BARÒMETRE DE LA
SALUT I LA FISIOTERÀPIA
A CATALUNYA

ACCÉS A LA FISIOTERÀPIA EN LES MALALTIES NEURODEGENERATIVES I NEUROMUSCULARS



En la seva quarta edició, el Baròmetre de la Salut i la Fisioteràpia a Catalunya, impulsat pel Col·legi, ha volgut analitzar l'accés a la fisioteràpia en les malalties neurodegeneratives i neuromusculars, el coneixement i l'ús de la fisioteràpia especialitzada en aquest camp, així com els beneficis, els tractaments i la valoració del servei que la nostra professió ofereix. Per tal d'aprofundir en els resultats del Baròmetre, hem parlat amb Pedro Víctor López Plaza, coordinador de la Comissió de Neurologia del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya, màster en Medicina Clínica i doctor en Investigació en Medicina Clínica.

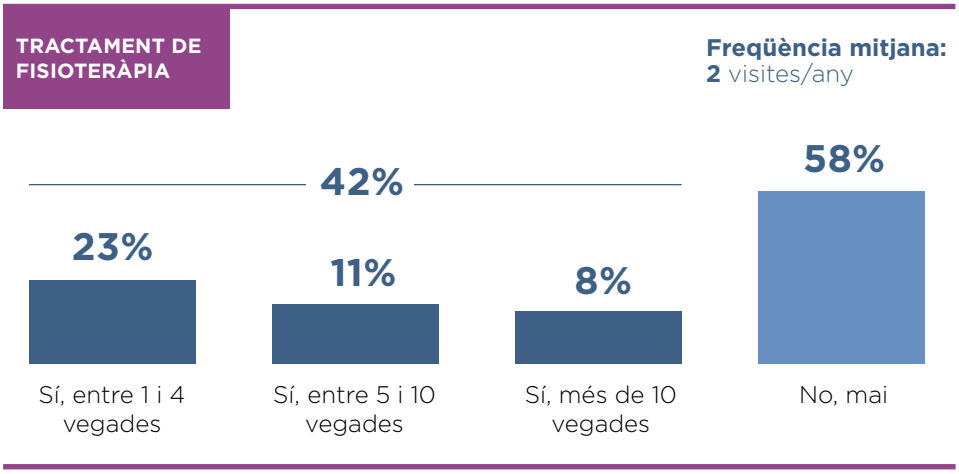
Val a dir que, enguany precisament, la Marató de 3Cat, en la seva 35a edició, se centrarà en la divulgació i l'impuls de la recerca en les malalties neurodegeneratives i neuromusculars, una de les principals causes de pèrdua d'autonomia i de dependència a Catalunya i a tot el món. S'estima que a Catalunya afecten unes 250.000 persones, amb una mortalitat de prop de 30.000 persones l'any 2025. Malgrat tot, les dades del Baròmetre de la Salut i la Fisioteràpia a Catalunya apunten que només un 42% de les persones afectades o amb un familiar proper amb una malaltia neurodegenerativa ha rebut fisioteràpia especialitzada i, entre les persones de 55 a 65 anys, les més exposades a aquestes patologies, les dades indiquen que un 66% mai n'ha fet.

"La fisioteràpia no només mou articulacions, també sosté persones"

Pedro Víctor López Plaza

TRES LÍNIES D'ACTUACIÓ NECESSÀRIES

Per a Pedro Víctor López Plaza, els resultats posen de manifest que la fisioteràpia encara no ocupa el lloc que li pertoca. "I això no és un detall menor, perquè no parlem només del pacient. Darrere de cada persona amb Alzheimer o Parkinson hi ha algú que l'acompanya cada dia, una parella, una filla, un fill, que gestiona cites, ajuda a caminar, interpreta silencis i aguanta l'angoixa". Segons López, això causa en els cuidadors (*caregiver burden*) símptomes ansiosos i depressius associats a la cura. "Que la fisioteràpia no arribi a temps no és només una manca assistencial, és una oportunitat perduda de descarregar part d'aquest pes, tant físic com emocional, de tota la família i sobretot dels trastorns físics associats a la malaltia".



