

Noticiari de

# Fisioteràpia

gener - febrer 2014      núm. 90



Col·legi de  
Fisioterapeutes  
de Catalunya

## Treballar a França

**Cooperació internacional:  
l'autoformació al territori.  
Motiu i objectius del viatge**

**Entrevista a Xavi Polo**



**opinió**

**03**

Catalans al món. . . . . 03

**04 a 15**

**nosaltres**

El tema del mes. . . . . 04



*Treballar a França*

Activitats col·legials . . . . . 08

Qui és qui? . . . . . 13



Activitats de la Societat de  
Fisioteràpia de l'ACMCB. . . . . 14

**16 a 21**

**a fons**



*Cooperació internacional: l'autoformació al territori. Motiu i objectius del viatge*

**personatge**

**22 a 25**

Entrevista a Xavi Polo



**oci i cultura**

**26 i 27**

**Ajuda'ns a millorar!**

Ens interessa la teva opinió. Per aquest motiu posem al teu abast diverses vies perquè puguis exposar queixes, agraïments, suggeriments o comentar aquelles qüestions que t'amöinen entorn de la professió:

- Bústia Opina a [www.fisioterapeutes.cat/opina](http://www.fisioterapeutes.cat/opina)
- Via directa amb la Junta, segon dilluns de cada mes, de 17.00 h a 19.00 h (demana hora a [juntadegovern@fisioterapeutes.cat](mailto:juntadegovern@fisioterapeutes.cat))
- Qualsevol mitjà de comunicació existent (correu electrònic, fax, carta postal, etc.)



edita



Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya

JUNTA DE GOVERN

Degà: Manel Domingo Corchos, Vicedegana: Montserrat Inglès Novell, Secretari: Gabriel Liesa Vivancos, Vicesecretària: Marta Romera Durà, Tresorer: Ramon Aiguadé Aiguadé, Vocals: Maria Giné Garriga, Rafel Donat Roca, Benilde Martínez González, Eva Cirera Serrallonga, Rafel Nadal Dolcet, Núria Coral Ferrer

REDACCIÓ

Coordinació i redacció: Silvia Quiñonero Gómez, Redacció i correcció: Marta Bordas Manjón, Disseny i maquetació: Jordi Rodríguez Ramos, Fotografia: Arxiu Col·legi. Publicitat: publicitat@fisioterapeutes.cat, Redacció Noticiari: noticiari@fisioterapeutes.cat, Administració: Marisa Cantarero i Galiano

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.

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

Cevagraf. Arts Gràfiques Praga, 22-24 · P.I. Cova Solera 08191 Rubí

D.L.: B-11846/97

ISSN: 1137-6287



# Catalans al món

La situació econòmica del nostre país – entre d’altres- ha portat a un bon nombre de fisioterapeutes catalans a cercar oportunitats laborals fora de les nostres fronteres. No són poques les “dificultats” a les quals s’han d’enfrontar els emprenedors que decideixen encetar aquest camí.

Actualment, el Col·legi assessora exclusivament a nivell dels passos que ha de donar un fisioterapeuta perquè el seu títol sigui bé reconegut o bé homologat en un altre país. Però, certament, la complexitat d’executar aquesta decisió és més àmplia. Fer un canvi de país per desenvolupar una activitat professional comporta haver de conèixer el sistema sanitari, les competències professionals del fisioterapeuta del lloc on exercirem, la legislació sanitària a què estarem sotmesos, l’organització dels seus col·legis professionals... Sovint tant el sistema, les competències o la legislació poden no ser iguals. Altrament genera la necessitat de conèixer el sistema laboral, fiscal i els passos necessaris per poder llogar una vivenda, pagaments de comunitats de veïns, etc.

Pels motius anteriorment exposats, hem decidit iniciar un sistema formatiu que contempli la totalitat de les necessitats que un fisioterapeuta pot requerir si decideix exercir fora de les nostres fronteres, o bé que li serveixi per valorar el fet de fer-ho. Aquesta iniciativa és pionera en la nostra professió, i no s’ofereix, actualment, a cap col·legi de fisioterapeutes de l’estat.

La destinació més comuna dels fisioterapeutes catalans és França, i per aquest motiu en breu s’iniciarà una formació que contemplarà els aspectes anteriorment exposats en aquest país. La nostra voluntat és la de transferir el coneixement necessari als fisioterapeutes, per tal que puguin fer aquest camí amb la màxima fiabilitat possible i evitar, tant



com sigui possible, els errors que, per desconeixement, poden cometre.

La decisió de realitzar aquesta acció no ha estat fàcil. Intentem, en la mesura del possible, fer actuacions que evitin que els nostres companys i companyes hagin de trobar oportunitats laborals fora de les nostres fronteres, però ens sembla evident que no ens podem limitar a fer exclusivament aquest tipus d’accions, ja que la realitat que ens envolta ens indica que actualment hi ha un nombre important de fisioterapeutes que bé ja han pres aquesta decisió o bé estan valorant prendre-la.

Esperem que trobeu interessant aquesta acció i que sigui d’utilitat per a aquells que valoren el fet de “marxar de casa”. Ens agradaria que estigués activa per poc temps, això seria un bon indicador de que la situació millora.

Manel Domingo  
Degà del CFC

# Treballar a França



*Prop de 26.500 són els catalans que, a dia d'avui, viuen i treballen a França. Gairebé el 13% de la població catalana que resideix a l'estranger ho fa al país veí.*

Dins d'aquestes xifres hi som, també, els fisioterapeutes. Més de 400 nous graduats es col·legien cada any al Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya amb la convicció d'iniciar la seva carrera professional.

Des de fa alguns anys, l'oferta de fisioterapeutes excedeix la demanda i cada cop es fa més difícil trobar feina a Catalunya. Si a més, fem un cop d'ull als nostres veïns, podem valorar les condicions laborals dels *masseurs kinésithérapeutes* que ens treuen un clar avantatge: jornades laborals de 35 hores setmanals i salaris molt per sobre dels nostres convenis, són algunes de les ca-

racterístiques que han convertit marxar a França en una opció més que atractiva per a molts fisioterapeutes.

Tampoc podem ignorar que d'acord amb l'Eures, el Portal Europeu de la Mobilitat Professional, la nostra professió és una de les més demandades a França, i no és d'estranyar que tants companys estiguin desenvolupant la seva carrera professional més enllà dels Pirineus.

Treballar a França exigeix, com a qualsevol altre país, estar en possessió de l'homologació del títol, el que ells

## nosaltres ↗ El tema del mes

en diuen l'*Equivalence*, i estar inscrit al col·legi professional de rigor, en aquest cas l'*Ordre des Masseurs-Kinésithérapeutes*.

Els tràmits per homologar el títol s'inicien al *Ministerio de Educación, Cultura y Deporte*, el qual ens haurà d'expedir l'acreditació del nostre títol.



La documentació sol·licitada pel MECD per tramitar l'acreditació del títol és la següent:

- Sol·licitud de l'acreditació del títol que trobarem al web del Ministeri.
- Fotocòpia compulsada del títol de diplomat/graduat en Fisioteràpia o del certificat del rector de la universitat.
- Fotocòpia compulsada del DNI.
- Fotocòpia compulsada de l'expedient acadèmic.

Aquest tràmits es poden fer per via telemàtica o bé enviant la documentació per correu postal certificat a l'adreça del Ministeri.

Un cop rebem, al nostre domicili, l'acreditació del nostre títol podrem iniciar els tràmits per obtenir l'homologació a França.

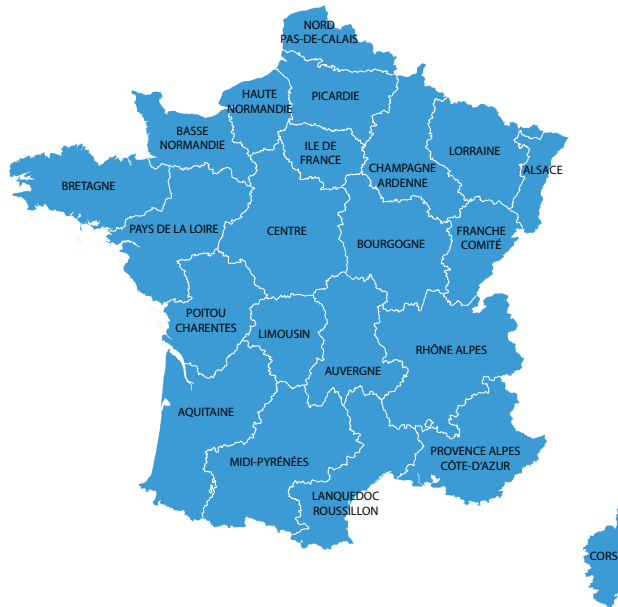
El primer pas és contactar amb la DJRSCS (*Direction Régionale de la Jeunesse des Sports et de la Cohésion Sociale*) i demanar el formulari de sol·licitud, que variarà depenent de la regió on decidim tramitar el nostre títol.



Liberté • Égalité • Fraternité  
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

DIRECTION RÉGIONALE  
DE LA JEUNESSE, DES SPORTS  
ET DE LA COHÉSION SOCIALE  
D'ALSACE

Cal tenir en compte que, tot i que des de fa pocs anys els tràmits ja no es troben centralitzats a París, un cop obtinguem l'homologació del nostre títol, aquest serà vàlid per treballar en qualsevol regió del país, independentment de la regió on haguem realitzat els tràmits.



La documentació que ens demanaran és comuna a totes les regions:

- Sol·licitud de demanda d'autorització per exercir a França (cal demanar-ho a la DRJSCS).
- Fotocòpia compulsada del DNI i la seva traducció jurada.
- Fotocòpia compulsada de l'acreditació del títol de fisioterapeuta del Ministeri Espanyol de Educació i la seva traducció jurada.
- Fotocòpia compulsada del títol de fisioterapeuta o del certificat substitutori del títol (certificat del rector) i la seva traducció jurada.
- Fotocòpia compulsada d'altres títols universitaris de l'àmbit de les ciències de la salut i la seva traducció jurada (OPCIONAL).
- Fotocòpia compulsada de totes les formacions continuades, postgraus i/o màsters relacionats amb la Fisioteràpia i la seva traducció jurada.
- Certificació de l'experiència professional en Fisioteràpia i la seva traducció jurada.
- Fotocòpia compulsada de l'expedient acadèmic i la seva traducció jurada.
- Fotocòpia compulsada del certificat d'estades clíniques (pràctiques) i la seva traducció jurada.
- Certificat de penals i la seva traducció jurada. El certificat de penals es pot tramitar a les Gerències Territorials de Justícia de Catalunya.
- Certificat de col·legiació per treballar a l'estranger i la seva traducció jurada.
- Traducció jurada i còpia del pla d'estudis on hi consti: el nom de l'assignatura, la descripció i les hores i/o crèdits, i les competències de cadascuna d'elles.

