

fisio teràpia

La fisioteràpia
a Catalunya
1957-2025

Etnografia d'una professió

Enric SIRVENT

Josep M. COMELLA

La història de
la Fisioteràpia
a Catalunya,
per primer cop
en un llibre



EL PROJECTE DE
DIVULGACIÓ DE SALUT
PELVIANA COMENÇA
LA SEGONA FASE

ENTREVISTA AL
DOCTOR RAMON
CUGAT, TRAUMATÒLEG

SUMARI

REPORTATGE

- 04** El projecte de divulgació de salut pelviana comença la segona fase

ENTREVISTA

- 08** Doctor Ramon Cugat, traumatòleg

A FONTS

- 12** Al·lèrgies respiratòries: per què la fisioteràpia també forma part del tractament?

ACTUALITAT

- 16** La història de la fisioteràpia a Catalunya, per primer cop en un llibre

EL FISIO RECOMANA

- 20** Com reprendre l'activitat física a la primavera i evitar les lesions

NOSALTRES

- 23** Pressupostos per al 2026, aprovats en l'Assemblea de desembre

- 24** Ens reunim amb els centres privats de tot Catalunya

QUI ÉS QUI

- 26** Eduard Minobes Molina, coordinador del Comitè Científic de l'FTP26



JUNTA DE GOVERN

Degà: Ramon Aiguadé Aiguadé. **Vicedegà:** Àlex Ginés Puertas. **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

El Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya no participa necessàriament de les opinions manifestades en els articles signats, la responsabilitat dels quals correspon exclusivament als seus autors.





Cristina Adillón
*Secretària de la
 Junta de Govern*

MIRANT EL 2026 AMB IL·LUSIÓ I RESPONSABILITAT

Parlar del 2026 és parlar de futur, però també de present. La fisioteràpia catalana arriba a aquest horitzó amb una trajectòria sòlida, amb reptes importants i amb una responsabilitat creixent envers la societat. L'agenda del 2026 no és només un calendari d'activitats, sinó el reflex de com volem ser com a professió, com volem créixer i quin paper volem ocupar dins del sistema de salut.

En aquest context, la celebració d'una nova edició de l'FTP26 torna a ser una aposta del Col·legi per la fisioteràpia científica de primer nivell, que ens permet continuar avançant amb la nostra passió: fisioteràpia en estat pur. Com sempre serà un congrés multisala en el qual podreu gaudir de tots els àmbits de la fisioteràpia, amb un programa científic excel·lent i moltes sorpreses que us anirem descobrint.

El Projecte de Salut pelviana, que pren forma dins l'agenda del 2026, respon a una necessitat real de la població i a una aposta clara del Col·legi per la divulgació de la professió. Som conscients que cal estructurar millor aquests àmbits emergents, dotar-los d'un marc professional sòlid i garantir que la ciutadania tingui accés a una atenció adequada. Apostar-hi com a col·lectiu és un exercici de responsabilitat, però també de visió de futur. La fisioteràpia ha d'estar allà on hi ha necessitat de salut, amb rigor, especialització i coordinació. La fisioteràpia no improvisa: planifica, forma i acompanya.

En la mateixa línia, iniciatives com "Al fisio un cop a l'any" reforcen el vincle entre la fisioteràpia i la ciutadania i consoliden un missatge clar: la fisioteràpia és prevenció, educació i salut a curt, mitjà i llarg termini. La societat és cada vegada més conscient de la importància de la prevenció i de l'abordatge integral de la salut. Aquesta iniciativa recorda que la fisioteràpia no és només una resposta a la lesió, sinó una eina clau per preservar la salut i la qualitat de vida.

Obres com el llibre "La fisioteràpia a Catalunya 1957-2025", del fisioterapeuta Enric Sirvent, ens ajuden a prendre perspectiva. El camí recorregut ha estat fruit de l'esforç col·lectiu i del compromís institucional. Conèixer d'on venim ens permet defensar millor qui som i cap on volem anar, especialment en un context de canvis constants i nous reptes professionals.

El 2026 no és una meta, sinó una oportunitat. Una oportunitat per reforçar aliances, dignificar la professió i situar la fisioteràpia al lloc que li correspon dins del sistema de salut. Des del Col·legi assumim aquest repte amb responsabilitat, convençuts que només des de la unitat i una visió compartida podem continuar avançant com a professió i com a servei públic essencial. Aquest any no serà rellevant només pel que passarà, sinó per com hi hem arribat. I això és, en gran part, gràcies al compromís de totes i tots nosaltres.

EL PROJECTE DE DIVULGACIÓ DE SALUT PELVIANA COMENÇA LA SEGONA FASE

L'EDUCACIÓ DE SÒL PELVIÀ
ARRIBARÀ A ESPAIS COMUNITARIS
DE TOT CATALUNYA



El projecte de divulgació impulsat pel Col·legi per promoure la importància de la salut pelviana entre la població, independentment de l'edat i el sexe, comença la segona etapa, que consistirà en organitzar xerrades gratuïtes en espais comunitaris d'arreu de Catalunya.

La primera fase va arrencar a finals de novembre amb la formació gratuïta en línia dels col·legiats que s'hi van interessar, a través del campus virtual del CFC. Un cop finalitzat aquest període, que va acabar el 26 de gener, tots aquells que han superat el curs i s'hagin inscrit a la borsa de treball del projecte seran els encarregats de dur a terme les xerrades divulgatives sobre sòl pelvià a la ciutadania en centres cívics, casals, locals municipals o qualsevol altre espai comunitari en diferents localitats.

D'aquesta manera el Col·legi manté la seva tasca divulgativa per transmetre a la població la importància que la salut pelviana té per al benestar físic, emocional i social i que es va iniciar l'any passat amb l'organització de tallers i seminaris que van fer els fisioterapeutes Mireia Grossmann i David Sánchez Rienda en coordinació amb la Comissió de Salut Pelviana.

“L'objectiu principal del programa és divulgar aspectes bàsics de la salut pelviana en la població general, i posar en relleu el paper de la fisioteràpia en el tractament de les disfuncions del sòl pelvià”, explica Eva Hernando, fisioterapeuta experta en sòl pelvià i coordinadora de la Comissió de Salut Pelviana del Col·legi. “Les disfuncions del sòl pelvià són molt freqüents, afecten de forma significativa la qualitat de vida i, tanmateix, continuen sent poc visibles i abordades des de la prevenció”, destaca Hernando per explicar la motivació que ha portat la Comissió de Salut Pelviana a engegar aquest projecte.

De fet, recorda que el coneixement poblacional sobre aquest tema ha començat a ser estudiat en l'última dècada i posa de manifest “els dèficits i les falses creences, que segueixen avui dia”. “La necessitat d'acostar-nos a la població per donar una informació bàsica -però vital- en la prevenció és quelcom indubtable”, afegeix.

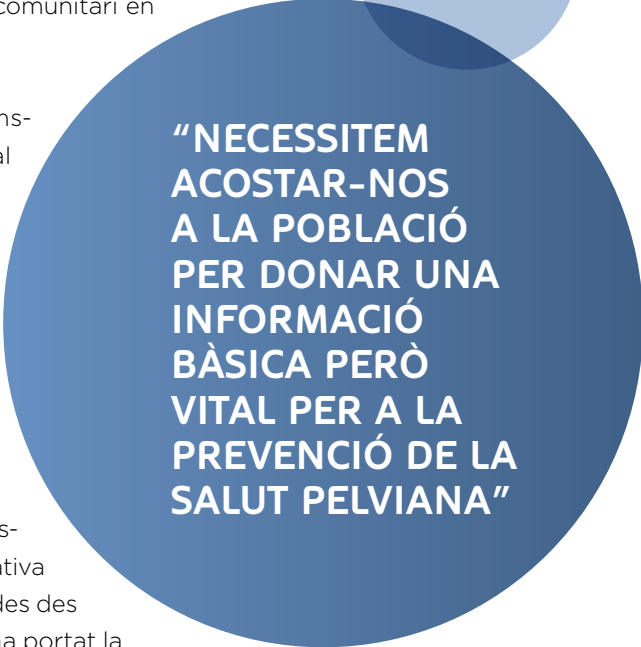
LLUITAR CONTRA ELS TABÚS

I és que, històricament, constata Hernando, “parlar de pipí, caca o sexe no ha estat ben vist” i això ha revertit en el silenci que ha acompanyat les persones en aspectes de salut pelviana. Tot i que en els últims anys, la difusió que molts fisioterapeutes de sòl pelvià i d'altres especialistes estan fent sobre les problemàtiques vinculades al sòl pelvià a les xarxes socials, la majoria de la població encara no rep la informació que necessita de “manera sistemàtica”. “Seguim arrossegant, com a conseqüència d'aquest silenci, una manca d'educació en salut perineal”, insisteix.

