

fisio teràpia

fisioterapeutes.cat



**MÉS DE 400 FISIOTERAPEUTES
ES REUNEIXEN A BARCELONA
PER CONÈIXER LES DARRERES
TÈCNIQUES EN FISIOTERÀPIA
NEUROMUSCULOESQUELÈTICA**

**LA FISIOTERÀPIA EN LES
MÚTUES LABORALS, UNA
GRAN DESCONEGUDA**

**SÍLVIA FÀBREGAS
I GONZALO LORZA,
PREMIS JUNE NYSTROM
EX AEQUO**

ACTUALITAT

- 04** Més de 400 fisioterapeutes es reuneixen a Barcelona per conèixer les darreres tècniques en fisioteràpia Neuromusculoesquelètica

A FONTS

- 10** La fisioteràpia en les mútues laborals, una gran desconeguda

ACTUALITAT

- 14** La Nit de la Fisioteràpia reconeix les trajectòries professionals de Gonzalo Lorza i Silvia Fàbregas amb el premi June Nystrom

ENTREVISTA

- 16** Silvia Fàbregas, premi June Nystrom
20 Gonzalo Lorza, premi June Nystrom

ACTUALITAT

- 24** Mayte Serrat rep el premi Fisioterapeuta de l'Any per CIM Project, una iniciativa que lluita contra la fibromiàlgia i el dolor crònic

- 28** Un 40 % de la població ha patit alguna patologia o molèstia relacionada amb el sòl pelvià

NOSALTRES

- 32** La Generalitat reconeix i equipara el treball realitzat pels fisioterapeutes durant la pandèmia amb el de la resta de professions sanitàries

- 33** I Jornada de Doctorands i Recerca

- 34** El Col·legi verificarà l'habilitació professional dels fisioterapeutes del sistema públic de salut

QUI ÉS QUI?

- 36** Albert Oliveras Fàbregas, fisioterapeuta APiC de l'EAP Santa Eugènia de Berga i l'EAP de Tona

SCBF

- 38** Seguim apostant per la formació



JUNTA DE GOVERN

Degà: Ramon Aiguadé Aiguadé. **Vicedegana:** Yolanda Sánchez Retamero. **Secretària:** Cristina Adillón Camón. **Vicesecretària:** M. Carmen Sánchez Mato. **Tresorera:** M. Marlen Moreno Martínez. **Vicetresorer:** Luis Soto Bagaria. **Vocals:** Clara Bergé Ortínez, Ismael Martí Terradas, Alfons Mascaró Vilella, Daniel Freixes Garcia, Anahí Castilla Catalán i Jordi Vilaró Casamitjana

REDACCIÓ

Coordinació: Anna Moure Romero. **Correcció i redacció:** Marta Bordas Manjon i The Almond Connection. **Disseny i maquetació:** Creandovisual. **Fotografia:** Arxiu del Col·legi, Freepik i iStockphoto. **Publicitat:** publicitat@fisioterapeutes.cat

SEU SOCIAL

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

IMPRESSIÓ

Gráficas Sadurní
Narcís Monturiol, 39.
08970 Sant Joan Despí (Barcelona)
DL.: B-11846/97 / ISSN: 1137-6287





Daniel Freixes
*Vocal de la Junta
 de Govern*

LA FISIOTERÀPIA EN L'ENTORN DE LES MÚTUES D'ACCIDENTS DE TREBALL, UNA ÀREA BEN DESCONEGUDA PER MOLTS

La diversitat del món de la fisioteràpia i les seves àrees fa que, si li demanéssim a qualsevol company de professió que ens anomenés diferents àrees o especialitzacions que coneix de la fisioteràpia, segurament després d'enumerar tant les noves especialitats emergents com les clàssiques, es quedaria en blanc i se'n deixaria un bon grapat. Una d'aquestes és la de fisioterapeuta en l'àmbit de la salut laboral o, dit d'una altra manera, ser fisioterapeuta de mútua d'accidents de treball. Les mútues laborals són entitats col·laboradores de la Seguretat Social, per tant pertanyen al sector privat, però es gestionen amb diner públic. En aquest sentit, serà necessari diferenciar les mútues laborals de les mútues privades.

Quan ens referim a la fisioteràpia de mútues laborals estem parlant d'un sector o un àmbit d'actuació en el qual, a Catalunya, hi exerceixen més de cent fisioterapeutes de forma directa i moltíssims més de forma indirecta si tenim en compte els dels centres concertats/privats, als quals les mútues laborals hi deriven pacients, en la majoria de casos per proximitat geogràfica.

Pertànyer a un col·lectiu de fisioterapeutes que tracta pacients de l'àmbit laboral, principalment amb lesions musculoesquelètiques, suposa abordar el pacient tenint en compte les importants limitacions funcionals que, a vegades, pot presentar, tractant el pacient amb l'objectiu principal de recuperar-lo amb les mínimes seqüeles possibles i amb la major eficiència possible, per tal que es pugui reincorporar amb les millors condicions a la seva feina. Tampoc cal oblidar la important tasca preventiva que exerceix el fisioterapeuta dintre de l'equip multidisciplinari per tal que no es reproduïxi novament la lesió. L'escull amb què els fisioterapeutes de mútua treballen a diari és el de vetllar per la qualitat assistencial que rep el pacient, atesa la demanda que en ocasions pot requerir-se. El rol de gestor de servei serà clau en l'èxit del procés de recuperació del pacient, des de l'inici fins a l'alta de fisioteràpia.

No voldríem finalitzar aquest editorial sense fer un recordatori dels canvis que com a col·lectiu sanitari hem viscut aquest darrer any, i que ha suposat un abans i després en el rol del fisioterapeuta en l'atenció primària. Crec que després d'haver demostrat durant anys com de necessaris som els fisioterapeutes en l'àmbit de la societat, poder incorporar prop de 400 fisioterapeutes als Centres d'Atenció Primària i Comunitària (FisioAPiC) no es pot viure d'una altra manera que com un gran èxit professional.

A banda d'aquest projecte, des del Col·legi hem treballat i continuarem treballant en el camp de la divulgació de la professió, en la lluita contra l'intrusisme, en l'aposta per la formació continuada, amb cursos i jornades per a les col·legiades i col·legiats per, en definitiva, seguir-los oferint els millors recursos disponibles.

MÉS DE 400
FISIOTERAPEUTES ES
REUNEIXEN A BARCELONA
PER CONÈIXER
LES DARRERES TÈCNIQUES
EN FISIOTERÀPIA
NEUROMUSCULOESQUELÈTICA



La Jornada de Fisioteràpia Neuromusculoesquelètica, organitzada pel Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya, va penjar el cartell de "complet" el passat 10 de novembre. La sala més àmplia de l'Hotel Catalonia Plaza va acollir més de 400 fisioterapeutes atrets per un programa de ponències centrat en algunes de les patologies més habituals en les consultes dels professionals.

<https://xinme.fisioterapeutes.cat/ca/>



DA DE
A
CULOESQU



“LA FISIOTERÀPIA NEUROMUSCULOESQUELÈTICA TÉ UN PAPER CLAU EN L’ABORDATGE DE PATOLOGIES QUE AFECTEN UN PERCENTATGE MOLT AMPLI DE LA POBLACIÓ, COM ELS MALS D’ESQUENA, D’ESPATLLA O DE GENOLL”

La Jornada es va iniciar amb la intervenció del degà del Col·legi, Ramon Aiguadé, que va reclamar que per abordar de manera eficient aquestes patologies més habituals de caire neuromusculoesquelètic “cal fer un pas més en la incorporació de fisioterapeutes a l’atenció primària i comunitària, fet que millorarà la qualitat assistencial en tots els centres. Aquest any s’han incorporat al voltant de 380 fisioterapeutes al sistema públic, però en caldrien 1.500 més per poder cobrir les necessitats de la població i impulsar l’accés directe, és a dir, que la ciutadania pugui demanar consulta de forma directa amb el seu fisioterapeuta”.

La Jornada va servir per anunciar també la celebració, l’any que ve, del III Congrés Internacional de Fisioteràpia FTP’24 a Barcelona, que reunirà aproximadament uns 2.000 professionals de la fisioteràpia i la salut. El degà va posar en valor “el compromís del Col·legi amb la divulgació i la recerca amb l’organització de jornades i congressos, per tal d’oferir eines i coneixement a tots els professionals de la fisioteràpia”.

L’interès despertat per aquesta onzena Jornada NME es va basar en un programa de ponències dirigides a analitzar dues de les articulacions amb més prevalença quant a patologia es refereix, com són l’espatlla i el genoll. La fisioteràpia neuromusculoesquelètica és una necessitat per a un percentatge molt ampli de la població. En el darrer Baròmetre de la Salut i la Fisioteràpia a Catalunya encarregat pel CFC, més de dos terços dels enquestats van declarar haver tingut problemes musculars o articulars (69 %).



Xavier Labraca Gui, moderador del matí



Albert Morales, moderador de la tarda, amb el ponent Eduardo Fondervila



Daniel Paulino Nogueira, ponent de la Jornada
<https://xinme.fisioterapeutes.cat/ca/ponents/daniel-paulino-nogueira>



Xavier Vericat, ponent de la Jornada
<https://xinme.fisioterapeutes.cat/ca/ponents/xavier-vericat-matamoros>



Ericka Céspedes, ponent de la Jornada
<https://xinme.fisioterapeutes.cat/ca/ponents/ericka-cespedes-marozzi>



Marta Tejado Carranza, ponent de la Jornada
<https://xinme.fisioterapeutes.cat/ca/ponents/marta-tejado-carranza>



Enrique Lluch Girbés, ponent de la Jornada
<https://xinme.fisioterapeutes.cat/ca/ponents/enrique-lluch-girbes>



Tània López Hernández, ponent de la Jornada
<https://xinme.fisioterapeutes.cat/ca/ponents/tania-lopez-herandez>



Luis Llorda Almuzara, ponent de la Jornada
<https://xinme.fisioterapeutes.cat/ca/ponents/luis-llorda-almuzara>



Eduardo Fondevila, ponent de la Jornada
<https://xinme.fisioterapeutes.cat/ca/ponents/eduardo-fondevila-suarez>



Vidina G Suárez Rodríguez, ponent de la Jornada
<https://xinme.fisioterapeutes.cat/ca/ponents/vidina-g-suarez-rodriguez>



LES PONÈNCIES DE LA JORNADA

► L'ús del mòbil i la salut del coll, per Daniel Paulino

Un exemple de les noves necessitats a nivell de fisioteràpia ha estat la ponència amb què va arrencar la Jornada, *Text-neck, una fallàcia convenient*, a càrrec de Daniel Paulino, fisioterapeuta brasiler i professor a l'Escola de Quiropràctica de Barcelona. El terme "text-neck" és àmpliament emprat per designar la posició adoptada en fer servir el mòbil i les seves repercussions nocives per a la salut cervical. Paulino va mostrar noves estratègies de tractament que poden ajudar en el maneig de condicions doloroses de la columna cervical.

