

NOTICIARI DE

fisio teràpia

NÚM. 163

COL·LEGI DE
FISIOTERAPEUTES
DE CATALUNYA

MARÇ - ABRIL 2026



L'OR
TAMBÉ ÉS
NOSTRE

ENTREVISTA

- 04** Anna Escribà, ponent a l'FTP26

ACTUALITAT

- 08** Entrevista a Mireia Pardàs, fisioterapeuta respiratòria pediàtrica

A FONTS

- 12** Clíniques, fisioteràpia i plans de negoci

REPORTATGE

- 16** La contribució de la fisioteràpia en les medalles als Jocs d'Hivern d'Esquí de muntanya

ACTUALITAT

- 20** Si ets fisioterapeuta i estàs implicat en projectes de cooperació, això t'interessa

ACTUALITAT

- 24** Jornada del dia internacional de la dona. Limfedema i lipedema: parlem del mateix?

QUI ÉS QUI

- 28** Nadine Toledo, fisioterapeuta oncològica i limfoterapeuta

NOSALTRES

- 31** Prevenció de riscos laborals i fisioteràpia: rol a l'empresa

- 34** Noves conferències arreu de Catalunya per visibilitzar totes les dimensions de la salut pelviana

- 35** Conveni amb Cochrane per impulsar l'Observatori de la Recerca en Fisioteràpia

- 36** Acord de col·laboració amb Heidi Health per impulsar l'ús de la IA en la pràctica professional

- 38** FORMACIÓ



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

Foto de portada cedida per Marc Abella, fisioterapeuta de la FEDME

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.



Marlen Moreno
Tresorera

LA FISIOTERÀPIA, UNA PROFESSIÓ DINÀMICA I COMPROMESA

Aquest número del Noticiari reflecteix la diversitat d'àmbits i l'evolució de la nostra professió, posant en relleu iniciatives, experiències i línies de treball que marquen el present i el futur d'una professió que es consolida com una disciplina capaç d'adaptar-se a nous reptes i d'ampliar el seu impacte tant en l'àmbit clínic com en el social.

Un dels eixos destacats és el compromís social de la fisioteràpia, representat en la tasca desenvolupada per Fisios Mundi al llarg del 2025 i en la creació del nou Grup de Treball de Cooperació. Aquestes iniciatives evidencien el paper de la fisioteràpia més enllà de les nostres fronteres, contribuint a millorar la salut i la qualitat de vida en contextos de vulnerabilitat i reforçant el caràcter solidari de la professió.

En paral·lel, estem vivint una transformació en les formes de comunicació professional. Les xarxes socials s'han convertit en espais clau per a la divulgació en salut. En aquest número abordem com estan utilitzant aquests canals per acostar el coneixement a la ciutadania i combatre la desinformació, plantejant, al seu torn, desafiaments en termes de rigor, ètica i responsabilitat professional.

L'àmbit clínic continua sent, per suposat, un pilar fonamental de la nostra professió. La fisioteràpia respiratòria, tant en població infantil com adulta, ocupa un lloc rellevant en aquesta edició, posant en valor la importància d'intervencions especialitzades i actualitzades en una àrea clau per a la salut pública. De la mateixa manera, la presència de fisioterapeutes en l'esport d'elit, com en els Jocs Olímpics, posa de manifest l'alt nivell d'especialització i la creixent visibilitat de la professió en escenaris de màxima exigència. Un altre dels aspectes que reflecteix l'evolució de la fisioteràpia és l'impuls de l'emprenedoria. A l'interior de la revista trobareu fisioterapeutes que desenvolupen projectes propis, innovant en serveis i models d'atenció, iniciatives empresarials que són d'especial interès. També parlem de la important presència del fisioterapeuta en la prevenció de riscos laborals i de l'enquesta en la qual el grup de treball del CFC us anima a participar.

Així mateix, aquesta edició recull espais de reflexió imprescindibles per a una pràctica professional compromesa i actualitzada. La jornada al voltant del Dia de la Dona, centrada en el limfedema i el lipedema, ha permès visibilitzar problemàtiques sovint infradiagnosticades o amb un diagnòstic tardà i això ens convida a reflexionar sobre les desigualtats de gènere en salut. També us parlarem de l'aposta del Col·legi per enfortir els vincles entre la recerca i la pràctica clínica, i per situar la fisioteràpia en un paper actiu dins la generació i aplicació de coneixement científic en salut, que s'ha materialitzat amb la signatura d'un conveni amb l'Associació Col·laboració Cochrane Iberoamericana (ACCIb). I com ja han fet més de mil companyes i companys, us animem a descarregar-vos el carnet col·legial en format Wallet; trobareu més informació a l'interior del Noticiari.

En conjunt, els continguts que presentem reflecteixen una fisioteràpia en moviment: compromesa socialment, connectada amb la societat a través de canals diversos, en constant actualització científica i oberta a la innovació i a l'emprenedoria. Aquesta varietat d'àmbits i dinamisme constitueix, sens dubte, una de les majors fortaleses de la professió.

**Anna
Escribà**
FISIOTERAPEUTA



***“La força que
preservem avui,
és l’autonomia que
mantenim demà”***

Anna Escribà Salvans és fisioterapeuta, doctora en Cures Integrals i Serveis de Salut i professora a la Facultat de Ciències de la Salut de la Universitat de Vic - Universitat Central de Catalunya (UVic-UCC). La seva trajectòria combina la pràctica clínica, la docència universitària i la recerca, amb una especial dedicació a l'àmbit de la salut comunitària, l'envelliment i la sarcopènia.

Amb més de quinze anys d'experiència en l'atenció a persones grans, ha participat en diversos projectes orientats a promoure l'envelliment actiu i la salut comunitària. La seva feina posa especial èmfasi en la prevenció de la fragilitat i en el paper de l'exercici terapèutic per mantenir la funcionalitat i la qualitat de vida en la població gran.

En l'àmbit acadèmic, impulsa iniciatives d'aprenentatge-servei, un model que connecta la formació dels estudiants amb necessitats reals de la comunitat. En el marc del congrés FTP26, presentarà la ponència "Ponts de salut: quan l'aula es mou per apropar universitat i comunitat. Aprenentatge-Servei en fisioteràpia com a estratègia per promoure l'envelliment actiu i la salut comunitària", en la que compartirà resultats d'estudis relacionats amb l'envelliment.

A la seva ponència a l'FTP26 parlarà de crear "ponts de salut" entre la universitat i la comunitat. Què vol dir exactament aquest concepte aplicat a la fisioteràpia?

Quan parlem dels ponts de salut entre la universitat i la comunitat en la fisioteràpia, ens referim a la unió entre aquests dos àmbits. D'una banda, la universitat com a font de coneixement més científica, i el coneixement de la comunitat, on hi ha les persones, que tenen l'expertesa.

Després de 15 anys treballant en l'àmbit clínic, em vaig adonar que no podia haver una clínica sense aquest àmbit més científic, més d'investigació, que trobem a les universitats. Vaig fer aquest canvi a nivell laboral i vaig començar a treballar a la universitat, en un àmbit científic en el qual ens dediquem a la docència. Un cop dedicada a aquest àmbit més universitari, de recerca i científic, vaig veure que mancava l'aspecte clínic. Aquests ponts de salut penso que són la clau per poder fer un bon tractament, una bona intervenció de fisioteràpia, unint la part clínica sense deixar de pensar la part científica. Aquests ponts de salut, ens permetran actuar i fer de la fisioteràpia una bona eina a nivell científic i a nivell de tractament i d'intervenció en les persones que viuen en comunitat.

Vostè planteja l'aprenentatge-servei com una eina per promoure l'envelliment actiu. Com funciona aquest model en la pràctica amb estudiants i persones grans?

El model d'aprenentatge i servei com una eina per promoure l'envelliment actiu funciona amb la unió d'aquests dos col·lectius. D'una banda, els estudiants de les universitats, que són aquelles persones que tenen el coneixement, són els que ara tenen la ment més oberta, més activa. Amb la seva mirada fresca, estudien i pensen en les persones grans i en com poder-les ajudar i tractar-les.

D'altra banda, tenim les persones grans que viuen en comunitat, que són una font de coneixement per l'expertesa d'haver viscut moltes situacions. Amb el pont

“CREEM PONTS DE SALUT ENTRE EL CONEIXEMENT CIENTÍFIC DELS ESTUDIANTS I L'EXPERIÈNCIA DE LES PERSONES GRANS PER IMPULSAR UN ENVELLIMENT ACTIU I DE QUALITAT”



entre aquests estudiants amb el coneixement actual científic i les persones grans, aconseguim aquesta promoció de l'envelliment actiu. Això es tradueix en plans d'intervenció en els quals els estudiants proposen un pla de prevenció d'exercici físic per a les persones grans que viuen en comunitat. És una manera diferent d'ensenyar que proporciona als estudiants la vivència de tractar amb persones reals i fa que aquesta metodologia d'ensenyament sigui molt més eficaç i molt més profitosa per a ells.

Quin impacte poden tenir iniciatives d'aquest tipus tant en la formació dels futurs fisioterapeutes com en la salut de la comunitat?

L'impacte de la metodologia d'aprenentatge i servei en la formació dels fisioterapeutes a la salut comunitària és bàsicament una metodologia d'aprenentatge diferent. Abans nosaltres pensàvem en classes magistrals en les quals el professor venia a les aules i explicava tot un contingut, i després oferia presentacions amb una extensa bibliografia científica en què els estudiants el que feien era llegir-ho, estudiar-ho i plasmar-ho als exàmens.

La metodologia d'aprenentatge de la universitat està canviant i ara ens basem en noves tecnologies relacionades en l'aprenentatge i servei, és a dir, apropar aquest col·lectiu estudiantil, en aquest cas del grau de fisioteràpia, a les persones que viuen en comunitat i, d'aquesta manera, el que fem és un intercanvi de coneixement.

El fet d'implementar metodologies d'aprenentatge i servei, o fins i tot metodologies de simulació en l'aprenentatge, fa que els estudiants sumin, a les seves pràctiques clíniques del grau, un tipus d'ensenyament més pràctic, amb pacients, amb persones reals. Poder-ho entrenar dintre d'un entorn universitari segur on es permeten els errors és una forma d'aprenentatge de qualitat. Els estudiants que aprenen amb aquesta metodologia aprenen molt més i tenen molt millor record un cop passen al món professional i laboral.

Una de les seves línies de recerca és la sarcopènia. Per què considera que continua sent un problema sovint infradiagnosticat en la població gran?

Ens referim a la sarcopènia com la pèrdua de la força i de la massa muscular. Quan pensem en la sarcopènia o en el concepte de sarcopènia en persones grans, pensem en persones amb un perfil físic que tenen una pluripatologia i una fragilitat.

La realitat és que és un problema infradiagnosticat. I cal treballar des de la prevenció, anticipar-nos per evitar la pèrdua de força muscular i assegurar un envelliment actiu, que doni qualitat de vida i, sobretot, permeti l'autonomia que necessiten les persones grans per sentir-se realitzades en el seu procés d'envelliment.