Per això el projecte impulsat pel Col·legi permet acostar la salut pelviana a petites associacions, centres cívics i altres centres comunitaris perquè -remarca Hernando- “realment existeix una necessitat significativa de millorar l'educació i la conscienciació sobre la salut pelviana en la població general”.



SALUT PELVIANA



“NECESSITEM ACOSTAR-NOS A LA POBLACIÓ PER DONAR UNA INFORMACIÓ BÀSICA PERÒ VITAL PER A LA PREVENCIÓ DE LA SALUT PELVIANA”

APOSTA PER LA DIVULGACIÓ

El material que s'ha preparat per fer les xerrades s'ha realitzat des de la Comissió de Salut Pelviana del CFC i consta de diapositives amb informació essencial i experiències pràctiques que reforcen el contingut teòric. “La informació que volem transmetre a la població és com treballar la musculatura del sòl pelvià juntament amb la respiració i la musculatura abdominal”, relata Hernando. A més, durant les xerrades també es donen a conèixer els indicadors de salut pelviana, els bons hàbits miccionals i de defecació per a la salut perineal, així com “els senyals d'alarma que indiquen la recomanació d'acudir a un fisioterapeuta especialitzat en sòl pelvià.”

Un altre dels objectius del projecte és trencar amb “estigmes i mites” sobre el fet que el sòl pelvià és cosa de dones. Tot i que és cert que el coneixement sobre el sòl pelvià està més estès entre les dones, Hernando destaca que, per altres experiències divulgatives que s'han anat fent, cada cop més homes mostren interès per la seva salut perineal i participen de forma activa en xerrades divulgatives i tallers. De fet, recorda que el Col·legi va impulsar fa uns mesos una campanya de visibilització del sòl pelvià masculí per a fisioterapeutes i població general duta a terme per un altre membre de la Comissió de Salut Pelviana, David Sánchez Rienda, que va tenir un gran èxit de participació. “Visibilitzar que la salut perineal també és rellevant en totes les persones, independentment de l'edat, ha estat també un objectiu prioritari d'aquest projecte”, conclou.

Per a Hernando, l'objectiu de contribuir en l'educació de salut pelviana és una necessitat poblacional i, per tant, fomentar-ne el coneixement “ha de ser una estratègia de prevenció primària”. Per aquest motiu, considera que si la valoració final és “tan positiva com esperem” des de la Comissió contempen la possibilitat de repetir el programa, però també d'impulsar accions adreçades a col·lectius concrets, o d'altres formacions més específiques.



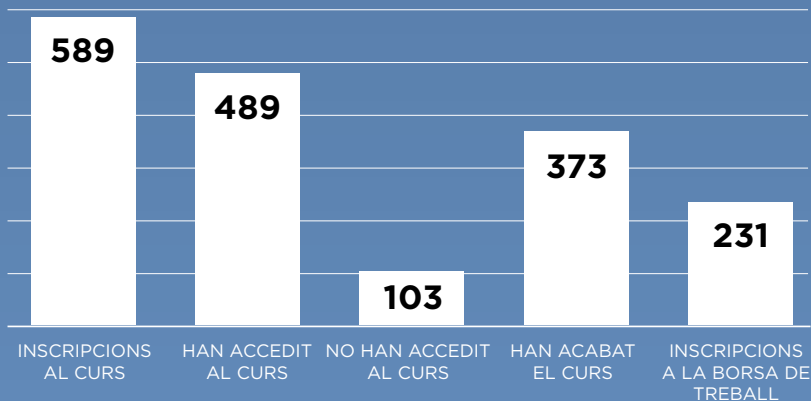


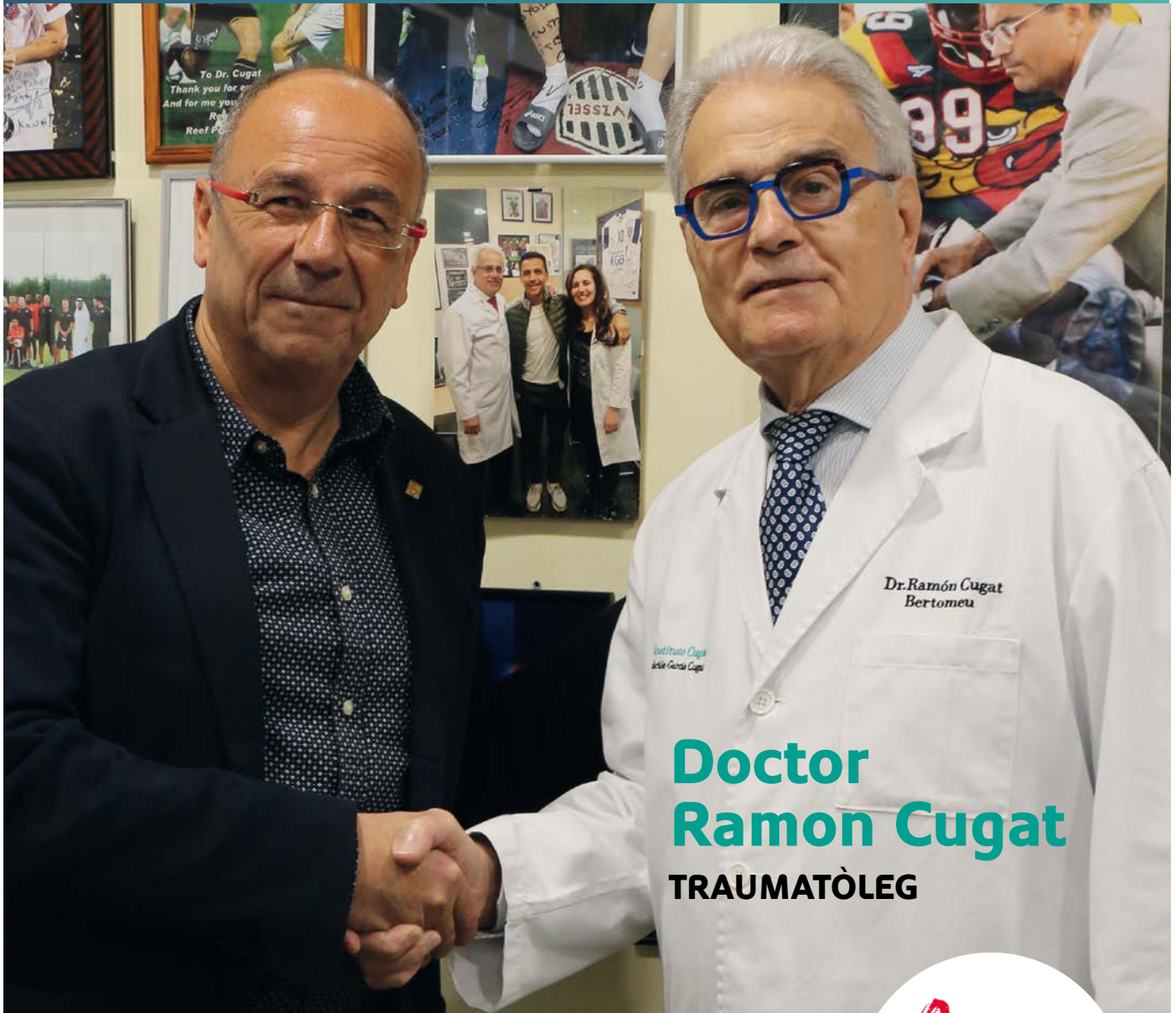
FORMACIÓ GRATUÏTA EN LÍNIA AL CAMPUS VIRTUAL DEL CFC

La formació sobre sòl pelvià va despertar l'interès de 589 col·legiats que es van inscriure a fer el curs virtual gratuït, tot i que finalment hi van accedir 486. D'aquests professionals, el van completar 373. Del total de persones que van assolir la formació, 231 s'han inscrit a la borsa de treball del Col·legi, que serà l'encarregat d'organitzar i coordinar les diferents xerrades divulgatives arreu del país. Gairebé un 80% dels col·legiats que han fet el curs en línia ja tenien una formació prèvia sobre salut pelviana. El 20% restant han assolit el coneixement garantit per poder conduir les xerrades divulgatives a la ciutadania en espais comunitaris.