## nosaltres ➤ El tema del mes

Tota la documentació que enviem a França haurà d'anar acompanyada de la seva traducció jurada. Aquestes traduccions hauran de ser realitzades per un dels traductors jurats del Ministerio de Asuntos Exteriores. Al web del Ministeri trobarem el llistat oficial ([www.mecd.gob.es](http://www.mecd.gob.es)).

Un cop enviada tota la documentació per correu postal certificat a l'adreça de la DRJSCS de la regió on sol·licitem l'homologació, rebrem, al domicili indicat, la resolució en un termini d'entre 4 i 6 mesos.

Depenent de les hores de formació que tinguem, així com de la nostra experiència laboral en tots els àmbits de la Fisioteràpia, és possible que abans d'atorgar-nos l'*Equivalence*, ens sol·licitin la realització d'unes estades clíniques.

Les estades clíniques sempre es realitzaran en territori francès. Juntament amb la carta de la resolució, rebriem un llistat de centres, habitualment de la mateixa regió, on podrem realitzar les estades clíniques. Haurérem de contactar amb el centre que triem per realitzar les hores que la DRJSCS hagi determinat per a cada àmbit de la Fisioteràpia.

El rebuig d'un expedient és poc freqüent, però en aquests casos es notifica per correu postal. Si fos el cas, trobaríem a peu de pàgina les instruccions necessàries per a la presentació del recurs. Tenim la possibilitat d'enviar l'expedient a una nova regió, però haurérem de comunicar-ho prèviament a la regió anterior on hauran de donar de baixa la nostra sol·licitud. S'aconsella esperar un cert temps per poder incorporar nova formació i/o experiència laboral.

Un cop obtinguem l'homologació del nostre títol per treballar a França, ens haurem d'inscriure a l'*Ordre des Masseurs-Kinésithérapeutes*, on ens demanaran un seguit de documentació que trobarem al seu web.



Ordre des  
masseurs-kinésithérapeutes

### Tipus de contractes principals a França

#### Contracte de Durada Indeterminada - CDI (*Contrat à durée indéterminée*)

Aquest contracte no té períodes de treball. L'empresa i el treballador en decideixen la durada. Sol establir-se un període de prova, habitualment de 3 mesos.

#### Contracte de Durada Determinada - CDD (*Contrat à durée déterminée*)

Aquest és un contracte a temps complet per un període determinat. No hi ha un període mínim, encara que l'habitual és de 9 mesos. Només pot ser renovat el mateix període que la part inicial. El període màxim que una persona pot treballar amb aquest contracte és de 18 mesos, després haurà de ser cessat o transferit a un CDI.

#### Contracte de treball temporal (*Contrat temporaire*)

Les condicions d'aquest contracte són pràcticament les mateixes que pel CDD. La diferència és que contempla a 3 parts: empleat, agència d'ocupació i empresa ocupadora. Les empreses només poden tenir empleats temporals per al desenvolupament d'una activitat de curt termini.

#### Contracte de treball a temps parcial (*Contrat de travail à temps partiel*)

Una feina a temps parcial és aquella que, sense tenir una jornada mínima requerida per la llei, les hores de treball són inferiors a la jornada de treball legal (35 hores setmanals). Una empresa que aplica la durada legal del treball a les 35 hores, considera empleats a temps parcial aquells la jornada dels quals és igual a 34 hores o menys. Un empleat a temps parcial pot tenir diversos ocupadors, però la suma de les durades dels treballs realitzats no han d'excedir els terminis màxims legals.

#### Feina intermitent

(*Le travail intermittent*)

Aquest tipus de contractes s'utilitzen, principalment, per a ocupacions de temporada, com la collita de raïm o treballs en la indústria de turisme.

## nosaltres ↗ El tema del mes

Si ens decidim treballar a França, hi ha alguns altres aspectes que no hem d'oblidar, a més de la tramitació del títol:

- Pel que fa al **Permís de residència** cal saber que tenim dret a residir al país comunitari on treballem. Per a períodes superiors a tres mesos, aquest dret faculta per obtenir una targeta de resident comunitari.
- Respecte al **Permís de conduir**, el més habitual és que pugueu circular amb el vostre carnet de conduir espanyol en qualsevol dels països comunitaris portant la traducció del mateix en l'idioma del país de destí. Aquesta traducció es pot realitzar al consolat del país al que s'ha de viatjar, al RACE o per un intèrpret jurat. També es pot sol·licitar el Permís de conduir Internacional a l'oficina de la Direcció General de Trànsit.
- L'**Assegurança mèdica** és un altre punt important a tenir en compte a l'hora de marxar a treballar a l'estranger. La targeta sanitària europea ofereix cobertura sanitària tant en cas de malaltia com d'accident. La tramiten a qualsevol de les oficines de la Seguretat Social. Només cal presentar la targeta sanitària. Té una validesa d'un any per a les persones treballadores o els seus familiars, i de quatre anys per a les persones pensionistes. Aquesta targeta té validesa als països de la Unió Europea, l'Espai Econòmic Europeu i Suïssa.



Per últim, recordar-te que el Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya està a la teva disposició per ajudar-te en tot el referent als tràmits. Si tens qualsevol dubte sobre aquest tema, pots demanar cita i t'atendran personalment.

### Enllaços d'interès

Seu electrònica del Ministeri d'Educació, Cultura i Esports  
<https://sede.educacion.gob.es>

Ministère des Affaires sociales et de la Santé  
[www.sante-sports.gouv.fr](http://www.sante-sports.gouv.fr)

Directions Régionales de la Jeunesse, des Sports et de la Cohésion Sociale  
[www.drjscs.gouv.fr](http://www.drjscs.gouv.fr)

Consolat de França a Espanya  
[www.consulfrance-madrid.org](http://www.consulfrance-madrid.org)

Federació francesa de Fisioterapeutes  
[www.ffmkr.org](http://www.ffmkr.org)

Ministère Éducation Nationale  
[www.education.gouv.fr](http://www.education.gouv.fr)

Ministère du Travail, de l'Emploi, de la Formation Professionnelle et du Dialogue Social  
[www.travail-solidarite.gouv.fr](http://www.travail-solidarite.gouv.fr)

Ministère de l'Économie et des Finances  
[www.minefe.gouv.fr](http://www.minefe.gouv.fr)

Ambaixada d'Espanya a França  
[emb.paris@maec.es](mailto:emb.paris@maec.es)

Servei Públic Estatal de Treball  
[www.sepe.es](http://www.sepe.es)

Portal europeu de mobilitat professional (Eures)  
[www.ec.europa.eu/eures](http://www.ec.europa.eu/eures)

Agència de treball del Govern Francès  
[www.pole-emploi.fr](http://www.pole-emploi.fr)

Agència Nacional de professionals i executius  
[www.apec.fr](http://www.apec.fr)

Ordre des masseurs-kinésithérapeutes  
[www.ordremk.fr](http://www.ordremk.fr)

Direcció General de Trànsit  
[www.dgt.es](http://www.dgt.es)

### Fonts

Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya

Ministère des Affaires sociales et de la Santé

Ordre des masseurs-kinésithérapeutes

IDESCAT

Eures

## El CFC i el CPFCM s'uneixen en una campanya conjunta: "12 mesos, 12 consells de salut"

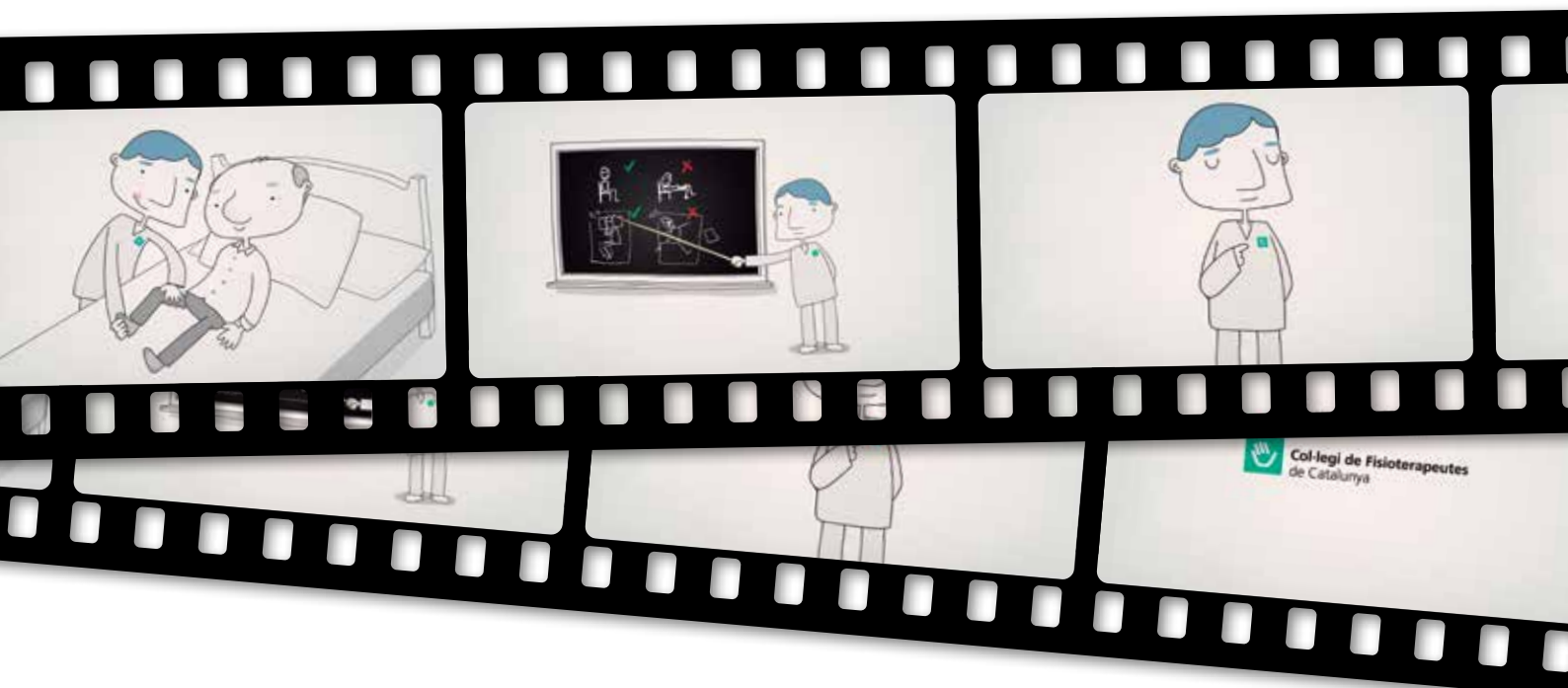


El Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya (CFC) i el Col·legio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid (CPFCM) ens hem unit per desenvolupar, de manera conjunta, la campanya "12 mesos, 12 consells de salut", que té per objectiu prevenir les lesions o problemes de salut que pateix la població com a conseqüència de determinats mals hàbits quotidians i mostrar els beneficis que la Fisioteràpia pot aportar en aquest sentit.