► Dolor d'espatlla relacionat amb el manegot dels rotatoris: més enllà del tendó, per Marta Tejado

La ponència va servir per reflexionar sobre la tipologia de l'espatlla i fer una pensada col·lectiva del que estem fent i per què ho estem fent. Actualment, el 50 % de les persones amb dolor d'espatlla presenten patologia cervical i, d'aquestes, la més complicada d'abordar segons l'enquesta realitzada per Tejado al seu centre, és l'espatlla rígida, seguida del manegot dels rotatoris, en ocasions sobrediagnosticada, i de l'espatlla inestable. Sempre s'ha col·locat el tendó com a estructura diana del problema i del dolor, però la ponència va servir per relativitzar aquest fet.

► Actualització científica de la recuperació després d'una lesió de lligament encreuat anterior, per Luis Llorda

La fisioteràpia té un rol clau a l'hora de fixar els criteris per realitzar una rehabilitació correcta a un esportista per tornar a la competició esportiva. En quant al temps de recuperació, sempre s'han associat 6 mesos per a la tornada a l'esport, però no hi ha

"LA TROBADA VA SERVIR PER CONÈIXER NOVES EVIDÈNCIES CIENTÍFIQUES EN L'ÀMBIT NME, EL QUE OCUPA MÉS PROFESSIONALS PER L'ALTA PREVALENCIA DE LES PATOLOGIES"

evidència científica. De fet, l'evidència suggereix esperar al novè mes, i cal tenir en compte que el lligament encreuat anterior tarda fins a 24 mesos per tornar a la seva histologia natural. Això fa que hi hagi professionals que proposin esperar 24 mesos. En tot cas, cal deixar de pensar en una rehabilitació basada en el temps i canviar a un tractament que segueixi uns criteris específics, i són precisament aquests criteris els que permeten saber si l'atleta està preparat per passar d'una fase a una altra dins del procés de rehabilitació.

► **Factors temporomandibulars a tenir en compte en l'avaluació cervical, per Tània López**

Des de la pandèmia estan augmentant els pacients amb problemes temporomandibulars. Però hi una relació molt clara entre problemes cervicals i mandibulars. Segons l'estudi presentat, el 53 % dels pacients que tenen aquest tipus de problemes cursen amb trastorns cervicals i, a la vegada, el 47 % dels pacients que tenen trastorn cervical també tenen algun tipus de trastorn estomatognàtic. Per això cal demanar sobre fatiga, mobilitat i dolor als pacients, tant a la boca, en general, i durant la masticació.

► **Maneig no quirúrgic dels esquinçaments del manegot dels rotatoris, on som ara?, per Enríque Lluch**

Els trencaments del manegot dels rotatoris són molt freqüents a partir dels 50 anys, i molts autors els consideren com a part del procés natural d'envellir. Sovint són asimptomàtics. Actualment hi ha un gran debat sobre si la millor estratègia és un tractament conservador o quirúrgic. Pel que fa al pacient, les seves expectatives respecte a la fisioteràpia tenen molta importància a l'hora de decidir si s'opera o si se segueix un tractament més conservador. Pel que fa al tractament recomanat, hi ha tres grups en funció del risc del pacient, per decidir si cal fer tractament conservador o cal fer tractament quirúrgic. A més a més, la literatura estableix uns terminis en funció del tipus de trencament per decidir en quin moment cal passar d'un tractament conservador a l'operació, sent el termini mínim tres mesos.

► **Exercici terapèutic en el mal de coll, és per a tothom?, per Eduardo Fondevila**

El mal de coll té una prevalença del 30 % i una persistència del 50 %. Amb aquest grau d'afectació, Fondevila va defensar que la derivació directa a l'especialista en atenció primària suposa un gran benefici per a la persona que el pateix i un estalvi important per al sistema. Hi ha evidències de cost-efectivitat dels tractaments de fisioteràpia sobre els mals de coll. Per planificar programes d'exercici adequats en malalts amb mal de coll es va parlar de cinc necessitats: raonament clínic, fisiologia de l'exercici, clinimetria, principis bàsics de l'entrenament i, finalment, la precisió.

► **El paper dels retinacles en l'abordatge de les lesions neuro(fascio)musculoesquelètiques del membre inferior, per Vidina G. Suárez**

La fisioterapeuta canària va centrar la seva ponència en la fàscia, partint de l'argument de què és una estructura contínua. Tot el teixit fascial és molt nerval però cal seguir investigant si ho és d'una manera persistent i continuada. Si no es fa un bon tractament d'aquestes patologies és molt habitual provocar l'efecte "bola de neu" i acabar afectant d'altres articulacions.

"LA RECAPTACIÓ DE LES INSCRIPCIONS A AQUESTA JORNADA, MÉS DE 4.000 EUROS, ES DESTINARAN A PROJECTES DE CAIRE SOCIAL EN FISIOTERÀPIA DEL COL·LEGI"



És important considerar les estructures de la fàscia en totes les fases de recuperació d'una lesió habitual com, per exemple, un esquinç de turmell.

► **Com tractar una espatlla sense tractar l'espatlla, per Xavier Vericat**

El que solem fer per tractar l'espatlla, és recomanable? Xavier Vericat considera que a nivell evidència, aquesta és baixa o moderada, respecte a la capacitat de reduir el dolor. L'exercici és la part més important, segons les guies, però quin tipus d'exercici? El resultat és que un 50 % milloren i tenen una recuperació completa dins dels primers 6 mesos, i un 60 % després del primer any. També cal contemplar els factors psicossocials per conèixer i respondre a les expectatives del pacient i millorar la comunicació.

Actualment els estudis poden tenir moltes dades relatives a esportistes, el que fa que siguin més difícilment aplicables a persones que no fan tant exercici i tenen condicions més sedentàries. Possibles causes del dolor patel·lofemoral poden venir del maluc o del peu, no ha de perquè ser directament del genoll. Es parla de desequilibris musculars, però és molt important fer "moure" la persona per saber quins seran els factors i així podrem avaluar de manera més efectiva. Abans es deia "no pain no gain" (sense dolor no hi ha millora) i en canvi ara el model és més "no brain no pain" (sense cervell, sense dolor) fent que els exercicis no es vegin com un esforç o patiment excessiu.

Per acabar la Jornada, va ser Cristina Adillón, secretària de la Junta de Govern del CFC, qui va agrair la col·laboració de tot l'equip del Col·legi, ponents, moderadors i col·laboradors (Medicorasse, Naggura, Storz Medical i UManresa), així com al públic assistent la seva presència. Adillón va recordar "la força de la professió per tenir el lloc que mereix en el sistema i la necessitat de seguir reivindicant nous espais per millorar la qualitat de vida i la salut de la ciutadania".

1. Foto de família dels ponents de la Jornada acompanyats de membres de la Junta del CFC.
2. Cristina Adillón, secretària del CFC, va fer la cloenda de la Jornada.
- 3 i 4. Guanyadores dels premis a la publicació d'or en xarxes socials.

LA FISIOTERÀPIA EN LES MÚTUES LABORALS, UNA GRAN DESCONEGUDA



La fisioteràpia té nombrosos àmbits d'actuació, una gran majoria ben coneguts per tothom i que no necessiten gaire explicació per part dels professionals que els practiquen. D'altres, però, són més minoritaris i poc coneguts, fins i tot dins del mateix col·lectiu. Aquest és el cas dels fisioterapeutes que treballen en mútues laborals atenent pacients que han patit algun accident a la feina, una malaltia laboral, però també reduint la llista d'espera de treballadors de baixa que esperen tractament. Treballen en empreses privades gestionades amb diners públics de la Seguretat Social, sotmesos a les retallades i les limitacions salarials i laborals.

Dels més de 12.500 fisioterapeutes que hi ha a Catalunya, poc més d'un centenar treballen a mútues col·laboradores amb la Seguretat Social, més conegudes com a mútues laborals. "Tothom sap què és un fisioterapeuta de pediatria, d'atenció primària o, fins i tot, de mútues privades, però els professionals que treballem a les mútues laborals som un col·lectiu força desconegut", remarca el vocal del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya, Dani Freixes. Magdalena Jiménez, fisioterapeuta d'hospital de la mútua Fremap va una mica més enllà i fa èmfasi en la percepció que té la societat. "Les mútues laborals no estan ben vistes. Sempre es pensa que volem donar d'alta ràpidament el pacient" perquè es torni a incorporar al seu lloc de treball, explica. Aquest fet considera que els perjudica quan reclamen millores laborals perquè troben "poca empatia" de la societat.

Les mútues laborals són empreses de gestió privada que col·laboren amb la Seguretat Social i que tenen un pressupost públic atorgat pel Ministeri de Treball. El seu origen es remunta a l'any 1900, quan va començar a sorgir la necessitat que els treballadors de les empreses tinguessin una assegurança més enllà de la Seguretat Social. Aquesta combinació de públic i privat fa que els fisioterapeutes tinguin problemes per reclamar millores salarials i laborals. "Quan hi ha retallades al sistema sanitari públic, se'ns apliquen, però quan hi ha millores o es recuperen les retallades, nosaltres no rebem res", explica Jiménez. "Tenim el pitjor del sistema sanitari públic i del sistema privat", lamenta, tot remarcant que depenent de cada mútua laboral, els fisioterapeutes es regeixen per un conveni propi o per pactes. Reclama "un sou més adequat a les tasques que realitzem" i denuncia la diferència de salari amb els fisioterapeutes que treballen al sistema públic. De fet, considera que estan una mica desemparats "lluitant contra dos gegants". Per aquest motiu reclama una implicació més gran del Ministeri de Treball en la gestió privada de les mútues laborals: "S'haurien de preocupar més del personal". En aquest sentit, Pablo Bosque, fisioterapeuta de Fremap, denuncia que han estat deu anys amb el sou congelat i s'ha perdut molt poder adquisitiu.

Actualment, hi ha 19 mútues a tot Espanya, de les quals en destaquen sis per la seva dimensió i importància (Asepeyo, Fraternidad-Mupresa, Fremap, Ibermutua, MC Mutual i Mutua Universal). La resta són més petites i més territorials, localitzades en alguna comunitat autònoma. Les sis més grans tenen delegacions a diversos territoris. En total hi ha 1.053 centres sanitaris, amb 21.910 treballadors, dels quals



"QUAN HI HA RETALLADES AL SISTEMA SANITARI PÚBLIC, SE'NS APLIQUEN, PERÒ QUAN HI HA MILLORES O ES RECUPEREN LES RETALLADES, NOSALTRES NO REBEM RES"

1.136 són fisioterapeutes i 13.817 són sanitaris. Dels 16,5 milions de treballadors assegurats l'any passat, les mútues laborals van atendre 3,1 milions de pacients. Al llarg del 2022 es van fer més de 5,6 milions de sessions de fisioteràpia en els diferents centres assistencials i hospitals de les mútues laborals, segons dades aportades per Freixes en el primer Congrés Nacional de Gestors de Fisioteràpia, que va aplegar professionals d'arreu d'Espanya a Mallorca, l'octubre passat. Aquest també va ser un bon moment per contactar amb professionals de les mútues laborals de tot l'Estat i acordar treballar de forma coordinada per assolir millores professionals com a col·lectiu.