Des de la fisioteràpia, quines estratègies són avui més eficaçes per prevenir o retardar la pèrdua de massa i força muscular associada a l'envelliment?

L'estratègia més eficaç per prevenir o retardar la pèrdua de la massa i de la força muscular associada a l'envelliment només té un nom: exercici físic. L'exercici físic és una eina clau per poder treballar aspectes com la força, l'equilibri, la coordinació

i d'altres elements multicomponents necessaris per retardar aquesta pèrdua de força i de massa muscular. Per tant, l'estratègia més eficaç en la fisioteràpia és la prescripció de l'exercici físic.

Quin paper poden tenir els programes comunitaris d'exercici en la prevenció de la fragilitat?

Els programes comunitaris d'exercici en la prevenció de la fragilitat tenen dos vessants.

Per una part, l'educació i, per l'altra, la intervenció amb l'exercici físic. I per què ens serveixen aquests programes? Per millorar l'estat de fragilitat o per millorar aquesta funció física de les persones grans, per reduir el risc de caiguda i les seves conseqüències, un punt molt important a tractar quan parlem de persones grans, afavorir la continuïtat de l'exercici i l'adherència, que també és un repte que tenim els fisioterapeutes: l'adherència als programes d'exercici físic amb gent gran, contribuir al benestar global de les persones grans perquè es trobin millor i tinguin més qualitat de vida.

La finalitat d'aquests programes és que tinguin un entorn comunitari, que no només tractem l'exercici físic, no només parlem d'educació, sinó que també orientem les persones grans en aquests entorns comunitaris per poder millorar aspectes relacionats amb l'envelliment com, per exemple, la soledat.

En una societat cada vegada més envellida, quin paper hauria de tenir la fisioteràpia dins dels sistemes de salut i d'atenció social?

El que està clar és que, en una societat cada vegada més envellida, hi ha més quantitat de persones grans que viuen en comunitat. El paper clau del fisioterapeuta és intervenir en la fisioteràpia comunitària, intervenir en els centres d'atenció primària per fer una detecció precoç d'aquestes persones grans que viuen en comunitat i que necessiten, ara que tenen qualitat de vida, prevenir, ser educats i ser ensenyats, un estil de vida actiu, evitar el sedentarisme i poder preveure els efectes de l'envelliment.

Des de la seva experiència clínica i acadèmica, quins canvis serien necessaris per integrar millor la fisioteràpia en l'atenció a les persones grans?

Crec que el canvi que hauríem de fer en clau social seria deixar de pensar en les persones grans com persones vulnerables per a les quals el tema de l'exercici físic ja no va amb ells. Les persones grans poden fer exercici físic i l'han de fer, ja que és la millor eina que tenen per poder envellir amb salut. De manera que, si nosaltres introduïm, pensem i fem veure a les persones grans que viuen en societat que l'exercici físic també és per a ells, podrem aconseguir aquest envelliment actiu i retardar tots els efectes de l'envelliment.



ENTREVISTA A

Mireia Pardàs

FISIOTERAPEUTA
RESPIRATÒRIA PEDIÀTRICA



“Estem en un moment de canvi en el qual la fisioteràpia respiratòria pediàtrica cada cop és més coneguda”

Fisioterapeuta experta en fisioteràpia respiratòria pediàtrica. Màster Universitari en Investigació aplicada en Ciències de la salut. Professora associada al TecnoCampus (UPF) i a la Facultat de Ciències de la Salut, Blanquerna (URL). Professora col·laboradora en altres universitats en formació de grau i postgrau. Actualment compagina clínica amb docència i investigació. Clínica: Institut Pediàtric Marès-Riera i Grup Creu Grogà.

Coïncidint amb la celebració del curs de “Fisioteràpia respiratòria en l’infant en entorns no hospitalaris” que ha organitzat el Col·legi els dies 12 i 13 de juny, la fisioterapeuta experta en aquest àmbit Mireia Pardàs fa un repàs a alguns dels temes vinculats a un àmbit d’actuació que està guanyant coneixement, però que encara no està tan implementat com seria desitjable, per diverses raons.

L’àmbit de la fisioteràpia respiratòria pediàtrica no és encara dels més coneguts. En quin tipus de malalties és una eina habitual per afrontar la recuperació o millorar els símptomes?

Ens agradaria que la fisioteràpia fos una estratègia de tractament més habitual del que encara ho és a dia d’avui. On és indiscutible el seu paper és en malalties respiratòries cròniques com poden ser la fibrosi quística o discinèsia ciliar i, cada vegada, és més important el seu paper en malalties agudes ambulatories com poden ser la bronquiolitis o les bronquitis de repetició. A nivell hospitalari dependrà molt del centre perquè, per exemple, a Vall d’Hebron o Sant Joan de Déu, tenen unitats de fisioteràpia respiratòria pediàtrica, però en d’altres és un servei que no existeix. També seria important en papers més preventius en infants més complexos amb malalties neurològiques com la paràlisi cerebral o la patologia neuromuscular com en els infants que pateixen atròfia muscular espinal, en els quals la seva malaltia principal no és respiratòria però que presenten moltes complicacions i, de fet, és el seu principal motiu d’ingrés hospitalari. Per això també seria important treballar amb aquestes persones a nivell d’escoles d’educació especial.

Creus que es desaprofita l’ús de la fisioteràpia en alguns casos? Què es podria fer per introduir-la més en els tractaments?

Cal entendre que en molts problemes de salut trobem intervencions farmacològiques i d’altres que no ho són. Els objectius han de ser complementaris i la fisioteràpia forma part d’un conjunt d’intervencions que poden ajudar a tractar els problemes de salut i no hem de considerar-la una alternativa sinó que és un complement.

Es pot fer fisioteràpia respiratòria pediàtrica també en nadons de 0 a 3 anys? Les famílies poden pensar que el nadó ho passa malament?

És una franja d’edat en què els infants pateixen patologies respiratòries de manera recurrent, més o menys greus. A més, el sistema respiratori està en ple desenvolupament, per tant, és una franja d’edat on podem intervenir sovint. Això vol dir que cal també acompanyar les famílies, informar-les, crear un espai de confiança bidireccional. Per tant, el paper que tenen les famílies és bàsic per tal que l’abordatge sigui integral per a l’infant.

“EL PAPER QUE TENEN LES FAMÍLIES ÉS BÀSIC PER TAL QUE L’ABORDATGE SIGUI INTEGRAL PER A L’INFANT”

“ELS ESTUDIANTS DE FISIOTERÀPIA, QUAN COMENCEN, NO TENEN UNA IDEA CLARA SOBRE L'ÀMBIT RESPIRATORI I, QUAN EL DESCOBREIXEN, MOSTREN MOLT D'INTERÈS”

Parlem de tractaments concrets. Com pot, la fisioteràpia, ajudar en la simptomatologia de la bronquiolitis? I en l'asma?

Davant de qualsevol malaltia aguda crònica o estacional, el diagnòstic mèdic és part de la nostra història clínica però, per als fisioterapeutes, el que és molt important és la nostra avaluació en fisioteràpia. És a dir, com a professionals clínics, hem de saber valorar el pacient amb estratègies com l'exploració clínica i la funcional, l'observació o eines més avançades. A partir d'aquesta valoració, hem de plantejar els nostres propis objectius a curt, mig i llarg termini i establir el pla de tractament. Per tant, no han d'existir protocols estandarditzats segons la patologia sinó que cal individualitzar la intervenció en funció de cadascun dels pacients.

Si uns pares volen fer fisioteràpia respiratòria amb el seu fill, poden fer-ho en l'àmbit públic?

Esperem que algun dia sigui possible, però actualment només alguns centres ofereixen el servei i només algunes malalties cròniques tenen accés a aquests espais i amb límit de sessions. A nivell ambulatori és molt difícil, tot i que en algun IDIAP han començat, però costa també trobar professionals experts en aquest àmbit. Estem en un moment de canvi i adaptació en aquest espai.

Si no és així, quin tipus de clíniques privades poden fer-ho? Com podem identificar els professionals experts en aquest àmbit?

En l'àmbit privat trobem professionals tant en clíniques de fisioteràpia com en entorns multidisciplinaris, tot i que identificar professionals experts és difícil perquè la fisioteràpia no compta amb títols d'especialitat. Pots tenir formació o experiència professional, però res que t'acrediti com a expert. A més, existeix poca formació de fisioteràpia respiratòria pediàtrica de manera concreta.

Vostè és també professora a la universitat, percepció interès en aquest àmbit de la fisioteràpia per part dels futurs professionals?

A la universitat sí que estic percebent aquest interès. Cal pensar que els estudiants de fisioteràpia, quan comencen, no tenen una idea clara sobre l'àmbit respiratori i, quan el descobreixen, mostren aquest interès realment. Alguns d'ells també per la part de pediatria, és un camp molt ampli a explorar i explotar i que té molt de recorregut per endavant.

A més de professora, està preparant la tesi doctoral. En quin tema?

Ara fa poc que he plantejat la meua tesi i, el que sempre he tingut entre cella i cella, és que tenim poques estratègies d'avaluació i al final són molt clíniques, i les més avançades les tenim poc estudiades a nivell de fisioteràpia. Per això el meu objectiu és explorar estratègies de valoració noves i complementàries a les habituals per poder ampliar també la justificació de les nostres intervencions. Ara, per exemple, estem fent un primer estudi valorant amb ecografia toràcica els canvis que es generen pre i postintervenció de fisioteràpia.

Com d'important és la recerca en la fisioteràpia?

La recerca és la base de qualsevol disciplina basada en l'evidència i, per tant, també de la fisioteràpia. Ens dona eines per resoldre o per respondre preguntes clíniques que ens fem en el dia a dia i ens acompanya en la presa de decisions. Per tant, és una part fonamental de la nostra pràctica diària.



Uneix-te a la banca digital amb avantatges per als professionals de la salut

Gaudeix d'un compte corrent gratuït i que et paga interessos

- **100% online.**
- **Sense comissions.**
- **Sense obligacions:** no és necessari domiciliar la nòmina ni cap rebut.
- **Accés a Bizum.**
- **Transferències gratuïtes** a la unió Europea.
- **Targetes de crèdit i debit gratuïtes.**

I accedeix a tots els avantatges de Medinvestor:



Atenció personal
especialitzada



Dipòsits
amb alta rendibilitat



Inversions
amb comissions
mínimes



Hipoteques
Troba les millors
condicions del mercat



Assegurances
amb condicions
especials



Formació
amb grans
descomptes



**Assessorament
fiscal i legal**
1 consulta gratuïta





Viatges
Ofertes especials

Sol·licita més informació sense compromís



*Medinvestor és agent bancari de MyInvestor

Segueix-nos a  

Innovació al servei dels professionals

medinvestor@medinvestor.es
www.medinvestor.es

*Medinvestor: GRUPMEDINVESTOR & CAPITAL SERVICES DEVELOPMENTS, S.L.; NIF B-10677201; R M Barcelona, Volum 48372, Foli 77, Full B-581768; Pg. Bonanova, 47, 08017 - Barcelona, posa aquests productes al teu abast com a agent bancari de MyInvestor Banco, S.A.