Aquesta campanya, que va iniciar el CPFCM l'any passat, pretén conscienciar a la ciutadania sobre els riscos que poden patir quan realitzen activitats de la vida diària adop-

tant males postures, i les precaucions que cal tenir present per evitar lesions o problemes musculoesquelètics.

Amb aquest objectiu, hem elaborat 12 videoconsells amb recomanacions de salut, que s'emetran mensualment i de manera simultània a la Comunidad de Madrid i Catalunya. En el primer vídeo (<https://vimeo.com/84848727>), corresponent al mes de gener s'informa a la població dels beneficis que aporta la Fisioteràpia a la gent gran i dependent i s'explica com la nostra professió manté, recupera o incrementa la salut d'aquestes persones, i com millora la seva qualitat de vida.





## La seu col·legial acull la conferència *Una visió diferent del fisioterapeuta davant d'un diagnòstic de càncer de mama: prevenció, prevenció i prevenció*

El passat 16 de gener, la seu col·legial de Barcelona va acollir la conferència *Una visió diferent del fisioterapeuta davant d'un diagnòstic de càncer de mama: prevenció, prevenció i prevenció*, a càrrec de la fisioterapeuta de la Unitat Funcional de la Patologia de la Mama del Servei de Rehabilitació de l'Hospital Clínic de Barcelona, membre fundador i de la junta directiva de l'associació gAmis (Grup d'Ajuda Mama i Salut) i coordinadora de la Comissió d'Onco-Hematologia i Cures Pal·liatives del Col·legi, Sra. Montserrat Gironès.

La conferència va girar entorn de la visió personal i la pròpia experiència de la Sra. Gironès amb el Protocol de prevenció del limfedema de l'Hospital Clínic de Barcelona. Aquest protocol es basa en l'inici precoç d'una sèrie d'exercicis específics i en l'establiment de tractaments immediats davant la presència d'edemes inicials. És en aquest sentit que la paraula 'prevenció' pren tanta rellevància, atès que aquest protocol en fa especial incidència des de tres angles: prevenció del limfedema, prevenció de les seqüeles o possibles problemes d'espatlla i prevenció de possibles complicacions a causa de la toxicitat dels fàrmacs. Aquest protocol s'ha ampliat aquest darrer any amb dues xerrades informatives: la primera, sobre els beneficis que aporta als pacients; la segona, sobre l'ergonomia i consells per a la vida diària; a més, s'ha elaborat una guia d'exercici físic (<http://issuu.com/gamis/docs/2013-10-22-final>) i s'han preparat un seguit d'exercicis adients per a la segona etapa abans de l'alta definitiva, que es presenten en un vídeo ([www.gamisassociacio.org/04+exercicis.php](http://www.gamisassociacio.org/04+exercicis.php)).

En els anys que el programa porta en funcionament, els resultats són força esperançadors, amb una disminució de les complicacions a curt, mig i llarg termini.

Al marge de la revisió del protocol de prevenció del limfedema, la Sra. Gironès va destacar, en tot moment, la importància d'una bona, correcta i clara informació diri-



gida a la persona diagnosticada i a la seva família, una informació que l'apodera a l'hora de decidir el protocol a seguir entre els que se li ofereixen i va fer incidència de la rellevància del moviment contra la fatiga provocada per la toxicitat dels fàrmacs.



**SPORT-TAPE**  
Endura Sport Tape 25 mm. x 13,7 m. Beige.  
Endura Sport Tape 38 mm. x 13,7 m. Beige.  
Endura Sport Tape 50 mm. x 13,7 m. Beige.

**FIX-TAPE**  
Endura Fix 50 mm. x 10 m. Blanco.  
Endura Fix 100 mm. x 10 m. Blanco.

**ENDURA-KIT**  
Endura Kit:  
Endura Sport Tape 38 mm. + Endura Fix 50 mm.

## Endura Tape

La venda original para su uso en la **técnica McConnell**  
Jenny McConnell utiliza exclusivamente la venda Endura Tape y es la única marca de  
venda que recomienda para la aplicación de su método de tratamiento.



Para venta directa consulte con el  
distribuidor más cercano

**BIOCORP** PAPERING KIT  
IMPORTADOR OFICIAL PARA ESPAÑA

www.biocorp.es

## Fisiomed realitza xerrades sobre higiene postural als alumnes de les escoles de Cervera



El centre de salut FISIOMED de Cervera, i al seu capdavant la fisioterapeuta i osteòpata Núria Manlleu (col. 1016) i la podòloga del centre, Sílvia Balagueró, està realitzant xerrades divulgatives sobre higiene postural als alumnes de les escoles de Cervera.

Com tots sabeu, la higiene postural és necessària per prevenir àlgies i desviacions de la columna vertebral. Entenem per higiene postural una sèrie de normes per mantenir una postura correcta, tant en posicions estàtiques com mentre es realitzen moviments i esforços, minimitzant la càrrega que rep la columna vertebral i, en definitiva, l'esquena. Doncs bé, la importància d'una bona higiene postural esdevé cabdal en nens i nenes en etapes de creixement prepuberal.

La motivació per iniciar aquest cicle de xerrades a les escoles és personal. Per una part, una vocació educativa que sempre ha estat latent darrere la meua veritable passió, el cos humà, i, per l'altra, una experiència personal, doncs el meu fill de 12 anys està actualment fent un creixement puberal correcte gràcies a la detecció precoç d'una actitud escoliòtica als 9-10 anys que s'ha corregit amb podologia, Fisioteràpia i osteopatia.

Per tant, el motiu principal de les xerrades és prevenir, detectar i tractar àlgies vertebrals i escoliosis en nens i nenes en etapa de creixement. En estudis sobre aquest tema, s'ha comprovat que un 6% dels alumnes tenen mal d'esquena i que, aquest percentatge, augmenta més d'un 50% entre els 12-13 anys (estudi Dr. Ebrí, traumatòleg infantil de l'Institut valencià d'ortopèdia infantil, 2005), essent, posteriorment en l'adult, una de les causes més comunes de baixa laboral.

Per altra banda, no cal dir que és una bona manera de fer conèixer la nostra professió i el nostre centre als alumnes i a les seves famílies. Ho fem a través de la

pròpia xerrada, la informació que arriba a casa seva, la divulgació a través del nostre Facebook i dels diaris de la zona. És una tasca que ens pren temps de la nostra consulta però que estem segurs recuperarem amb escreix.

No fa més de dues setmanes, vaig tenir a la consulta de Fisiomed el cas d'un pacient de 20 anys que consultava perquè feia més de dos anys que patia dolor lumbar i aquest dolor havia augmentat últimament al fer exercicis al gimnàs. En el diagnòstic fisioterapèutic es va detectar una escoliosi que es va confirmar radiogràficament com a escoliosi estructurada. Així va ser com aquest noi va saber, als 20 anys, que patia una malaltia estructural de la columna i que, a causa de no ser detectada a temps en l'etapa de creixement, no es podria corregir. Aquesta és només una de les històries que ens trobem tot sovint i que volem ajudar a evitar amb aquesta tasca divulgativa a les escoles sobre higiene postural.

Aquest curs escolar 2013-2014, Fisiomed ha iniciat la campanya "La Fisioteràpia a l'escola", desenvolupada pel Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya on, una fisioterapeuta i una podòloga van a les classes de nens i nenes en etapa de creixement (6è de primària i 1er de secundària) i realitzen una xerrada sobre la higiene postural i, posteriorment, una valoració ràpida de l'esquena i els peus del nen/a per poder detectar algun problema que podria evitar casos com el del pacient que citàvem anteriorment.

De moment, s'han realitzat xerrades a nens i nenes de 6è i 1er ESO (11 i 12 anys) a 4 escoles i professors en una. Ens resten 2 escoles més.

A les xerrades els hi expliquem, entre d'altres temes: com han de seure, com han d'estar davant l'ordinador, com han d'agafar un pes, com han de dormir, i com i què han de portar a les motxilles. El tema de les motxi-

## nosaltres ↗ Activitats col·legials

lles sempre és un dels més interessants i crec que és molt important que en prenguin consciència. El pes de la motxilla no pot superar el 10% del pes del nen/a i la majoria de les que pesem fan el doble (entre 6 i 9 kg) i han de dur-la penjada de les espatlles, ben alta i enganxada a l'esquena, si pot ser, amb uns arnesos a l'altura del pit i a nivell lumbar. L'hospital Sant Joan de Déu de Barcelona i l'empresa MiquelRius han dissenyat aquest tipus de motxilles ergonòmiques i, nosaltres fins i tot hem contactat amb botigues de Cervera per qui vulgui fer aquesta compra en benefici de la salut de l'esquena del seu fill/a.

A les xerrades utilitzem material de la campanya "La Fisioteràpia a l'escola" que va desplegar el Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya i, en la valoració clínica ràpida que efectuem a continuació a cada nen/a, procurem detectar problemes de columna o de peus. En aquest cas, el nen arriba amb una nota a casa seva on s'explica el que s'ha detectat i la conveniència d'una visita a l'especialista, fisioterapeuta o podòleg, per estudiar més detingudament el cas.

Les xerrades tenen una durada aproximada d'una hora i esperem que la seva repercussió sigui positiva per a tota la vida.



Núria Manlleu Morros. Fisioterapeuta i Osteòpata de Fisiomed (Cervera)

Sílvia Balagueró Espinosa. Podòloga de Fisiomed (Cervera)

[www.fisiomedcervera.com](http://www.fisiomedcervera.com)

Busca'ns al Facebook "FISIOMED"



# TEMTEX KINESIOLOGY TAPE

*La venda neuromuscular más equilibrada del mercado*

## POROSIDAD

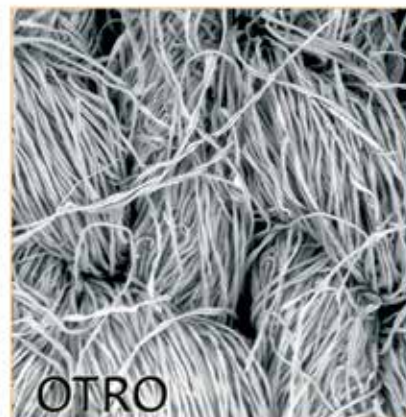
esencial para el mantenimiento de una piel sana.