Com passa en molts altres àmbits de la fisioteràpia, la feina i els tractaments dins de les mútues laborals han canviat molt en els últims anys, segons explica Freixes. Gairebé sempre la fisioteràpia, a nivell organitzatiu, depenia molt del servei d'infermeria, sobretot als hospitals, i dels metges rehabilitadors. En l'última dècada això ha anat canviant, i s'ha aconseguit impulsar la figura del fisioterapeuta com a gestor de la sala de fisioteràpia, és a dir, coordinant equips i decidint el model assistencial, els abordatges, els tractaments i els protocols, partint del consens amb la resta de professionals sanitaris. L'atenció de la fisioteràpia amb els pacients es dona als hospitals propis de les mútues laborals, quan es requereix intervenció quirúrgica, i als centres assistencials, quan cal rehabilitació, on existeix una unitat sanitària formada per metge, infermera i fisioterapeuta. A més, Jiménez recorda que també atenen treballadors de baixa que es troben a l'espera de rebre tractament. Per tant, també s'ajuda a reduir les llistes d'espera de la Seguretat Social, fent evident encara més la dependència de les mútues del sistema sanitari públic malgrat que, reitera Jiménez, això no es reflecteix en les condicions laborals dels professionals.

A part d'aquestes reivindicacions, Jiménez i Bosque denuncien els horaris, partits, canviants i no continuats, condicionats pel nombre de pacients que hi ha en cada moment i que no ajuden a garantir la qualitat del servei i fan incompatible poder conciliar o combinar-ho amb una altra activitat laboral. A més, ho contraposen a les jornades més estables i intensives que sí que tenen els metges i les infermeres de les mútues, una altra diferència laboral que reclamen esmenar. Els fisioterapeutes de les mútues laborals treballen segons l'agenda i, per tant, amb horaris canviants, "estranyos" i "absurds", denuncien Bosque i Jiménez. Segons Freixes, poder disposar de jornades més àmplies milloraria les condicions laborals dels fisioterapeutes, però sobretot l'atenció als pacients.

Jiménez i Bosque coincideixen en denunciar les mancances pel que fa a la dotació i als equipaments, sobretot a les sales de rehabilitació, i que les



mútues laborals justifiquen per la falta de pressupost del govern espanyol. “Als centres assistencials, la maquinària és molt antiga, de fa 30 anys i no s’ha innovat”, denuncia Jiménez. Freixes considera molt important que tot plegat vagi acompanyat per una inversió en formació i investigació perquè els professionals de les mútues laborals es puguin actualitzar, és a dir, la formació continuada, essencial per conèixer noves tècniques en fisioteràpia que es puguin aplicar en el servei i que ajudin els pacients a incorporar-se al seu lloc de treball al més aviat possible. També reclamen ajustar la ràtio de pacient per hora i fisioterapeuta per garantir una qualitat assistencial. Segons Bosque, cal convèncer les mútues que no cal que el pacient vagi cada dia a fisioteràpia, ja que, com apunta Freixes, és fonamental l’adherència del pacient al tractament en el seu domicili.

A més, consideren necessari recuperar la retribució de les carreres professionals, que es va eliminar el 2012 per un decret llei i que mai se’ls ha restablert, un altre aspecte que ha contribuït a incrementar la pèrdua del poder adquisitiu del sector.

En definitiva, segons Jimenez i Bosque, la clau de la reivindicació del col·lectiu de fisioterapeutes de les mútues laborals busca millorar aquells aspectes que permetin una qualitat assistencial i una eficiència funcional i que passa per reclamar millores salarials i laborals a les empreses com a col·laboradores de la Seguretat Social.



**“LES I ELS
FISIOTERAPEUTES
QUE TREBALLEM
A LES MÚTUES
LABORALS SOM
UN COL·LECTIU
FORÇA
DESCONEGUT”**

LA NIT DE LA FISIOTERÀPIA RECONeix LES TRAJECTÒRIES PROFESSIONALS DE GONZALO LORZA I SÍLVIA FÀBREGAS AMB EL PREMI JUNE NYSTROM

El Premi Fisioterapeuta de l'Any 2023 s'ha atorgat a Mayte Serrat, impulsora de CIM Project, una iniciativa de fisioteràpia inclusiva en l'àmbit de la natura i la muntanya. El conseller de Salut, Manel Balcells, va cloure la Nit de la Fisioteràpia amb un discurs reivindicant "l'abans i el després que ha suposat la incorporació, aquest any, de més de 350 fisioterapeutes a l'atenció primària i comunitària. El repte ara és no aturar-se i fer una aposta encara més ferma per la fisioteràpia, que és també una aposta per la rehabilitació".

El Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya va celebrar la Nit de la Fisioteràpia a la Torre Urquinaona de Barcelona el passat 16 de novembre. L'acte anual d'homenatge a la professió va comptar amb la participació del conseller de Salut, Manel Balcells, i de la regidora de l'Ajuntament de Barcelona i presidenta de la Comissió de Sanitat, Titón Laïlla, i amb l'assistència de més d'un centenar de convidats.

El conseller Balcells va demanar "una aposta més ferma no tan sols per la fisioteràpia sinó també per la rehabilitació, que té molts àmbits, i és un repte que vam recollir al Pla de Rehabilitació de Catalunya presentat aquest mateix any". En aquest sentit, va recordar l'aposta del Govern per la integració de la fisioteràpia ambulatoria i



domiciliària en el conjunt del sistema públic en tot el seu territori. Aquesta aposta significarà, segons el conseller, una millora del servei per a la ciutadania, però també una millora en les condicions de contractació dels professionals, que servirà per consolidar la fisioteràpia en el conjunt del sistema.

Per la seva banda, el degà del Col·legi, Ramon Aiguadé, va manifestar “l'agraïment del Col·legi als més de 12.500 professionals que estan fent possible que la fisioteràpia estigui en el millor moment de la seva història”. En aquest sentit, va agrair al conseller la decidida aposta per la incorporació de la fisioteràpia als Centres d'Atenció Primària i Comunitària de Catalunya durant els darrers 12 mesos. El degà va reclamar també seguir fent passos per tal d'assolir la fita de l'accés directe a fisioteràpia per a tota la ciutadania.

MAYTE SERRAT REP EL PREMI FISIOTERAPEUTA DE L'ANY PER CIM PROJECT, UNA INICIATIVA DE FISIOTERÀPIA INCLUSIVA PER LLUITAR CONTRA LA FIBROMIÀLGIA I EL DOLOR

El CIM Project, que significa Club Inclusiu de Muntanya, és una iniciativa impulsada per la fisioterapeuta Mayte Serrat. Mitjançant un equip integrat per fisioterapeutes i altres professionals de la salut, treballen per promocionar el desenvolupament i la pràctica de l'activitat física i esportiva, orientada a la inclusió de persones amb discapacitat, cronicitat o en el procés d'envelliment.

PREMIS JUNE NYSTROM A LA TRAJEKTÒRIA PER A GONZALO LORZA I SÍLVIA FÀBREGAS

El Premi June Nystrom, concedit per la Junta de Govern del Col·legi, reconeix cada any la trajectòria professional d'una i un fisioterapeuta. Aquest any el Premi ha recaigut en Gonzalo Lorza i Sílvia Fàbregas. Lorza ha estat professor i director dels estudis de Fisioteràpia de la Facultat de Ciències de la Salut de Manresa de la Universitat de Vic - Universitat Central de Catalunya durant els darrers 25 anys. Anteriorment havia desenvolupat la seva carrera molt vinculat al món de la fisioteràpia esportiva i del bàsquet en particular, al Joventut de Badalona i a la Selecció Espanyola Masculina. Lorza també va fundar el Centre EIRE de fisioteràpia a Badalona i anteriorment havia treballat al centre Eurosport.

D'altra banda, Sílvia Fàbregas és fundadora de l'Institut de Fisiologia i Medicina de l'Art, centre on ha treballat de forma pionera amb artistes escènics que tenen patologies derivades o que interfereixen en la seva professió, sobretot amb la distonia focal del músic. Exerceix com a docent per a orquestres, conservatoris i investigació a la Fundació Ciència i Art.

La Nit de la Fisioteràpia va homenatjar també les col·legiades i els col·legiats jubilats i doctorats, i va reconèixer també públicament els millors expedients acadèmics 2022-2023 i els destinataris d'ajuts a la recerca i de projectes solidaris del CFC.



1. Premis June Nystrom 2023: Silvia Fàbregas i Gonzalo Lorza, acompanyats pel conseller Manel Balcells i el degà Ramon Aiguadé.
2. Ramon Aiguadé, degà del CFC.
3. Música en directe a càrrec de Núria Conangla.
4. Mayte Serrat, premi Fisioterapeuta de l'Any 2023, acompanyada del conseller Manel Balcells, del degà i la vicedegana del CFC.
5. Conseller Manel Balcells acompanyat de la Junta del CFC.

EL DEGÀ VA DESTACAR LA IMPORTÀNCIA DE SEGUIR TREBALLANT PER ACONSEGUIR L'ACCÉS DIRECTE A FISIOTERÀPIA

Entrevista a
**Sílvia
Fàbregas**

**PREMI
JUNE
NYSTROM
EX AEQUO**

***“Venen músics de tot
el món a tractar-se a
l’Institut de Fisiologia i
Medicina de l’Art”***

Sílvia Fàbregas és fisioterapeuta, té el postgrau de Fisioteràpia de l'Esport i el màster en PNL. Va ser fundadora de l'Institut de Fisiologia i Medicina de l'Art, a Terrassa, centre on treballa amb artistes escènics que tenen patologies derivades o que interfereixen en la seva professió, sobretot amb la distonia focal del músic. Exerceix com a docent per a orquestres, conservatoris i investigació a la Fundació Ciència i Art. El 16 de novembre va rebre ex aequo el premi June Nystrom que atorga el Col·legi i que distingeix la trajectòria de fisioterapeutes i la implicació amb la professió.

Què creu que l'ha portat a ser la guanyadora del Premi June Nystrom aquest any? Com valora aquest premi?