**MyInvestor: MYINVESTOR BANC, S.A.; NIF A-86701711; RM de Madrid; Volum 31181, Foli 115, Secció 8a, Full M-561208; Columela 8, 28001 - Madrid. Entitat bancària, registrada i supervisada pel Banc d'Espanya (Codi 1544) i la CNMV.

CLÍNQUES, FISIOTERÀPIA I PLANS DE NEGOCI



Un fisioterapeuta és un empresari? Cal un pla de negoci per obrir una clínica? Els professionals que obren una consulta són conscients de la feina que hi ha al darrere? Heu pensat quina estratègia terapèutica voleu tirar endavant? Què us hagués agradat saber abans de fer-vos emprenedors?



Una de les sortides per a molts fisioterapeutes un cop han acabat l'etapa universitària i han agafat experiència amb pacients és obrir la seva pròpia clínica. Per a molts és un somni. També ho va ser per a l'Àlex Vallés, fisioterapeuta de Saragossa que va estudiar a la Universitat Internacional de Catalunya, a Barcelona, escriptor del llibre "La fórmula de l'èxit en fisioteràpia", mentor de negocis per a clíniques de fisioteràpia i participant a l'FTP26 amb una ponència "molt pràctica" enfocada en el pla de negoci en fisioteràpia. Vallés recorda que quan estava estudiant, en un dels viatges des de casa a la facultat, parlant amb el seu pare per telèfon, li va comentar que algun dia faria realitat aquest somni. I així va ser.

Després de treballar en un equip femení de futbol sala de primera divisió i passar per diferents clíniques, al 2007 va crear el seu propi projecte, especialitzant-se en el tractament d'esportistes corredors, amateurs i professionals, en una consulta petita compartida amb un podòleg. Anys més tard i després d'haver aconseguit un cert reconeixement, al 2015 va impulsar Clínica Podium, amb la idea de crear un centre d'alt rendiment per a esportistes amateurs "molt compromesos, que no viuen de l'esport, però s'ho prenen gairebé com una professió, competeixen i necessiten una atenció molt específica". Assegura que Podium va sortir com un repte personal: "Demostrar-me a mi mateix que podia crear una clínica que no depengués de si jo passava consulta".

APRENDRE A GESTIONAR UN NEGOCI

Durant molts anys, tot i que la clínica funcionava bé i es mantenia, no era realment autònoma. Depenia molt de FisioZaragoza, el seu primer projecte. Això el va fer adonar-se que no sabia replicar l'èxit: "No tenia sistemes, no tenia processos, no tenia una metodologia clara, i això va generar molt caos". Assegura que va ser una etapa "molt dura". Tenia molt equip, molts pacients i molta facturació "però no la rendibilitat ni l'estructura que havia de tenir". "Hi havia poca cohesió, moltes maneres diferents de treballar". Era una empresa "poc ordenada".

Va ser en aquest moment que es va "qüestionar moltes coses". Va ser aquí quan va començar a formar-se com a empresari -té un MBA-, a treballar "la meva visió, la meva identitat i a entendre la importància de la metodologia, els processos i la proposta de valor". I va ser aleshores quan Podium es va transformar. "Ara és una clínica amb una marca forta, molt vinculada a l'esport i especialment al corredor, amb una trajectòria d'innovació i amb una manera molt concreta d'entendre la fisioteràpia". A més, Vallés assegura que encara hi ha una cosa més important: "És un laboratori d'idees". I això què vol dir? "És on posem a prova la nostra visió de cap a on ha d'anar la fisioteràpia, tant a nivell clínic com empresarial". "Testem coses, aprenem, ens equivoquem, corregim i d'aquí surten les idees que després compartim a Fisioferentes".

"CRÉIXER PER VOLUM, SENSE ESTRUCTURA, SENSE RENDIBILITAT REAL I SENSE UNA PROPOSTA DE VALOR SÒLIDA, NO NOMÉS ET DESTRUEIX A TU COM A EMPRESARI SINÓ QUE TAMBÉ DEVALUA LA PROFESSIÓ"

L'ETAPA DE FORMADOR

Precisament, Fisioreferentes és un altre dels seus projectes personals. “No es tracta d’una escola de negocis habitual ni una acadèmia més”, remarca. Es tracta “d’una comunitat de fisioterapeutes propietaris de negoci que han entès que el que ens ensenyen a la facultat no és suficient per construir una bona clínica de fisioteràpia”, afegeix, i continua: “Professionals que, en molts casos, són bons clínics, però que quan fan el pas de voler emprendre o liderar un projecte es troben amb carències molt importants: no tenen control dels seus números, no saben coordinar ni gestionar un equip, no tenen una metodologia clara”. En definitiva, afegeix Vallés, “no han après a convertir el seu coneixement clínic en un negoci sòlid, rendible i sostenible”.

Vallés rebutja la idea de “créixer a qualsevol preu, amb més facturació, més maquinària, més personal, més captació, més agenda plena”. I és que ell mateix va viure una situació similar que el va portar al límit. Facturava molt, tenia dos clíniques amb “èxit aparent”, molts pacients, reconeixement, un equip gran i tot i així va arribar “a estar completament cremat i pensant en deixar-ho tot”. Tenia l’agenda plena durant mesos, no podia improvisar, no tenia llibertat sobre el seu temps lliure i tenia molts pacients que depenien d’ell. Pensava que això “era normal, que era el preu de l’èxit”. Aquest malestar sumat a una situació complicada a nivell personal, el van portar a sentir que per cuidar la part de la seva vida personal “gairebé havia de renunciar” a la seva vida professional. I va entrar en “burnout”. Però també va representar un punt d’inflexió que el va fer entendre que havia d’existir una altra manera de fer les coses. “Per això sé que créixer per volum, sense estructura, sense rendibilitat real i sense una proposta de valor sòlida, no només et destrueix a tu com a empresari sinó que també devalua la professió”, assegura.

De fet, explica que des de Fisioreferentes han fet més de 1.000 entrevistes a propietaris de negoci de fisioteràpia que s’han interessat per rebre formació i el principal problema que tenen és “la sensació d’estar atrapat dins del seu propi negoci”. “No és només que no arribin a final de mes, és que treballen 12 hores al dia, han construït una cosa que funciona, però tot i així no poden delegar ni desconnectar”. A més, a Fisioreferentes acudeixen molts professionals amb una clínica que porta 10, 15 o 17 anys en funcionament i ara se n’adonen que mai l’han gestionat com una empresa. Per a Vallés, en aquest punt es requereix “deixar d’improvisar i començar a construir un mètode”. “Per a mi, tot passa per canviar el que la fisioteràpia significa per al pacient”, afirma. Considera que fa massa temps que “fem fisioteràpia de sessió en sessió, sense planificació, posant el focus en les eines i en el temps de lliure, en lloc d’en la visió estratègicoterapèutica que hauria de tenir qualsevol fisioterapeuta”.

PARTICIPACIÓ A L’FTP26

Vallés va decidir recollir totes aquestes idees en un llibre per fer accessible “el que a mi m’hagués agradat saber el dia que vaig començar a emprendre”. Però assegura que va acabar essent “molt més que això” perquè està ple d’anècdotes, d’errors i del que “irònicament”



va titular "La fórmula de l'èxit". Remarca aquest "irònicament" perquè recorda que el va escriure durant els primers mesos de vida del seu fill i, per tant, el seu "èxit real" va ser "escriure'l amb el meu fill dormint a sobre meu i poder-lo compartir després amb tanta gent". El llibre és un "pas a pas" d'accions guiades", una oportunitat de començar a pensar diferent, a decidir diferent i a fer diferent".

"Si volem que la fisioteràpia creixi de veritat, si volem que els professionals estiguin més ben reconeguts, que els equips creixin, que els propietaris de les clíniques puguin viure bé de la seva feina i que la professió guanyi prestigi social, necessitem fer un salt no només clínic, sinó també empresarial, cultural i estratègic", defensa.

Aquest serà el contingut de la seva ponència a l'FTP26 el proper mes de juliol. Assegura que serà un "taller pràctic" i que tindrà com a punt de partida la necessitat de "millorar el que significa la fisioteràpia per a la societat". A més, avança que els assistents s'emportaran una "metodologia concreta per traçar el seu propi pla de creixement". Però, sobretot, "de créixer bé, no només de créixer".

**"CAL CONVERTIR
EL CONEIXEMENT
CLÍNIC EN UN
NEGOCI SÒLID,
RENDIBLE I
SOSTENIBLE"**

B Sabadell **Professional**

Aquesta PROposta és per a tu, de PROfessional a PROfessional.

**T'abonem la quota
de col·legiat fins a
un màxim de 100
euros**

Si ets membre del **Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya** t'abonem la teva quota de col·legiat o associat, amb un màxim de 100 euros per compte.

La bonificació es fa un únic any per a quotes domiciliades durant els 12 primers mesos (es considera com a primer mes el de l'obertura del compte). El pagament es fa en el compte el mes següent als 12 primers mesos. L'incientiu estarà subjecte a la retenció fiscal vigent.

Aquesta oferta és vàlida fins al 30/06/2026 per a clients nous a partir de l'01/01/2025 amb quotes domiciliades en un compte de la gamma Sabadell PRO.

Contacta amb nosaltres i identifica't com a membre del teu col·lectiu i un gestor especialitzat t'explicarà detalladament els avantatges que tenim per a PROfessionals com tu.

T'estem esperant.



LA CONTRIBUCIÓ DE LA FISIOTERÀPIA EN LES MEDALLES ALS JOCS D'HIVERN D'ESQUÍ DE MUNTANYA

MARC ABELLA I ALBERT CALONGE, ELS DOS FISIOTERAPEUTES D'ESQUÍ DE MUNTANYA DE L'EQUIP OLÍMPIC D'ORIOL CARDONA





“Jo no soc ningú sense tota la gent que hi ha darrere”, aquesta és una de les primeres frases que Oriol Cardona va pronunciar després d’aconseguir la medalla d’or en la modalitat d’esprint d’esquí de muntanya, una disciplina que per primer cop debutava en uns Jocs Olímpics. I entre totes les persones que formaven part de l’equip de la Federació Espanyola d’Esports de Muntanya i Escalada (FEDME) hi ha dos fisioterapeutes catalans, el Marc Abella i l’Albert Calonge, que han sigut també una peça clau aportant el seu “granet de sorra” en aquesta fita històrica de l’esport català i espanyol.

La gesta del banyolí es va completar amb el bronze que va aconseguir en el relleu mixt d’esquí de muntanya fent parella amb la granadina Ana Alonso, que també va guanyar el bronze en la modalitat d’esprint femení. En l’equip de la FEDME també hi havia els catalans Ot Ferrer, de Berga, cinquè en la prova esprint, i Maria Costa, de Santpedor, que va arribar fins a les semifinals.