**TEMTEX, Venda Neuromuscular de Alta Porosidad**

**TEMTEX, producto sanitario Clase I**



*Microfotografías Electrónicas de Vendas Neuromusculares, obtenidas en el Estudio realizado por AITEX*



*El Instituto Tecnológico Textil AITEX, es un centro tecnológico dedicado a la investigación, que está acreditado como Laboratorio de Ensayos por la ENAC - Entidad Nacional de Acreditación.*

**TAPE NEUROMUSCULAR DE MÁXIMA CALIDAD**  
**150%-160% de elasticidad**  
**ALTA POROSIDAD**



[www.temtex.es](http://www.temtex.es)



## Grup d'Interès de l'Alt Urgell del CFC recapta diners per a La Marató de TV3 amb una activitat de psicomotricitat infantil

El passat diumenge dia 15 de desembre, coincidint amb la data de La Marató de TV3, el Grup d'Interès de l'Alt Urgell va organitzar una activitat de psicomotricitat infantil amb l'objectiu de recaptar fons per a aquesta edició de La Marató.

L'activitat, que es va dur a terme al Palau Municipal d'Esports de La Seu d'Urgell, anava dirigida a infants d'entre un i mig i set anys, i es va organitzar en dos espais per tal de poder adaptar millor les característiques del material a les edats dels nens i nenes.

Aquesta va ser la primera edició de l'activitat, i l'organització es va mostrar molt satisfeta amb l'acollida que va tenir. Els nens i nenes van gaudir molt dels jocs, i es va aconseguir una recaptació de 315 euros.

Des d'aquí volem agrair sincerament a totes les famílies que hi van participar, ja que sense el seu suport no hauríem pogut aconseguir aquest objectiu. També volem agrair a les entitats que van donar suport al Grup d'Interès: l'Ajuntament de La Seu d'Urgell, el CDIAP-



Consell Comarcal, la Llar de Sant Josep, i també donar les gràcies a en Pere Frases, que va cedir desinteressadament tot el seu material de psicomotricitat.

Esperem poder tornar a trobar-nos tots novament en la propera edició de La Marató!!!

## Tot a punt per posar en marxa el Projecte d'exclusió social del CFC

Tal i com es va explicar en l'assemblea del passat 18 de desembre, el CFC posarà en marxa, aquest 2014, el Projecte d'exclusió social.

El vocal de la Junta de Govern i responsable del projecte, Sr. Rafel Donat, ha explicat que "des de principis de l'any 2013 s'ha treballat en un cronograma per

contactar amb entitats del tercer sector per poder atendre a població en situació marginal". En aquest sentit va afegir que "actualment podem dir que tenim el primer conveni signat amb Creu Roja per col·laborar en tallers de la tercera edat juntament amb els TO de Creu Roja per, posteriorment, fer tallers més específics i més centrats en Fisioteràpia".

## Torna el projecte col·legial *La Fisioteràpia a l'escola*

Arran de les reunions mantingudes pel degà del CFC, Sr. Manel Domingo, i pel tresorer, Sr. Ramon Aiguadé, amb l'Ajuntament de Lleida el passat any, està previst que aquest 2014 la nostra campanya "La Fisioteràpia a l'escola" s'inclouï dins del projecte "L'aventura de la vida", un programa d'activitats que la Regidoria de Joventut de l'esmentat ajuntament realitzarà a les escoles de la capital lleidatana.

El projecte de "La Fisioteràpia a l'escola" es va iniciar fa un parell d'anys per tal d'incidir positivament en els hàbits posturals, de manipulació de càrregues i d'activitat física dels més joves; i va adreçada a nens i nenes amb edats compreses entre els 6 i 12 anys, mestres, i pares i mares.



## nosaltres ↗ Qui és qui?

### Tomàs Tegiacchi

Coordinador de la Comissió d'Acupuntura del CFC

#### Qui sóc?

Sóc el Tomàs Tegiacchi. Vaig estudiar Fisioteràpia a la Fundació Universitària del Bages (FUB), promoció 2004-2007. Tinc dues formacions complementàries: acupuntor des del 2008 cursat a CENAC i, des de l'any passat, osteòpata C.O format a l'Escola del Concepte Osteopàtic (ECO).

He estat influenciat des de petit per la família de sanitaris de la qual formo part, atès que el meu avi era metge especialista en rehabilitació i termalisme i el meu pare, el Marcelo, és traumatòleg i acupuntor. Ells m'han aportat molts coneixements i les tres H: humanitat, humor i humilitat.

Tanmateix, hi ha dues persones que també han marcat la meua manera de fer; d'una banda el Vicenç, que m'ha ensenyat l'ampli ventall de possibilitats que tenim com a fisioterapeutes, i l'Anna, la meua dona, que manté la curiositat permanent sobre la nostra professió i ganes de seguir progressant.

Aquesta combinació em defineix i em fa aprendre contínuament ja que tothom ha d'ensenyar. Forma part de la premissa que "quan més aprenem, més sabem que no en sabem".

#### Què faig?

Actualment, tinc la sort de poder desenvolupar diferents tasques.

Puc aplicar tots els meus coneixements treballant a la Clínica Mèdica Alguersuari a Sabadell, que és la nostra clínica familiar, i a la Unió Esportiva Sabadellenca com a integrant del Departament Mèdic; ambdues tasques les vaig iniciar l'any 2006 i encara les continuo realitzant en l'actualitat.

Combino la consulta amb la docència, atès que coordino i imparteixo classes al Màster d'Acupuntura per a Sanitaris a la Universitat de Lleida des de l'any 2010. Aquesta vessant m'obliga a estructurar conceptes i a actualitzar-me constantment.

I al Col·legi formo part de la Comissió d'Acupuntura des de fa quatre anys com a membre i fa dos com a coordinador. Durant aquests anys hem treballat colze a colze amb l'Andreu, el Josep Maria i, més recentment, amb la Nerea, per tal de millorar l'acupuntura, fent-la més



propera a la societat i als nostres companys mitjançant activitats com el DiFT, assessorant el Col·legi amb els temes en els quals puguem ser d'ajuda, establint una via de comunicació entre la Comissió i els fisioterapeutes acupuntors registrats mitjançant seminaris tècnics com a formació continuada o la Matinal d'Acupuntura que, aprofitant l'ocasió, m'enorgulleix informar que ja hem realitzat la segona edició i que tenim il·lusió de continuar fent-la anualment.

#### Què vull fer?

Un dels meus desitjos és poder contribuir a fer créixer una mica més la Comissió i la seva tasca, augmentant el nombre de companys dins del grup anant en la direcció d'assolir nous reptes.

Paral·lelament, vull contribuir a la normalització de l'acupuntura que, per desgràcia, es considera una pseudociència i que té encara resistències dins del món sanitari i no és suficientment rendible per a algunes indústries i agències.

Com va dir Feldenkrais "la vida és moviment; la vida és un procés; incrementa la qualitat d'aquest procés i incrementarà la qualitat de vida de la mateixa". Per tant, em vull seguir formant i treballar en els hàbits de vida saludable que comencen a instaurar-se en la societat.

Recorda que et pots informar de totes les activitats que realitzen les comissions col·legials a l'enllaç [www.fisioterapeutes.cat/comissions](http://www.fisioterapeutes.cat/comissions)

## IX Congrés de la Societat Catalano-Balear de Fisioteràpia



Ja acabant l'any 2013, vam tenir el plaer de celebrar el 9è Congrés de la Societat Catalano-Balear de Fisioteràpia (SCBF) a l'Auditori de l'Acadèmia de Ciències Mèdiques i de la Salut de Catalunya i Balears (ACMSCB). Ens va omplir d'orgull la participació dels 277 fisioterapeutes i estudiants de Fisioteràpia que ens vam trobar el 23 de novembre a l'Auditori i que van demostrar que volen veure créixer, de forma consistent, la nostra professió.

Totes les ponències d'aquest congrés van comptar amb la màxima validesa científica i posant sobre la taula els canvis que s'estan produint en el món de la Fisioteràpia. A més, i per tercer any consecutiu, vam donar l'oportunitat de presentar pòsters i comunicacions lliures tant a diplomats com a estudiants, que van ser valorats pel nostre comitè científic format per fisioterapeutes referents en el camp de la investigació.

La inauguració oficial va anar a càrrec del Dr. Josep Reig, cap de formació de l'ACMSCB; el Sr. Manel Domingo, degà Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya, i la Sra. Montse Nuevo, presidenta de la SCBF. Com cada any, vam comptar amb una intervenció especial per fer l'*speech* inaugural. En aquesta ocasió, el convidat va ser el Sr. Ferrán Esteban, exsaltador d'aigua, que va remarcar la importància del treball amb el fisioterapeuta i ens va emocionar amb les seves paraules d'agraïment: "un fisioterapeuta no només és una persona que t'ajuda sinó que és una persona que t'acompanya".

Entrant en matèria del congrés, la **Taula I: Estratègies de l'abordatge del dolor crònic i somatosensorial** va ser moderada pel Sr. José Miguel Aguililla (fisioterapeuta i coeditor del blog "Enfoque Biopsicosocial"). Dins aquesta taula, la Dra. Dolors Soler (psicòloga i doctora en neurociències) ens va presentar la ponència "**Plasticitat maladaptativa després d'una lesió medul·lar. Nova estratègia d'abordatge**" en la qual ens va explicar que la nocicepció pot estar fora de la consciència, que el cervell respon a la percepció i no a la realitat. Que hi poden

haver canvis en la representació somatotòpica cortical després d'una lesió, és a dir, que el cervell canvia quan el dolor persisteix, i va explicar-nos com aprofitar la plasticitat neuronal per tractar el dolor.

A continuació, el Sr. Vicenç Punsola (fisioterapeuta expert en extremitat superior) ens va exposar el "**Tractament del dolor neuropàtic a través de la rehabi-**



## nosaltres ➤ Activitats de la Societat de Fisioteràpia de l'ACMCB

litació somatosensorial”, i va incidir en la diferenciació d'aquest dolor, definint-lo explícitament, dient que està causat per una lesió que afecta el sistema somatosensorial, sobretot a la percepció del tacte, i que aquesta pot ser a nivell central o perifèric. També ens va detallar com fer la reprogramació a partir d'estímuls físics.

Durant la pausa-cafè vam poder visitar els estands que ens acompanyaven i també va ser el torn de defensa dels pòsters exposats. Volem destacar que tots ells van ser de gran qualitat i volem animar a tots els fisioterapeutes a què s'introdueixin en el món de la recerca i que exposin els seus resultats en el nostre proper congrés.