Em fa molta il·lusió rebre aquest premi. Hi ha molts fisioterapeutes que fan molt bé la seva feina, que em toqui rebre'l a mi és un plaer. El món de la fisioteràpia en les arts escèniques encara està poc normalitzat si ho comparem, per exemple, amb la fisioteràpia de l'esport. Suposo que el premi és com a pionera en el tractament individualitzat d'artistes a Catalunya i pel treball realitzat en aquest camp durant tots aquests anys. Vaig començar a tractar músics el 1992, a l'Hospital de Manresa. Allà vàrem tenir tant èxit (ens venien músics de tot arreu) que es va arribar a crear, el 1996, la Unitat Mèdico-Quirúrgica de l'Art on, a part de fer les visites mèdiques, també es feia la fisioteràpia als artistes que ho necessitaven. Jo vaig tenir la sort de ser la fisioterapeuta d'aquesta unitat.

El premi Nystrom sempre reconeix una trajectòria i en la seva destaca l'impuls com a fundadora de l'Institut de Fisiologia i Medicina de l'Art. Com surgeix aquesta iniciativa?

Vaig començar a l'Hospital General de Manresa i estàvem molt contents de poder treballar a la sanitat pública amb els artistes. Però es va canviar de gerent i les prioritats de l'hospital van ser unes altres. Amb el nou enfocament no tenia cabuda una unitat tan específica per als músics en la sanitat pública i la Unitat Mèdico-Quirúrgica de l'Art va acabar tancant. L'any 1999 vàrem crear, juntament amb el Dr. Jaume Rosset i la Dra. Dolors Rosinés, l'Institut de Fisiologia i Medicina de l'Art de Terrassa, on encara hi seguim treballant. Porto 34 anys en aquest món.

Va ser difícil al principi? Què destacaria?

Quan vàrem començar a veure músics ens vam adonar que ningú havia aprofundit en les patologies, que eren molt específiques d'aquest col·lectiu. Des del principi vàrem començar a veure les necessitats dels artistes, que en molts casos eren molt semblants a les dels esportistes, per l'alt rendiment que tenen els dos camps, però alhora molt diferents. Per això, tot i que tant el Dr. Rosset com jo veníem del món de la medicina i la fisioteràpia de l'esport, vam veure que ens havíem d'espavilar per formar-nos i poder treballar amb les dificultats que tenia aquest col·lectiu. Així, per exemple, ens vam trobar amb patologies de les quals la medicina no se n'havia preocupat com, per exemple, les patologies dels llavis. Ens vam adonar que no hi havia prou coneixements ni tecnologia per poder-les diagnosticar i tractar correctament. Això ens va portar a crear un extensiómetre per valorar la força i

**“QUAN VÀREM
COMENÇAR A
TREBALLAR AMB
MÚSICS ENS VAM
ADONAR QUE
FALTAVA MOLT
CONEIXEMENT
SOBRE LES SEVES
PATOLOGIES”**

“MALGRAT EL TEMPS PASSAT, L'EQUIP SEGUEIX MANTENINT LA FRESCOR DE SEGUIR INTERESSATS A BUSCAR NOVES COSES, A FER NOUS APRENENTATGES”

resistència del llavi. Però, un cop érem capaços de mesurar la força i la resistència dels músculs que formen l'embocadura dels músics de vent, ens calia poder tenir valors de referència, per saber quins valors eren normals i quins no i com afectava a cada instrument de vent, atenent que les pressions que s'utilitzen no són iguals en un vent fusta que en un vent metall.

I què van fer?

Vam haver de fer mesures a una mostra molt gran de la població per saber què era normal i no: músics (de tots els instruments de vent), no músics, amb patologia, sense, grups de diferents edats... Va ser realment un treball de camp interessant. A totes les trobades i cursos que hi havia de músics de vent allà estàvem nosaltres fent-los mesuraments. També amb les ecografies. Si es poden fer ecografies de quàdriceps, també n'hem de poder fer als llavis... Aleshores, amb un bon diagnòstic, es pot fer un bon tractament de fisioteràpia. Però, un cop més, ens trobàvem sense eines. Així, si hi ha una atròfia muscular, hem de trobar la manera de fer una bona tonificació, que pot ser amb exercicis de la musculatura afectada, però també ens vam plantejar per què no fer electroestimulació. Ningú ho havia fet mai abans i es van haver d'adaptar els valors de l'electroestimulació a una musculatura diferent, com és la musculatura de la cara, i a desafiar el nervi dental que, en fer les primeres proves, ja vam veure que ens dificultaria poder estimular el múscul sense estimular el nervi (i provocar dolor). Tot era un repte constant. Ens hem hagut d'anar creant la nostra manera de tractar els músics. Això ha fet que en vinguin de qualsevol part del món a tractar-se al nostre institut per als seus problemes de llavi.

Destacaria alguna altra patologia que us diferencia d'altres centres?

Una altra de les patologies de què som referents mundials és la distonia focal del músic. Des del 1999, que vàrem ser capaços de curar el nostre primer pacient amb distonia focal, el tractament ha evolucionat molt i hem creat el nostre propi model, optimitzant i barrejant altres tractaments o tècniques com el Sensory Motor Retuning, PNL, aprenentatge diferencial o l'estimulació elèctrica transcranial. Tot i que estem molt satisfets amb el tractament i amb els seus resultats, mai deixem de buscar, investigar i, si trobem alguna cosa interessant que encaixa amb el nostre model, ho apliquem sempre amb la idea de seguir millorant.

Una altra gran diferència és en l'enfocament del dolor (i qualsevol altre símptoma). La importància que, per als artistes escènics té la seva lesió, comporta que es puguin distorsionar els símptomes. Fins i tot que hi hagi símptomes sense lesió estructural. Això és molt complicat de gestionar i, si no es tenen les idees molt clares i es fa un bon diagnòstic, porta a tractaments innecessaris i infructuosos. Hem après moltes coses en aquest terreny i, a dia d'avui, som capaços de diferenciar-ho i tractar-ho amb bons resultats.

Com resumiria aquests anys que ha treballat amb la fisioteràpia de l'art?

Malgrat el temps passat, els esforços fets des del principi i que ens anem fent grans, l'equip segueix mantenint la frescor de seguir interessats a buscar noves coses, a fer nous aprenentatges, d'escoltar i mai donar una cosa per bona, sempre és millorable. Hem construït una manera d'entendre com emmalalteix el músic i com es manifesten els seus problemes que ens permet tractar-los adequadament, sabent

que tot està molt lligat. Ara ens veiem molt sòlids amb el que fem, però sabem que hem de seguir millorant i aprenent, fins el dia que pleguem.

En quins àmbits ha treballat més al llarg d'aquests anys i quins elements encara són un pèl desconeguts per als professionals de l'art, com ara músics o actors, per exemple?

He treballat en la prevenció de lesions amb xerrades tant a nivell d'escoles de música, conservatoris, bandes i orquestres. Molts dels músics no són conscients de les càrregues de treball que tenen i que formen part de l'alt rendiment. Falta encara molt coneixement del cos i de les necessitats del mateix. Estiraments o altres tipus d'exercicis encara semblen una cosa estranya per alguns si no es té cap patologia. Encara hi ha moltes creences limitants, com que és normal que hi hagi dolor, que no passa res per tocar amb dolor. Hi ha molta feina a fer.

També ha dedicat part del seu temps professional a la docència. Què li ha aportat?

Fer docència és sempre molt agraït perquè ajudes amb els coneixements que tens a resoldre o evitar problemes i patologies als músics o artistes, en general. També serveix per adonar-te de les seves necessitats.

Creu que la fisioteràpia encara té àmbits no prou coneguts i que caldria posar en valor?

La fisioteràpia està avançant moltíssim i penso que, en gran part, és pel treball de formiguetes que fem entre tots i el Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya. Però és cert que la feina del fisioterapeuta encara està poc valorada per algun col·lectiu. La figura del fisioterapeuta es valora cada vegada més positivament i això és bo. Per tant, s'ha de continuar treballant per millorar.

I, mirant cap al futur, quins són els seus plans?

Doncs fer el que he fet fins ara: treballar, aprendre, investigar per seguir millorant els tractaments de fisioteràpia dels artistes.

I quins creu que són els reptes de la fisioteràpia en els propers deu anys?

Està clar que la fisioteràpia va fent passos endavant i va entrant a formar part de moltes especialitats diferents, però això s'hauria de normalitzar i consolidar.



Entrevista a
**Gonzalo
Lorza**

**PREMI
JUNE
NYSTROM
EX AEQUO**

***“A la universitat hem
passat de ser transmissors
d’informació a facilitadors
de l’aprenentatge”***

Gonzalo Lorza és fisioterapeuta i, els darrers 25 anys, ha exercit com a professor i, els darrers 22, també com a director dels estudis de Fisioteràpia de la Facultat de Ciències de la Salut de Manresa de la Universitat de Vic – Universitat Central de Catalunya. Lorza té un màster en Tecnologia Educativa: E-Learning i Gestió del Coneixement i un altre en Metodologia de la Simulació Aplicada a la Formació de Professionals en Ciències de la Salut i Socials. Durant la seva carrera professional va treballar primer al Centre Eurosport de Barcelona, posteriorment va fundar el Centre Eire de Badalona i durant anys va estar molt vinculat a l'esport com a fisioterapeuta de la Penya i de la Selecció Espanyola Masculina de Bàsquet.

Què creu que l'ha portat a ser el guanyador del Premi June Nystrom aquest any? Com valora aquest premi?

En primer lloc estic molt agraït, entenc que és una manera de reconèixer no només la meva trajectòria sinó la del conjunt de la Universitat de Manresa, on he estat director d'estudis de fisioteràpia durant més de 22 anys. És un reconeixement que segur que puc ampliar a tot l'equip.

Vostè és un docent experimentat de la fisioteràpia. Com creu que s'ha evolucionat en tots aquests anys?

En el meu cas, potser el més important és que, des del primer moment, a Manresa ens vam creure el Pla de Bolonya. Això vol dir que vam treballar per construir un pla d'estudis molt més modern i centrat en l'alumnat. La intenció del pla, amb el qual m'hi sento plenament identificat, era fugir de l'acadèmia tradicional basada en explicacions magistrals i exàmens. Vam fer un esforç gran, però també necessari, per posar-nos al dia. Ens vam adaptar a les dinàmiques d'ensenyament que ja existien al món anglosaxó per fer possible un canvi potent.

La meva obligació durant molts anys com a director d'estudis era concretar tots els canvis per oferir una docència del segle XXI, que és el que tocava, i per a la qual he comptat amb un equip gestor de la universitat i un professorat obert al canvi. Avui en dia tenim uns molt bons estudis, moderns, amb tot tipus d'avaluacions, ja sigui entre iguals, autoavaluació, avaluacions dels professors, etc. La classe magistral a partir del segon i tercer curs és pràcticament testimonial. Bàsicament, hem passat de ser uns transmissors d'informació a uns facilitadors de l'aprenentatge. És fàcil dir-ho, però no tan fàcil fer-ho possible.