“L’Oriol Cardona i l’Ana Alonso han passat al nivell de llegendes de l’esport perquè ningú havia aconseguit dues medalles als Jocs d’Hivern”, destaca Marc Abella. “Han entrat directament a la història de l’esport”, afegeix.

FITA HISTÒRICA AMB UN EQUIP COMPACTE

“Em sento molt orgullós, penso que l’equip de treball que s’ha creat, sobretot els últims dos anys, ha ajudat moltíssim a arribar on som”, respon Abella a la pregunta de si se sent una mica seves les medalles aconseguides pels esportistes. “El mèrit és d’ells”, puntualitza, tot i que considera que ha estat clau haver generat un bon equip de treball al voltant d’aquests atletes. I, en concret, pel que fa a la feina com a fisioterapeutes tant de l’Albert Calonge com d’ell, destaca que han aconseguit “deixar els esportistes a la línia de sortida amb les millors condicions possibles”. “Els han estat els que han guanyat, però nosaltres els hem deixat en les millors condicions, cosa que en d’altres països no ha passat. I això sí que em fa estar molt orgullós”, insisteix.

De la mateixa manera s’expressa Calonge, que atribueix “el mèrit” als esportistes, però sí que considera que “des de l’staff tècnic se’ls intenta donar les eines i ajudar-los per poder sumar i aportar aquest petit granet de sorra” per assolir la victòria, en aquest cas, les medalles als Jocs Olímpics. Tots dos se senten privilegiats d’haver participat en aquests Jocs Olímpics d’Hivern pel que ha representat per a l’esquí de muntanya, una fita que han viscut amb molta emoció.

Abella forma part de la FEDME des de fa uns vuit anys, una feina que fins fa un any combinava amb l’equip ciclista Buff Megamo a l’estiu. Com ell, la majoria de l’equip tècnic que forma part de la FEDME havia de combinar aquesta feina amb alguna altra. Un cop es va anunciar que l’esquí de muntanya seria olímpic, els recursos han augmentat i des de fa un any es dedica exclusivament a la federació d’esquí. De fet, per a molts, el nom d’Oriol Cardona era desconegut com també la modalitat d’esquí de muntanya, que tot i tenir una gran tradició a Catalunya i formar-se al Centre de



**“L’STAFF TÈCNIC,
AMB DOS
FISIOTERAPEUTES,
INTENTA DONAR
LES EINES PER
AJUDAR-LOS
A ASSOLIR LA
VICTÒRIA”**



... i en el proper Noticiari, Marc Lari ens parlarà de la seva experiència com a fisioterapeuta de la delegació espanyola que va participar als Jocs Paralímpics d’Hivern de Milà-Cortina d’Ampezzo el passat mes de març.

Tecnificació d’Esquí de Muntanya de Catalunya (que depèn de la Federació d’Entitats Excursionistes de Catalunya), ara, de cop, ha tingut un gran ressò mediàtic. Les medalles olímpiques han portat aquest esport, i sobretot Cardona, a ser portada de diaris i revistes i a omplir minuts a les ràdios i televisions. Si esdevenir esport olímpic els ha obert moltes portes, sembla que aconseguir medalles els pot catapultar encara més.

LA FISIOTERÀPIA VA MOLT MÉS ENLLÀ DEL MOMENT DE LA COMPETICIÓ

Precisament la incompatibilitat que a vegades li suposava combinar la feina a la FEDME amb d’altres projectes va fer que Abella incorporés a l’equip tècnic de la Federació d’Esquí de Muntanya l’Albert Calonge, que tot i tenir la seva feina en un centre privat a Vic, l’ha substituït els últims quatre anys en alguns desplaçaments. Ara que Abella està fix a la FEDME, sovint treballen tots dos en algunes de les competicions, com és el cas dels Jocs Olímpics. “Per a mi ha sigut molt important no estar sol com a fisioterapeuta perquè en moltes competicions portem fins a dotze o catorze atletes”, explica Abella.

Però quina és la feina d’aquests dos fisioterapeutes? La pretemporada arrenca al setembre, que és quan ja comencen a treballar amb els entrenadors per veure què necessita cada esportista, fent seguiment i prevenció de lesions. Expliquen que és una fisioteràpia “més basada en poder activar tota la musculatura i el sistema musculoesquelètic per poder rendir bé i donar el màxim a la competició” (copes del món, campionats d’Europa, etc.). En el dia a dia de les competicions, els tracten “per deixar-los amb bones sensacions” el dia abans de cada prova. Si hi ha molèsties puntuals d’un dia per l’altre, en una competició, intenten tractar els símptomes, normalment sobrecàrregues musculars. En la postcompetició, fan “una fisio més relaxada”, d’intentar recuperar i drenar una mica tot el que hagin pogut generar durant les proves. Per sort, els últims anys, segons Calonge, no hi ha hagut “grans lesions”, excepte la de l’Ana Alonso, però va ser a causa d’un atropellament que va patir durant un entrenament amb bicicleta tot just uns quatre mesos abans dels Jocs d’Hivern. Aconseguir dues medalles als Jocs després d’aquest accident greu ha estat una fita admirable de la granadina, que Abella assegura ha viscut amb “molta emoció”.

De la seva feina a l’equip tècnic, Abella destaca la important tasca que fan en les competicions no només pel que fa a la fisioteràpia, sinó també de gestió de les emocions dels esportistes. Explica que, per exemple durant els Jocs, amb els nervis, la tensió i el soroll extern, la visita al fisioterapeuta es converteix per a l’atleta “en 45 minuts o una hora de desconexió del mòbil, d’estar tranquil, de xerrar amb algú”. I això, assegura, els ha portat a viure “moments molt bonics”. El dia abans de la prova esprint femenina, per exemple, l’Ana Alonso li va confessar que encara que tothom deia que arribar als Jocs “ja és un mèrit”, ella va assegurar que el seu objectiu era aconseguir la medalla, no es conformava només amb “estar aquí”. Això el porta a afirmar que “l’ambient de treball que s’ha aconseguit crear entre els esportistes de la Federació durant els últims dos anys ha estat clau perquè el nivell de tots els esportistes hagi pujat tant i ens hagi portat a guanyar aquestes medalles”. La prova està en què Cardona s’ha mostrat sempre generós i ha reiterat moltíssimes vegades que darrere la medalla d’or hi ha una llarga trajectòria, molta feina i molta gent que ho ha fet possible.

Protegeix els teus ingressos en cas d'accident o malaltia

L'assegurança de baixa laboral et garanteix un subsidi diari en cas de no poder exercir la teva professió a causa d'un accident o malaltia*.



Rep subsidi des del primer dia i fins a 18 mesos.



Tu tries el subsidi diari a contractar (fins a 400 €/dia).



Deduïble fiscalment fins a 500 €/any en IRPF.

Sol·licita el teu pressupost a mida sense compromís



*D'acord amb les limitacions i termes establerts en les condicions generals i especials de l'assegurança

Professionals al servei de professionals

 900 10 49 69

 medicorasse@med.es

 medicorasse.med.es

SI ETS FISIOTERAPEUTA I ESTÀS IMPLICAT EN PROJECTES DE COOPERACIÓ, AIXÒ T'INTERESSA



El Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya ha creat recentment el Grup de Treball en Cooperació internacional en Fisioteràpia amb l'objectiu de connectar, visibilitzar i coordinar els professionals que participen en projectes de cooperació arreu del món.

La iniciativa no pretén impulsar projectes nous, sinó posar en relació les experiències existents. Segons explica Joan Sala, coordinador del grup, cofundador de l'ONG Fisios Mundi juntament amb Jordi Fabregat i Ubach, i actualment implicat en un projecte de cooperació de la Facultat Blanquerna a Dakar (Senegal), la voluntat és “crear un espai de trobada on compartir experiències, reflexionar sobre el model de cooperació que volem impulsar com a col·lectiu professional i donar més visibilitat a una feina que molts fisioterapeutes ja estan fent en diferents contextos”.

El grup es va començar a gestar durant unes jornades de cooperació organitzades pel Col·legi el juny del 2025. Tal com explica Goretti España, membre del grup i secretària de l'ONG Fisios Mundi, en aquell moment es van adonar que a la mateixa sala hi havia tres professionals implicats en tres projectes diferents de cooperació en un mateix país: el Senegal.

A partir d'aquesta constatació, Goretti España i Joan Sala, juntament amb Carme Campoy, vinculada a l'entitat Alpícat Solidari, i Gustavo Pérez Reina, actualment a l'Organització Panamericana de la Salut de l'OMS, van iniciar el debat sobre la necessitat de coordinar millor les diferents iniciatives existents, tant a escala internacional com local, amb l'objectiu de ser més efectius.

APROFITAR TOT EL POTENCIAL I AUGMENTAR LA COORDINACIÓ

“La manca de connexió pot generar duplicitats, dispersió de recursos o dificultats per garantir la continuïtat dels projectes”, assenyala Joan Sala. En aquest sentit, el nou grup neix amb la voluntat d'ordenar aquesta realitat, compartir informació i generar un espai de coordinació que permeti impulsar una cooperació més coherent, responsable i amb més impacte. “Si hi ha comunicació i coordinació, és més fàcil optimitzar recursos i reforçar les aliances locals”, afegeix.

LA COOPERACIÓ INTERNACIONAL EN FISIOTERÀPIA POT AJUDAR 2.400 MILIONS DE PERSONES

Segons dades internacionals, es calcula que 2.400 milions de persones al món tenen alguna afecció que es podria beneficiar de serveis de rehabilitació. Aquesta xifra podria augmentar en els pròxims anys a causa de l'increment de l'esperança de vida: es preveu que fins al 2050 es dupliqui el nombre de persones majors de 60 anys.

Paral·lelament, també augmenta la incidència de malalties cròniques com la diabetis, els accidents cerebrovasculars o el càncer, així com els traumatismes i les afeccions del desenvolupament infantil, com la paràlisi cerebral. En molts països de renda

“Volem dibuixar un mapa de la cooperació en fisioteràpia que es fa des de Catalunya”



**“AMB MÉS
COORDINACIÓ,
ÉS MÉS FÀCIL
OPTIMITZAR
RECURSOS I
REFORÇAR
LES ALIANCES
LOCALS”**

baixa o mitjana, però, l'accés a serveis de rehabilitació continua sent molt limitat i sovint es percep com un luxe. Tal com explica el mateix grup a la pàgina web del Col·legi, aquesta manca d'accés és “una de les problemàtiques més importants que impacten directament en la població”.

Davant d'aquesta realitat, la cooperació internacional en fisioteràpia esdevé cada vegada més necessària, tant a curt com a llarg termini.

Un dels primers objectius del grup és crear una base de dades comuna de projectes i contactes. Segons explica Goretti España, es tracta de “dibuixar un mapa de la cooperació en fisioteràpia que es fa des de Catalunya: saber quins professionals hi estan implicats, en quins territoris treballen i amb quines entitats o institucions”.

A partir d'aquest diagnòstic inicial, la idea és crear una xarxa de professionals que permeti compartir experiències, coneixement i aprenentatges. La cooperació, recorden, sovint implica treballar en contextos complexos, i poder contrastar experiències amb altres professionals pot ajudar a millorar la qualitat dels projectes i facilitar l'aprenentatge col·lectiu.

FOMENTAR LA PARTICIPACIÓ DELS COL·LEGIATS I COL·LEGIADES

El grup també vol donar més visibilitat i reconeixement a la tasca dels fisioterapeutes en l'àmbit de la cooperació, un perfil professional encara poc reconegut i poc professionalitzat. En aquest sentit, Joan Sala destaca la importància de definir criteris de bones pràctiques: “Ens interessa promoure projectes que parteixin de les necessitats reals del territori, que treballin amb socis locals i que combinin la dimensió assistencial amb la formació i la transferència de coneixement”.

Per això, un altre dels objectius és impulsar espais de formació i debat dins del col·lectiu professional, ja que, segons Joan Sala, “la cooperació en salut requereix entendre bé els contextos socials, culturals i institucionals on es treballa”.

Al mateix temps, el grup vol facilitar la participació de fisioterapeutes que tinguin interès a implicar-se en projectes de cooperació però que sovint, explica Goretti España, “no saben on anar ni a quina porta trucar”. El grup pot actuar com a punt de connexió amb projectes existents i orientar els professionals interessats a través de la formació i de l'intercanvi d'experiències.

Entre els objectius també hi ha establir vincles amb ONGs, universitats que desenvolupen projectes similars, administracions públiques i, a llarg termini, amb altres col·legis professionals de fisioterapeutes a nivell de l'Estat espanyol.

Tot plegat amb la voluntat de contribuir al compliment dels Objectius de Desenvolupament Sostenible (ODS) de les Nacions Unides, especialment l'ODS 3, que fa referència a la salut i el benestar, i l'ODS 10, que busca la reducció de les desigualtats.

Els quatre membres impulsors del grup —Joan Sala, Gorretti España, Carme Campoy i Gustavo Pérez Reina— acumulen experiència tant sobre el terreny com en l'àmbit institucional, fet que els permet abordar la cooperació des de perspectives complementàries.

Ara, però, quan el grup tot just comença a caminar, el primer repte és identificar els professionals implicats en projectes de cooperació. A la pàgina web del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya es pot ampliar la informació sobre aquest nou grup de treball.



Màster universitari

Fisioteràpia del Sistema Musculoesquelètic

Màster

Readaptació de Lesions Esportives

Màster

Reeducació del Sòl Pelvià

Postgrau

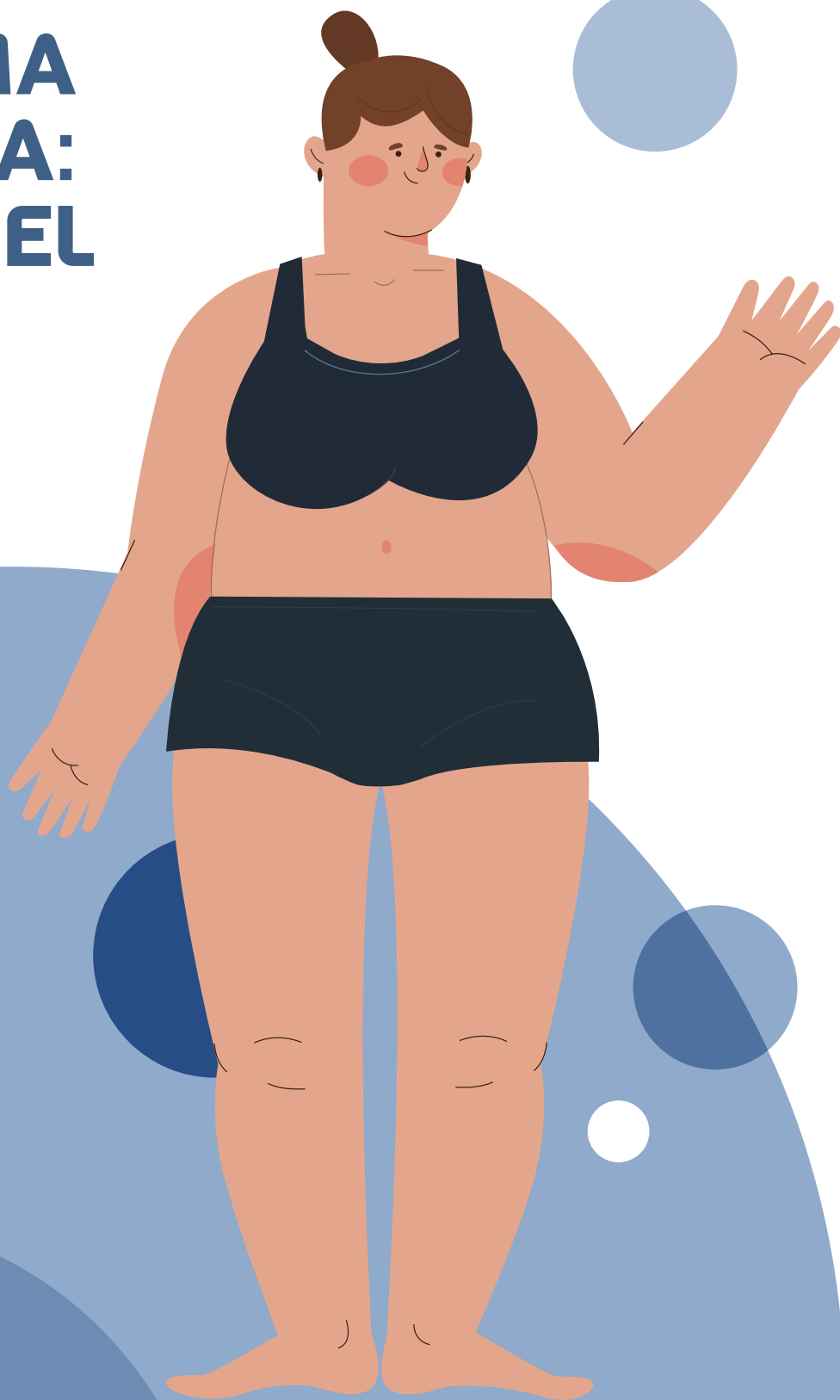
Fisioteràpia en Cefalees, Trastorns Temporomandibulars i Síndromes Vestibulars

**MATRÍCULA
OBERTA**
CURS 26/27



JORNADA DEL DIA
INTERNACIONAL DE LA
DONA

LIMFEDEMA I LIPEDEMA: PARLEM DEL MATEIX?



El passat 4 de març, el Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya, amb el suport de l'Observatori de Gènere i amb motiu del Dia Internacional de la Dona, va celebrar la sisena Jornada de la Dona.

En aquesta ocasió el tema que es va tractar va ser “Limfedema i lipedema: parlem del mateix?”. La Jornada, que va ser presentada i organitzada per Yolanda Castellano i Marlen Moreno, responsables de l'Observatori de Gènere del Col·legi, va comptar amb la participació de les fisioterapeutes expertes en l'àmbit oncològic, Reme Ruiz i Nadine Toledo. També van assistir testimonis de la Associació Limfacall afectats d'aquestes patologies.

El limfedema i el lipedema són dues alteracions que sovint es confonen, tot i que són dues patologies amb causes, símptomes i evolució diferents, per això és tan important fer un bon diagnòstic diferencial.

EL BIAIX DE GÈNERE HA AFECTAT EL DIAGNÒSTIC

El lipedema és una patologia que afecta gairebé exclusivament dones i que sovint ha estat confosa amb obesitat. Segons Reme Ruiz, “el biaix de gènere en medicina ha tingut un paper important en l'infradiagnòstic del lipedema durant molts anys. Com que és una patologia que afecta gairebé exclusivament dones, històricament no ha rebut tanta atenció en la recerca mèdica ni en la pràctica clínica”.

Ruiz va una mica més enllà, perquè “moltes malalties que afecten principalment les dones han estat menys estudiades, sobretot aquelles relacionades amb les hormones. Durant molt de temps, per exemple, els estrògens s'han estudiat gairebé només en relació amb la funció reproductiva, quan en realitat tenen un paper molt més ampli en l'organisme. Avui sabem que els estrògens participen en la regulació de molts processos del cos, com el metabolisme, la distribució del greix o altres funcions fisiològiques importants”.

En aquest context, i pels seus símptomes, no és estrany que el lipedema hagi estat sovint confós amb l'obesitat. Malgrat que moltes dones han explicat durant anys els seus símptomes —com el dolor, la facilitat per fer hematomes o l'acumulació simètrica de greix a les cames—, sovint se'ls ha dit que el problema era simplement el pes o els hàbits de vida. Per a Ruiz, “hi ha hagut una tendència a veure aquest tipus de problemes més com una qüestió estètica que no pas com una malaltia real, cosa que ha contribuït a minimitzar el problema”.

Tot això ha fet que moltes pacients passin anys sense un diagnòstic correcte i sense rebre el tractament adequat. En els últims anys, la situació ha començat a canviar gràcies a una major conscienciació, a l'augment de la recerca sobre salut femenina i al fet que cada vegada es reconeix més el lipedema com una patologia específica que necessita un abordatge mèdic adequat. Tot i així, encara queda camí per recórrer perquè es diagnostiqui abans i es tracti correctament.

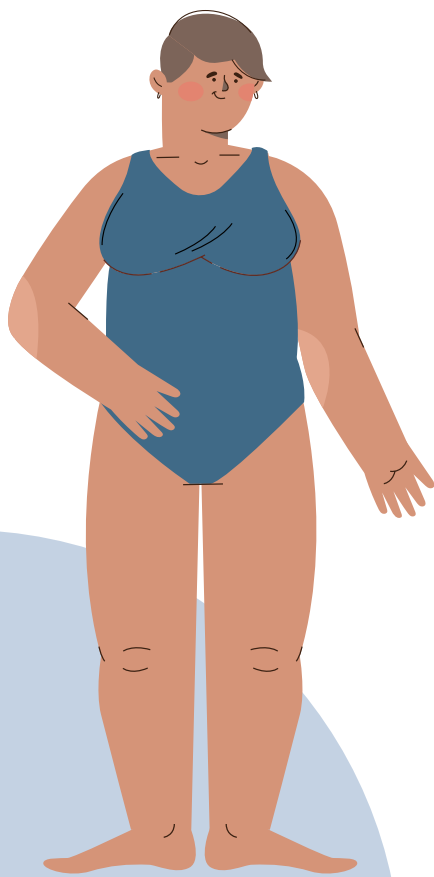
QUÈ ÉS EL LIMFEDEMA

El limfedema és una inflamació crònica causada per l'acumulació de líquid limfàtic als teixits. Es produeix quan el sistema limfàtic es danya o funciona malament, sovint per cirurgia, càncer, infeccions o anomalies congènites.