**La Taula II: Dolors referits per afectació neurògena-visceral** va ser moderada pel Sr. Néstor Sánchez (fisioterapeuta especialista en psiconeuroimmunologia clínica). El Dr. Javier Santos (gastroenteròleg) ens va presentar el **“Paper de l'eix cerebrointestinal en la salut i la malaltia”**. Ens va explicar les bases del dolor visceral, la relació de l'aparell digestiu amb el cervell; que la barriera intestinal té, entre d'altres, una funció de captació de toxines. Esquematzant-ho, el mastòcit, situat en la mucosa de l'intestí, es connecta amb terminals aferents i eferents del sistema nerviós estant en contacte amb els vasos sanguinis, això comporta una fase molt important en la fase de regulació del dolor. És el que anomenaríem comunicació neuroimmunològica.

A continuació, el Sr. Pedro Rubio (fisioterapeuta i osteòpata) va exposar la **“Teràpia manual visceral: efectes locals i sistèmics”**. Ens va informar dels canvis que es poden experimentar fent aquesta teràpia a nivell mecànic, vascular, neurològic i neuroendocrí: canvis en la temperatura cutània, en la resistència elèctrica de la pell, en els nivells de cortisol i que, per tant, tenim un efecte autònom. Va explicar que tenir una afectació a l'intestí pot influir en la capacitat de recuperació d'una lesió física perquè afecta la vascularització i oxigenació del teixit.

**La Taula III: Bases científico-pràctiques de la neurodinàmica** va comptar com a moderadora amb la Sra. Irene Fernández (fisioterapeuta especialista en teràpia visceral i uroginecològica). El primer ponent d'aquesta taula va ser el Sr. Xavier Vericat (fisioterapeuta) amb l'exposició de la **“Neurodinàmica. Pràctica basada en resultats”** on va fer una revisió històrica dels estudis de la neurodinàmica i va mostrar l'evidència actual i detallada sobre la neurodinàmica pràctica. Va explicar que els factors intrínsecs i extrínsecs al sistema nerviós poden alterar la seva mecànica i dinàmica, perdent mobilitat i generant símptomes. Va informar de quins són els tests que tenen més validesa clínica per al diagnòstic i va exposar els dubtes que queden per demostrar de la neurodinàmica.

Seguidament, el Sr. Carles Rodríguez (fisioterapeuta) va presentar **“Mobilitzacions del sistema nerviós: actualitzacions en l'aplicació clínica”**, on va exposar la seqüència dels tests neurodinàmics i com aquests es poden fer ser-

vir tant per diagnosticar com per tractar patologies. Va fer la diferenciació estructural entre musculoesquelètic i neural, treballant a distància, fent el test neurodinàmic, sense variar la longitud de l'estructura musculoesquelètica i incidint en la part neural. També va explicar les possibles respostes que hi podíem trobar i com entendre-les.

**La Taula IV: Disfuncions neurògenes del sòl pelvià**, moderada per la Sr. Clara Nebot (fisioterapeuta i osteòpata), va començar amb l'exposició **“Tractament conservador en les neuràlgies del nervi pudent: evidència científica”** de la Sra. Stéphanie Kauffmann (graduada en Fisioteràpia) que va mostrar-nos el reconeixement de la patologia d'aquest nervi, els mecanismes lesionals, els símptomes, el diagnòstic diferencial i el seu tractament.

La segona exposició d'aquesta taula va ser el **“Tractament de la bufeta hiperactiva idiopàtica: neuromodulació a través de l'estimulació del nervi tibial posterior”** de la mà de la Sra. Inés Ramírez (fisioterapeuta i psicòloga) que va explicar-nos com detectar aquesta patologia mitjançant els signes i símptomes que manifesta, l'etiologia possible per la hiperactivitat del detrusor i les opcions terapèutiques, conservadores i no conservadores que hi ha per tractar-ho.

Per finalitzar la taula, la Sra. Laia Blanco (graduada en Fisioteràpia) va presentar la **“Bufeta neurògena i Fisioteràpia: evidència científica”**. Va exposar els mecanismes neurofisiològics i biomecànics del control de la micció, la fisiopatologia de la bufeta neurògena, el diagnòstic i el tractament d'aquesta. També va exposar estudis publicats i els resultats obtinguts.

Finalment, va ser el torn de les tres comunicacions lliures. Les tres van seguir el fil del nostre congrés, que va ser rigorosament científic.

Per acabar el congrés, com ja és tradició, es va fer el sorteig i l'entrega de premis al primer inscrit, a la millor comunicació lliure, al millor pòster i als dos guanyadors del sorteig entre les enquestes de valoració recollides.

Des de la Societat de Fisioteràpia volem agrair a tots els laboratoris que van participar amb nosaltres i van fer possible l'entrega d'aquests obsequis als congressistes.

Finalment, podem dir que el congrés va ser tot un èxit. Agraïm a tots els assistents, ponents i col·laboradors que el van fer possible. Gràcies a tots farem avançar junts la Fisioteràpia.

No oblideu que podeu seguir-nos al nostre web [www.scfisioterapia.cat](http://www.scfisioterapia.cat), al Facebook [www.facebook.com/SocietatCientificaDeFisioterapia](https://www.facebook.com/SocietatCientificaDeFisioterapia) i al Twitter [@SCBF\\_Scientific](https://twitter.com/SCBF_Scientific) per conèixer totes les nostres activitats previstes.

## Cooperació internacional: l'autoformació al territori. Motiu i objectius del viatge



Amb la idea de portar la Fisioteràpia allà on més es necessita, Fisios Mundi realitza, quasi de forma anual i des de fa més de 15 anys, un període de formació sobre diferents temes de Fisioteràpia als treballadors de la Fundació Vicente Ferrer (FVF) a Anantapur (Índia), amb l'objectiu que aquests terapeutes tinguin les màximes eines possibles per poder portar a terme la seva tasca en una població amb greus discapacitats i pocs recursos.

Aquest any, però, s'ha variat una mica la forma de procedir respecte dels anys anteriors, atès que en aquesta ocasió s'ha intentat posar èmfasi en l'autoformació dels treballadors.

Es proposava un canvi de rol, de passar de simples alumnes a un rol més actiu, fent-los participar en el seu propi procés formatiu. La idea d'aquesta autoformació sorgeix per diferents motius:

- Hi ha treballadors que porten molts anys a la FVF i han rebut vàries de les formacions i ja tenen molts d'anys d'experiència i coneixements.
- Eliminar una certa dependència que es pot arribar a crear amb la contrapart cooperant.
- Ajudar a l'apoderament d'aquest grup més desafavorit donant veu i valorant les seves aptituds i coneixements.
- Eliminar la barrera del llenguatge.



Per fer-ho, primer de tot, les voluntàries que tot seguit us presentarem han hagut de fer una feina d'observació per conèixer tots els treballadors i descobrir, d'entre tots, quins són aquells professionals amb més nivell, perquè siguin aquells que puguin formar els nous treballadors o aquells que potser no tenen tants coneixements.

Volem recalcar la bona feina que han realitzat les voluntàries, atès que han sabut arribar a conèixer bé tots aquests professionals i els han donat diverses eines perquè fossin ells els que realitzessin les tasques i perquè augmentés la valoració que tenen d'ells mateixos.

S'ha de tenir en compte que, entre d'altres problemes, la manca de recursos fa que l'accés a un ordinador o fins i tot a una biblioteca -i per tant l'accés a la informació-, sigui molt complicat i la majoria de vegades, inaccessible.

Un cop seleccionats els treballadors a formar, es crea un grup de treball i s'arriba a un acord en la proposta de temari. Una vegada decidit el temari, el grup comença a preparar tot el material per poder impartir el període de formació i, sobretot, a preparar les exposicions orals, cosa que per a ells era un fet totalment nou.

Finalment, es va portar a terme el període de formació interna i un grup de treballadors novells va poder rebre tot el temari preparat pels seus mateixos companys sobre coneixements bàsics en el camp de la Fisioteràpia pediàtrica, sota la supervisió de les voluntàries.



### **Anàlisi de l'estat del projecte**

Com que es vol canviar la manera d'enfocar la formació a la Fundació Vicente Ferrer, ens trobem amb què aquest projecte ja antic s'ha convertit en un de nou, i aquest canvi de perspectiva afectarà molt més i més profundament la Fundació. Ens trobem doncs, dins un nou repte per tal de continuar amb aquest camí i poder perpetuar aquesta manera de treballar atès que ha estat molt ben acceptada i assimilada per part dels terapeutes i treballadors de la Fundació. És per aquest motiu que veiem que encara queda molt camí per fer i que caldrà seguir constants amb la nostra presència per poder treballar amb els terapeutes i poder anar fent noves formacions i temaris, així com anar avaluant la tasca realitzada. D'aquesta manera, no només millorarà el coneixement i les habilitats dels terapeutes de Fundació sinó també la seva confiança i autonomia.

Per poder seguir aquest camí, Fisios Mundi ha decidit començar la campanya de socis per poder finançar part d'aquests projectes, i és que després de tants anys veuen com petites col·laboracions són les que els ajuden a continuar i marquen la diferència. I és per aquesta raó i pel nostre esforç, que hem rebut l'agraïment de Fisios Mundi, esforç que ha fet que dues voluntàries col·legiades rebessin una beca per poder realitzar la cooperació internacional.

Aquestes dues col·legiades, l'Anna Cos i la Maria Josep Muñoz, han estat entrevistades per nosaltres després de la seva estada com a voluntàries a l'Índia, i creiem que les seves opinions, valoracions i el seu coneixement arran de la seva experiència sobre el terreny, són un document molt valuós sobre la cooperació internacional, un document que ens ajuda a fer-nos una idea del què és el voluntariat i dels seus pros i contres.

## Entrevista a Anna Cos

### Per què et vas animar a participar en el projecte de Fisios Mundi?

Primer de tot perquè em va arribar l'oferta i vaig pensar "per què no? Ja n'has fet un voluntariat a l'Amèrica Llatina". Em va agradar molt i penso que és una superexperiència, llavors em vaig dir "ostres, això és Àsia, un altre continent. Potser allà funcionen diferent, veus coses diferents", i perquè a mi m'agrada viatjar, però viatjar amb sentit, fent alguna cosa útil. També perquè penso que és la manera de poder conèixer la realitat d'un poble.

