



**Col·legi  
de Fisioterapeutes  
de Catalunya**

# Contra el dolor crònic

Les enquestes de salut que es fan periòdicament a Catalunya indiquen que al voltant d'un 30% de la població reconeix que pateix dolor o malestar crònic. Es tracta d'un problema clínic que, actualment, es considera una autèntica epidèmia en el món occidental. Es considera dolor crònic aquell que es prolonga durant més de sis mesos i que no respon efectivament a les teràpies que són habituals.

Engloba un ventall molt ampli de sensacions i la seva intensitat és variable. És un dolor d'origen ben diferent, causat en un tant per cent elevat per patologies cròniques com l'artritis reumatoide (en què la clau és el diagnòstic precoç i les mesures per preservar la funció articular i del sistema musculoesquelètic mitjançant tractament de fisioteràpia), la fibromiàlgia (en què l'activitat física del pacient en grup o amb el seu fisioterapeuta resulta fonamental) o bé pot aparèixer per causes desconegudes. Diversos estudis internacionals calculen que el 34% d'incapacitats laborals transitòries són per mal d'esquena, cefalees i dolor articular.

La fisioteràpia activa s'ha consolidat, avui dia, junt amb la reeducació del pacient, en una de les teràpies més eficients en el tractament del dolor crònic, justament en un moment en què el control de la despesa elevada dels serveis sanitaris, sobretot en l'àmbit farmacèutic, s'ha convertit en una prioritat absoluta.

La realitat ens diu que el problema d'un pacient amb dolor crònic no és el dolor, sinó la discapacitat que li provoca en tots els aspectes. Per aquest motiu, el tractament més adequat per a aquests pacients és, en primer lloc, l'educació, la transmissió d'informació sobre què li passa i per què li passa. En segon lloc, la fisioteràpia activa persegueix una reeducació física progressiva del pacient mitjançant l'ensenyament de moviments correctes que ajudin a pal·liar la disfunció física i fomentin un augment progressiu en el nivell d'activitat del pacient per tal que es produeixi una disminució significativa i progressiva del dolor.

Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya  
[cfc@fisioterapeutes.cat](mailto:cfc@fisioterapeutes.cat)  
[www.fisioterapeutes.cat](http://www.fisioterapeutes.cat)

tech&natural  
**kyroc**cream  
*F'activa*

Garantia



**OUTBACK**  
Nature's Pharmacy, s.l

[www.kyroccream.com](http://www.kyroccream.com)