



SECCIÓ TERRITORIAL DE LA CATALUNYA CENTRAL

Núm. d'acta: 19

Hora d'inici: 20.45 h

Data: 29/06/2021

Assistents

Assistents			
Membres	Lidia Boix	Cristina Juvanteny	Zara Ochoa
	Pau Moreno	Pau Farrés	
En línia	Sandra Rierola		
	Eva Vila		

Ordre del dia

1. Lectura i aprovació, si s'escau, de l'acta anterior.
2. Proposta per a la Jornada DiFT-2021.
3. Data propera reunió.

1. Lectura i aprovació, si s'escau, de l'acta anterior

Aprovada.

2. Proposta per a la Jornada DiFT 2021

Per a la Jornada del DiFT, del 16 i 17 d'octubre de 2021, proposem fer una activitat adreçada a la població de tipus divulgatiu i alhora dinàmica, fent participar la gent gran del nostre territori.

Tal i com s'ha acordat a la reunió, voldríem fer una única matinal de dissabte al matí de 9.00 ah 13.00 h, amb la participació de tots els membres de la Secció Territorial de la Catalunya Central, i com a temàtica treballaríem i donaríem a conèixer la **valoració de la fragilitat funcional en les persones majors de 65 anys** que estiguessin interessades a participar-hi.

Proposem:

- Dur a terme l'activitat davant la façana de l'Hospital Universitari de la Santa Creu, de Vic, centre de referència en l'atenció de pacients d'edat avançada i/o amb múltiples comorbiditats.

S'ha de demanar permís a l'Ajuntament i a l'hospital.

- Posar dos o tres envelats del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya, per fer-nos visibles.
- Animar les persones d'edat avançada que passessin pel carrer, a participar-hi.

Passar-los escales de valoració funcional (a concretar).

Cada fisioterapeuta comença amb una persona, i faria totes les valoracions.

Un cop finalitzades, n'extreu unes conclusions i se li donen els resultats, segons si és autònom, prefràgil, fràgil o discapacitat. Entenem que pel fet de donar-los els documents a la pròpia persona que s'ha ofert per fer-se la valoració, no cal demanar consentiment informat de les accions que els estem fent.

A partir d'aquí, es fan unes recomanacions que cal concretar. Són recomanacions individualitzades, amb un pla de treball, com ara exercicis adequats, hàbits de vida saludables...



Escales de valoració proposades:

Velocitat de la marxa
Timed get up and go (TUG)
Short Physical Performance Battery (SPPB)
Força de premsió manual
Test dels 6 minuts o de la marxa
Escala PASE...

Necessariem cadires, taules, cronòmetre, dinamòmetre o *hand grip*, peces per marcar les distàncies, cinta mètrica, pulsioxímetre, esfigmomanòmetre, tríptics que dissenyarem a la propera reunió. Pensàvem dissenyar dos tipus de tríptics: d'exercicis en decúbit supí, en sedestació, en bipedestació, estàtics, dinàmics, de força, i hàbits de vida saludables (son, nutrició, cura dels sentits), recomanacions dins del domicili, calçat, ajudes tècniques...

- Simultàniament es projectaria un vídeo on es parlés de la fragilitat pel que fa a la funcionalitat i com prevenir-la. Es parlaria també d'aspectes de vida sedentària. Cal acabar de concretar qui faria el vídeo.

Es podria projectar també gent gran fent activitat física per promocionar l'exercici.

Per a això ens caldrien dues o tres televisions (pendent saber on connectarem els aparells).

- També s'ha proposat buscar patrocinadors que ens oferissin algun producte que poguéssim donar a les persones que han estat valorades (Decathlon-theraband, ortopèdia (se'ls podria demanar que portessin diferents tipus de caminadors, bastons, crosses...), kyrocream...). Demanariem al Col·legi que ens ajudés en aquesta tasca.
- Seria interessant la publicació prèvia a l'esdeveniment a algun mitjà local (El 9 Nou, revista Més Osona, Reclam), per tal que fos un esdeveniment concorregut. El dia de l'activitat es podria demanar a algun mitjà que hi fos present, per explicar-los el desenvolupament de l'activitat.
- Pensem que pot ser una jornada ludicofestiva i de caire rigorós per la professionalitat dels fisioterapeutes.

En el cas que el CFC trobi interessant aquesta proposta, començarem a treballar-hi.



--

3. Data propera reunió

Ens reunirem de forma presencial el dijous dia 15 de juliol a les 19.00 h.

Data propera reunió

El 15 de juliol del 2021 a les 19.00 h.