### Què et va sorprendre més i, si s'escau, què et va decebre més de la teva estada?

El que em va sorprendre més és la cultura que tenen a l'Índia del fet de repetir i no entendre, em va impactar bastant... no ens preguntaven per què es feien les coses; ells veien el que feies, ho repetien, inclús tu els hi donaves alguna indicació i ells continuaven repetint el que tenien après. Quan aprenen una cosa, crec que l'aprenem per a tota la vida, i llavors tu els hi dones motius i els hi demostres amb fets, però marxés d'allà i crec que continuen fent el mateix. Això em va al·lucinar!

El que em va decebre més... bé, ben bé no és decebre, però com que tenia una experiència prèvia intentes comparar i suposo que les comparacions no són massa bones, però, per exemple, quan vaig estar a Nicaragua la sensació era "exploteu-nos perquè estem aquí per a vosaltres i passarem els dies i les hores dedicats a vosaltres" i en canvi a l'Índia vaig tenir la sensació que realment sí que ens estaven explotant. Vaig trobar moltes diferències com a projecte, però a l'Índia tenen una organització molt bona, però tenen aquesta metodologia.

### Amb l'experiència realitzada, quines característiques creus que ha de tenir un fisioterapeuta que vulgui fer un voluntariat en cooperació internacional?

Ha de tenir una ment molt oberta, ganes, una capacitat molt gran d'adaptació, respecte i molta paciència. A nivell de coneixements, moltes vegades tens la sensació que no saps res... sobretot a nivell d'ortesis i ajudes tècniques. La imaginació també crec que és molt important.



També faria referència a la importància de saber on es va abans d'anar-hi... saber què és el que et trobaràs i saber el que hi vas a fer, perquè allà tenen una dinàmica de funcionament ja establerta. Per exemple, nosaltres hi vam anar sabent que havíem de canviar el seu funcionament, i ens hi vam haver de posar forts perquè si no haguessin continuat fent el mateix... no hi anàvem per atendre usuaris, si no a resoldre dubtes, a atendre casos clínics... però no a atendre 50 nens en un dia.

### Amb l'experiència realitzada, quina importància ha tingut la formació realitzada al Campus Virtual del CFC en la valoració satisfactòria no satisfactòria del teu voluntariat?

Amb la formació vaig entendre moltes coses: què era cooperació, què era voluntariat... allà ho he vist clar perquè has de posar tothom al seu lloc i pots fer-te una idea de com funciona una estructura d'aquestes dimensions i entens per què hi ha una branca, per què n'hi ha una altra... no sé si és molt vàlida la meua opinió perquè ho faig en comparativa amb Nicaragua on no hi havia cap estructura, els filtres només passaven per una persona; en canvi a Anantapur és tot tan gran que he pogut anar veient tot el que vaig aprendre al curs; entens molts dels conceptes que vaig adquirir al curs i ho veus a la pràctica; a part de conceptes més tècnics a nivell de Fisioteràpia, no només a nivell de cooperació.

### Creus que al curs vas estudiar casos que has pogut veure o tractar en el teu voluntariat?

Sí, jo crec que sí; però clar, no era tractar un cas... la història és que nosaltres anàvem allà a fer una formació als que ja són professionals. La primera setmana vam anar a veure centres de discapacitats de diferents àrees on sí que vam veure moltes coses bastant similars a les que havíem vist al curs, però les dimensions són molt diferents... un país diferent, una alimentació diferent, hi ha molta més gent de la que pensaves... no es pot posar com a exemple un cas perquè potser n'hi ha cinquanta... i el temps que tens per dedicar a la persona no és el mateix, perquè a casa si tens algun dubte ho pots consultar, et pots informar... allà ha de ser al moment i potser hi ha alguna cosa que se t'escapa de les mans.

### Cap a on creus que s'ha d'encaminar la Fisioteràpia en la cooperació internacional?

Jo crec que anem per bon camí. És qüestió de molt temps i de molta paciència. Quan vam fer la primera reunió amb Fisios Mundi ens deien "nosaltres funcionem així" i aleshores tu et plantejges "però, per què funcioneu així si saps que només estàs aportant coses a curt termini"... anem a treballar a llarg termini. Evidentment cal molt temps abans no es canviï una manera de fer, una manera de pensar i tampoc tinc molt clar si ho podem arribar a canviar o no. Si es plantejessin el per què seria molt millor.

## Entrevista a Maria Josep Muñoz

### Per què te vas animar a participar en el projecte de Fisios Mundi?

Per dues coses: primer perquè ja havia fet cooperació internacional fa un parell d'anys al Nepal amb l'organització Sathi Sansar i el projecte de Fisios Mundi era molt semblant, era anar a l'Índia a fer formació en Fisioteràpia pediàtrica i jo sóc fisioterapeuta pediàtrica.

D'altra banda, havia acabat el Curs de Cooperació Internacional del CFC i quan fas un curs vols poder portar els coneixements a la pràctica; a més la cooperació internacional entre dins el meu projecte de vida.

### Què et va sorprendre i que et va decebre més de la teva estada?

El que em va sorprendre més és l'organització de la Fundació Vicente Ferrer, allò és com una multinacional de la cooperació; està molt organitzat, hi ha molts projectes, tanta gent treballant... i tot funciona tan bé que et sorprens per la magnitud... és una de les coses que em va sorprendre més gratament. Hi ha una mitjana de 20 voluntaris cada mes, però passen més de 100 voluntaris cada any. A més la Fundació intenta funcionar amb el màxim de gent local possible; allà estan involucrades milers de persones, és gairebé com una religió, tu vas allà i ets gairebé com un déu per a ells.

Suposo que si hagués estat la primera vegada que anava a un país asiàtic, m'hagués sorprès, però jo ja tenia l'experiència del Nepal i ambdues cultures són molt similars; però bé, el xoc cultural s'ha de reconèixer que hi és, tant a nivell visual, sensorial... sorolls, colors, olors... També a nivell cultural, atès que estem molt allunyats, sobretot ho veus quan fas formació: són unes persones que potser tenen les mateixes capacitats que tu però que no s'ho creuen, bé perquè culturalment han estat ensenyats així o perquè venen de castes més baixes o perquè tu ets un occidental i ells sempre et veuen com algú superior; això et xoca perquè nosaltres no estem acostumats a aquesta diferència de tracte entre uns i altres... no és que em decebés, perquè penso que quan decideixes fer cooperació internacional hi has de comptar, així com amb la improvisació... nosaltres estem acostumats a tenir les coses planificades, a tenir una idea de com acabaran les coses i allà se't trenquen aquests esquemes... però si tu saps que això et pot passar... decepcions, poques. Les expectatives que portava es van ajustar bastant al que em vaig trobar.

### Amb aquesta experiència realitzada, quines característiques creus que ha de tenir un fisioterapeuta que vulgui participar en un voluntariat de cooperació internacional?

Primer de tot, crec que tingui la formació que tingui s'ha d'ajustar al projecte, jo crec que el primer pas és la construcció del projecte i s'han de buscar les persones adequades per a aquest projecte, que tinguin la forma-



ció adequada perquè si no tens aquesta eina, arribes allí i no pots fer res. Després, evidentment, predisposició, que t'agradi conèixer altres cultures, que no et faci por canviar els teus esquemes, la teva metodologia i que el que portaves planificat no et serveixi per a res, i sobretot molta il·lusió perquè no és fàcil, però el que t'emportes a canvi és molt gratificant. Jo m'he emportat, a part d'una experiència que és única, poder combinar les dues coses que més m'agraden: viatjar i la meua feina, la Fisioteràpia pediàtrica. És una satisfacció poder fer una cosa amb la qual hi gaudeixo moltíssim i que potser pot aportar un benefici a d'altres persones.

### Creus que hi ha un perfil establert de fisioterapeuta que es pugui dedicar a la cooperació internacional o qualsevol ho pot fer?

Cal un tarannà, una sensibilitat. Per a mi, una cosa que és molt important és l'adaptació al canvi i als imprevistos, perquè si no saps superar això pots tenir els coneixements, el temps... però no funcionarà. I l'empatia; cal empatia vers el lloc on estàs i per la cultura amb la qual tu vas a col·laborar... has de saber de quina manera veuen ells la vida i de quina manera poden entendre el que tu els hi vas a explicar.

### Amb l'experiència realitzada, quina relació ha tingut la formació que has realitzat al Campus Virtual del CFC amb la valoració satisfactòria o no satisfactòria del voluntariat?

El Curs de Cooperació del CFC m'ha ajudat a conèixer millor la cooperació i de quina manera cal fer-la. Ara

entenc més la cooperació i els objectius que ha de tenir i, per tant, jo em puc plantejar les coses de manera diferent a l'hora d'aportar coses.

### **Creus que al Curs vas estudiar casos clínics que has pogut veure o tractar en el teu voluntariat?**

Sí. Nosaltres vam fer un període d'observació de dues setmanes per centres de nens amb paràlisi cerebral on vam veure casos que després vam utilitzar com a estudi de casos per treballar amb els terapeutes d'allà.

### **Podries dir que al Curs vas veure el que et vas trobar a la realitat?**

Sí, el que vaig veure al Curs es va ajustar a la realitat, per exemple en l'àmbit de la discapacitat infantil.

### **Cap a on creus que s'ha d'encaminar la Fisioteràpia en la cooperació internacional?**

Jo crec que aquest és un aspecte fet i debatut i sobre el qual ja hem descobert la clau, que és cap a la sostenibilitat dels projectes. Un projecte sense pensar en el futur del mateix projecte no té cap sentit. I això és una mica el que, enguany, a Fisios Mundi volen començar a fer. Fins ara s'hi anava a donar-los un temari, a ensenyar-los què fer i com fer-ho, ara hi hem anat a ensenyar-los com es poden formar entre ells, perquè no poden dependre sempre del primer món, cal tallar aquests fils de dependència.

A l'hora d'aprendre són una societat passiva, ells no es creuen capaços i has de venir tu de fora a demostrar-los que ells mateixos es poden ajudar entre si a construir nous temaris de formació adaptada.

### **Quantes persones i vau anar i durant quant temps?**

Hi vam anar tres persones durant un mes i mig. Això també era un repte perquè no ens coneixíem de res,



però la veritat és que tant a nivell personal com professional va anar molt bé perquè ens vam complementar perfectament.

### **Els terapeutes d'allà, quina formació de base tenen?**

Quan comencen a treballar a la Fundació Vicente Ferrer, en principi no tenen cap formació de base i els hi fan un curs d'un any de Fisioteràpia pediàtrica. Pots imaginar-te que no els serveix de molt, per això nosaltres més que a ensenyar-los tècniques volíem que fossin capaços de pensar per ells mateixos i crec que, en certa mesura, ho vam aconseguir, perquè al final es van construir un temari i en feien una exposició... hauries de veure quan feien la presentació i s'adonaven que ells eren els experts en aquell tema en concret i que en podien parlar amb coneixement... la seva satisfacció va ser molt gran. En la valoració final que els hi vam demanar, em va emocionar molt sentir: "Jo em pensava que no era capaç de fer una cosa així, i me n'he sortit!". Ha estat un projecte molt emocional.

