



La incontinencia urinaria, tema central del Día Mundial de la Fisioterapia en Barcelona



Como cada año, el Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya celebró, el pasado 8 de septiembre en Barcelona, el Día Mundial de la Fisioterapia. Este año el tema central fue la incontinencia urinaria y se informó a la ciudadanía sobre lo que puede aportar la Fisioterapia para prevenir y tratar esta disfunción. Como el año pasado se montó una carpa divulgativa en la plaza Universitat de Barcelona, donde se realizaron varias conferencias y ejercicios prácticos.

En este sentido el fisioterapeuta y coordinador de la Comissió d'Acupuntura del Col·legi, señor Andreu Esteve, explicó algunas técnicas propias de la Medicina Tradicional China y en concreto en qué consistía la digitopresión. Esta técnica se fundamenta en hacer presión con los dedos para aliviar la tensión muscular y evitar, por ejemplo, cefaleas o impedir que esta tensión afecte a los órganos internos del cuerpo. La digitopresión es una herramienta de trabajo incluida dentro de un método terapéutico más global, llamado tuina.

Al mediodía, las fisioterapeutas Anna Mauri y Sandra Roca explicaron de qué manera los pacientes con Parkinson pueden tratar la incontinencia urinaria mediante los ejercicios de Kegel. También dieron consejos generales para las personas que sufren esta disfunción. Después de una pequeña

pausa, la fisioterapeuta Marta Fontanet habló sobre la terapia abdómino-perineal para el tratamiento de las incontinencias urinarias. Para Fontanet hay que fortalecer la faja abdominal para reforzar la protección de los órganos pelvianos. Seguidamente dio nociones prácticas a los asistentes.

Durante el mediodía, la fisioterapeuta Elena Gimeno atendió a las personas interesadas en la Fisioterapia respiratoria infantil. Por este motivo se preparó un espacio para los más pequeños.

Por la tarde, las fisioterapeutas Alícia Manzanos, Marta Casbas y Lucía de los Santos trataron el papel de la Fisioterapia en las escuelas ordinarias. Posteriormente la fisioterapeuta y coordinadora de la Comissió de Geriatria del Col·legi, señora Benilde Martínez, presentó la última charla, que trataba sobre la incontinencia urinaria y los dispositivos absorbentes.

Las diversas actividades organizadas para conmemorar el Día Mundial de la Fisioterapia coincidieron en destacar la importancia de nuestra profesión en la prevención y el tratamiento de una disfunción, la incontinencia urinaria, que, en Cataluña, afecta cerca de 500.000 personas.

La Secció Territorial de Tarragona celebra el DMF en Reus



El sábado 10 de septiembre se celebró, en la plaza del Pallol de Reus, el Día Mundial de la Fisioterapia.

Durante todo el día se ofreció información sobre la Fisioterapia y sus ámbitos de actuación, tomando especial relevancia la incontinencia urinaria, tema principal de este año.

En un día plenamente veraniego se realizaron numerosas consultas personales, generalmente sobre dolor o disfunciones músculo-esqueléticas. La respuesta del público fue muy buena y mostraron mucho interés sobretodo durante las últimas horas de la tarde.

Con el objetivo de animar el ambiente se organizaron batucadas populares a cargo de "Els batucats del bolet", que ofrecieron dos horas de buen espectáculo al público congregado delante de la carpa. Esta actuación, junto con la animación y la diversión de los niños que jugaban en un castillo hinchable montado para la ocasión, convirtieron la jornada en una actividad familiar y lúdica.



Por la tarde, en el momento de más afluencia, se realizó una charla informativa específica de incontinencia urinaria con una demostración práctica, que despertó la curiosidad de muchos vecinos y vecinas.

Queremos dar las gracias a los numerosos compañeros y compañeras fisioterapeutas que se acercaron en varios momentos del día para ayudarnos a repartir globos y folletos divulgativos.

Desde la Secció Territorial de Tarragona hemos sentido que cumplíamos nuestro objetivo de información divulgativa general y específica, y que despertábamos el interés por nuestra profesión, la Fisioterapia, reafirmando nuestro lema: "La salud en buenas manos".

Eva Hernando

Secció Territorial de Tarragona

Día Mundial de la Fisioterapia en la comarca del Maresme



El pasado día 10 de septiembre, el Grup d'Interès del Maresme organizó el Día Mundial de la Fisioterapia en la plaza Santa Anna de Mataró, con diferentes objetivos: difundir la profesión de fisioterapeuta y dar a conocer los diferentes campos de actuación, sobretodo el tema principal de este de año, la incontinencia urinaria. Esta actividad se realizó mediante la distribución de trípticos informativos.

Durante la jornada se proyectaron vídeos relacionados con nuestra profesión en diferentes campos de trabajo.

La jornada fue un éxito de participación por parte de la ciudadanía y, a la vez, se acercaron a la carpa divulgativa muchos compañeros de profesión de la comarca para darnos apoyo.

Toni Ferrer

Grup d'Interès del Maresme

Finaliza en Mollerussa la celebración del Día Mundial de la Fisioterapia

El pasado 24 de septiembre se celebró en Mollerussa la última actividad correspondiente a la conmemoración del Día Mundial de la Fisioterapia. Como pasó en Barcelona, Arbúcies, Mataró y Reus, el Col·legi montó una carpa divulgativa para acercar nuestra profesión a la ciudadanía de las tierras de Lleida.