LA FISIOTERÀPIA ÉS UNA EINA IMPRESCINDIBLE I INFRAUTILITZADA EN LES MALALTIES NEURODE-GENERATIVES

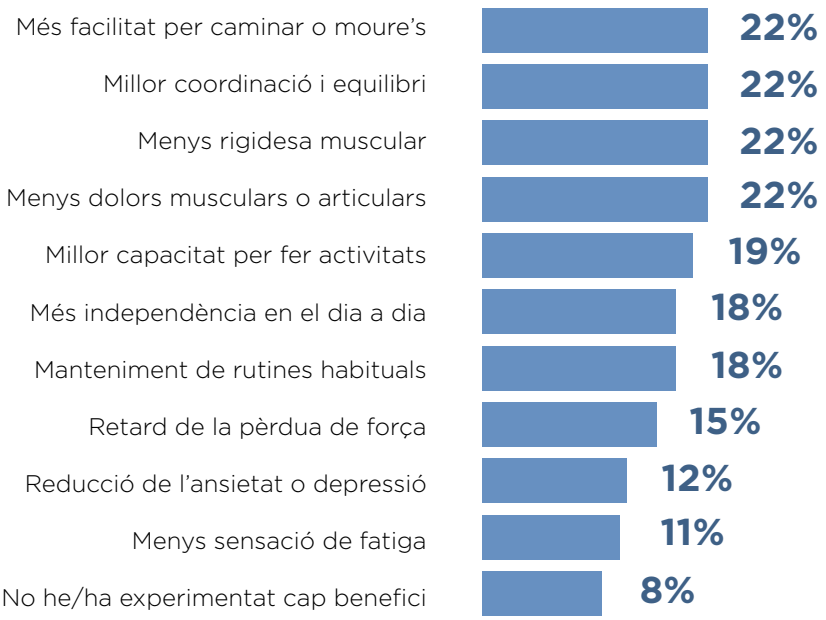
El coordinador de la Comissió de Neurologia veu paradoxal que la franja d'edat que més sovint assumeix el rol de cuidador/a principal de persones grans amb demència o Parkinson, és la que més desconeix aquesta especialitat. López considera que calen, com a mínim, tres línies d'acció: "Primer, informar en el moment del diagnòstic sobre la fisioteràpia disponible. Segon, apropar el recurs a l'atenció primària: el 98% dels enquestats creu que la fisioteràpia hauria de ser accessible des d'allà, i en malalties on cada mes compta per frenar la pèrdua funcional, l'espera i la derivació embossada tenen un cost real. I tercer, arribar directament als cuidadors, no només als pacients: sovint és la família qui detecta primer que cal ajuda i qui decideix buscar-la, però també és qui necessita suport psicològic i formació per no cremar-se en el camí. Informar bé no és un tràmit administratiu, és reduir patiment evitable, tant del qui té la malaltia com del qui l'acompanya".

GUANYAR TEMPS DE QUALITAT, AUTONOMIA I DIGNITAT

Sobre les patologies d'aquest grup que poden ser més sensibles a tractaments fisioterapèutics, Pedro Víctor López destaca el Parkinson, ja que l'exercici aeròbic i d'intensitat elevada millora de manera consistent símptomes motors com la rigidesa i la lentitud de moviments, i ha demostrat millorar l'equilibri i reduir caigudes. En l'Alzheimer i altres demències, l'activitat física regular s'associa a un declivi cognitiu més lent i a una millor gestió de símptomes conductuals com l'agitació. També en l'esclerosi múltiple, l'exercici millora la fatiga i la funció motora i, més limitat, en malalties minoritàries com l'ELA o la Corea de Huntington, on l'exercici adaptat ajuda a mantenir funció i qualitat de vida el màxim de temps possible. En tots els casos, remarca López, "el denominador comú és el mateix, no es tracta de poder curar, atès que cap d'aquestes malalties té encara tractament curatiu, sinó de guanyar temps de qualitat, d'autonomia i de dignitat".



BENEFICI



MILLORAR LA SON I L'IMPACTE PSICOLÒGIC I EMOCIONAL

Segons el Baròmetre, la mobilitat, l'equilibri, la rigidesa i el dolor són els àmbits que experimenten més millora amb la fisioteràpia en casos de malalties neurodegeneratives. Pedro Víctor López n'afegiria almenys dos que sovint queden en un segon pla però que la recerca situa com a igual de rellevants. El primer és la son, els trastorns de la qual són molt freqüents en persones amb demència o Parkinson, i s'ha vist que programes d'exercici moderat milloren la qualitat del descans, cosa que té un efecte en cascada sobre l'estat d'ànim i, fins i tot, sobre la progressió de la malaltia.

El segon, "i potser el més silenciat", és l'impacte psicològic i emocional; l'exercici físic redueix símptomes d'ansietat i depressió tant en pacients com, indirectament, en els seus cuidadors, quan aquests també hi participen o quan el tractament allibera càrrega del cuidador. "No és casualitat que en el propi baròmetre, un 12% dels usuaris esmenti la reducció de l'ansietat o la depressió com a benefici percebut. La fisioteràpia no només mou articulacions, també sosté persones, i en malalties on el deteriorament cognitiu erosiona mica en mica la identitat de qui la pateix, aquest acompanyament físic i humà alhora, es converteix en una de les poques eines que permeten allargar la sensació de seguir sent un mateix".

L'EXERCICI TERAPÈUTIC REDUEIX SÍMPTOMES D'ANSIETAT I DEPRESSIÓ

Impulsa la teva carrera amb els Cursos d'especialització en Fisioteràpia d'UManresa

Inscriu-t'hi!

UMANRESA UNIVERSITAT DE VIC UNIVERSITAT CENTRAL DE CATALUNYA

MÉS CURSOS A UMANRESA.CAT