“LES XERRADES DIVULGATIVES A CENTRES CÍVICS ENS APROPA A LA CIUTADANIA I REFORÇA EL NOSTRE COMPROMÍS DIVULGATIU COM A COL·LEGI”

FORMACIÓ DEL PROJECTE DE DIVULGACIÓ EN SALUT PELVIANA





**Doctor
Ramon Cugat**
TRAUMATÒLEG

*“No concebem la
traumatologia sense la
fisioteràpia”*



El doctor Ramon Cugat és un expert en traumatologia, artroscòpia i cirurgia ortopèdica i s'ha especialitzat en el món de l'esport. És un dels pioners de la Cirurgia Artroscòpica a Espanya i fundador de la Associació Espanyola d'Artroscòpia (AEA). Va ser membre de l'equip de cirurgians ortopèdics als Jocs Olímpics de Barcelona 1992. L'any 2000 va començar a utilitzar factors de creixement o Plasma Ric en Plaquetes (PRP) en els seus tractaments i des del 2013 es va especialitzar en l'ús de cèl·lules mare en la reparació del lligament encreuat anterior i cartílag. Durant la seva vida professional ha estat molt vinculat al món del futbol, tractant jugadors tan coneguts com Pep Guardiola, Xavi Hernández, Andrés Iniesta, Carles Puyol, David Silva o Fernando Torres. El doctor Cugat serà un dels ponents de la 4a edició del Congrés Internacional de la Fisioteràpia (FTP26) que se celebrarà els propers 9, 10 i 11 de juliol i en el qual, precisament l'abordatge del dolor, serà un dels protagonistes.

Què és l'Institut Cugat i com va néixer?

La base de tot plegat està en el doctor García Cugat, que va ser el meu mentor i després va passar a ser el meu sogre. Amb ell vaig començar l'any 65, mentre estudiava. Recordo que el 23 de setembre del 1965 va ser el primer dia que vaig entrar, acompanyat d'ell, a la Mutualitat de Futbolistes, aquí a Barcelona. El doctor García Cugat es va dedicar molt al món del genoll i al de l'esport i jo, com que estava amb ell, vaig continuar el mateix camí. Quan l'Institut donava les primeres passes cap al 1980, estàvem només el doctor Xavier Cuscó i la doctora Montse Garcia Balletbó -que és també la meva dona- una secretària i jo. Ja teníem una base, i al grup s'hi van anar afegint doctors i també fisioterapeutes. Per què fisioterapeutes? Doncs perquè el doctor Garcia Cugat no concebia un traumatòleg sense un fisioterapeuta. Ell deia que havien d'anar junts i que el fisioterapeuta i el metge havien de parlar per tal que el fisioterapeuta ajudés a portar a terme una bona curació del pacient. I vam anar creixent fins a tenir un grup. D'aquí surt l'Institut Cugat. Avui en dia som molta gent. Entre infermeria, fisioteràpia i nosaltres, som més de setanta persones.

L'Institut Cugat té la central a Barcelona i d'altres seus i, a més mantenen col·laboracions, per exemple, amb el Manchester.

Sí, col·laborem amb el Pep Guardiola. Vam col·laborar a Alemanya quan ell hi era, quan estava al Barça i ara amb el Manchester. Fa molts anys que estem vinculats. Ell i jo hem hagut de curar moltes lesions i ja tenim un nivell d'amistat que és quasi familiar.

Quin ha estat un dels moments determinants de la seva trajectòria?

A mi m'agrada la traumatologia, sobretot la de l'esport, el que és la patologia del genoll, dels músculs, tendons, lligaments, meniscs, etcètera. L'any 2001 vam començar a treballar amb factors de creixement. Però en aquella època, sobre el PRP (Teràpia en Plasma Ric en Plaquetes) o factors de creixement plaquetari, no hi havia gens de bibliografia.

Considera que aquesta és la seva gran aportació?

Sí. Va ser aleshores quan vam contactar amb la Facultat de Medicina de la Universitat CEU de València a través d'un veterinari d'aquí de Barcelona, el doctor Alejandro

**“TOT EL FOCUS
PER AVANÇAR EN
LA NOSTRA TASCA
S'HA DE POSAR
EN LA RECERCA”**

Tarragó, que tenia amics en aquella universitat. Vam parlar de la necessitat d'estudiar els factors de creixement. Vam començar a treballar-hi per veure què passava quan els posàvem al cartílag, al múscul, al tendó, etc. Aquesta facultat de València tenia uns amics a la Facultat de Còrdova, que també es van voler integrar al grup. Després també hi havia professors de la Universitat de Veterinària de Múrcia i també els vam integrar. Com que als veterinaris els passa com a nosaltres, que ens coneixem tots, vam integrar un professor de la Universitat de Las Palmas i així vam anar creixent fins que va sortir la Fundació Garcia Cugat, que porta el nom del meu sogre. Hem anat tirant endavant investigant sense parar. Col·laborem amb l'Institut de Biomecànica de la Universitat de València i fa uns anys vam fundar la càtedra de Medicina Regenerativa a la Universitat CEU de València. També treballem amb el Príncep Felipe de València, tot a base d'investigació. I col·laborem amb laboratoris.

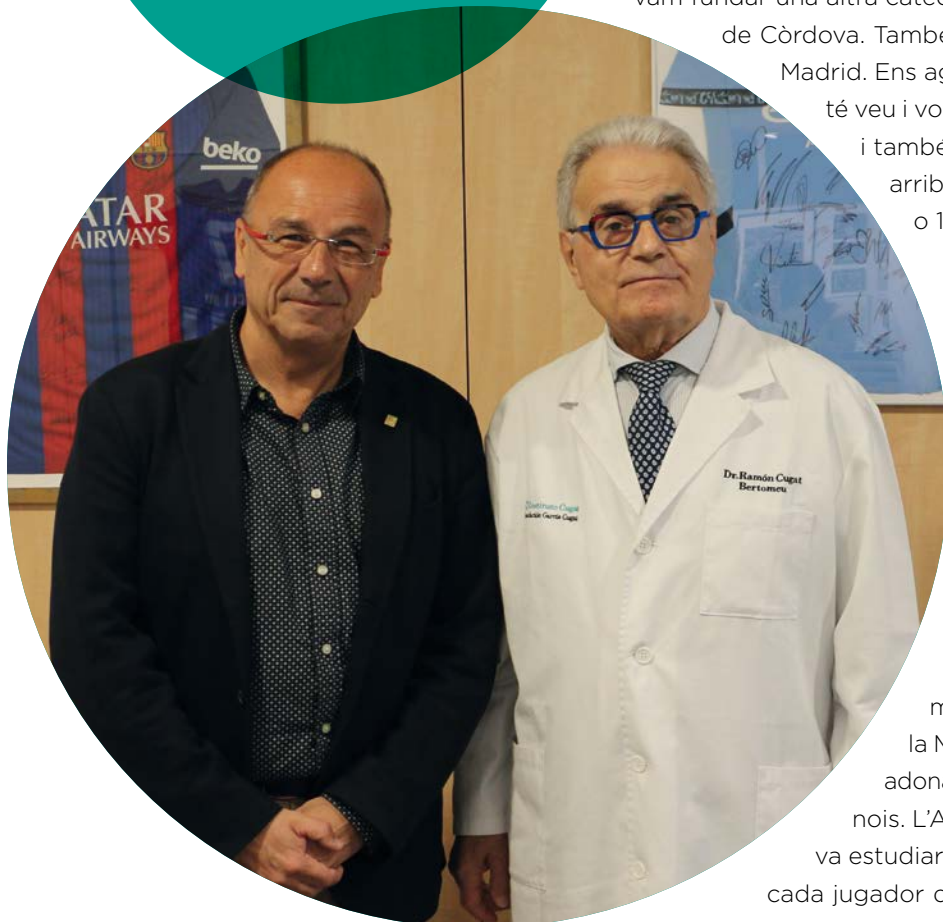
“A L'FTP FAREM UNA XERRADA SOBRE EL TRACTAMENT DE LESIONS DE LEA”

Així, la investigació és essencial per avançar.