Aunque el tiempo no acompañó mucho durante la mañana, sí que lo hizo por la tarde. Se dio información, principalmente, sobre temas de pediatría y de incontinencia urinaria. También hubo mucho interés por los centros de Fisioterapia que hay en la ciudad. En este mismo sentido, hay que destacar la gran participación de los niños en la creación del mural, en el cual pudieron dibujar su mano.

Por otro lado, hay que agradecer la participación de Marta Huguet, Jara Tapiador y Mercedes Sancho; así como de Núria Cortada y Carol Naudí, miembros de la Secció Territorial de Lleida.

Carol Naudí
Secció Territorial de Lleida



Soluciones para la columna vertebral con **Triton DTS** Un sistema de rehabilitación terapéutica progresiva

Efectos mecánicos / fisiológicos de la terapia de tracción:

- Descompresión
- Movilización
- Respuesta antiinflamatoria
- Mejora de la circulación



Teléfono atención al cliente: 902 180 690

WEB: www.DJOglobal.es

DJO provides solutions for musculoskeletal, vascular health and pain management. Our products help to prevent injuries or rehabilitate after surgery, injury or degenerative disease. Visit www.DJOglobal.eu

 **chattanooga**™ by 

Arbúcies acoge los actos del Día Mundial de la Fisioterapia del CFC en la provincia de Girona



El Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya organiza cada año el Día Mundial de la Fisioterapia. Este año en la provincia de Girona se ha realizado en Arbúcies, gracias a la colaboración del ayuntamiento del municipio y del centro de Fisioterapia Fisioarbúcies.

Durante la jornada se hicieron talleres y charlas divulgativas sobre los diferentes campos de la Fisioterapia.

La plaça de la Vila se convirtió por un día en un escenario propio de los centros de Fisioterapia. La mañana se inició con un taller de escuela de espalda, en el cual participaron tanto usuarios que participan en la Escuela de Espalda que se hace a Arbúcies, como gente que paseaba por la plaza. Se continuó con un taller práctico donde se explicaban los trastornos de la articulación témporo-mandibular y sus tratamientos con Fisioterapia, y un taller demostrativo de vendajes neuromusculares (el *k-tape*) que tuvo muy buena acogida y mucha gente se dejó poner las cintas adhesivas.

El mediodía arrancó con mucho calor -pero a la sombra del árbol de la plaza-. Un taller de estiramientos sirvió para continuar la jornada con más ánimos, ya que todos los colaboradores participaron en él. Después se habló



del Síndrome del Dolor Miofascial y su tratamiento de punción seca, que captó mucho interés y muchos voluntarios entre los asistentes.

Acto seguido se hizo un taller de abdominales y refuerzo perineal, aconsejables para evitar y/o solucionar disfunciones del suelo pelviano y el abdomen, como puede ser la incontinencia de orina. Dado que esta disfunción es el tema central de divulgación de este año, se hizo una charla de clausura en la sala La Gabella, sobre la incontinencia de orina y otras disfunciones del suelo pelviano.

La incontinencia de orina es un problema que se vive en silencio, y del que a la gente le cuesta hablar. El taller lo hicieron unas cuantas mujeres, y muchas (y muchos también) pusieron la oreja. Pacientes que ya conocen el tratamiento explicaban a otros el buen resultado que daba. Unos/unas lo escuchaban interesados, otros venían a consultar, y parece que dimos a conocer a mucha gente que la incontinencia de orina, y también otras disfunciones del suelo pelviano, tienen tratamiento con Fisioterapia.

Gemma Formiga

Miembro de la Comissió d'OBUGI del CFC

JUNTA DE GOBIERNO

Decano: Manel Domingo i Corchos, Vicedecano: Ramon Aiguadé Aiguadé, Secretario: Gabriel Liesa i Vivancos, Vicesecretaria: Marta Romera i Durà, Tesorera: Montserrat Ingles i Novell, Vocales: Maria Giné Garriga, Rafel Donat Roca, Benilde Martínez González, Marc Lari Viaplana, Eva Círrera Serrallonga, Rafel Nadal Dolcet, Núria Coral Ferrer

REDACCIÓN

Coordinación y redacción: Silvia Quiñonero Gómez, Redacción y corrección: Marta Bordas Manjón, Ayudante de redacción: Lluís Jarabo Galve, Diseño y maquetación: Jordi Rodríguez Ramos, Fotografía: Carlos Cid y archivo Col·legi. Publicidad: Noemí Benito publicitat@fisioterapeutes.cat, Redacción EL Dit: comunicacio@fisioterapeutes.cat, Administración: Marisa Cantarero i Galiano, Colaboradores: David Tribaldos Pérez, Roser Alfonso Pernias y Sergio Fernández Argelès

SEDE SOCIAL

c/Segle XX, 78. 08032 Barcelona Tel. 93 207 50 29 Fax. 93 207 70 22 www.fisioterapeutes.cat cfc@fisioterapeutes.cat

IMPRESIÓN

Gráficas San Sadurní Jacint Verdaguer, 65 A. Sant Joan Despí 08970, Barcelona. D.L.: B 4566-2010 ISSN: 2013-715X

