, seguir aprofundint en àrees com l'exercici terapèutic i la readaptació, així com en l'ecografia, una tècnica que considero molt útil però en la qual encara vull millorar. El projecte de Moçambic m'ha deixat amb un fort compromís per continuar col·laborant en iniciatives solidàries i, a llarg termini, m'agradaria seguir aportant la meva experiència en projectes internacionals on la fisioteràpia pugui marcar la diferència. En definitiva, el meu objectiu és seguir aprenent i creixent, tant a nivell personal com professional, i continuar gaudint d'una professió que estimo profundament.

“TINC DOS GRANS OBJECTIUS PER AL FUTUR: SEGUIR EN LA DOCÈNCIA I TAMBÉ REFORÇAR EL MEU DESENVOLUPAMENT EN L'ÀMBIT DE LA FRAGILITAT EN LA GENT GRAN”

Respira!

Perquè el III Congrés Internacional
de Fisioteràpia et deixarà sense alè

SAVE
THE
DATE



Col·legi
de Fisioterapeutes
de Catalunya

ftp 24
CONGRÉS
INTERNACIONAL
DE FISIOTERÀPIA

CCIB - BARCELONA

29-30 NOVEMBRE