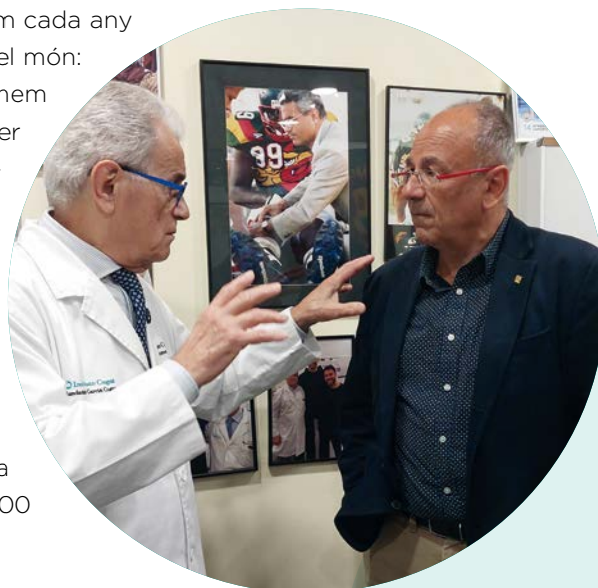
Estem per aquesta tasca, no només tractar, sinó investigar el que veiem que ens falta. En aquest recorregut, l'element més distintiu seria poder regenerar cartílag en fractures de cartílag i lesions traumàtiques. L'artrosi ja és diferent. Hem vist que l'artrosi no és una lesió del cartílag, sinó de l'os subcondral. Hem vist que, en injectar factors de creixement dins de l'os subcondral, aquest millora. Tenim estudis publicats amb animals. En persones, tenim 690 pacients tractats d'aquesta forma, injectant a l'os subcondral. La Fundació, amb totes aquestes universitats amb què treballem, ens dona el suport científic que és el que més ens agrada. L'any passat, al novembre, vam fundar una altra càtedra de medicina regenerativa a la Universitat de Còrdova. També treballem amb la Universitat San Pablo de Madrid. Ens agrada tenir tots aquests tentacles on tothom té veu i vot. Som un grup petit, però intentem moure'ns i també publiquem molts articles. L'any passat vam arribar ja a les més de 300 publicacions i unes 18 o 19 tesis doctorals.

En aquesta tasca d'investigació, en els últims anys han canviat moltes coses. Vostè parla de la medicina esportiva enfocada a les dones. Hem vist com moltes dones estan jugant a futbol i, per tant, les lesions també són diferents o se'n pateixen més que en el cas dels homes?

L'any 65, quan vaig començar, veia molt poques noies jugant a futbol. Últimament això ha pujat com l'escuma. La dona té una presència molt bona i tècnicament funciona molt bé. Tenim campiones a tot arreu, però a la Mutualitat de Futbolistes a Barcelona ens vam adonar que les dones es trencaven molt més que els nois. L'Alfred, un fisioterapeuta nostre molt estudiós, va estudiar les dades de la Mutualitat i va veure que per cada jugador que es trencava, es trencaven 2,7 jugadores.



És una realitat que ens preocupa. En un congrés que fem cada any a nivell intern convidem ponents de gran nivell, d'arreu del món: Suècia, Noruega, Alemanya, Japó o la Xina. Amb tot això hem estudiat i hem arribat a veure que la dona es trenca més per factors anatòmics, funcionals i hormonals. A nivell muscular, en general, té menys potència explosiva, tot i que pot aguantar millor la fatiga en esforços llargs. També hi pot haver petites diferències en el control neuromuscular, condicionades per factors físics i hormonals. Al novembre es va llegir una tesi doctoral de la doctora Sala sobre el moment de la recuperació. Quan algú es trenca l'encreuat anterior no tothom es recupera igual. Hi ha molts factors que hi influeixen, però la realitat és que l'any passat a la Mutualitat vam tenir 27.045 lesions i estem arribant als 1.400 encreuats trencats a l'any.



Parlem de fisioteràpia. Vostè serà un dels ponents destacats a la quarta edició de l'FTP al juliol. Quin és l'enfocament de la seva xerrada?

Sens dubte, farem una xerrada sobre el tractament de les lesions de lligament encreuat anterior.

Com ha canviat la fisioteràpia des que va començar a treballar fins ara? És a dir, la reputació que té la tasca dels fisioterapeutes i la necessitat que se'n té dins de la medicina esportiva.

Ha canviat molt, tot i que ja he dit que vinc d'un grup on el doctor Garcia Cugat no concebia una operació sense la rehabilitació. Aquí vam tenir el Miguel Ángel Pérez Aguerre, el fisioterapeuta que tenia el doctor Garcia Cugat, que va treballar molts anys amb nosaltres. La petjada que va deixar no és fàcil de superar per com treballava i com cuidava el pacient. Cada dia quan arribava explorava el pacient, mirava si el genoll tenia calor, si doblegava o no, si estava inflat i si tenia dolor. I aplicava el tractament segons com veia el genoll, de forma personalitzada. Ell ja feia medicina personalitzada fa cinquanta anys i nosaltres hem intentat seguir aquest patró. No es concebia una cirurgia sense fisioteràpia. I avui nosaltres som d'aquesta doctrina perquè el millor que va és ajudar el pacient fins que es curi de la millor forma possible, tant anatòmicament com funcionalment.

A photograph showing a physiotherapist with dark, curly hair, wearing a white short-sleeved scrub top, performing a chest massage on a young woman. The woman has her eyes closed and is wearing a white long-sleeved t-shirt. The background is a bright, out-of-focus window with white curtains. The text is overlaid in the bottom left corner.

AL·LÈRGIES RESPIRATÒRIES:

PER QUÈ LA
FISIOTÈRÀPIA TAMBÉ
FORMA PART DEL
TRACTAMENT?

Cada cop estem més a prop de l'arribada del bon temps que convida a sortir al carrer, fer més activitats a l'aire lliure i reprendre hàbits saludables com caminar, fer esport o gaudir de la natura. En canvi, per a moltes persones, la primavera no és sinònim de benestar, sinó d'esternuts constants, nas tapat, picor ocular, tos i, en alguns casos, dificultat per respirar. Les al·lèrgies respiratòries continuen sent una de les grans afectacions de salut vinculades al canvi d'estació i tenen un impacte directe en la qualitat de vida de qui les pateix.

En els darrers anys, els organismes oficials han constatat un augment significatiu de les al·lèrgies en els països desenvolupats, especialment aquelles que afecten l'aparell respiratori. Es calcula que fins a un 25% de la població pateix algun tipus d'al·lèrgia, i que aproximadament sis de cada deu casos tenen afectacions de tipus respiratori. Els àcars de la pols domèstica continuen sent l'al·lergen més freqüent, seguits dels pòl·lens, especialment durant la primavera. A tot plegat s'hi suma un factor clau: la qualitat de l'aire, especialment en entorns urbans, que pot agreujar la simptomatologia i fer-la més persistent.

