

## Fisioterapeutas catalanes y madrileños se unen para lanzar la campaña '12 meses, 12 consejos de salud'

MADRID, 23 Ene. (EUROPA PRESS) -

El Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid (CPFCEM) y el Colegio de Fisioterapeutas de Cataluña se han unido este año para desarrollar, de manera conjunta, la campaña '12 meses, 12 consejos de salud'.

Su objetivo es prevenir las lesiones o problemas de salud que sufre la población como consecuencia de determinados malos hábitos cotidianos, y mostrar los beneficios que la Fisioterapia puede aportar en materia de prevención, según indica la organización colegial madrileña.

Se trata de una iniciativa que surgió del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid el pasado 2013, año en el que ya se difundieron entre la población, mes a mes, 12 consejos de salud, y a la que el Colegio de Fisioterapeutas de Cataluña ha querido sumarse este año para divulgar los contenidos en su Comunidad.

Esta campaña pretende concienciar a los ciudadanos sobre los riesgos que sufren cuando realizan sus actividades de la vida diaria adoptando malas posturas, y las precauciones que hay que tener en cuenta para evitar sufrir lesiones o problemas músculo-esqueléticos.

Para ello, al igual que durante la campaña 2013, los colegios profesionales han desarrollado 12 vídeo-consejos con recomendaciones de salud, que se irán retransmitiendo mensualmente, y de manera simultánea en la Comunidad de Madrid y Cataluña, en distintos soportes como el Canal TV de los centros comerciales, el canal Metro, en cines y a través de las redes sociales.

El secretario general del colegio madrileño, José Santos, ha detallado que se trata de una iniciativa para la prevención de la salud "íntegramente financiada" por ambas entidades, ya que uno de sus objetivos es "prestar un servicio público al ciudadano y una de las funciones fundamentales del fisioterapeuta es la prevención, no solo la curación".

Así, explica que "tras la primera edición, que tuvo un índice de audiencia del 21 por ciento y un 7,76 sobre 10 de satisfacción por parte de los colegiados, surgió la posibilidad de colaborar con los compañeros de Cataluña", una opción que valora "muy positivamente", ya que entre ambas instituciones representan "al 40 por ciento de los profesionales de la Fisioterapia en España".

"Así, gracias al trabajo conjunto, nuestros mensajes llegarán a un mayor número de personas, porque aunque dependiendo de la comunidad en la que estemos, vivimos realidades socio-sanitarias distintas, la labor del fisioterapeuta y los beneficios que podemos ofrecer sí son los mismos", añade.

### PRIMER VÍDEO-CONSEJO

Así, ambas instituciones colegiales han lanzado la campaña este mes de enero, a través de un primer vídeo-consejo para informar a la población de los beneficios que aporta la fisioterapia a las personas mayores y dependientes.

A través del corto de animación '<http://ow.ly/sQ146>', los fisioterapeutas explican cómo su disciplina mantiene, recupera, o incrementa la salud de estas personas, mejorando su calidad de vida. Además, informan de que la Fisioterapia previene y trata los problemas derivados de la falta de movilidad, conservando y promoviendo la funcionalidad de las personas dependientes para que puedan valerse por sí mismas.

También ilustran cómo un profesional puede enseñarles a seguir con las actividades del día a día, a moverse en la cama, levantarse, andar, asearse, comer y comunicarse, así como a mantener los músculos y articulaciones para que puedan seguir el ritmo del día a día de la mejor manera posible; y a respirar y relajarse para que puedan descansar durante la noche evitando fatigas innecesarias durante el día.