Ha sigut un canvi total a nivell de pensament. No era un tema de canviar només d'eines sinó de canviar una metodologia al complet, posant l'estudiant al centre. Hem pogut trobar algunes resistències en aquest camí, poques, tot s'ha de dir, fins i tot del propi alumnat.

També ha tingut molta experiència en el món de l'esport amb una fita important com la tasca amb el Joventut de Badalona en la seva etapa de més èxits esportius. Què recorda d'aquells moments?

Un moment molt important clar, amb molt vincle, en el qual vam desenvolu-

**"A LA
UNIVERSITAT
ENS HEM
ESFORÇAT PER
CANVIAR UNA
METODOLOGIA
AL COMPLERT,
POSANT
L'ESTUDIANT
AL CENTRE"**

“EN AQUESTS ANYS HEM PASSAT DE SER UNS “MASSATGISTES INSTRUÏTS”, COM A VEGADES SE’NS QUALIFICAVA, A SER REALMENT FISIOTERAPEUTES QUE DOMINEM MOLTES TÈCNiques”

par una tasca interessant al costat d'entrenadors com Alfred Julbe, Lolo Sainz o Zeljko Obradovic, amb el que vam guanyar la Copa d'Europa, que ha estat la gran fita de l'equip de Badalona de tota la seva història. Aquella etapa la vaig combinar també amb la Selecció Espanyola de Bàsquet masculí i, amb tot plegat, la dedicació era pràcticament total al món del bàsquet i de l'esport en general, també amb la meva consulta privada que tenia a Badalona, el centre Eire. Pràcticament no tenia vacances i això em va fer plantejar en un determinat moment canviar al món de la docència i així ho vaig fer després d'una trucada del company Alfons Mascaró, que en aquell moment començava a organitzar els estudis de fisioteràpia a la Universitat de Manresa.

Com es forma un fisioterapeuta al llarg de la seva vida?

Els professionals de la salut estem molt més acostumats que altres professions a la formació continuada. La teràpia en els darrers 20 anys ha canviat moltíssim, les tècniques, les evidències científiques, etc. La universitat i el col·lectiu de fisioterapeutes professionals s'han hagut d'adaptar, ha estat una autèntica revolució. En aquests anys hem passat de ser uns “massatgistes instruïts”, com a vegades se'ns qualificava, a ser realment fisioterapeutes que dominem moltes tècniques. De fet si anem a l'arrel històrica de la fisioteràpia hauríem de pensar en la gimnàstica a Suècia de principis del segle XIX.

Els fisioterapeutes hem evolucionat i canviat perquè el propi concepte de salut humana ha canviat al nostre voltant. Per exemple, en una patologia com la lumbàlgia ara mateix ja hi ha un abordatge psicossocial en el qual nosaltres aportem la part de l'exercici físic terapèutic, però ens coordinem amb un equip multidisciplinari. Això era impensable fa uns anys.

Com han canviat els alumnes?

Ara mateix l'alumnat té inquietuds diverses. Abans es pensava pràcticament només en l'esport, la resta d'àmbits eren poc coneguts. Ara tot l'àmbit musculoesquelètic segueix sent el més habitual, però se'n coneixen d'altres. Hem de pensar que molts alumnes arriben a la universitat per la via de l'esport, perquè el practiquen i coneixen la professió. Però de seguida que entren a la universitat entenen que la fisioteràpia té molts àmbits, és complexa i això també els ofereix oportunitats a l'hora d'escollir sortides professionals. Per exemple, ara que ha començat la contractació de fisioterapeutes a la salut pública s'ha generat un interès i també els alumnes podran contemplar aquesta sortida un cop acabin els estudis.

Existirà un fisioterapeuta de família igual que existeix un metge de família?

Absolutament, per dos factors, per la cronicitat i per la perspectiva de gènere. L'atenció sanitària ha viscut d'esquenes a la qüestió de gènere, cosa que vol dir estar d'esquenes a la majoria de la població. Ho hem vist, fins i tot, en el cas de la fisioteràpia de l'esport, on gràcies al creixement de les competicions femenines existeix per fi aquesta sensibilitat. En el futur, poder accedir de manera directa al nostre fisioterapeuta al sistema públic serà una realitat i també una necessitat per, com dèiem, l'augment de la cronicitat i l'especialització en perspectiva de gènere.

Creu que la fisioteràpia encara té àmbits no prou coneguts i que caldria posar en valor?

Està clar que l'evolució els últims anys ha sigut molt positiva. Per posar un exemple, quan vaig començar a treballar com a fisioterapeuta professional, a l'impòst d'activitats econòmiques no existia un epígraf per a la nostra professió. Pot fer riure, però era així, no era una paraula d'ús comú. El mateix quan em vaig empadronar, que vaig haver de fer-ho com a tècnic en ortopèdia (riu). En canvi, ara tothom sap què és la fisioteràpia com a professió de la salut i també moltes persones en coneixen els diferents àmbits. Evidentment, queda molt camí per recórrer, però molta gent ja coneix l'àmbit de la fisioteràpia de sòl pelvià, respiratòria, geriàtrica, dolor crònic, vestibular, etc.

I, a partir d'ara, quins són els seus plans?

Doncs he de reconèixer amb tota sinceritat que la fisioteràpia no formarà part d'aquest futur. Sí que organitzaré el 25è aniversari dels nostres estudis i aquest serà el darrer contacte -podem dir que professional- amb la fisioteràpia. Després d'això, els meus grans plans giren al voltant de la meua família perquè seré avi en uns mesos, quelcom que em té molt entusiasmat, i de la passió per la música. Estic estudiant cant des de fa anys i participo també en dos cors, en l'Orfeó Manresà i en Lupulus Emsembla, un cor format només per homes, quelcom força singular a casa nostra.

POWERbreathe®

Entrenament de la Musculatura Inspiratòria (IMT)



Classic Medic
10 - 90 cmH₂O



Plus Medic
1 - 78 cmH₂O



Rangs de Resistència ajustables, vàlids per a l'Entrenament de Força
El filtre ergonòmic facilita el segellat dels llavis

NOUS PRODUCTES

EX1™

Expiratory Muscle Trainer

Entrenament de la Musculatura Espiratòria (EMT)



Flow-Ball ULTRA®

By POWERbreathe®



BIOCORP®
EUROPA



www.biocorp.es



943 577 614 - 664 549 376





MAYTE SERRAT

rep el premi
Fisioterapeuta de
l'Any per CIM Project,
una iniciativa que
lluita contra la
fibromiàlgia i el dolor
crònic

Mayte Serrat, presidenta i impulsora de CIM Project -que són les sigles de Club Inclusiu de Muntanya- va rebre el Premi Fisioterapeuta de l'Any que atorga el Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya durant la celebració de la Nit de la Fisioteràpia, que va servir per reivindicar una innovadora i eficient visió sobre l'abordatge del dolor crònic i de la fibromiàlgia.

Mayte Serrat és una persona amb les idees clares que, a més, en té moltes. Quan vam trobar-nos perquè ens expliqués el seu projecte, ens en va voler destacar dues de molt importants. La primera, “que allò que és nuclear al CIM Project, el que li dona sentit en la seva creació, és la lluita contra la fibromiàlgia” i, la segona, “que el CIM és molt més que un club de muntanya, però tot es fa com a entitat sense ànim de lucre”.

El CIM Project, sens dubte, és una iniciativa única i també d'èxit malgrat la seva encara curta trajectòria. En primer lloc és un club inclusiu, totes les activitats que s'organitzen estan pensades per donar cabuda a qualsevol persona, ja tingui alguna disfunció o diversitat o estigui completament sana. Tothom és benvingut a CIM Project.

Mayte Serrat considera que “el que ens fa peculiars és tenir diverses àrees, a més de la pròpia d'activitats de muntanya. Per exemple, tenim l'àrea de salut on realitzem tots els protocols per avaluar una persona que entra a la nostra entitat per després poder-la ajudar i, com sempre diem, tingui o no tingui una discapacitat o una diversitat, qualsevol persona hi és benvinguda. A continuació tenim l'àrea terapèutica, que és la mateixa que desenvolupo habitualment a la Vall d'Hebron, amb una formació en “Fibrocamina” per a qualsevol persona amb dolor crònic o fibromiàlgia”.

Aquesta formació, remarca Serrat, està disponible també *online* i és independent de les activitats a la muntanya, es pot fer de manera directa, sense cap obligació de fer activitats de muntanya. La possibilitat de fer la formació virtualment ha fet que CIM Project ja tingui membres a la resta de l'estat, de fet tindrà una seu a Madrid, i també a països llatinoamericans, com Xile. Aquesta educació en dolor anomenada “Fibrocamina” està basada en 4 pilars: neurociència del dolor, exercici terapèutic utilitzant activitats de la natura (*adventure therapy*) i doble tasca: objectius cognitius i emocionals, entrenament en *mindfulness* i teràpia cognitivoconductual de quarta generació.

ALTRES ÀREES: INVESTIGACIÓ I PERSPECTIVA DE GÈNERE

“Una tercera àrea és la d'investigació” – segueix Mayte Serrat – “a través de la qual ja tenim línia de doctorat pròpia, un fet únic a nivell d'un club de muntanya, centrada en el dolor i en les activitats a la natura per fer una intervenció, li diem com un Fibrowalk 2.0”. D'acord amb les seves dades, el 70 % de les persones que fan aquesta teràpia milloren per sobre del 20 % en 3 mesos i un 10 % ho fa fins a un 70 %. Amb els que no han millorat el suficient és on actua l'àrea d'investigació per tal de poder millorar encara més l'eficiència dels tractaments.

**“ALLÒ QUE ÉS
NUCLEAR AL CIM I
LI DONA SENTIT ÉS
LA LLUITA CONTRA
LA FIBROMIÀLGIA”**

El CIM Project també ha posat la seva mirada sobre la perspectiva de gènere, aquesta seria la quarta àrea diferencial. En aquest àmbit també desenvolupant una tesi doctoral que estudia com la violència de gènere pot tenir una incidència en les persones que han desenvolupat fibromiàlgia i, per tant, definir un programa d'ajuda per tal de pal·liar o disminuir els símptomes que pateixen.

DIVULGAR UNA NOVA MANERA, MÉS EFICIENT, DE LLUITAR CONTRA EL DOLOR I LA FIBROMIÀLGIA

“Els plans de futur de CIM Project no és arribar a 10.000 socis”, diu la presidenta, “és poder ser un molt bon exemple d'inclusió. Nosaltres abastem una part molt petita de la inclusió, només la part d'oci, però tenim la idea de donar a conèixer aquesta entitat a d'altres associacions i entitats. Per exemple, l'àrea d'inclusió de la FEEC (Federació d'Entitats Excursionistes de Muntanya) es va obrir gràcies a la tasca de CIM Project. El nostre objectiu final ha de ser que ni tan sols calgui parlar d'inclusió perquè ja formi part al 100 % de l'ADN de totes les entitats”.