### **Què pensaves durant el trajecte del teu viatge cap a allà?**

Jo pensava "Ostres! Vaig a fer un projecte a un país que no conec"... buff... inquietud, moltes vegades d'arribar i saber què fer. Em vaig poder relaxar més o menys al cap d'una setmana, quan vaig veure que la predisposició de tothom era molt bona i que realment el que anàvem a fer començava a funcionar. A més, al centre on estàvem, a Anantapur, és un lloc molt acollidor on s'hi està molt còmode. Et vas relaxant a mesura que va passant el temps i quan et toca marxar, estàs tan a gust...

### **Quina sensació vas tenir quan et vas reincorporar a la teva feina, a Lleida?**

Jo tinc molt clar que vull viure i treballar aquí, perquè m'ho passo molt bé, però hi ha temporades de la meua vida que necessito 'volar' i viure noves experiències com aquesta i si a sobre puc aportar alguna cosa, doncs millor.

## Conclusions sobre els objectius assolits i el que queda per fer

Valorem molt positivament la feina feta en aquest *training*, atès que representava un repte important tant per part de Fisios Mundi com per la de la FVF a l'Índia.

Tot i que els terapeutes hindús, a l'inici del *training*, van manifestar que la seva voluntat era la de continuar aprenent noves tècniques, al final tots van mostrar la seva satisfacció en comprovar que aquest any també havien après, però d'una altra manera.

Cal continuar treballant aquesta sensació d'apoderament entre els fisioterapeutes de la FVF i considerem que aquest treball cal que estigui tutelat per uns coordinadors hindús. Precisament aquesta serà una de les tasques prioritàries en propers *trainings*, atès que cal fer que aquesta figura pugui coordinar els diferents terapeutes per tal que continuïn formant-se i realitzant tasques de traspàs d'informació i coneixements.

De cara a propers *trainings*, la intenció és també anar ampliant i aprofundint aquest currículum iniciat, així com donar continuïtat a la metodologia d'aprenentatge de la població receptora per tal de disminuir, així, la dependència del donant.



Rafel Donat  
Vocal del CFC i responsable de projectes de cooperació internacional



## Cursos bonificats Fisioformación

Formació Bonificada per fisioterapeutes assalariats/des

Fundación Tripartita  
PARA LA FORMACIÓN EN EL EMPLEO



*Si ets treballador en actiu les nostres formacions et poden costar 0€*



Fibrolisis, Kinesiotaping, McConnell, Pilates, Neurodinàmica, Mulligan, Anatomia palpatòria...

**Nova seu a Barcelona:** Rambla Catalunya, 91

[www.fisioformacion.com](http://www.fisioformacion.com)

[www.sanicursos.com](http://www.sanicursos.com)

[info@fisioformacion.com](mailto:info@fisioformacion.com)



## Entrevista a Xavi Polo

Avui entrevistem Xavi Polo, un company fisioterapeuta que, com molts altres col·legues treballa fora de l'estat espanyol, concretament a Portugal. La seva marxa de casa nostra, però, no va estar motivada per la manca de feina, sinó per quelcom més personal: un nou projecte professional de la seva companya, a qui ell va decidir seguir en la seva aventura fora de les nostres fronteres. La seva experiència en l'àmbit de la Fisioteràpia fora de casa nostra, però, ens serveix per conèixer una altra realitat de la Fisioteràpia, una manera diferent de treballar i de viure la nostra professió.

### Quants anys fa que vas acabar la carrera?

La carrera la vaig acabar el setembre de 2008 a la Fundació Universitària del Bages (FUB), on vaig tenir la sort d'aprendre de bons professors, compartir-la amb bons amics i companys d'estudi.

Ja han passat 5 anys, ostres! Que ràpid passa el temps!

### I quants anys fa que treballes a Portugal? Per què Portugal?

A finals de març del 2014 farà quatre anys que hi sóc. El perquè Portugal? Si vols que et sigui sincer, la culpable va ser la xicoteta, deixa'm que m'expliqui: La Míriam és de Sabadell com jo i treballa en una agència de viatges nacional que té diferents agències repartides arreu del món. Li van oferir l'oportunitat de treballar fora del país per implementar la seva metodologia de treball. Així doncs, vam acceptar el repte perquè som viatgers i ens agrada l'aventura. Era una oportunitat única per viure a l'estranger i conèixer més enllà de les terres catalanes.

Sense pensar-m'ho dos cops em vaig llançar de cap a la piscina, sortint de Catalunya amb uns estalvis, les maletes fetes i poc més. La Míriam ja portava uns set mesos a Lisboa, per tant jo ja tenia el terreny una mica preparat. Per això Portugal, per cap motiu en especial més enllà del treball de la meva xicoteta. Però avui en dia ho veig com un lloc preciós, on he conegut molts racons



i persones. Aquesta aventura ha fet que em conegui a mi mateix i, ara per ara, és on m'agrada viure.

Sense saber gairebé l'idioma vaig tenir la sort de trobar feina al cap de tres setmanes d'estar a la ciutat, en una clínica (Clínica Dom Dinis) on vaig estar treballant durant dos anys. Després vaig estar un any treballant en un altre sector que no té res a veure amb la Fisioteràpia, però on vaig agafar experiència en altres aspectes.



Com allò no era per a mi, continuava buscant alguna oportunitat dins del món de la Fisioteràpia i va sorgir una oferta on demanaven un fisioterapeuta per fer de comercial d'un aparell d'EMG portàtil. Vaig pensar que seria una bona oportunitat per tornar a aproximar-me al que m'agrada i aprendre una nova eina que podré utilitzar en el futur. De fet, va ser un període curt però molt interessant on vaig haver de desenvolupar un treball més comercial per expandir el producte per tot el territori espanyol.

Aquesta tasca em va servir, entre altres coses, per poder visitar i conèixer diverses clíniques de Fisioteràpia, hospitals, universitats i algun distribuïdor de material clínic.

Ara per ara, faig tractaments privats a casa i estic estudiant el primer curs d'Osteopatia i de Medicina Tradicional Xinesa.

**Exercir fora del país exigeix estar en possessió de l'homologació del títol de fisioterapeuta. Quins passos vas haver de seguir per obtenir la "cédula professional de fisioterapeuta" a Portugal? Quan temps va trigar tot el tràmit?**

Primer de tot i com que no coneixia el procés a seguir, vaig anar al Ministerio de Saúde per informar-me i intentar tramitar la "cédula professional de fisioterapeuta". Allà em van avisar que primer havia d'aconseguir l'equivalència del títol i que només després podria demanar-la.

En primer lloc, per aconseguir l'equivalència vaig haver de traduir el títol i totes les assignatures cursades (l'expedient acadèmic) al portuguès a través d'un traductor jurat (uns 90€ aproximadament). Vaig ajuntar la resta de papers (dades personals, DNI, Número d'Identificació Fiscal, etc.) i vaig tornar al Ministeri de Salut a presentar-los. Em van fer pagar 50€ i allà es van quedar els papers.

Per rebre la carta amb la confirmació i l'acceptació de l'equivalència del títol van passar aproximadament uns 5 mesos. Després vaig haver de reunir de nou el paperam, gairebé el mateix, però afegint-hi una còpia compulsada de la carta que havia rebut. Per compulsar-la vaig haver d'anar a correus, fotocopiar-la i pagar uns 22€.

Per finalitzar i obtenir la "cédula professional de fisioterapeuta" vaig haver de pagar 60€.

Deixo aquesta informació detallada perquè si algun company emigra cap a Portugal tingui noció per on van els trets.

**Coneixem quina és la situació a casa nostra, però quina és la situació actual de la Fisioteràpia a Portugal?**

La Fisioteràpia a Portugal no creix més del que ho podria fer atesa l'existència d'altres perfils dins els hospitals com els infermers rehabilitadors, que solapen algunes tasques dels fisioterapeutes. Perquè aquí la infermeria, pel fet de ser més antiga i més consolidada, ja té un Ordre d'infermers; per contra, la Fisioteràpia és més jove i encara no en té, només disposa d'una associació ([www.apfisio.pt](http://www.apfisio.pt)).

També s'ha de tenir en compte l'actual situació socio-econòmica. Però s'ha de dir que la població en general sap el que és la Fisioteràpia i fa ús dels seus serveis en totes les seves àrees. Per aquest motiu estan en creixement les clíniques particulars, d'un sol fisioterapeuta que ha aconseguit la seva cartera de clients i es posa pel seu compte, ja que s'ha de remarcar el fet que el mercat en el sector públic està saturat i actualment no obren places per treballar-hi.



Així doncs, l'aposta dels companys portuguesos ha estat la de fer-se treballadors independents i/o crear petites empreses ("gabinetes de fisioteràpia"). Tot i que encara la llei no els recull com a tal sinó que engloba centres de prestació de serveis per a la salut en general, que alhora poden oferir serveis de Fisioteràpia.

Al sector públic la rehabilitació comença després de la indicació per part d'un metge de qualsevol especialitat. Si el mateix centre té serveis de rehabilitació i Fisioteràpia és el metge rehabilitador ("médico fisiatra") qui determina el tractament a seguir.

També existeixen les asseguradores que funcionen com coneixem a Catalunya.

Depenent de l'àrea geogràfica del país van sorgint algunes ofertes de treball, tot i que la remuneració i les condicions que ofereixen són una mica precàries. S'ha de dir que la proporció entre l'oferta i la demanda de fisioterapeutes està a punt d'entrar en desequilibri, a causa de que els set mil fisioterapeutes podrien ser suficients en un país de dotze milions d'habitants, aproximadament.

També ha crescut moltíssim la formació continuada; els companys estan invertint en aquest sector per ampliar coneixements en diferents àrees com l'osteopatia, el *kinesiotaping*, els *trigger points*, pilates, acupuntura, etc. Hi ha vàries empreses molt reconegudes en l'àmbit nacional, entre elles per exemple: Bwizer i Master.PT (Master Physical Therapy).

Jo, personalment, vaig fer dos cursos amb l'empresa Bwizer, el de *trigger points* i el KT1/KT2 oficials de la *KTA International*, sense cap mena de dubte, va ser una molt bona experiència!



### Hi ha més fisioterapeutes a la sanitat pública o privada?

Hi ha molt més volum a la sanitat privada, no hi ha estadístiques certes per aquesta pregunta, però sense dubte, al voltant d'un 75% treballa en el sector privat.

