



Una de les activitats amb motiu del Dia Mundial de la Fisioteràpia.

La incontinença urinària centra el Dia Mundial de la Fisioteràpia celebrat a Arbúcies

► Un estudi del 2009 constata que unes 500.000 persones a Catalunya declaren patir aquesta disfunció, el 77% de les quals són dones

ARBÚCIES | F.B.

■ El Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya va celebrar el passat 10 de setembre a Arbúcies el dia mundial d'aquesta especialitat. Gràcies a la col·laboració de l'Ajuntament del municipi i del centre de Fisioteràpia Fisiarbúcies, el Col·legi va poder celebrar un event en el qual es van tocar tots els aspectes d'aquesta disciplina, però que es va centrar amb la incontinença urinària.

Per organitzar la diada, es va muntar un envelat divulgatiu a la plaça de la vila que es va convertir, per un dia, en un centre de fisioteràpia. El taller d'incontinença urinària va consistir a fer abdominals i reforç perineal, aconsellables per evitar i/o solucionar disfuncions del sòl pelvià i l'abdomen. De fet, la fisioteràpia pot corregir o millorar aquest problema en el 89% dels casos de pèrdues lleus, i en el 45% de pèrdues moderades en les dones, segons da-

des extrems del 37è simposi internacional Dexeus de Barcelona celebrat l'any 2010.

Aquesta disfunció afecta, principalment, persones més grans de 60 anys, esportistes d'elit i dones que han tingut un part vaginal o estan embarassades. Segons un altre estudi anomenat *Prevalència de incontinença urinària en Catalunya* (2009), el 7,9% de la població catalana declara patir aquesta disfunció, és a dir, afecta prop de 500.000 persones, el 77% de les quals són dones.

Diversos tallers

La jornada del dia 10 es va iniciar al matí amb un taller d'escola d'esquena, en el qual van participar tant usuaris que participen en l'Escola d'Esquena que es fa a Arbúcies com també gent que passejava per la plaça. Es va continuar amb un taller pràctic on s'explicaven els trastorns de l'articulació temporomaxil·lar i els seus

Per aquesta diada es va muntar un envelat divulgatiu a la plaça que es va convertir en un centre de fisioteràpia

La incontinença urinària afecta persones de més de 50 anys, esportistes d'elit i embarassades

tractaments amb fisioteràpia, i un taller demostratiu d'embenats neuromusculars (el k-tape) que va tenir molt bona acollida i molta gent es va deixar posar les cintes adhesives.

Al migdia es va fer un taller d'estiraments. Posteriorment es va parlar de la Síndrome del Dolor Miofascial i el seu tractament de punció seca. A la tarda es va fer la xerrada de cloenda sobre la incontinença d'orina i altres disfuncions del sòl pelvià a la sala de La Gabella.