QUÈ ÉS EL LIPEDEMA

El lipedema és una acumulació anormal de greix sota la pell, sobretot a cames i malucs. Es relaciona amb factors hormonals i genètics i provoca dolor, inflor i facilitat per fer hematomes.

“A DIFERÈNCIA DEL LIMFEDEMA, EL LIPEDEMA SOL SER DOLORÓS A LA PALPACIÓ I ÉS FREQUENT L’APARICIÓ D’HEMATOMES”



COM PODEM DIFERENCIAR LES DUES PATOLOGIES?

El limfedema i el lipedema es poden confondre perquè totes dues produeixen un augment de volum a les extremitats, especialment a les cames, però presenten origen, manifestacions clíniques i evolució diferents.

Tal i com va explicar Nadine Toledo a la Jornada, “el limfedema es produeix per una alteració en la capacitat de transport del sistema limfàtic, que provoca una acumulació de líquid ric en proteïnes a l’espai intersticial. Clínicament sol presentar-se amb un augment de volum que pot ser unilateral o bilateral asimètric, i és freqüent que també afecti els peus o les mans. En el limfedema, el signe de Stemmer és positiu (impossibilitat de pessigar la base del segon dit del peu). En fases inicials l’edema és tou i permet deixar fòvea; la pell manté la seva coloració però, amb el temps i sense el tractament adequat, la pell pot tornar-se més dura i fibrosa, fet que pot afavorir l’aparició d’infeccions (erisipela, limfangitis, cel·lulitis)”.

El limfedema generalment provoca sensació de pesadesa i tensió, però no sol ser dolorós, excepte si hi ha lesions a la pell, està en una fase molt avançada o es tracta d’un limfangiosarcoma.

Per la seva banda, Toledo recorda que “el lipedema és un trastorn crònic caracteritzat per una distribució anormal del teixit adipós, relacionat amb factors hormonals i genètics, i que afecta gairebé exclusivament les dones. Es manifesta amb un augment simètric i bilateral del volum de les cames i, a vegades, dels braços, mentre que els peus i les mans no solen estar afectats, cosa que produeix un contrast visible a nivell dels turmells o dels canells. En aquest cas, el signe de Stemmer és negatiu, excepte quan hi ha progressió i afectació del sistema limfàtic; en aquest cas, en haver-hi més congestió limfàtica, podem trobar la positivitat d’aquest signe”.

A diferència del limfedema, el lipedema sol ser dolorós a la palpació i és freqüent l’aparició d’hematomes. El teixit acostuma a tenir una consistència tova amb petits nòduls grassos que s’inflamen i produeixen el dolor característic del lipedema. És per això que Toledo remarca “la importància de realitzar un correcte diagnòstic diferencial amb altres patologies que cursen amb augment de volum per evitar complicacions i determinar el tractament més adequat per a cada pacient. A més, un diagnòstic precoç permet evitar la progressió de la malaltia, prevenir complicacions i millorar la qualitat de vida del pacient, així com evitar tractaments inadequats o confusions amb altres condicions com l’obesitat”.

LA FISIOTERÀPIA TÉ UN PAPER IMPORTANT EN EL TRACTAMENT DEL LIMFEDEMA I DEL LIPEDEMA

Els professionals de la salut coincideixen en assenyalar que la fisioteràpia és una eina clau en el tractament tant del limfedema com del lipedema, ja que ajuda a reduir el volum i la inflamació de les extremitats, millorar la funció del sistema limfàtic, reduir el dolor, normalitzar l’estat de la pell i del teixit subdèrmic, millorar la mobilitat i prevenir l’aparició de complicacions pròpies d’ambdues patologies.

L’objectiu principal és millorar la qualitat de vida de les persones afectades mitjançant un abordatge integral, conservador, individualitzat i a llarg termini.

Per al tractament d'ambdues patologies, Reme Ruiz i Nadi-ne Toledo aposten per la teràpia descongestiva complexa (TDC). Aquesta teràpia consisteix principalment en “drenatge limfàtic manual o DLM que facilita el desplaçament del líquid, teràpia compressiva per reduir volum i dolor i evitar la reaparició de l'edema, exercicis limfomiocinètics per activar la bomba muscular i afavorir el retorn limfàtic, cura de la pell i educació terapèutica per prevenir possibles empitjoraments”.

Juntament amb la TDC, les pautes d'alimentació antiinflamatòries indicades per un professional de la matèria i l'exercici terapèutic personalitzat i adaptat a cada pacient són fonamentals per aconseguir els millors resultats. Des de la fisioteràpia es pot fer ús d'altres tècniques com la radiofreqüència, electroteràpia analgèsica, el làser, els corrents proteolítics, les ones de pressió radials i la pressoteràpia.

Per a les dues patologies és essencial un abordatge multidisciplinari que inclogui professionals de la medicina, la fisioteràpia, la infermeria, la nutrició, la psicologia i la podologia. La combinació de tractaments, juntament amb la participació activa del pacient en les mesures d'autocura, és clau per reduir els símptomes, frenar la progressió de la malaltia i millorar la qualitat de vida.



LA TERÀPIA DESCONGESTIVA COMPLEXA

- ▶ **Drenatge limfàtic manual (DLM):** tècnica específica que estimula el funcionament del sistema limfàtic i facilita el desplaçament del líquid ric en proteïnes acumulat cap a zones amb millor drenatge.
- ▶ **Teràpia compressiva:** mitjançant embenats multicapa multicomponents o peces de compressió/contenció que ajuden a mantenir la reducció del volum i del dolor i a evitar la reaparició de l'edema.
- ▶ **Exercicis limfomiocinètics:** moviments suaus i controlats que activen la bomba muscular i afavoreixen el retorn limfàtic.
- ▶ **Cura de la pell:** mesures d'higiene i hidratació per prevenir infeccions com l'erisipela o la cel·lulitis.
- ▶ **Educació terapèutica:** informació sobre autocures, control del pes, protecció de la pell i estratègies per prevenir l'empitjorament de l'edema.

Nadine Toledo

**FISIOTERAPEUTA
ONCOLÒGICA I
LIMFOTERAPEUTA**

QUI SOC?

Em dic Nadine Toledo i soc fisioterapeuta oncològica i limfoterapeuta. Com moltes companyes de professió, la meva trajectòria s'ha anat construint a través del contacte amb pacients que t'obliguen a mirar més enllà del que has après a la carrera.

El meu camí s'ha vinculat especialment a l'àmbit de la limfologia i la patologia vascular, un camp que, lluny de ser senzill o protocol·litzable, requereix una mirada clínica profunda i en constant aprenentatge. El meu primer contacte amb la limfoteràpia va ser quan treballava a Itàlia, on em vaig trobar amb molts pacients amb limfedema i lipedema sense saber exactament què era ni com tractar-ho. La curiositat i la necessitat d'entendre-ho em van portar a formar-me en teràpia descongèstiva a l'escola Vodder, a Àustria, per poder donar resposta a aquestes patologies i ajudar uns pacients que, massa sovint, no reben un tractament adequat per desconeixement dels professionals.

Actualment, tinc la gran fortuna de formar part del gran equip de fisioterapeutes de Salut i Esport a Santa Perpètua de Mogoda, on continuo creixent a nivell personal i professionalment.

Em sento part d'un col·lectiu de professionals que, des de diferents àmbits, treballem amb un mateix objectiu: millorar la qualitat de vida de les persones amb limfedema i lipedema. Res del que faig s'entén sense aquesta xarxa de companys/es que fa anys que impulsen canvis, investiguen i defensen una atenció més adequada i digna.

QUÈ FAIG?

La meva pràctica clínica gira entorn de l'abordatge del limfedema, el lipedema i altres alteracions del sistema limfàtic i vascular. Aquest treball va molt més enllà d'aplicar tècniques concretes: implica comprendre el funcionament del sistema lim-



**“TREBALLEM
AMB UN MATEIX
OBJECTIU: MILLORAR
LA QUALITAT DE VIDA
DE LES PERSONES
AMB LIMFEDEMA I
LIPEDEMA”**

fàtic, individualitzar cada tractament i acompanyar processos que sovint són crònics i complexos, algunes vegades lligats a processos oncològics o ferides cròniques.

En els darrers anys, també he participat, juntament amb altres fisioterapeutes especialitzades i l'associació de pacients afectats de limfedema i lipedema de Catalunya- Limfacall, en la lluita pel reconeixement del limfedema i el lipedema a nivell institucional impulsant la primera proposta de resolució específica per a aquestes patologies a la Comissió de Salut del Parlament de Catalunya, una experiència que posa de manifest la importància del treball conjunt entre professionals i pacients per aconseguir canvis reals i necessaris. En aquest sentit, la recent resolució 590/XV aprovada al Parlament de Catalunya suposa un avenç significatiu i sobretot una victòria col·lectiva. No només contribueix a donar visibilitat a aquestes patologies, sinó que també posa sobre la taula la necessitat d'integrar de manera més clara el paper del fisioterapeuta especialitzat dins del sistema sanitari públic, així com de reforçar els recursos disponibles, tant en personal com en formació.

Com a fisioterapeutes, crec que és especialment important el reconeixement explícit del nostre paper dins del sistema públic de salut, i posar en valor la necessitat de professionals especialitzats en l'abordatge d'aquestes patologies. Reforçant la idea que una atenció adequada només és possible amb coneixement específic, recursos i estructura. Aquesta resolució representa un pas important cap a un model assistencial més just, que reconegui la complexitat d'aquestes patologies i la necessitat d'abordatges especialitzats i continuats en el temps. És un assoliment col·lectiu, fruit del treball constant de moltes professionals compromeses, així com de l'impuls i la col·laboració activa de les associacions de pacients.

En aquest camí, m'agradaria posar en valor companyes que han estat i són referents. A la Reme Ruiz, per ser pionera i, en l'àmbit personal, per haver estat molt més que una referent: una guia, una mestra i aquest "sensei" que t'ensenya a mirar el pacient de veritat. D'ella he après que l'experiència clínica no només s'estudia, es viu i es construeix amb cada pacient, i que hi ha coneixements que no són als llibres sinó a les mans i en la manera d'entendre el que fem.

A companyes com l'Herminia García i la Meritxell Brunés, que des de l'associacionisme continuen lluitant per millorar les condicions i els tractaments d'aquests pacients. A la Yolanda Robledo, l'Anabel Casanovas, l'Ester Bergel i l'Àngela Rio, per la seva tasca en la formació de nous fisioterapeutes en aquest àmbit. I, per descomptat, a tantes altres companyes i companys —Alba, Sílvia, Núria, Irene, Marta, Laura i moltes més— que, en el dia a dia, sostenen l'atenció a aquests pacients amb compromís i dedicació.

QUÈ VULL FER?

M'agradaria contribuir a l'assoliment d'una fisioteràpia més especialitzada i reconeguda en limfologia. Tractar un limfedema no és només fer drenatge: és saber valorar, dosificar, embenar correctament i entendre que, per la gran variabilitat del sistema limfàtic, cada cas és diferent.