En la major part de les institucions del sector públic existeixen pocs fisioterapeutes per a les necessitats de la població. Hi ha llargues llistes d'espera per fer Fisioteràpia en hospitals o en centres de sanitat.

Per aquest motiu, com ja he comentat abans, els companys es busquen el treball en clíniques privades, IPSS (Institucions Particulars de Solidaritat Social) o hospitals privats; però sobretot en domicilis.

### A França existeixen cinc tipus de contractes principalment, quins tipus de contractes són els més habituals a Portugal?

Els contractes més comuns a Portugal són els contractes de durada determinada o indeterminada. Hi ha molt treballador independent /autònom, aquí anomenat com treball a "recibos verdes" que, com tots sabem, és més beneficiós per a l'entitat que contracta.

També existeix la possibilitat de fer "o estágio profissional" (pràctiques professionals) que donen un treball temporal amb l'opció de continuar amb l'entitat al final i renovar ja amb un contracte laboral. És una via molt emprada per les empreses, atès que no tenen despeses de sous, perquè van a càrrec de la Seguretat Social.

### Et planteges tornar a Catalunya a exercir la teva professió?

Ara per ara estic estudiant Osteopatia a la "Escuela de Osteopatia de Madrid (EOM)" a la seu internacional de Lisboa i estic fent un curs en una escola privada portuguesa de Medicina Tradicional Xinesa que, si tot va bé, acabaré a finals de l'any 2015 i després, cap a l'any 2016 aproximadament, sí que espero tornar a Catalunya.

Un cop allà vull exercir com a fisioterapeuta per donar als pacients la meva millor versió, aportant tot allò que he après seguint estudiant i transmetre tot el que l'experiència de viure i treballar fora m'ha ensenyat, com poden ser altres metodologies de treball, altres formes de veure una mateixa patologia, etc.

En fi, espero trobar un forat per poder seguir aprenent. Per sort, aquesta professió tan bonica ens obliga a mantenir-nos vius en tots els aspectes i ens omple dia a dia.



### A nivell d'estudis, quina consideració universitària té la carrera de Fisioteràpia a Portugal?

Fins fa no gaires anys, hi havia molta confusió amb els massatgistes sense formació superior, una mica com a casa nostra, però avui en dia ja es valora la Fisioteràpia com allò que és, un estudi superior, una llicenciatura.

De fet, aquí a Portugal ja fa anys que la carrera és de 4 anys. Exactament consta de 240 ECTS i està inclòs dins l'Estudi Superior Politècnic, existint màsters i doctoraments (aquests amb convenis amb universitats).

Són aquests motius els que fan que tingui un elevat grau de reconeixement acadèmic, tant per les mateixes universitats com pels metges i per la societat en general.

### Un desig per a la Fisioteràpia?

Desitjo que la Fisioteràpia continuï el bon camí que està agafant i es guanyi un lloc en el dia a dia, que la gent tingui l'hàbit d'anar a consultes de Fisioteràpia com a prevenció i no només quan urgeix o el dolor ja és insu-

portable, i que sigui reconeguda, que la gent sàpiga el que fem i pel que servim, no només ser aquells de: "ah sí! Els dels massatges i l'ultrasò".

Amb la lluita que tots estem demostrant, l'evolució que hi ha i l'intercanvi d'idees, sobretot en blogs i vídeos a les xarxes socials (#FSR, Fisioterapia-online.com, etc. per nomenar-ne un parell). A poc a poc, la Fisioteràpia va apareixent més en els mitjans, gràcies a figures tan rellevants com en Lluís Puig, al qual admiro com a professional i com a persona.

Ja que estem explicant una anècdota: En Lluís va aconseguir un espai fix setmanal per parlar de Fisioteràpia a la ràdio, al programa de la meua germana a la COM Ràdio (quan encara existia) i després va continuar la seva projecció fins a arribar al programa de *Els Matins* a TV3, entre altres mèrits que tots coneixem. Tot això fa que la societat tingui molts més coneixements de la nostra professió.

Desitjar que la figura que estem creant del fisioterapeuta segueixi creixent per poder seguir ajudant a totes les persones que necessiten els nostres serveis. Animar a tots aquells que lluitin pel que creuen, que a vegades fer un pas enrere serveix per fer-ne dos endavant.



## A la Clínica Dental Mallol

pots millorar el teu somriure sense que ningú ho noti



Implants



Invisalign



Ortodòncia Lingual

Tots els col·legiats i familiars disposen d'un **20% de descompte** en les especialitats d'ortodòncia invisible, lingual i implants

**Truca'ns** i informa-te'n:

☎ **934 533 055**



## Sant Medir, dolça festa!

### La llegenda

El bon pagès Medir visqué vora l'any 303, durant el domini romà de Dioclecià, qui va dirigir una persecució brutal sobre els cristians. Un d'ells, el Bisbe Sever, va decidir fugir cap a Barcelona en sentir-se en perill i, perseguit constantment pels romans, va emprendre un romiatge cap a Sant Cugat, on es trobà al pagès Medir plantant faves.

El Bisbe li explicà el motiu de la seva fugida i, decidit a morir per la fe de Jesucrist, li demanà que si algú preguntava per ell, respongués amb la veritat. Que digués que, mentre ell sembrava les faves, el Bisbe havia passat per aquell indret i de ben segur el trobarien pocs metres més avall. Un cop hagué marxat el Bisbe, les faves començaren a créixer i florir de manera miraculosa.

Poc després, els perseguidors romans passaren per l'indret buscant al Bisbe i li preguntaren al pagès, però no cregueren la seva història i, sentint-se enganyats, tornaren en busca de Medir un cop hagueren capturat al Bisbe, i els empresonaren i martiritzaren fins la mort.



### Orígens del romiatge

Cap a l'any 1828, en urbanitzar-se l'entorn del carrer Gran de Gràcia, s'instal·là al número 111 (cantonada carrer Sant Marc) un forn propietat de qui seria el fundador de la primera colla, en Josep Vidal i Granés, fill de la Parròquia de Santa Maria del Mar, a Barcelona.

El forner no gaudia de molt bona salut i, essent tant devot de Sant Medir com era, li va prometre que si el curava, cada 3 de març (festivitat del Sant) aniria a la seva Ermita a la Serra de Collserola i ho faria tocant un sac de gemecs a sobre un cavall alhora que anunciava pel barri la seva prometença.

L'any 1830, quan ja es trobava millor, va iniciar el que seria el primer romiatge. El següent any fou acompanyat per familiars i amics, creant-ne la primera colla, la del Vidal. Així, any rere any, s'anaren afegint amics, veïns, coneguts... fins formar altres colles a Gràcia, Sarrià, Sant Gervasi i Sants.

La primera notícia escrita apareix al Diari de Barcelona, l'any 1853, on s'informava als ciutadans de la gran Festa de Sant Medir que llavors aplegava ja a 300 persones d'arreu de Barcelona.

El bon Vidal morí a Barcelona l'any 1856 a causa de la seva malaltia, però encara avui recordem la seva fita.



### Actualment...

...26 colles participen activament en la Festa de Sant Medir el dia 3 de març als barris barcelonins de Gràcia, Sarrià, Sant Gervasi i La Bordeta. La festa s'inicia de bon matí amb la formació de les diferents colles en els seus locals socials per començar les cercaviles pels diversos barris. Al migdia, les colles participen de l'aplec a l'Ermida de Sant Medir, al bell mig de Collserola, juntament amb els ciutadans de Sant Cugat. Al capvespre, totes les colles juntes desfilen pel carrer Gran de Gràcia fins als Jardinetes llençant tones i tones de caramels.

### 3 de març al matí

Entre les 9 hores i les 13 hores del matí, aproximadament, les diferents Colles de Sant Medir participen en la cercavila pels principals carrers i places dels barris de Gràcia, Sarrià-Sant Gervasi i La Bordeta (Major de Sarrià, Pl. del Consell de la Vila, Gran de Gràcia, Torrent de l'Olla, Escorial, Travessera de Gràcia, Pl. de la Vila, Constitució...).

Generalment, les Colles acostumen a estar formades per cavalls, carruatges i camions, tot això encapçalat per una banda de música que amenitza la festa. Els romeus i romeves llencen tones de caramels i llaminadures a la gent que troben pel camí amb la màxima dolçor possible, però sempre s'ha d'anar ben preparat, amb una bossa que vora el migdia serà plena de sorpreses. Les colles acostumen a buscar els mercats, les places i les escoles, ja que és on es troba més gent esperant el seu pas, però també recorren carrers estrets i avingudes amples, així que toca córrer per atrapar-los.

Al migdia, vora les 13 hores, totes les colles participen a l'aplec que s'organitza al voltant de l'Ermida de Sant Medir, a la serra de Collserola. Se celebra la diada amb una missa i es fa entrega a les colles de la llaçada commemorativa. Si bé és cert que, quan plou, els accessos a l'Ermida són impracticables i s'ha de fer la celebració a la Plaça Virreina, a l'Església de Sant Joan, on hi trobem una imatge del Sant Patró cedida per la Colla Providència.



### 3 de març al vespre

Com ja és tradició, les nits de Sant Medir es viuen al barri de Gràcia, concretament als carrers Escorial, Sant Salvador i Gran de Gràcia. Les Colles es col·loquen en formació una darrera l'altre des del carrer Nil Fabra cap enrere. A les vuit del vespre, arrenca la cercavila i van desfilant tot baixant pel carrer Gran, encapçalats per la Guàrdia Urbana muntada.

La gent espera les Colles amb ganes de dolçor des del carrer, des dels balcons o des de les portalades dels edificis i les Colles responen molt generosament.

Al finalitzar el carrer Gran de Gràcia, al Pla de Salmeron, es col·loca una tarima on se situen les autoritats més destacades del moment, com l'alcalde de Barcelona, dels districtes, etc... i saluden les Colles una per una, sovint intercanviant caramels.



**Agraïments:**  
Federació de Colles de Sant Medir  
[www.santmedir.org](http://www.santmedir.org)  
(fotografies i text)



Ara tens l'opció de rebre el Noticiari només per correu electrònic



Amb l'objectiu de col·laborar a ser més respectuosos amb el medi ambient i de poder buscar nous mètodes d'estalvi, el CFC ha engegat una nova iniciativa en relació al Noticiari, la revista col·legial que, cada dos mesos, rebeu a casa vostra.

En el cas que vulguis rebre el Noticiari **exclusivament** per correu electrònic has d'omplir el formulari que trobaràs a [www.fisioterapeutes.cat/tramits/#noticiari](http://www.fisioterapeutes.cat/tramits/#noticiari)

Col·legi de Fisioterapeutes



de Catalunya