LA FISIOTERÀPIA, UNA EINA DE GRAN VALOR CONTRA SÍMPTOMES D'AL·LÈRGIA

Les al·lèrgies respiratòries no es limiten a molèsties puntuals. La congestió nasal crònica, la respiració bucal o l'asma al·lèrgica poden provocar fatiga, dificultats per dormir, cansament davant qualsevol esforç i sensació general de malestar corporal. Sovint, les persones que pateixen aquests símptomes adapten el seu dia a dia de manera inconscient, sense pensar que poden tractar-los, i així acaben reduint l'activitat física o respiren de manera superficial. Aquest canvi d'hàbits fa que, amb el temps, pugui empitjorar encara més la funció respiratòria.

És en aquest context que la fisioteràpia respiratòria emergeix com una eina complementària de gran valor. Sense substituir el diagnòstic ni el tractament mèdic, la fisioteràpia pot ajudar a reduir la simptomatologia, millorar la mecànica respiratòria i dotar les persones de recursos pràctics per gestionar millor el seu dia a dia durant els períodes d'al·lèrgia. La fisioteràpia respiratòria és una disciplina especialitzada que actua sobre la funció pulmonar, la ventilació i la gestió de secrecions. En el cas de les al·lèrgies, el seu objectiu no és eliminar l'origen del problema, sinó optimitzar la manera com respira el cos quan les vies respiratòries estan inflamades o irritades.

Un dels primers aspectes que es treballa és la reeducació respiratòria. Quan el nas està tapat o hi ha sensació d'ofec, és habitual respirar ràpid i de forma superficial, utilitzant excessivament els músculs del coll i les espatlles. Aquest patró no ajuda i augmenta la sensació de cansament i pot intensificar la percepció de falta d'aire. A través d'exercicis específics, la fisioteràpia ajuda a recuperar una respiració més eficient, profunda i controlada, prioritzant el treball del diafragma. Un altre element clau és la mobilitat de la caixa toràcica. Les persones amb problemes respiratoris solen adoptar postures amb l'esquena encorbada i les espatlles avançades, que limiten l'expansió pulmonar. El treball manual, els exercicis de mobilització costal i la consciència postural contribueixen a "obrir" el tòrax i facilitar una ventilació més adequada.

CONSELLS PRÀCTICS QUE MARQUEN LA DIFERÈNCIA

La fisioteràpia respiratòria també posa l'accent en l'autocura i la prevenció, amb mesures senzilles però efectives que poden incorporar-se al dia a dia:

► **Higiene nasal diària:** els rentats nasals amb sèrum fisiològic ajuden a eliminar al·lèrgens, reduir la inflamació de la mucosa i millorar la respiració. En persones amb al·lèrgia, haurien de formar part de la rutina habitual, especialment durant la primavera.



- ▶ **Control de la respiració:** aprendre a allargar l'expiració i reduir el ritme respiratori pot disminuir la sensació d'ofec i millorar el control dels símptomes.
- ▶ **Gestió de la tos:** la fisioteràpia ensenya tècniques per tossir de manera més efectiva i menys agressiva, evitant la irritació constant de les vies respiratòries.
- ▶ **Activitat física adaptada:** aposta per un exercici físic dosificat, adaptat als moments del dia i a la intensitat dels símptomes, que contribueix a mantenir la capacitat pulmonar i el benestar general.

EL CONTEXT CATALÀ: CONSELLS PER PREVENIR

A Catalunya, les persones amb al·lèrgia respiratòria disposen d'una eina especialment valuosa: el seguiment dels nivells de pol·len. La Xarxa Aerobiològica de Catalunya publica dades actualitzades que permeten anticipar els pics de pol·linització i adaptar les activitats a l'aire lliure. Consultar aquesta informació, ventilar les habitacions en les franges adequades i planificar l'exercici físic són estratègies que, combinades amb la fisioteràpia, poden reduir notablement l'impacte dels símptomes.

Aquesta combinació d'informació, prevenció i treball corporal és clau en un context en què les al·lèrgies respiratòries continuen augmentant i en què factors com el canvi climàtic i la contaminació atmosfèrica juguen un paper cada vegada més rellevant.

Conviure amb una al·lèrgia respiratòria no hauria de significar renunciar a la primavera. Amb un bon diagnòstic mèdic, mesures preventives adequades i el suport de la fisioteràpia respiratòria, és possible reduir els símptomes, millorar la funció pulmonar i recuperar una sensació de control sobre el propi cos.

En un context en què cada vegada més persones es veuen afectades per aquestes patologies, la fisioteràpia és una aliada imprescindible per respirar millor, moure's amb més llibertat i viure amb més qualitat, fins i tot quan el pol·len ho posa difícil.

**LA XARXA
AEROBIOLÒGICA
DE CATALUNYA
PUBLICA DADES
ACTUALITZADES
PER ANTICIPAR
ELS PICS DE
POL·LINITZACIÓ
I ADAPTAR LES
ACTIVITATS A
L'AIRE LLIURE**

LA FISIOTERÀPIA RESPIRATÒRIA, UN ÀMBIT AMB RECONeixEMENT CREIXENT

La fisioteràpia respiratòria no és exclusiva del tractament de les al·lèrgies. També és fonamental en patologies com la bronquitis, les pneumònies, l'MPOC o qual-sevol procés que cursi amb acumulació de secrecions a les vies respiratòries. El seu paper s'ha anat consolidant progressivament dins del sistema sanitari, tant en l'àmbit privat com en el públic.

La pandèmia de la COVID-19 va suposar un punt d'inflexió per a tots els professionals i per al seu reconeixement per part de la ciutadania. La necessitat de fisioteràpia respiratòria en pacients ingressats, especialment a les unitats de cures intenses, va posar en evidència el valor d'aquesta disciplina en la recuperació funcional i la reducció de seqüeles.

T'ajudem a trobar la millor hipoteca



Sol·licita la teva hipoteca a través de Medinvestor i tindràs **accés a un servei de cerca d'hipoteques gratuït** que et permetrà accedir a les millors opcions del mercat.



Estalvia temps
en poc temps sabràs
si l'operació és viable.



Millors condicions
aconsegum que estalviïs en
el tipus d'interès presentant
les millors opcions.



Menys tràmits
buscarem el millor
préstec per a tu.

Informa-te'n sense compromís.

La banca digital amb avantatges
per als professionals de la salut.



*Medinvestor és agent bancari de MyInvestor


Segueix-nos a



Innovació al servei dels professionals

 medinvestor.es

 medinvestor@medinvestor.es

 930 46 76 23

LA HISTÒRIA DE LA FISIOTERÀPIA A CATALUNYA, PER PRIMER COP EN UN LLIBRE



El fisioterapeuta i doctor en Antropologia Enric Sirvent i el doctor en Antropologia i Medicina Josep Maria Comelles han escrit, per encàrrec del Col·legi, “La fisioteràpia a Catalunya 1957-2025. Etnografia d’una professió”, un llibre que, com ells mateixos expliquen a la contraportada, “descriu el naixement i el desenvolupament de la fisioteràpia professional a Catalunya des de la dècada dels cinquanta fins a l’actualitat”.

És un llibre inèdit i que esdevé imprescindible per a qualsevol persona, però sobretot per a estudiants i fisioterapeutes que tinguin interès per descobrir com va néixer i créixer aquesta professió. Escrit a partir de la memòria viva de tres generacions de professionals, el lector podrà conèixer detalls, anècdotes, fets històrics i curiositats que de segur el sorprendran. El llibre es pot consultar de forma gratuïta al web (a l’apartat ‘Guies i manuals’ de la secció ‘Comunicació’) i també es pot adquirir en format imprès a la botiga en línia del Col·legi.