En aquest sentit, crec que impulsar la formació en compressió terapèutica és clau, ja que és una de les eines principals per garantir un tractament eficaç i adaptat a cada pacient. És precisament en aquesta línia que estem treballant juntament amb altres professionals des de l'Associació Espanyola de Compressió Terapèutica, impulsant formació a través de cursos en escoles universitàries com la de Sant Pau o Sant Joan de Déu, així com mitjançant sessions clíniques en hospitals, amb l'objectiu de millorar el coneixement i la pràctica en aquest àmbit.

El tractament de les patologies limfàtiques i del lipedema és sempre integral i multimodal, i no es pot entendre des de l'aplicació d'una sola tècnica concreta. Per això, és fonamental la inclusió de la fisioteràpia dins d'equips multidisciplinaris reals, amb la creació d'unitats de limfedema on hi hagi una col·laboració interdisciplinària efectiva i on el pacient sigui també part activa del seu propi procés terapèutic.

També és important visibilitzar que no existeix únicament el limfedema secundari al càncer de mama, sinó també el limfedema primari i altres causes que, igualment, haurien de poder accedir a un tractament adequat.

Creo necessari continuar impulsant la formació específica i el reconeixement d'aquestes patologies a nivell institucional. El següent pas és seguir treballant juntament amb associacions i societats científiques i professionals per a la integració del lipedema i de les patologies vasculars dins del catàleg de prestacions ortoprotèsiques del sistema públic de salut, per garantir l'accés a les peces de compressió terapèutica, que actualment sovint han de ser assumides pels mateixos pacients.

Alhora, també és imprescindible avançar cap a una major equitat territorial a Catalunya, impulsant centres de referència especialitzats que permetin garantir una atenció adequada, independentment del lloc on visqui el pacient.

Tot això només serà possible si continuem sumant esforços. Calen mans, calen fisioterapeutes formats i implicats que vulguin dedicar-se a aquest àmbit, perquè darrere de cada pacient hi ha una necessitat real d'atenció que avui encara no sempre està coberta.

I, sobretot, continuar formant part d'una professió que, quan treballa en equip, pot generar canvis reals.



Prevenció de riscos laborals i fisioteràpia: rol a l'empresa

La Prevenció de Riscos Laborals (PRL) ha evolucionat cap a un model més global, on la salut s'entén com un recurs estratègic per a les persones i les organitzacions. En aquest context, la figura del fisioterapeuta adquireix un paper clau, especialment davant l'impacte creixent dels trastorns musculoesquelètics (TME), que continuen essent una de les principals causes de baixa laboral, dolor persistent i reducció de la capacitat funcional.

La fisioteràpia i la prevenció comparteixen un mateix principi: anticipar-se al dany, adaptant tasques, entorns i hàbits de moviment per preservar la salut. Això converteix el fisioterapeuta —quan s'integra en l'àmbit preventiu— en un professional capaç d'unir la visió clínica amb la intervenció tècnica, oferint solucions reals i aplicables al dia a dia laboral.

Aquest article presenta el paper del fisioterapeuta tècnic en PRL i del fisioterapeuta com a assessor-terapeuta a l'empresa, i descriu les oportunitats professionals que aquest perfil híbrid pot desenvolupar en serveis de prevenció, departaments de salut ocupacional, organitzacions empresarials i consultoria tècnica.

UN VALOR AFEGIT ALS SERVEIS DE PREVENCIÓ

Els serveis de prevenció -propis o aliens- tenen entre les seves funcions identificar, avaluar i controlar els riscos associats a cada lloc de treball. En aquest equip multidisciplinari, el fisioterapeuta aporta una mirada única en la valoració dels riscos ergonòmics i en la prevenció dels TME.

La legislació vigent, com la Llei 31/1995 de Prevenció de Riscos Laborals insisteix en evitar els riscos i adaptar la feina a la persona, dos principis estretament relacionats amb la pràctica de la fisioteràpia. Acostumat a analitzar el moviment, la postura, la càrrega física i la demanda funcional, el fisioterapeuta incorpora una comprensió profunda del "com es fa" la feina i dels límits biomecànics del cos humà.

Entre les funcions més destacades del fisioterapeuta tècnic en PRL trobem:

- ▶ Avaluacions ergonòmiques avançades.
- ▶ Redisseny de llocs i fluxos de treball.
- ▶ Formació personalitzada basada en l'anàlisi funcional.
- ▶ Implementació de programes de benestar corporatiu.
- ▶ Seguiment i assessorament individual o grupal.

Les seves competències el fan especialment valuós en:

- ▶ L'aplicació i interpretació de metodologies ergonòmiques (REBA, OCRA, MAPO, NIOSH...);
- ▶ l'anàlisi funcional de tasques i gestos laborals;



- ▶ l'adaptació de llocs de treball basant-se en les característiques antropomètriques de l'individu i en les exigències biomecàniques del lloc, considerant alhora les especificitats físiques i fisiològiques de cada persona,
- ▶ i l'elaboració de propostes de millora realistes i operatives.

Aquest enfocament combina el coneixement del moviment amb la capacitat de transformar els entorns laborals, generant canvis mesurables en reducció del dolor, millora del rendiment i augment del benestar.

L'experiència de nombrosos serveis de prevenció demostra que incloure fisioterapeutes dins dels equips tècnics millora la precisió de les avaluacions ergonòmiques i facilita intervencions preventives més eficaces, ajustades a la realitat del lloc, a la capacitat de la plantilla i del treballador en concret.

A L'EMPRESA: DE PROFESSIONAL SANITARI A REFERENT PREVENTIU

Cada vegada més empreses incorporen el fisioterapeuta de manera directa en els seus centres de treball. El seu rol ja no se centra únicament en tractar molèsties, sinó en prevenir-les i anticipar-les.

Aquesta figura híbrida combina educació, assessorament i intervenció terapèutica quan és necessari. Les seves funcions principals inclouen:

- ▶ Programes de prevenció i detecció precoç de sobrecàrregues.
- ▶ Valoracions ergonòmiques en llocs clau.
- ▶ Pauses actives i rutines de mobilitat adaptades a cada àrea.
- ▶ Formació pràctica en el maneig segur de càrregues i hàbits posturals.
- ▶ Revisió de llocs amb petites adaptacions que redueixen el dolor i la fatiga.
- ▶ Acompanyament individual en casos recurrents de TME.
- ▶ Tractament terapèutic puntual i seguiment individual.

La seva presència genera un efecte directe: els treballadors tenen un referent sanitari accessible i de confiança, mentre que l'empresa observa resultats clars en forma de reducció de lesions, millora del benestar i descens de les incapacitats temporals. El fisioterapeuta, en aquest context, actua com un pont entre el lloc de treball i la persona, impulsant una cultura preventiva activa, no reactiva.

CONCLUSIONS: UNA OPORTUNITAT PROFESSIONAL I UNA NECESSITAT REAL

La fisioteràpia aplicada a la prevenció de riscos laborals representa una oportunitat professional en plena expansió. El fisioterapeuta —com a tècnic en PRL i/o com a assessor-terapeuta— ofereix una visió global que uneix salut, ergonomia i funcionalitat.

Integrar aquest perfil híbrid —tècnic i clínic alhora— en empreses i serveis de prevenció, millora la qualitat de les intervencions, identifica situacions de risc abans que derivin en TME i contribueix a crear entorns de treball més saludables i sostenibles. La Prevenció de Riscos Laborals és una via que no només amplia les sortides professionals de la fisioteràpia, sinó que reforça la seva dimensió social: millorar la vida de les persones mitjançant el moviment eficient i un disseny adequat del seu entorn laboral.

**“LA FISIOTERÀPIA
APLICADA A LA
PREVENCIÓ DE
RISCOS LABORALS
REPRESENTA UNA
OPORTUNITAT
PROFESSIONAL EN
PLENA EXPANSIÓ”**

El Grup de Treball d'Ergonomia i Riscos Laborals us convida a participar en l'enquesta que han preparat per ajudar-los a orientar i prioritzar les accions i activitats que realitzen com a grup.

L'objectiu de l'enquesta és conèixer millor la relació dels fisioterapeutes amb la prevenció de riscos laborals i l'ergonomia, així com identificar les vostres necessitats, inquietuds i interessos en aquests àmbits.

La vostra participació és molt important per poder impulsar iniciatives útils i adaptades a la realitat professional.



Teniu l'enllaç aquí
<https://forms.gle/za3dpcMC-m5ruX13p9>



El Col·legi impulsa el carnet col·legial en format digital

Continuem avançant en la digitalització dels nostres serveis amb la incorporació del carnet col·legial en un format compatible amb l'aplicació 'Wallet', disponible tant per a dispositius iOS (Apple) com Android. Aquesta nova credencial digital complementa el carnet físic i inclou les dades identificatives i el número de col·legiació en un únic suport, amb sistemes de verificació immediata i segura mitjançant un codi QR.



Trobaràs més informació a
<https://www.fisioterapeutes.cat/ca/colegiats/serveis/wallet>

**A DIA D'AVUI,
JA SOM MÉS
DE 1.000
FISIOTERAPEUTES
QUE DISPOSEM
DEL CARNET
DIGITAL! I TU, JA
TENS EL TEU?**



Noves conferències arreu de Catalunya per visibilitzar totes les dimensions de la salut pelviana

El nostre projecte divulgatiu sobre salut pelviana continua creixent amb l'objectiu d'apropar coneixement, prevenció i eines pràctiques a la població i als propis fisioterapeutes, contribuint a trencar silencis i tabús al voltant d'una part del cos essencial per al benestar, però encara poc coneguda.



Després d'haver iniciat aquest camí abordant diferents aspectes de la salut del sòl pelvià tant femení com masculí, fem un pas més i ampliem el projecte amb les disfuncions anorectals i colorectals, completant així una visió més global i integral de la salut pelviana.

Aquesta nova etapa inclou xerrades gratuïtes conduïdes per professionals especialitzats que abordaran la salut pelviana des de perspectives complementàries. Mireia Grossmann tornarà a encarregar-se del sòl pelvià femení amb unes sessions en les quals s'explicarà què és el sòl pelvià, els símptomes d'alerta i hàbits quotidians que poden afectar-lo, així com què podem fer per protegir-lo.

David Sánchez Rienda portarà de nou la salut pelviana masculina arreu de Catalunya amb una xerrada divulgativa per visibilitzar les disfuncions pelvianoperineals en l'home, en les quals s'hi abordaran les alteracions més habituals, els factors que hi influeixen i el paper de la fisioteràpia especialitzada en urologia i andrologia en la prevenció i el tractament.

I anem un pas més enllà! La fisioterapeuta Marta Jiménez posarà el focus en les disfuncions anorectals i colorectals, problemàtiques freqüents però encara invisibilitzades. En aquestes xerrades es parlarà de prevenció, hàbits saludables, signes d'alerta i del paper que hi juga la fisioteràpia coloproctològica en el seu tractament.

Amb aquesta ampliació, el projecte continua avançant cap a una visió integral de la salut pelviana, incloent totes les seves dimensions i etapes vitals, i reforçant el compromís amb la divulgació, la prevenció i el benestar.

Algunes de les conferències ja s'han realitzat, però encara n'hi ha moltes de programades que pots veure al web del Col·legi.

Conveni amb Cochrane per impulsar l'Observatori de la Recerca en Fisioteràpia

El Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya ha formalitzat un conveni de col·laboració amb l'Associació Col·laboració Cochrane Iberoamericana (ACCIb) per impulsar l'Observatori de la Recerca en Fisioteràpia a Catalunya dins les activitats de la iniciativa CLINÈRGIA.



L'Observatori aspira a esdevenir un referent català i, més en-avant, estatal i internacional en l'anàlisi sistemàtica de la recerca en fisioteràpia desenvolupada a Catalunya.

Disposarà d'un repositori web multilingüe (català i castellà) d'accés obert, amb les funcions com: identificació i registre d'estudis científics i dels grups de recerca, inclosió i classificació dels estudis, avaluació crítica de la qualitat metodològica, cercador d'estudis...

L'acord el van signar el passat 25 de març a Barcelona Ramon Aiguadé i Jordi Vilaró, degà i vocal del CFC, respectivament i, per part de l'ACCIb els doctors Xavier Bonfill i Fèlix Bosch. Aquest conveni estableix les bases d'una col·laboració institucional que vol reforçar la qualitat científica i l'impacte social de la pràctica sanitària.

En aquest marc, a través de l'Observatori de la Recerca, el Col·legi propiciarà la formació i assessorament en metodologia d'estudis no farmacològics, la participació de les persones col·legiades en projectes de recerca, accés a resultats i anàlisis de la recerca a Catalunya. Així mateix, contribuirà a la difusió dels resultats i avenços generats, reforçant el seu compromís amb una fisioteràpia basada en l'evidència i en la millora contínua de la qualitat assistencial.

AQUEST CONVENI REPRESENTA UNA OPORTUNITAT PER ENFORTIR ELS VINCLES ENTRE LA RECERCA I LA PRÀCTICA CLÍNICA, I PER SITUAR LA FISIOTERÀPIA EN UN PAPER ACTIU DINS LA GENERACIÓ I APLICACIÓ DE CONEIXEMENT CIENTÍFIC EN SALUT



TIMP Especialistes en fisioterapeutes

Vols pujar el teu centre al **següent nivell?**

- ✔ Optimitza l'agenda digital **automatitzant** reserves.
- ✔ **Redueix impagaments** cobrant directament in-app.
- ✔ Posa el **teu logo, nom i color** al mòbil dels teus clients.
- ✔ Porta el **Registre horari** complint la nova normativa.

Q **timp.pro**



Reserva ja una demo personalitzada

Acord de col·laboració amb Heidi Health per impulsar l'ús de la IA en la pràctica professional

CONVENI PER IMPULSAR L'ÚS DE LA IA EN L'ACTIVITAT PROFESSIONAL

El Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya i Heidi Health han signat un conveni de col·laboració amb l'objectiu de facilitar l'accés a eines digitals basades en intel·ligència artificial per als fisioterapeutes col·legiats i fomentar la innovació en la pràctica professional.

L'acord estableix una col·laboració orientada a millorar la documentació clínica mitjançant l'ús del programari desenvolupat per Heidi Health, especialitzat en solucions d'intel·ligència artificial aplicades a l'àmbit sanitari. A través d'aquesta aliança, els membres del Col·legi podran accedir a avantatges exclusius en l'ús de la plataforma. Entre els principals beneficis, que podeu trobar a l'apartat Club CFC de la web, disposaran d'accés il·limitat a la versió gratuïta del programari, així com una promoció de llançament que inclou sis mesos sense cost en les subscripcions professionals (Pro i Pro Equipos). Després d'aquest període, s'aplicarà un descompte permanent del 10% en aquestes modalitats.

La col·laboració tindrà una durada inicial d'un any, renovable automàticament.

Amb aquest conveni, totes dues organitzacions busquen impulsar la transformació digital de la fisioteràpia a Catalunya, facilitant noves eines tecnològiques que contribueixin a millorar l'eficiència clínica i la qualitat assistencial.



ACTUALITZA LES TEVES DADES

És molt important que si has canviat de domicili, dades de contacte, feina, entitat bancària, etc., ens ho comuniquis al més aviat possible per tal que tinguem les teves dades actualitzades. Disposar de dades correctes permet evitar errors administratius, retards en tràmits, problemes en comunicacions oficials, etc. A més, mantenir la informació al dia facilita l'accés a serveis i assegura la correcta recepció de notificacions importants. Per aquest motiu, és recomanable revisar i actualitzar les dades sempre que es produeixi qualsevol canvi rellevant.



Pots trobar els formularis de canvi de dades i més informació a <https://www.fisioterapeutes.cat/ca/colegiats/finestreta-unica/tramits-generals/modificacio-dades>

Descobreix Més Club CFC: més avantatges per a les persones col·legiades

Des del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya et presentem el nou Més Club CFC, una ampliació del Club CFC que evoluciona per oferir-te encara més beneficis pel fet de formar part del Col·legi.

Aquest nou portal incorpora una oferta més àmplia i variada, amb descomptes en categories com viatges, hotels, moda, cinema, restaurants i molt més, amb l'objectiu d'aportar-te valor tant en l'àmbit professional com en el teu dia a dia.

Entra i comença a gaudir de tots els avantatges. Recorda registrar-te i activar les teves comunicacions des del teu perfil per estar al dia de les últimes novetats i no perdre cap oportunitat. Amb aquesta ampliació, el Col·legi reforça el seu compromís amb la millora contínua dels serveis i amb el valor de pertinença de les persones col·legiades.



**Accedeix-hi des d'aquest enllaç:
descuentoscfc.ventajasvip.com**



+CLUB CFC

**GAUDEIX ARA DE LES OFERTES DEL
TEU PORTAL D'AVANTATGES!**

Per pertànyer al COL·LEGI DE FISIOTERAPEUTES DE CATALUNYA
tens accés a descomptes en grans marques
Estalvia fins a 300 €!

+400 OFERTES en categories top



Viatges, tecnologia, moda, oci, llar, energia, formació, alimentació, i molt més!



Registra't amb els darrers 5 dígits
del teu DNI i la lletra i comença a
gaudir del teu club

descuentoscfc.ventajasvip.com



Recorda fer la subscripció de correu electrònic
a les llistes de distribució del CFC per estar al
dia de tot el que t'ofereix com a col·legiat



**Col·legi
de Fisioterapeutes
de Catalunya**





► **Màster Universitari en Exercici Terapèutic**

Més informació: <https://www.blanquerna.edu/ca/master-universitari-en-exercici-terapeutic>

Número de crèdits: 60 ECTS

Data d'inici: 18 setembre de 2026

Dades de contacte: Departament de Futurs Estudiants
infosalut@blanquerna.edu

► **Màster Universitari en Fisioteràpia dels Esports d'Equip**

Més informació: <https://www.blanquerna.edu/ca/master-universitari-en-fisioterapia-dels-esports-dequip>

Número de crèdits: 60 ECTS

Data d'inici: 14 de setembre de 2026

Dades de contacte: Departament de Futurs Estudiants
infosalut@blanquerna.edu

► **Màster Universitari en Neurofisioteràpia**

Més informació: <https://www.blanquerna.edu/ca/master-universitari-en-neurofisioterapia>

Número de crèdits: 60 ECTS

Data d'inici: 3 d'octubre de 2026

Dades de contacte: Departament de Futurs Estudiants
infosalut@blanquerna.edu

► **Doctorat en Salut, Benestar i Bioètica**

Més informació: <https://www.blanquerna.edu/ca/doctorat-en-salut-benestar-i-bioetica>

Data d'inici: Novembre 2026

Dades de contacte: bsalutdoctorat@blanquerna.url.edu



► **Màster Universitari en Entrenament Personal i Readaptació Físicoesportiva**

Més informació: <https://www.tecnocampus.cat/master/master-universitari-en-entrenament-personal-i-readaptacio-fisicoesportiva>

Número de crèdits: 60 ECTS

Data d'inici: 2 d'octubre de 2026

Dades de contacte: formaciopermanent@tecnocampus.cat



► **Màster Universitari en Readaptació a l'Activitat Física i la Competició Esportiva**

Més informació: <https://girona.euses.cat/estudis/master-readaptacio-activitat-fisica-i-competicio-esportiva/>

Número de crèdits: 60 ECTS

Data d'inici: 25 de setembre del 2026

Dades de contacte: master-readaptacion@euses.cat





► **Màster Universitari en Fisioteràpia del Sistema Musculoesquelètic | UManresa**

Més informació: <https://www.umanresa.cat/ca/estudis/masters/fisioterapia-del-sistema-musculoesqueletic>

Número de crèdits: 60 ECTS

Data d'inici: Octubre de 2026

Dades de contacte: Remi Gontí (rgontie@umanresa.cat)

► **Programa de Doctorat en Ciències de l'Esport i del Moviment Humà | UVic**

Més informació: <https://www.uvic.cat/doctorat/ciencias-de-lesport-i-del-moviment-huma>

Dades de contacte: Anna Puig Ribera

► **Programa de Doctorat en Cures Integrals i Serveis de Salut | UVic**

Més informació: <https://www.uvic.cat/doctorat/cures-integrals-i-serveis-en-salut>

Dades de contacte: Laia Bosch Presegué

► **Programa de Doctorat Interuniversitari en Cures Integrals i Serveis de Salut**

Més informació: <https://www.uvic.cat/doctorat/cures-integrals-i-serveis-en-salut>

Dates: Preinscripció, del 25 de juny al 9 de juliol de 2026 i matrícula del 14 al 20 de setembre de 2026

Dades de contacte: laia.bosch@uvic.cat

► **Màster d'Envel·liment i Salut**

Més informació: <https://www.urv.cat/ca/estudis/masters/oferta/envel·liment-salut/>

Número de crèdits: 60 ECTS

Data d'inici: 1 d'octubre de 2026

Dades de contacte: master.envel·liment.salut@urv.cat

► **Doctorat en Biomedicina**

Més informació: <https://www.doctor.urv.cat/ca/futurs-estudiants/oferta/7702/index/>

Data d'inici: Preinscripcions al juliol, consulteu el web: <https://www.doctor.urv.cat/ca/doctorands/matricula-permanencia-ajuts/normativa/>

Dades de contacte: natalia.ferre@urv.cat

► **Màster oficial Interuniversitari en Ciències del Sistema Nerviós: Neurotoxicologia, Neuropsicofarmacologia, Fisioteràpia Neuromusculoesquelètica, Neurorehabilitació**

Més informació: <https://www.urv.cat/ca/estudis/masters/oferta/sistema-nervios/>

Número de crèdits: 60 ECTS

Data d'inici: 3 novembre 2026

Dades de contacte: manuel.santafe@urv.cat



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