Per aconseguir-ho, s'ha de continuar amb una intensa tasca de formació, dirigida també als professionals de la salut, “perquè entenent què és dolor i com es genera, el procés rehabilitador pot ser molt més eficaç. Tenim maneres de prevenir el dolor i, especialment, un dolor persistent. La nostra raó de ser és liderar i ajudar al màxim en la divulgació d'aquesta ciència del dolor”.

El CIM Project neix posant el focus en la fibromiàlgia que, segons Serrat “han estat persones massa incompreses, és el gran error de la medicina del segle XXI i aquí incloc tots els professionals de la salut, tots hem estat responsables d'aquest greu error perquè sabem que l'existència de dany no és suficient ni necessària per tenir dolor i aquest element central, nuclear, és el que cal explicar per plantejar la lluita contra la fibromiàlgia i el dolor crònic en general”.

Actualment, hi ha una veritable efervescència davant d'aquesta nova visió sobre el dolor des de la neurociència, dita actualment l'educació en ciència del dolor. Això l'ha portat a coordinar més de 22 grups de treball de diferents entitats, societats i col·legis professionals. Tots els professionals sanitaris, inclosos els metges, volen saber més sobre el dolor crònic i persistent. Tothom entén que no es pot apostar únicament per la via farmacològica, perquè la neurociència demostra que els mecanismes del dolor es poden combatre d'una altra manera. Està científicament demostrat que les persones milloren en relació amb el seu dolor però també en la qualitat de vida perquè entenen millor els mecanismes del seu dolor i són capaços de fer moltes més coses en el seu dia a dia. S'han reduït els nivells d'ansietat i depressió gràcies a aquest abordatge terapèutic, a nivell qualitatiu el canvi és extraordinari.

Per fer realitat aquest canvi de paradigma, s'ha de seguir insistint en la incorporació dels fisioterapeutes dins del sistema públic. Segons Serrat, “tots els professionals s'han d'impregnar d'això i serà una realitat en tot el sistema de salut”.

Mail de
contacte:
info@
cimproject.org

QUÈ ÉS CIM PROJECT?

És un projecte impulsat per monitors de club, personal tècnic esportiu de les activitats de muntanya, professionals de l'activitat física i l'esport i sanitaris, que treballen conjuntament per promocionar el desenvolupament i la pràctica de l'activitat física i esportiva, orientada a la inclusió de persones amb diversitat funcional, cronicitat o en el procés d'envelliment, així com diferents col·lectius en risc d'exclusió social, com persones migrades, amb baixos recursos econòmics, diversitat cultural, lingüística, ètnica, etc. per a la prevenció, la promoció de la salut i la intervenció terapèutica en l'àmbit de la natura i la muntanya.



COM NEIX EL CIM PROJECT?

La primera reunió per posar en marxa el projecte es va fer, de manera casual, el 3 de desembre de 2020, que és el Dia Internacional de les Persones amb Discapacitat. Al cap d'un any, i amb la pandèmia pel mig, el CIM Project és constitueix de manera oficial i fa un any, la Mayte Serrat passa a ser-ne la presidenta.

Per suposat, en un primer moment, el que més pesa és la seva passió pels esports de muntanya i l'alpinisme. Com ella mateixa recorda "està demostrat que 30 minuts de simple exposició a la natura, encara que sigui en un parc d'una ciutat, té molts beneficis físics i psicològics". En la seva tesi doctoral, Serrat proposava una teràpia per a l'abordatge del dolor basada en tres aspectes: l'educacional, el físic i el psicològic. El CIM Project neix per poder donar continuïtat a aquesta visió terapèutica més enllà del marc de l'Hospital Vall d'Hebron en el qual hi desenvolupa la seva tasca professional des de fa molts anys.

La base, per tant, de la creació del CIM Project, va ser poder activar aquestes activitats de muntanya i aquesta teràpia que no era possible de desenvolupar dintre de l'hospital. Actualment, el CIM compta amb més de 230 socis i sòcies i dintre de l'àrea de Salut, on estem els professionals sanitaris, som 8 persones on tenim fisioterapeutes, psicòlegs i CAFEs.

ESTUDI SOBRE LA SALUT DEL SÒL PELVIÀ A CATALUNYA

UN 40 % DE LA POBLACIÓ HA PATIT ALGUNA PATOLOGIA O MOLÈSTIA RELACIONADA AMB EL SÒL PELVIÀ

2023
17 de desembre

La Marató 
**SALUT SEXUAL
I REPRODUCTIVA**




Coincidint amb la temàtica de la Marató de TV3 d'enguany, centrada en la salut sexual i reproductiva, el Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya ha fet públic els resultats de l'enquesta "Estudi sobre la Salut de Sòl Pelvià a Catalunya", una iniciativa realitzada a partir d'una enquesta a 2.000 persones. Actualment, malgrat que la fisioteràpia de sòl pelvià és força més coneguda que fa uns anys per part de la població, l'estudi demostra que queda camí per recórrer i cal seguir divulgant la seva importància per millorar la qualitat de vida de moltes dones, però també, i això és menys conegut, de molts homes.

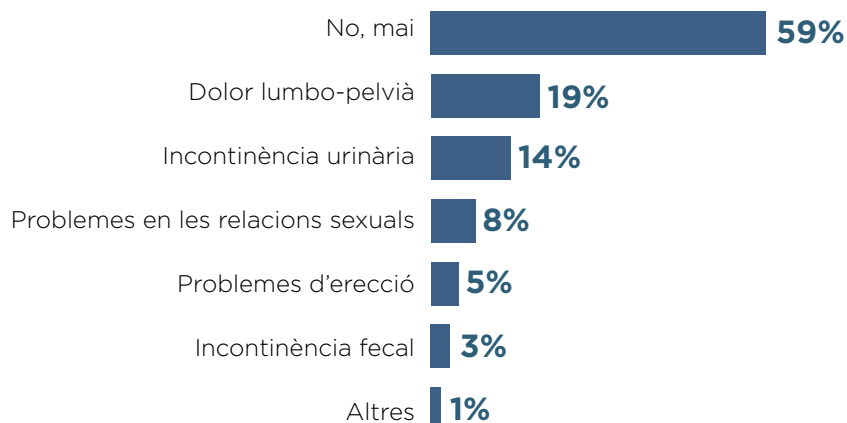
Els resultats demostren, d'una banda, que la població té, cada vegada més, un major coneixement sobre el sòl pelvià i la seva relació amb la salut i qualitat de vida de les persones i, de l'altra, la necessitat d'introduir l'abordatge amb fisioteràpia des de l'inici del procés terapèutic per tal de millorar els resultats i l'eficàcia del tractament.

Les patologies de sòl pelvià més comunes són el dolor lumbopelvià (19 % dels entrevistats) i la incontinència urinària (14 %). La incontinència afecta més les dones, un 21 % per un 6 % dels homes. A continuació ja trobem els problemes en les relacions sexuals, que afecten un 8 % de la població (un 10 % de les dones per un 6 % dels homes) i els problemes d'erecció, que en aquest cas afecten un 5 % de la població, però que puja fins al 8 % en els homes d'entre 55 i 65 anys.

Al respecte d'aquests resultats, Mireia Grossman, fisioterapeuta, fisiosexòloga i osteòpata considera que "el sòl pelvià pateix de desconeixement crònic. Normalment les persones pensen que els problemes de sòl pelvià són temes urinaris, difícilment s'imaginen que el món anal i el món sexual, per dir exemples, són també territori del sòl pelvià. En general, la gent o no en sap res o coneix tòpics, cosa encara pitjor. Les dones desconeixem, però els homes ni tan sols s'imaginen que ells també tenen sòl pelvià".

**Mireia Grossman:
"EL SÒL PELVIÀ
PATEIX DE
DESCONEIXEMENT
CRÒNIC.
LES DONES
DESCONEIXEM,
PERÒ ELS HOMES
NI TAN SOLS
S'IMAGINEN
QUE ELLS TAMBÉ
TENEN SÒL
PELVIÀ"**

PATOLOGIES DE SÒL PELVIÀ



De les persones que han patit patologies vinculades amb el sòl pelvià, un 54 % han decidit realitzar alguna mena de tractament i, en aquest cas, el 71 % ha decidit fer fisioteràpia. L'exercici terapèutic s'ha demostrat científicament com el tractament més eficaç contra algunes d'aquestes molèsties o patologies.

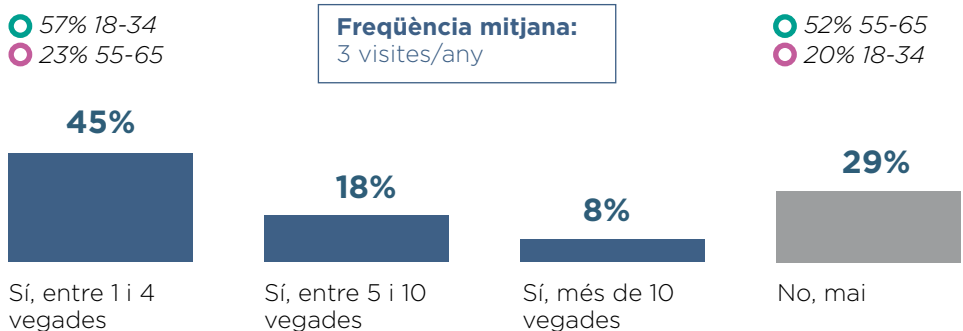
Des del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya es treballa activament per garantir a totes les persones l'accés a la informació sobre què és el sòl pelvià, com funciona i com prevenir la seva disfunció. Les disfuncions del sòl pelvià, com la incontinència urinària, la incontinència anal, els prolapses o el dolor pelvià tenen un gran impacte en la sexualitat de les persones i, per tant, en la seva salut i qualitat de vida.

LA FREQUÈNCIA MITJANA DE VISITA AL FISIOTERAPEUTA PER CAUSES DE SÒL PELVIÀ ÉS DE 3 A L'ANY

El 45 % de les persones que fan tractaments de fisioteràpia per al sòl pelvià afirmen que en fan entre 1 i 4 a l'any, mentre que un 18 % hi va entre 5 i 10 vegades i un 8 % més de 10 vegades. Amb aquesta dinàmica, la freqüència mitjana per persona és de 3 tractaments o visites a l'any.

Sobre la freqüència ideal, Grossman recorda que “varia molt en funció del que s'hagi de tractar, però sobretot de la realitat vital i econòmica de la persona. No té sentit proposar una freqüència setmanal si la persona no té temps material per fer exercicis o simplement no pot pagar les sessions. Vivim els exercicis com una càrrega extra en les nostres vides ja plenes, no com un camí cap a la salut”.

TRACTAMENT DE FISIOTERÀPIA

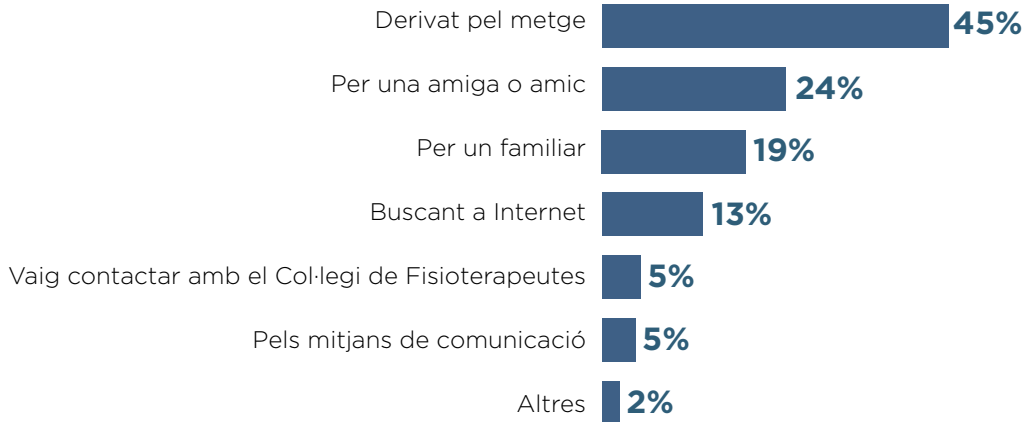


Les persones que decideixen fer tractament de fisioteràpia són, en un 45 %, derivades pel metge, mentre que també són nombrosos els que hi van per recomanació d'un amic (24 %) o un familiar (19 %).

En aquest sentit, des del Col·legi, el degà Ramon Aiguadé, recorda “la necessitat de seguir incorporant la fisioteràpia a l'atenció primària i comunitària per possibilitar la derivació i accés directe dels ciutadans. D'aquesta manera, reduïm llistes d'espera i actuem sobre les patologies de manera més ràpida, fet que pot augmentar molt l'eficiència del tractament”.



RECOMANACIÓ

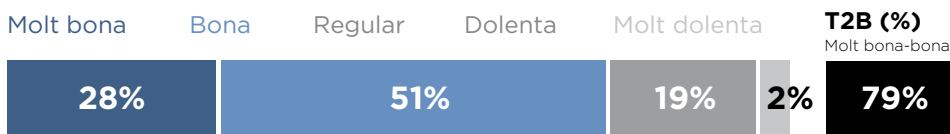


EL 79 % DE LES PERSONES TRACTADES AMB FISIOTERÀPIA FAN UNA VALORACIÓ BONA O MOLT BONA

Quasi 8 de cada 10 entrevistats valoren positivament o molt positivament els tractaments de fisioteràpia, un percentatge que baixa fins al 61 % en el cas de tractaments no fisioterapèutics, que inclouen la medicació, compreses o, fins i tot, cirurgia. En aquest sentit, Grossman assenyalava que "la fisioteràpia de sòl pelvià és l'enfocament terapèutic per excel·lència. El sòl pelvià forma part d'un sistema més gran, requereix una mirada àmplia, més enllà dels símptomes. La fisioteràpia és la reina del món muscular i de teixits. Nosaltres tenim les eines, tant manuals com tècniques, per posar ordre al sistema sencer".

Els tractaments de fisioteràpia més habituals per al tractament de patologies i molèsties del sòl pelvià són l'exercici físic (42 %), hipopressius (27 %), exercicis de potenciació (27 %), exercicis de Kegel (26 %), punció seca o EPI (11 %), biofeedback (7 %) i làser (6 %).

VALORACIÓ



EL COL·LEGI DE FISIOTERAPEUTES DE CATALUNYA TREBALLA ACTIVAMENT PER GARANTIR A TOTES LES PERSONES L'ACCÉS A LA INFORMACIÓ SOBRE QUÈ ÉS EL SÒL PELVIÀ, COM FUNCIONA I COM PREVENIR LA SEVA DISFUNCIÓ

Fitxa tècnica del Baròmetre

Enquesta realitzada a 2.000 persones d'entre 18 i 65 anys de Catalunya. Realitzada entre el 30 de juny i el 9 de juliol amb una durada mitjana de qüestionari de 5 minuts.

La Generalitat reconeix i equipara el treball realitzat pels fisioterapeutes durant la pandèmia amb el de la resta de professions sanitàries

Les actuacions reivindicatives realitzades pel Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya han culminat amb el reconeixement, per part de la Generalitat, dels drets dels professionals de la fisioteràpia que van treballar a les residències geriàtriques durant els primers dies de pandèmia a rebre la retribució extra de 900 euros que van percebre la resta de professionals sanitaris.

La fisioteràpia va jugar un paper molt important durant la pandèmia. Els i les fisioterapeutes van fer una important tasca en la cura i rehabilitació de malalts de COVID-19 a les residències i hospitals, amb jornades inacabables, treballant amb mesures de protecció precàries i avantposant la salut dels pacients a la seva pròpia.

El reconeixement, però, no va ser el mateix per a totes les professions sanitàries. Una de les desigualtats més evidents va ser la compensació del Departament de Treball, Afers Socials i Famílies a la dedicació dels professionals sanitaris arran de la seva especial implicació durant la primera onada de la COVID-19. Aquest ajut destinava als metges, infermeres, auxiliars de geriatria i altres, un pagament extraordinari de 900 euros, mentre que, en canvi, aquest import es fixava per als i les fisioterapeutes en només 500 euros.

A DIA D'AVUI, 25 PROFESSIONALS EN RESIDÈNCIES GERIÀTRIQUES JA HAN RECUPERAT LA RETRIBUCIÓ EXTRA

Davant d'aquest tracte discriminatori clarament injust per a la professió, des del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya es va adreçar una carta al Departament de Treball, Afers Socials i Famílies per denunciar aquesta diferència de tracte. En paral·lel, el Col·legi va encarregar l'elaboració d'un informe jurídic, va interposar un recurs de reposició contra la convocatòria dels ajuts i va posar a disposició de les persones col·legiades afectades els seus serveis jurídics per presentar recursos d'alçada per reclamar la diferència de l'import dels ajuts, tot assumint-ne el cost. I finalment, també es va fer càrrec de la defensa de les persones col·legiades que van optar per interposar un recurs judicial contenciós administratiu.

Com a resultat d'aquestes actuacions, de les 32 persones col·legiades que van acollir-se a aquestes mesures, s'ha aconseguit que la Generalitat, a través del Departament de Treball, accepti pagar la diferència de l'import de l'ajut a totes les que han aportat un certificat de l'empresa per a la qual van treballar durant el primer episodi de COVID-19, que són 25 afectats, i els set restants queden pendents d'aportar-lo.

Amb aquesta actuació, no només s'ha assolit un benefici econòmic just, sinó que també és un reconeixement oficial a l'esforç i sacrifici dels fisioterapeutes al servei de la societat en un moment tan greu com el de la pandèmia.

Com remarca Ramon Aiguadé, degà del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya: “més enllà del guany econòmic assolit pels afectats i afectades, la nostra professió finalment ha rebut el mateix i merescut reconeixement que la resta de sanitaris en l'àmbit dels geriàtrics. S'ha valorat l'extraordinari esforç i sacrifici que hem dedicat al servei de la societat en una greu crisi com la de la COVID-19, la qual cosa sens dubte mereix la nostra satisfacció com a professionals i com a col·lectiu”.

I Jornada de Doctorands i Recerca

El passat dissabte 21 d'octubre de 2023 va tenir lloc la I Jornada de Doctorands i Recerca del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya. Aproximadament 70 persones van acudir a la sala d'actes del Col·legi Oficial d'Agents Comercials de Barcelona (COA-CB). La inauguració va a ser a càrrec del vocal de la Junta de Govern del CFC Jordi Vilaró Casamitjana, qui també va moderar la taula rodona “Recerca en fisioteràpia a Catalunya: present i futur”. Aquest va ser un espai de debat entre Xavier Bonfill Cosp (director del Servei d'Epidemiologia Clínica i Salut Pública de l'Hospital de Sant Pau), Mercè Sitjà i Rabert (professora titular de Blanquerna-Universitat Ramon Llull-URL) i Gerard Álvarez Bustins (director de la Clínica OsteoBCN a Barcelona i professor de Blanquerna-URL). A continuació, el Dr. Mariano Yeste Rodríguez i la Dra. Cristina Adillón Camón varen presentar resumidament les seves respectives tesis ja defensades recentment. Després del torn de preguntes, es va realitzar un cafè-networking juntament amb l'exposició de vídeos realitzats per diversos grups de recerca vinculats a la recerca en fisioteràpia a Catalunya.

El *Elevator pitch* va comptar amb l'exposició de 23 estudiants de doctorat que varen presentar els seus projectes de tesi en 3 minuts. El Dr. Vilaró i l'assessor de Recerca del Col·legi, Javier Jerez, varen dinamitzar aquest espai. Les tres persones guanyadores del *pitch* varen ser: Sebastián Nazar, Sandra Simón i Sergi Rodríguez. Aquesta dinàmica va despertar un alt interès entre els i les assistents, evidenciat per l'alt nombre de preguntes. Finalment, el Dr. Vilaró va realitzar la cloenda de la Jornada que va acabar passades les 14 hores.

**LA RECERCA
IMPULSA LA
FISIOTERÀPIA
CAP A UN FUTUR
MILLOR**



El Col·legi verificarà l'habilitació professional dels fisioterapeutes del sistema públic de salut

A partir d'una petició del Departament de Salut, el Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya ha publicat la Guia per a la verificació dels/de les fisioterapeutes i centres sanitaris. Aquesta guia suposa una nova eina imprescindible per garantir que tots els professionals que exerceixen la fisioteràpia al sistema públic estan col·legiats, una obligació ineludible per poder exercir la professió al nostre país.

UN MODEL DE GARANTIA PER ALS USUARIS

A la reunió mantinguda amb Marc Soler, director de la Direcció General de Professionals de la Salut, i Anna González, de la Divisió de Professionals del SISCAT, i, per part del Col·legi, el degà, Ramon Aiguadé, i Ingrid Güémez, de l'Àrea Professional de CFC, es va acordar la publicació d'aquesta guia com un model de garantia per als usuaris, que podran verificar en tot moment la col·legiació i titulació de qui els tracta. Amb aquest acord, el Col·legi verificarà la col·legiació dels fisioterapeutes de Sanitat Pública.

Amb aquesta guia, la ciutadania tindrà garantia de compliment deontològic del professional que els tracta i podrà comprovar-ne la seva col·legiació. De la mateixa manera, també tot el col·lectiu professional disposa d'una nova eina de lluita contra l'intrusisme.

La verificació, que es farà periòdicament i està contemplada a la LOPS (Ley de Ordenación de Profesiones Sanitarias), és possible perquè el CFC disposa de registres públics dels i les professionals que són l'eina que els col·legis professionals faciliten als centres sanitaris, en el marc dels seus processos de selecció, la comprovació online de la col·legiació i l'habilitació per exercir la professió. Pots consultar la guia a <https://www.fisioterapeutes.cat/ca/ciudadans/professionals>



Respira!

Perquè el III Congrés Internacional de Fisioteràpia et deixarà sense alè

SAVE
THE
DATE



Col·legi
de Fisioterapeutes
de Catalunya

ftp24
CONGRÉS
INTERNACIONAL
DE FISIOTERÀPIA
0018 - BARCELONA - 29-30 NOVEMBRE



Albert Oliveras Fàbregas,

FISIOTERAPEUTA APIC DE L'EAP
SANTA EUGÈNIA DE BERGA I
L'EAP DE TONA

QUI SOC?

Soc l'Albert Oliveras Fàbregas. Vaig néixer a Barcelona l'any 1981, però soc garriguenc de tota la vida. Soc pare de la Mia, germà petit i fill mimat de la mare.

Sempre he sigut inquiet, dinàmic, introvertit i amb molta il·lusió d'aprendre. De ben petit m'han inculcat els valors de l'honestedat i l'amor envers els altres. Adoro la història i la psicologia des de sempre, encara que la ciència és la meva gran debilitat.

Vaig cursar la Diplomatura i Grau de Fisioteràpia i els meus estudis han anat molt encaminats a la fisioteràpia neuromusculoesquelètica i he realitzat cursos (embenats funcionals, punció seca...), postgraus (Fisioteràpia de l'esport i Teràpia manual concepte POLD) i el Màster oficial d'Investigació Traslacional en Fisioteràpia.

He tingut molta sort de treballar en diferents àmbits, com ara al Centre Mèdic Granollers, a l'Hospital Universitari de Vic, a la Universitat de Vic-Universitat Central de Catalunya, com a professor associat, i conèixer grans professionals, els quals m'han impulsat a ser qui soc.

A més, soc amant de la natura, especialment de la província de Girona. M'encanta veure futbol i llegir em crea una gran atracció mental.

A tothom li recomano la frase reflexiva d'Albert Einstein, que deia: "Si busques resultats diferents, no facis sempre el mateix".

QUÈ FAIG?

Actualment treballo de fisioAPiC (fisioterapeuta d'Atenció Primària i Comunitària) a l'EAP Santa Eugènia de Berga i a l'EAP Tona, on treballem conjuntament (FisioAPiC Osona, metges, infermers, RBEC, nutricionistes...) i impulsem i proporcionem les eines per tenir una millor qualitat de vida a la comunitat mitjançant la proactivitat i l'empoderament del ciutadà per tenir la percepció de la salut i aconseguir l'autocuració. Cal recordar que tots els fisioterapeutes som agents de salut, independentment de l'especialitat!

Estic realitzant el doctorat sobre els efectes de l'activitat física en la salut mental d'adults joves amb discapacitat intel·lectual mitjançant un estudi mixt. Ben mirat, de pròpia mà una limitació no pot definir un individu.

He participat com a autor d'articles científics i divulgatius i ponent en diversos congressos en l'àmbit de l'estat espanyol.

Soc membre del Grup d'Interès del Vallès Oriental, Comissió d'Atenció Primària, Grup de Treball Fisioteràpia en Salut Mental i Grup de Treball Fisioteràpia i Discapacitat Intel·lectual del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya.

Crec fermament en la pràctica clínica basada en l'evidència científica per distingir els millors tractaments per a l'individu. Tenim les eines necessàries per a aquesta fita, ho aconseguirem!

QUÈ VULL FER?

La meva activitat se centra a finalitzar la tesi doctoral. M'agradaria seguir en l'àmbit de la investigació i la pràctica clínica. Un dels meus futurs objectius seria poder aprofundir i donar visibilitat a les persones amb discapacitat intel·lectual, col·lectiu vulnerable amb multimorbiditats.

Som els especialistes dels problemes crònics musculoesquelètics, i la seva causa primordial són els problemes biomèdics, però seguidament dels problemes psicossocials, és a dir, hem de tenir una ampla visió holística per tractar la persona, ja que els humans som complexos, i saber avaluar-la en l'àmbit de la salut mental i la intel·ligència emocional.

**“UN DELS MEUS
FUTURS OBJECTIUS
SERIA PODER
APROFUNDIR I
DONAR VISIBILITAT
A LES PERSONES
AMB DISCAPACITAT
INTEL·LECTUAL,
COL·LECTIU
VULNERABLE AMB
MULTIMORBIDITATS”**

SEGUIM APOSTANT PER LA FORMACIÓ

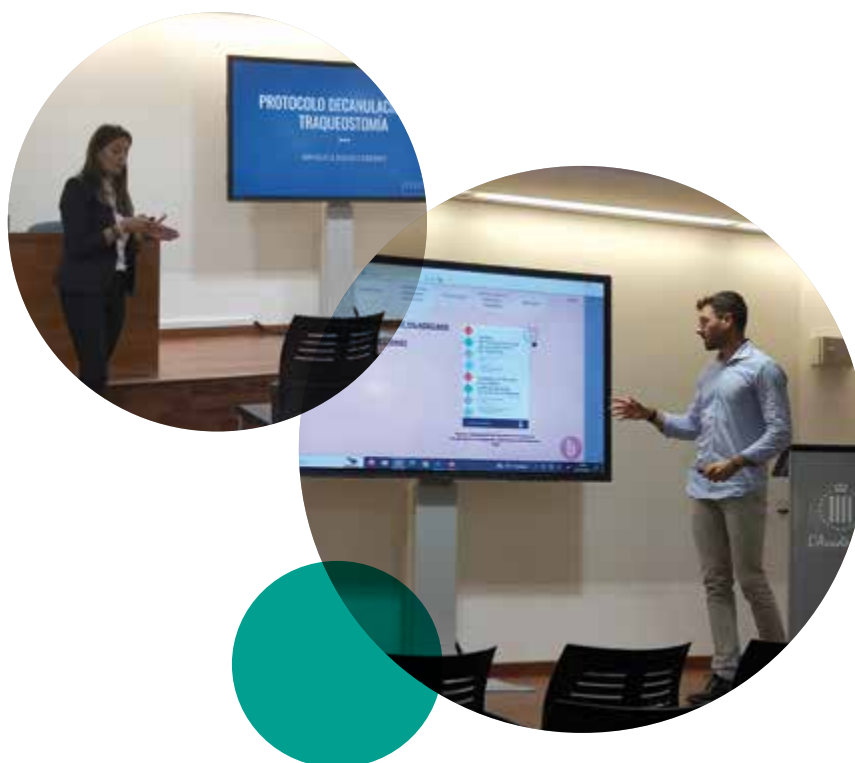


Des de la Societat Catalano-Balear de Fisioteràpia lamentem comunicar que hem hagut de cancel·lar el congrés d'enguany per motius logístics. Oferirem les mateixes taules en format seminari web al llarg dels mesos de gener, febrer i març de 2024. En primer lloc, la Taula d'Exercici terapèutic el 18 de gener i, posteriorment, la de neurologia el 15 de febrer i la d'atenció primària el 14 de març.

D'altra banda, el passat 19 d'octubre vam celebrar la VII Jornada Interuniversitària, on es van exposar alguns dels millors treballs de fi de grau del curs 2022-2023 del territori català. Va ser emocionant veure la qualitat dels treballs i l'entusiasme que presentaven tots els i les estudiants. Angélica Rojas Carrero va presentar el treball titulat "Protocol de decanulació de traqueostomia per prevenir el fracàs en el procés de decanulació" representant a les Escoles Universitàries Gimbernat, en el qual posava l'accent principalment en la importància de la fisioteràpia respiratòria a l'UCI. Representant a EUSES Terres de l'Ebre, Anna Martí Accensi va presentar un "Programa de fisioteràpia dirigit als respiradors bucal dels centres educatius" on posava el focus en la fisioteràpia precoç i en l'àmbit educatiu. Nahuel Mamani Alejo va presentar el treball titulat "Eficàcia de l'exercici de control motor sobre la discapacitat en pacients amb dolor lumbar crònic inespecífic i deteriorament del control del moviment: un assaig controlat aleatoritzat",

amb el qual ens va exposar un protocol d'exercicis per al tractament de pacients amb dolor lumbar crònic no específic. Marc Guardiola Gratacós va presentar un "Programa d'educació per a la salut per a la promoció de l'envelliment saludable mitjançant l'activitat física i creació d'una aplicació de seguiment per a la població de Viladecans", on va posar el focus en la importància de la intervenció comunitària, representant amb aquesta comunicació a la Universitat Blanquerna-Ramon Llull i, finalment, Ariadna Font Ferrer, en representació d'EUSES Girona, va exposar el treball titulat "Eficàcia d'un programa d'entrenament multimodal versus exercicis de Kegel i biofeedback d'estimulació elèctrica en dones amb incontinència urinària d'urgència després d'histerectomia radical abdominal classe III per càncer de coll uterí: assaig clínic aleatori controlat", en el qual va aprofundir sobre el paper de la fisioteràpia oncològica i dins del camp de la fisioteràpia urogenital. Va ser una jornada molt enriquidora on hi va haver un molt bon nivell en tots els TFGs exposats.

Per finalitzar l'any volem oferir una última activitat formativa en la qual parlarem de perspectiva de gènere i de com la fisioteràpia del sòl pelvià pot ajudar les víctimes i supervivents d'agressions sexuals que necessitin ajuda. Aquesta píndola s'emmarca dins d'un context en el qual no existeix molta evidència científica sobre com ajudar aquestes supervivents, però sí que tenim algunes evidències clíniques que suggereixen que poden existir problemes en la seva salut sexual. Els professionals sanitaris hem d'estar sensibilitzats per acompanyar aquestes supervivents. La píndola serà impartida per Carla Box, fisioterapeuta experta en fisioteràpia urogenital de l'Hospital Clínic de Barcelona, i Inés García Bouyssou, membre de la junta de la Societat i també fisioterapeuta de l'Hospital Clínic de Barcelona. Pròximament anirem actualitzant la pàgina web i les xarxes socials amb informació sobre les noves formacions i esdeveniments, estiguen atents!



Consulta com fer-te soci o troba més informació sobre la Societat al nostre web, www.scfisioterapia.cat, i pots seguir-nos a les nostres xarxes socials:



@SCBF_Scientific



www.facebook.com/societat.catalano.balear.fisioterapia



@SCBF_Scientific



scfisioterapia@academia.cat



Bones bestes!