Per encàrrec del Col·legi, Sirvent va decidir tirar endavant una idea que ja li rondava pel cap i que, amb la disponibilitat del temps que tenia un cop jubilat, va començar a fer realitat: “Em feia molta il·lusió fer la història de la fisioteràpia a Catalunya, que no estava escrita, i fer-la des d’una mirada històrico-etnogràfica”, una fórmula en què s’explica la història a través dels personatges que encara estan vius i a qui es pot entrevistar. “No hi havia cap referent d’aquest calibre en el moment actual i vam decidir jugar-nos-la i construir un llibre en què s’expliqués com emergeix una nova professió”, explica Comelles. A més, segons els dos autors, tenien l’avantatge que encara hi havia “molts testimonis vius” que permetien recopilar moltes vivències per escriure l’evolució de la professió. “A diferència del que s’ha fet amb història de la medicina o històries de metges o història oral, aquí és la memòria oral la que construeix el llibre, que és el que el fa atractiu”, destaca Comelles.

MÉS DE 200 INFORMANTS DE TRES GENERACIONS

Ha estat una feina ingent de quatre anys, en què els autors han parlat amb unes 200 persones i grups focals, testimonis en primera persona de les diferents generacions que han marcat la història de la fisioteràpia a Catalunya. El llibre s’estructura en deu parts, que inclouen diferents capítols, i que va construint la història de la professió de forma cronològica, amb notes a peu de pàgina, referències, índexs d’informants, fonts arxivístiques i bibliografia. Un volum de gairebé 300 pàgines, que compta amb el pròleg del degà, Raimon Aiguadé, una presentació del mateix Sirvent i dues pàgines d’agraïments, sobretot a les persones que han estat clau per recollir el fons documental i fotogràfic i el testimoni de les primeres èpoques. Per a Comelles, una de les qüestions que fa “interessant” la història de la fisioteràpia és que, com que “no es va institucionalitzar pràcticament fins a la Transició, fins que es va crear la diplomatura, l’any 1985”, ha tingut un procés de construcció “que no ha anat per la via acadèmica sinó per la via de l’experiència i, en part, de l’autodidactisme, primer amb gent que va arribar de l’estranger i, després, a base de formació continuada”.

Per vestir la història de la fisioteràpia, els autors han classificat els testimonis en tres generacions: els que van protagonitzar la primera època com a ATS i fisio-

ELS AUTORS HAN PARLAT AMB UNES 200 PERSONES EN 4 ANYS, TESTIMONIS EN PRIMERA PERSONA QUE HAN MARCAT LA HISTÒRIA DE LA FISIOTERÀPIA A CATALUNYA

LA INVESTIGACIÓ HA SERVIT PER REIVINDICAR EL PAPER DE LES DONES FISIOTERAPEUTES QUE HAN MARCAT UN ABANS I UN DESPRÉS EN LA PROFESSIÓ

rapeutes (1957-1985), els que van estudiar la diplomatura (1985-2011) i els professionals graduats (2011-2025). Són unes 200 persones, la més jove té 18 anys i feia primer curs del grau de fisioteràpia quan Sirvent la va entrevistar, i el més gran, 97, el doctor Joan Plaja, que va ser el segon rehabilitador de la Vall d'Hebron.

LA INFLUÈNCIA DE JUNE NYSTRÖM I EL PAPER PROTAGONISTA DE LES PROFESSIONALS

El relat arrenca el 1957 amb l'arribada a Barcelona de la fisioterapeuta sueca June Nyström (a Europa la professió ja existia com a tal), que coincideix amb el moment en què s'aprova la nova carrera d'ATS que donaria lloc a l'especialitat de fisioteràpia uns quants anys després. És un inici curiós, en què s'explica la feina que Nyström va fer (va aterrar a Catalunya de la mà del doctor Santos Palazzi per treballar amb infants afectats per poliomielitis i es va convertir en un referent i formadora d'altres futurs fisioterapeutes) i les seves vinculacions socials i polítiques arrel del seu casament amb el metge i socialista Francesc Vila Abadal, que la va portar a conèixer Jordi Pujol, amb qui, entre d'altres iniciatives, va formar part del grup de suport a la candidatura del Premi Nobel per a Salvador Espriu. Nyström va ser un referent i va formar part, com moltes altres dones, d'un grup ampli de fisioterapeutes estrangeres que van venir a treballar i van contribuir a la formació d'altres professionals.

I és que, com explica Sirvent, gràcies a tota la investigació que ha dut a terme han pogut "destapar" el paper de les dones fisioterapeutes que han marcat un abans i un després en la professió, malgrat que han estat molt invisibilitzades. Per exemple, destaca el descobriment d'Elena Salvat, una infermera de Terrassa que es va acabar formant com a fisioterapeuta i que va impulsar el 1959 la creació d'un centre de rehabilitació a la ciutat. De fet, Sirvent ha trobat un informe de l'Organització Mundial de la Salut (OMS) de l'època, que fa referència a aquesta infermera i a la seva feina com a fisioterapeuta en el centre de rehabilitació amb infants malalts de poliomielitis. "Hem recuperat la feminitat inicial que va tenir la fisioteràpia", ressalta Sirvent. És un capítol del llibre "molt divertit" en què es recullen diverses anècdotes relacionades amb les primeres fisioterapeutes com, per exemple, el fet que set infermeres de Catalunya reclamessin a Rodolfo Martín Villa que fes alguna cosa perquè exercint la seva feina (en aquella època les consideraven massatgistes) "se les confonia amb prostitutes".

Sirvent també destaca altres dades curioses que ha descobert a partir de la documentació cedida per alguns dels testimonis com, per exemple, un grup d'ATS que el 1968 va organitzar el primer congrés de fisioterapeutes d'Espanya i que van aportar diners de la seva pròpia butxaca per aconseguir-ho, un capítol que porta per nom "Tres mil peles ben invertides". Un títol curiós, com molts d'altres que configuren el llibre, per exemple, "Rayos, chispas y centellas", "Calli i treball" o "Se m'escapa el pipi".

D'anècdotes curioses al llarg de la història de la fisioteràpia n'hi ha moltes, també en el món de l'esport o en els primers serveis de rehabilitació (Vall d'Hebron o la

creació de l'Institut Guttmann). En definitiva, el llibre analitza els contextos socials, polítics i sanitaris que han condicionat l'evolució de la fisioteràpia des de mitjans del segle XX, destacant, per exemple, les primeres tècniques i metodologies importades, la incorporació als hospitals i a les mútues, les universitats, l'inici de la diplomatura (1985) i el canvi al grau amb el pla Bolonya (2011), els diferents àmbits d'actuació i la incorporació a les escoles i als CAP. També mostra com la professió afronta els reptes actuals: l'envelliment de la població, la complexitat clínica, la intervenció comunitària i la necessitat de reforçar la recerca i la transferència de coneixement.

En definitiva, tal com conclouen els dos autors en el capítol final: "Hem descrit, de la mà de dos centenars de protagonistes, com han convertit una professió minoritària en un referent de les disciplines que s'ocupen de la salut i entre aquelles que se situen en els seus marges, com són les ciències socials i humanes". Comelles té clar que el llibre "serà el clàssic de la fisioteràpia en els propers cinquanta anys" i que circularà per les universitats i també entre els historiadors, els antropòlegs i els mateixos professionals que s'hi dediquen. De ben segur, és i serà una referència.



COM REPRENDRÉ L'ACTIVITAT FÍSICA A LA PRIMAVERA I EVITAR LES LESIONS



Amb l'arribada de la primavera, els carrers, parcs i camins tornen a omplir-se de persones que recuperen les ganes de moure's. El bon temps, l'augment de les hores de llum i la sensació de deixar enrere l'hivern conviden a caminar més, reprendre l'exercici físic o iniciar activitats a l'aire lliure. Aquest canvi d'hàbits té un impacte molt positiu sobre la salut física i emocional, però també comporta un risc sovint infravalorat: l'augment de lesions per una reincorporació massa brusca a l'activitat física.

Durant els mesos d'hivern, és habitual reduir el nivell d'activitat perquè les rutines acostumen a ser més sedentàries pel rigor climàtic i això fa que el cos perdi força, flexibilitat i capacitat d'adaptació a l'esforç. Quan, de sobte, a la primavera es passa de caminar poc a fer llargues passejades, excursions o exercici intens, el sistema musculoesquelètic pot no estar preparat per assumir aquest increment de càrrega.

