

Diada

Fisioteràpia

Fisioteràpia i activitat física per a una vida sana

UNA DIADA AMB JOCS I TALLERS PRÀCTICS DIFON LA TASCA DEL PROFESSIONAL

L'activitat física és l'eix del Dia de la Fisioteràpia, que celebren avui els col·legiats catalans a Girona. Durant el matí, la plaça de la Constitució albergarà espectacles i tallers pràctics que abordaran temes com el reentrenament a l'esforç en bici per a pacients amb malalties respiratòries, un circuit amb cadires de rodes per a nens, estiraments, tai-txi o l'exercici per prevenir complicacions al tractar el càncer de mama. A més, convida a participar en una activitat lúdica en la qual caldrà donar un euro per destinar-lo a la Marató de TV3.

La tarda es reserva per una jornada a l'auditori, on s'exposaran com prevenir i tractar les lesions provocades pel *running* o l'anomenat minimalisme aplicat a la trepitjada. Per postres, es distingirà com a fisioterapeuta de l'any Joan Romero, de la Fundació Step by Step.

Sovint, però, no n'hi ha prou a practicar activitat física. Cal la intervenció d'un fisioterapeuta, els únics "sanitaris legalment acreditats per oferir massatges", recorden des del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya, al qual pertanyen uns 500 professionals de Lleida. Per això, denuncien l'intrusisme professional, ja que pot afectar la salut i causar problemes que incideixen en la qualitat de vida.

Per tal d'assegurar-la, el fisioterapeuta pot ajudar a millorar la mobilitat i força a la gent gran, els nens o els afectats pel càncer. Contribueix a millorar la ventilació pulmonar, les lesions en músculs o bé elaborar protocols en atenció primària.



La plaça Constitució de Girona serà la seu de la jornada, que inclou activitats en solidaritat amb la Marató.

EL NOU DOBLE GRAU AMPLIA L'OFERTA FORMATIVA

- A Lleida aquest curs s'ha implantat el doble grau en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport (CAFE) i Fisioteràpia. Els estudis són impartits per Inefi i la facultat d'Infermeria de la UdL, respectivament, i s'oferirà un total de 25 places. Així, es poden obtenir totes dos titulacions en un termini de cinc anys, un cop aprovats els 375 crèdits.
- El doble grau pretén formar professionals capaços d'abordar de manera integral tant el procés de recuperació d'una lesió com la reintroducció de l'activitat física un cop superat el procés.
- Una altra opció per formar-se en l'àmbit de la fisioteràpia és cursar el grau que imparteix la facultat d'Infermeria a uns 160 alumnes, segons dades de la UdL.
- Des de segon, l'alumnat du a terme les pràctiques en diferents hospitals, centres de salut i de fisioteràpia. A quart, les pràctiques es realitzen en entitats esportives i centres geriàtrics. Per això, el grau presenta la possibilitat de concloure els estudis bé en Fisioteràpia en geriatrica o bé en Fisioteràpia esportiva.

Essencials per tractar problemes de mobilitat



Tracten malalts crònics.

■ En un moment o altre de la vida, gairebé tothom ha patit algun problema de mobilitat. Eliminar-lo i restablir el benestar és el repte dels fisioterapeutes.

Iniciatives com el dia mundial, celebrat el 8 de setembre arreu del món, posaven sobre la taula el treball que realitzen amb els malalts crònics, les persones afectades per alguna discapacitat i els familiars i cuidadors. Unes persones que no poden accedir a un lloc de treball o fins i tot deixen de ser part activa de la societat. Això té un elevat cost que pot arribar al 7% del PIB d'algunes economies, apunta WCPT.

D'altra banda, més del 40% dels pacients amb malalties considerades *rare*s necessiten un tractament continuat al llarg de la seua vida, assenyalava la Federació Espanyola de Malalties Rares.

Una eina útil per prevenir i corregir la incontinència

■ La fisioteràpia pot ser un instrument útil per corregir trastorns com la incontinència urinària, que incideix i força sobre la qualitat de vida. Tot i que afecta tots dos sexes, és més acusada en les dones, ja que la pateixen una de cada quatre espanyoles, segons dades del consell general estatal, i registra dos moments crítics com el postpart i la menopausa. El sòl pelvià, que ajuda a contenir les pèrdues, s'afebleix i la musculatura perd la força (tonicitat). Les causes poden ser múltiples: edat, minva dels estrògens, restrenyiment o obesitat.

Per prevenir-la, una solució és practicar gimnàstica abdominal hipopressiva. Consisteix en un conjunt d'exercicis posturals aplicats en la faixa abdominal i el perineu que ajuden a recuperar la tonicitat dels músculs.

GRUPO KIRMA
- Traumatologia - Fisioteràpia
- Tractament del dolor - Teràpies naturals
- Drenatge linfàtic - Estiraments "Stretching"
- Ganxos - Neuro taping

THERAPY TRAINER

Prova una classe gratuïta
Escola de ioga Escola d'hipopresius Escola de columna

PLAÇA DALS AMICS DE LLEIDA, BAIXOS - 25008 LLEIDA
Tel. 973 24 23 17 - 973 22 14 18 - Fax 973 24 35 12
medic@fisiotrainer.net

RUVENS RECUPERACIÓ
Av. Generalitat, 2. 2º - 25230 MOLLERUSSA
Tel. 973 71 23 48 - Fax 973 71 00 94
kirma@fisiotrainer.net

A X I S
FISIOTERAPEUTES S.L.

EL CONEIXEMENT ENS FA RESPONSABLES

Canonge Brugulat, 5, Lleida • Tel. 973 27 35 02

VUITONZE
fisioteràpia

Pediàtrica · Respiratòria · Esportiva
Osteopatia i Acupuntura

Ariadna Verdery
Fisioterapeuta nº 4529
fisioterapia@vuitonze.com
Hores concertades:
679 578 924

Av. de València, 53-55 (Cappont)
25001 Lleida

www.vuitonze.com

Des del col·legi català denuncien l'intrusisme, ja que pot afectar la salut, i adverteixen que són els únics sanitaris legalment acreditats per oferir tractaments