GRUP DE TREBALL DE MARXA NÒRDICA

Núm. d'acta: 02/2016	**Hora d'inici:**	**Data:** 19/06/2016

Assistents:			
COORDINADOR	☒ Rafel Donat		
MEMBRES	☐ Marta Rispa	☒ Rosario Lopez	☒ Ruben Jordan
	☐ Maria Asuncion Boada	☒ Nuria Santaularia	☒ Oscar Gasquez
	☐ Ana Gey		
CONVIDATS	☐	☐	

Ordre del dia

1. Lectura i aprovació, si s'escau, de l'acta anterior
2. - Valorar els articles trobats en la cerca bibliogràfica que vinculen la marxa nòrdica i els seus beneficis per a la salut en els diferents àmbits clínics en què s'aplica.
3.- Decidir les parts que tindrà definitivament la guia clínica de marxa nòrdica.
4.- Realització del primer material fotogràfic i videogràfic.
5.-Valoració del vídeo realitzat a l'Hospital de Sant Rafael sobre el servei de Marxa Nòrdica.
6.- Valoració del pressupost orientatiu del CFC per començar la GPC.
7.- Valorar la participació i presentació del treball del Grup de Fisiomarxa nòrdica del CFC a la festa aniversari-jornada que fa l'Hospital Sant Rafael l'1 d'octubre del 2016.

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

2. Valorar els articles trobats en la cerca bibliogràfica que vinculen la marxa nòrdica i els seus beneficis per a la salut en els diferents àmbits clínics en què s'aplica

- Equip de Sant Rafael: Marxa Nòrdica i Afeccions del Sistema musculosquelètic: Es troben diferents referències a problemes lumbars i ES.

- Asun Boada: Marxa Nòrdica i Limfedema (Absent).

- Rafel Donat: Marxa Nòrdica i alteracions neurològiques: Tot està molt centrat en el Parkinson i, secundàriament, a malalties també degeneratives com l'Esclerosi Múltiple.

- Rubén Jordan: Marxa Nòrdica i Salut Mental i Geriatria: Va molt encarat al deteriorament cognitiu centrat en malalties musculosquelètiques degeneratives, cardiovasculars o neurològiques.

- Núria Santaulària: Marxa Nòrdica i Afeccions Cardiorespiratòries. Es troben nombroses referències sobre la cardiopatia isquèmica i l'MPOC, principalment.

La segona impressió de la cerca és que hi ha una evident falta de publicació en algunes temàtiques i d'altres en què cal aprofundir una mica més per tal d'extreure una informació rellevant que serveixi al Grup per construir la guia de pràctica clínica que es vol desenvolupar. A tal efecte, es decideix per unanimitat que el coordinador redistribueixi el treball per àrees clíniques per tal d'anar categoritzant les referències bibliogràfiques amb el material fotogràfic realitzat i a realitzar.

Tasques a realitzar		
Descripció de la tasca	**Responsable**	**Data realització**

3. Decidir les parts que tindrà definitivament la guia clínica de marxa nòrdica.

Per unanimitat es decideix constituir 5 blocs, els quals estaran conformats per:

- CAPÍTOL 1. QUÈ ÉS I PER A QUÈ SERVEIX LA MARXA NÒRDICA
- CAPÍTOL 2. FISIOTERÀPIA I MARXA NÒRDICA, LA RELACIÓ DEL MOVIMENT I LA ACTIVITAT FÍSICA
- CAPÍTOL 3. ELS BENEFICIS GENÈRICS DE LA MARXA NÒRDICA
  - Equilibri
  - Flexibilitat
  - Tolerància a la fatiga
  - Coordinació
  - Capacitat funcional

- CAPÍTOL 4. Els elements diagnòstics del pacient compatible amb la Marxa Nòrdica Terapèutica.
  - PAR-Q
  - 6 minutes Walking
  - 2ukk test
- CAPÍTOL 5. ELS BENEFICIS ESPECÍFICS DE LA MARXA NÒRDICA PER CONDICIÓ CONCRETA DE SALUT
  - En afeccions cardiorespiratòries
  - En afeccions neurològiques
  - En afeccions neuromusculosquelètiques i osteoarticulars
  - En afeccions oncològiques
  - En afeccions de salut de mental

Tasques a realitzar		
Descripció de la tasca	**Responsable**	**Data realització**
Capítol 1 de la guia: **Capítol 2-3 de la guia**: **Capítol 4 de la guia** **Capítol 5 de la guia:**	Núria Santaulària Equip de l'Hospital de Sant Rafael Rafel Donat Rafel Donat (col·laboració en el treball de la resta d'integrants sobre l'àrea clínica assignada i ja treballada des d'abril).	

4. Realització del primer material fotogràfic i videogràfic:

El grup s'ha desplaçat als voltants del Parc Natural de la Mola, a Matadepera, per realitzar els primer vídeos i fotografies que il·lustrin els estiraments i els exercicis terapèutics genèrics (utilitzables de manera transversal a diferents condicions de salut) i específics (propis d'una malaltia o alteració de la salut) per tal de tenir un material de partida per poder valorar idoneïtats i dificultats alhora d'incloure i relacionar el material amb el text de

la guia. El Sr. Rubén Jordan serà l'encarregat d'enumerar i editar el material realitzat i penjar-lo en un espai comú per a la seva consulta i edició en format Webtransfer o Dropbox.		
Tasques a realitzar		
Descripció de la tasca	**Responsable**	**Data realització**

5. Valoració del vídeo realitzat a l'Hospital de Sant Rafael sobre el servei de Marxa Nòrdica:		
Es valora positivament l'audiovisual per tots aquells integrants que han tingut l'opció de veure'l. Es decideix passar l'enllaç definitiu a la resta per a la seva valoració que, d'entrada, ja és molt favorable.		
Tasques a realitzar		
Descripció de la tasca	**Responsable**	**Data realització**

6. Valoració del pressupost orientatiu del CFC per començar la GPC		
Es valora positivament per començar a treballar de manera col·laborativa		
Tasques a realitzar		
Descripció de la tasca	**Responsable**	**Data realització**

7. Valorar la participació i presentació del treball del Grup de Fisiomarxa nòrdica del CFC a la festa aniversari-jornada que fa l'Hospital Sant Rafael l'1 d'octubre del 2016.		
Es valora molt positivament aquesta col·laboració. Es decideix que aquesta tasca la realitzin membres que no formin part de l'Hospital Sant Rafael. A tal efecte, els encarregats de presentar els objectius del Grup, les tasques actuals i les finalitats futures correrà a càrrec de la Núria Santaulària i del Rubèn Jordan.		
Tasques a realitzar		
Descripció de la tasca	**Responsable**	**Data realització**

Precs i preguntes

Data propera reunió
dissabte dia 15 d'octubre a l'Hospital General de la Fundació i Xarxa hospitalària de Manresa de 9.00 h a 14.00 h. La finalitat d'aquesta trobada és valorar el primer esborrany dels diferents apartats de la guia així com de tot el material fotogràfic ja editat.

Rafel Donat
Coordinador