LES MOLÈSTIES I LESIONS EVITABLES

Quan es reprèn l'exercici després d'un temps inactiu per la raó que sigui, a les consultes professionals de fisioteràpia es veuen quadres com dolors musculars persistents, sobrecàrregues, tendinitis, molèsties al genoll o a l'esquena que apareixen poques setmanes després de reprendre l'activitat física. En molts casos, no es tracta de lesions greus, sinó de senyals d'alerta d'un cos que no ha tingut temps d'adaptar-se.

Aquestes molèsties sovint es poden evitar amb alguns consells bàsics:

- ▶ No incrementar massa ràpid la durada o la intensitat de l'exercici.
- ▶ Fer un escalfament previ.
- ▶ Establir una rutina amb descans suficient.
- ▶ Conèixer les pròpies limitacions.

Tots aquests consells ens poden ajudar a prevenir lesions i molèsties i només cal informació, sentit comú i una preparació adequada.

AVANÇAR EN PROGRESSIÓ

Un dels principals consells dels professionals de la salut és anar de menys a més de manera progressiva. Tornar a moure's no significa que s'hagi de recuperar en pocs dies el nivell d'activitat del passat. El cos necessita temps per readaptar músculs i articulacions a l'esforç.

Com a norma general, és preferible començar amb activitats de baixa intensitat, com caminar a pas còmode, i augmentar la durada o el ritme de manera gradual. Aquest enfocament permet que els teixits es reforcin progressivament i redueix el risc de lesions per sobrecàrrega.

**CAL ANAR DE
MENYS A MÉS
D'UNA MANERA
PROGRESSIVA,
ESPECIALMENT
DESPRÉS
D'UN TEMPS
D'INACTIVITAT**

L'ESCALFAMENT

Amb el bon temps, moltes persones surten a caminar o a fer exercici de manera espontània, però hem de saber que l'escalfament sempre és imprescindible, encara que la temperatura sigui agradable.

Dedicar uns minuts a mobilitzar les articulacions, activar la musculatura i augmentar lleugerament la freqüència cardíaca ajuda a preparar el cos per a l'esforç. Un bon escalfament millora la coordinació, augmenta l'elasticitat muscular i redueix la probabilitat de lesions.

SABER ESCOLTAR EL COS TAMBÉ ÉS PREVENCIÓ

Un altre aspecte clau és aprendre a escoltar els senyals del cos. El cansament excessiu, el dolor que apareix durant o després de l'exercici, o la rigidesa que no desapareix amb el moviment són avisos de que alguna cosa no va bé.

Si les molèsties persisteixen més de dos dies o empitjoren, cal reduir la càrrega i consultar un fisioterapeuta. Ignorar aquests senyals pot fer que una molèstia lleu es converteixi en una lesió que obligui a aturar-se durant setmanes.

En la reincorporació a l'activitat física, el descans també hi juga un paper fonamental. Respectar les hores de son i mantenir una bona hidratació contribueix a una millor recuperació muscular.

La primavera convida a fer més coses, però acumular massa activitat sense pauses adequades pot ser contraproductiu. El cos millora i s'enforteix durant el descans, no només durant l'exercici.

CADA COS, UN RITME DIFERENT

Finalment, és important recordar que no totes les persones parteixen del mateix punt. Des de la fisioteràpia, els professionals hem de ser plenament conscients de la necessitat de personalitzar les pautes per a cada persona. L'edat, l'estat de salut, la presència de patologies prèvies o el nivell d'activitat anterior condicionen la manera com cal reprendre l'exercici.

En persones grans o amb problemes musculoesquelètics, és especialment recomanable adaptar l'activitat i evitar esforços intensos sense una preparació prèvia. En aquests casos, el suport de la fisioteràpia pot ajudar a definir quines activitats són més adequades i com dur-les a terme amb seguretat.

La primavera és un molt bon moment per recuperar hàbits actius i cuidar la salut. Caminar més, fer exercici i gaudir de l'aire lliure aporta beneficis tant físics com emocionals. Però perquè aquests beneficis es mantinguin en el temps, cal actuar amb criteri, escoltar el cos i respectar els processos d'adaptació.

**EL DESCANS
TAMBÉ JUGA UN
PAPER CLAU I
FORMA PART
DE L'AGENDA
ACTIVA**

Pressupostos per al 2026, aprovats en l'Assemblea de desembre

El 19 de desembre es va celebrar l'Assemblea General a la seu del Col·legi. La convocatòria va donar llum verda a la proposta de la Junta de Govern dels pressupostos i la proposta d'activitats del Col·legi per al 2026.

L'acte va començar amb la benvinguda del degà del Col·legi, Ramon Aiguadé, que va aprofitar per recordar els punts de l'ordre del dia, que eren tres: presentació del programa d'activitats per al 2026; presentació del pressupost per a l'any 2026, i prec i preguntes.

El pla presentat per la Junta de Govern per al 2026 té com a principals objectius la divulgació de la fisioteràpia amb una aposta estratègica per la comunicació, la formació i la difusió sobre la professió. Es va anunciar la posada en marxa d'un projecte de fisioteràpia musculoesquelètica així com la presentació d'un spot publicitari a TV3 amb l'objectiu de fer més visible la nostra professió i que la societat ens identifiqui com a professió sanitària de referència al servei de la salut i el benestar de les persones.

També es va confirmar la continuació d'algunes de les accions ja iniciades al 2025 que han tingut una gran acceptació: la campanya "Al fisio, 1 cop l'any", que pretén oferir a la ciutadania una visió preventiva i de promoció de la salut de la fisioteràpia; el seguiment del programa específic de salut pelviana tant masculina com femenina i, finalment, el projecte sobre la promoció d'envelliment saludable, que consisteix en realitzar xerrades i conferències actives i participatives a centres cívics, casals d'avis i universitats de gent gran.

El Col·legi també treballarà durant el 2026 amb un enfocament clar a la divulgació de la professió i seguirà apostant per la recerca i la formació específica en aquest àmbit. Així mateix continuem amb el curs gratuït en farmacologia i posem en marxa una formació per a FisioAPiC que, juntament amb l'àmbit de la gestió i la neurologia, seran els tres temes d'interès prioritari del Col·legi per al proper any.

I per al 2026 podrem portar el carnet col·legiat al 'Wallet' i seguir comprant a la botiga del CFC, on hi trobareu productes pensats exclusivament per a vosaltres, que busquen reforçar el sentiment de comunitat entre el nostre col·lectiu.

Una altra gran aposta col·legial per aquest 2026 és el quart Congrés Internacional de Fisioteràpia, que ja és un referent absolut de la nostra professió i que tornarà a portar a Barcelona, els propers 9, 10 i 11 de juliol, ponents experts vinguts d'arreu del món que compartiran amb nosaltres coneixements, complicitats, punts de vista, reptes i sinergies. Com en els darrers anys, l'FTP26 se celebrarà al CCIB de Barcelona.

Pel que fa a les votacions, cal destacar que l'Assemblea va aprovar el pressupost per al 2026 amb una àmplia majoria: 104 vots a favor, 6 abstencions i 1 vot en contra.



Ens reunim amb els centres privats de tot Catalunya

A inicis d'any, la Junta de Govern va posar en marxa diverses trobades amb els centres privats de fisioteràpia de Catalunya per establir un espai de diàleg directe, proper i constructiu amb un dels pilars fonamentals de la professió.

Aquesta iniciativa consistia en reunions arreu del territori per copsar les necessitats, inquietuds i propostes de millora així com reforçar la professió i la cohesió del col·lectiu. I així va ser, Girona, Barcelona, Lleida i Reus han estat les quatre capitals catalanes on s'han celebrat aquestes trobades amb una gran implicació i interès per part dels assistents.



El CFC inicia una col·laboració amb Ràdio 4 al programa Lletra Lligada

El Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya inicia una nova col·laboració amb Ràdio 4, dins del programa Lletra Lligada, conduït per Mari Cruz Hernández Gibert.

Aquesta iniciativa es concreta en un miniespai mensual dedicat a la fisioteràpia pediàtrica, amb l'objectiu de donar visibilitat al paper fonamental que té la fisioteràpia en el desenvolupament i la salut dels infants.

Cada mes hi participarà un/a fisioterapeuta expert/a en pediatria, que parlarà sobre una patologia prevalent i explicarà com la intervenció fisioterapèutica pot contribuir a millorar la qualitat de vida dels infants i les seves famílies.

La col·laboració està coordinada per Mirari Ochandorena, coordinadora de la Comissió de Fisioteràpia Pediàtrica del CFC, que s'encarrega de l'organització dels continguts i de la participació dels professionals.

Amb aquesta acció, el Col·legi reforça el seu compromís amb la divulgació, apropant la fisioteràpia pediàtrica a la ciutadania a través d'un mitjà públic de referència com és Ràdio 4.

Nota del condol

Des del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya volem expressar el nostre més profund condol al vocal del CFC, Alfons Mascaró, així com a tota la seva família i persones estimades, per la pèrdua del seu pare, el Sr. Joan Mascaró Bertran.

En aquests moments de dolor, els fem arribar el nostre escalf i suport, i els acompanyem amb el nostre pensament i solidaritat.

Inicia l'any amb la tranquil·litat d'estar protegit

Oferim protecció asseguradora personalitzada per als fisioterapeutes col·legiats en l'àmbit personal, professional i empresarial.

Gaudeix de condicions avantajoses i un informe gratuït del teu grau de protecció.



Avaluem els teus riscos i analitzem les teves cobertures.



Valorem el grau de protecció

- Detectem cobertures obsoletes o insuficients.
- Donem solucions a possibles nous riscos.



Optimització

- Eliminem possibles duplicitats de cobertures.
- Evitem cobertures innecessàries.



Sol·licita sense compromís una revisió gratuïta d'assegurances

Professionals al servei de professionals

 900 10 49 69

 medicorasse@med.es

 medicorasse.med.es

Eduard Minobes Molina

COORDINADOR DEL COMITÉ CIENTÍFIC DE L'FTP26

QUI SOC?

Soc l'Eduard Minobes Molina, lleidatà d'origen i fisioterapeuta de formació i de vocació. Em vaig diplomar en Fisioteràpia a la Universitat Rovira i Virgili l'any 2010, quan encara no existia el grau. A Reus és on vaig començar a construir el meu camí professional, iniciant-me en la pràctica assistencial tant en l'àmbit públic com privat. Allà vaig entendre molt aviat que la fisioteràpia és una professió complexa, exigent i, alhora, amb un potencial enorme.

Més enllà dels títols acadèmics, soc qui soc professionalment per tot el que he après de les persones. De les companyes i companys de professió, dels pacients i les seves famílies, i també dels estudiants. No és aquest, al cap i a la fi, un dels grans privilegis de la nostra professió? Tenir la possibilitat de continuar aprenent fins al dia que ens jubilem. Aquesta mirada oberta i humana és, per a mi, una de les grans fortaleses de la fisioteràpia.

QUÈ FAIG?

Amb els anys he anat perfilant el meu interès tant temàtic com científic. Em vaig formar amb un màster en envelliment saludable i, posteriorment, vaig realitzar els estudis de doctorat en Biomedicina, sempre amb la voluntat d'entendre millor els processos associats a l'envelliment i quin paper hi pot jugar la fisioteràpia.

L'any 2018 vaig fer el salt al món acadèmic incorporant-me a la Universitat de Vic - Universitat Central de Catalunya (UVic-UCC). Allà vaig iniciar la meva trajectòria com a docent del grau de Fisioteràpia, liderant l'àmbit de la fisioteràpia en geriatria, i impulsant projectes de recerca i col·laboracions tant a nivell local com nacional i internacional. Amb el temps, aquest recorregut ha anat evolucionant fins a l'actualitat, en què soc professor titular i formo part de l'equip de direcció de la Facultat de Ciències de la Salut i el Benestar.

En l'àmbit de la recerca, m'he convertit en un defensor convençut de la pràctica basada en l'evidència. Però això vol dir renunciar a l'experiència professional o al raonament clínic? En absolut. Crec que el repte és saber integrar totes aquestes dimensions per prendre millors decisions. He tingut la sort de treballar



“DEFENSO UNA FISIOTERÀPIA PRESENT AL LLARG DE TOT EL CONTINU ASSISTENCIAL: DES DE LES EMERGÈNCIES FINS A LES UNITATS DE CURES INTENSIVES, PASSANT PER L'ATENCIÓ PRIMÀRIA”

amb equips nacionals i internacionals, participar en projectes competitius i realitzar estades de recerca a diferents països, com la més recent a Austràlia. Sempre amb una idea molt clara: aprendre i retornar aquest coneixement tant a les aules com al territori. També he pogut col·laborar amb institucions clau per a la professió, com el Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya o la Societat Espanyola de Geriatria i Gerontologia. Aquestes experiències m'han ajudat a entendre que la recerca no ha de quedar-se només en articles científics, sinó que ha de ser aplicada, útil i amb capacitat real d'impacte sobre la població i les polítiques públiques.

Paral·lelament, he assumit responsabilitats de gestió acadèmica, primer com a director de departament i actualment com a vicedegà. La gestió m'ha fet veure encara més clar que la fisioteràpia necessita professionals capaços no només de fer bé la seva feina clínica, sinó també d'entendre el sistema, gestionar recursos i participar en la presa de decisions.

QUÈ VULL FER?

Ens trobem davant d'un envelliment poblacional sense precedents. La gent viu més anys, però massa sovint aquests últims anys van associats a discapacitat, dependència i pèrdua de qualitat de vida. El repte real no és viure més, sinó viure millor. Aquí la fisioteràpia hi té molt a dir. Som una professió altament cost-efectiva, amb capacitat de generar salut, prevenir discapacitat i reduir despesa sanitària i social. Però, som prou presents allà on es prenen les decisions? Encara no tant com hauríem, i aquí tenim un gran repte col·lectiu!

Defenso una fisioteràpia present al llarg de tot el continu assistencial: des de les emergències fins a les unitats de cures intensives, passant per l'atenció primària —amb accés directe—, l'àmbit comunitari, les escoles, l'atenció domiciliària, i tots aquells entorns on ja s'ha demostrat el nostre impacte positiu. No es tracta només de tractar patologies, sinó de dotar de salut la ciutadania.

Malgrat tot, soc optimista. En els darrers anys he vist una evolució molt important de la professió, tant a nivell quantitatiu com qualitatiu. Disposem de més evidència, més professionals formats, més presència en àmbits on abans no hi érem i una mirada cada cop més madura. Queda molt camí per recórrer, sens dubte, però crec sincerament que anem pel bon camí.

A nivell formatiu, tinc molt clar que els estudiants d'avui seran els professionals que hauran d'afrontar tots aquests reptes demà. Per això la seva formació ha d'evolucionar al mateix ritme que ho fa la societat. Necessiten experimentar, viure situacions reals i desenvolupar competències més enllà de la tècnica.

És per aquest motiu que defenso metodologies com la simulació clínica, l'educació interprofessional o l'aprenentatge servei. Metodologies que permeten aprendre d'una manera més significativa i, alhora, donar resposta a necessitats reals de la societat, especialment en un moment en què els sistemes sanitari i social sovint no arriben a tot. En definitiva, el que vull és continuar contribuint a una fisioteràpia rigorosa, visible i socialment rellevant, capaç de generar impacte real en la salut de les persones i d'ocupar el lloc que li correspon dins del sistema de salut.

SAVE THE DATE



Summer Edition

ftp 26

CONGRÉS
INTERNACIONAL
DE FISIOTERÀPIA

Barcelona
9,10 i 11 de juliol 2026

Passió per la fisioteràpia!

www.ftp26.cat



Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya