



Pacientes en una clínica de fisioterapia

R. P. V.



Un tratamiento.

R. P. V.

# Tratamientos eficaces

## La fisioterapia ofrece numerosas soluciones para paliar problemas o aportar soluciones definitivas a determinados trastornos

La fisioterapia se define como el tratamiento de determinadas enfermedades por medios físicos, sea con magnetoterapia, ultrasonidos o láser. Por ejemplo, para rehabilitar una rodilla después de una operación de menisco, además de corrientes pueden realizarse ejercicios que desarrolla primero el fisioterapeuta con el enfermo y más adelante lleva a cabo el paciente con ayuda, para rehabilitar esa rodilla.

En realidad, la fisioterapia abarca todas las especialidades, y tiene muchas aplicaciones, que en la mayoría de los casos son grandes desconocidas o la gente suele confundir. Resulta bastante frecuente que algunas personas identifiquen fisioterapia con masajes, cuando realmente esta disciplina abarca muchas más posibilidades.

Las expertas consultadas matizan que los masajes tienen una gran importancia en muchos tratamientos.

Los efectos son de relajación o de desconstrucción en determinadas patologías. Además, el masaje aumenta el flujo sanguíneo y para muchas patologías es fundamental porque alivia tensiones y dolores. Por ejemplo en la colum-

na, la musculatura se contrae y es un círculo vicioso: a más contracción, más dolor, y ahí juegan un papel fundamental los masajes.

Pero aparte hay un montón de técnicas de fisioterapia que ayudan a resolver algunas enfermedades, como epicondilitis o tendinitis de algún otro tendón.

En otro tipo de problemas aunque no se produzca una curación definitiva se alivian los síntomas; por ejemplo en el caso de la esclerosis múltiple, hemiplejía, o párkinson. Son enfermedades incurables pero gracias a la fisioterapia los pacientes mejoran y pueden tener una calidad de vida mucho mejor.

La fisioterapia respiratoria es una gran desconocida y sirve para tratar enfermedades como la fibrosis quística que afecta a niños que nacen con ella y se va desarrollando. Se trata de un trastorno genético, la fisioterapia ayuda muchísimo a eliminar secreciones, con determinadas maniobras, lo mismo que a un afectado de EPOC se le mejora mucho la calidad de vida, se fatigan menos.

Las expertas consultadas lamentan que la fisioterapia en España no esté tan valorada como



R. P. V.

Un masaje.

en el resto de Europa. Realmente sus posibilidades siguen siendo bastante desconocidas. Por eso merece la pena acudir a una buena clínica que además de contar

con excelentes profesionales ofrece toda clase de adelantos.

Por ejemplo, esta disciplina logra buenos resultados en el tratamiento de hemipléjicos, pacientes a los que les ha dado un derrame cerebral y se han quedado paralizados en alguna zona de su cuerpo. No es raro que entren en la clínica en silla de ruedas y que al cabo de un mes salgan caminando por su propio pie.

Si hay alguna paralización de algún miembro siempre es conveniente realizar ejercicios. La recuperación puede llegar a ser del cien por cien. En fisioterapia neurológica es importantísimo que se empiece la rehabilitación cuanto antes.

La fisioterapia deportiva abarca toda la traumatología. Además se tratan incontenencias urinarias, drenajes linfáticos manuales para los linfedemas o insuficiencias circulatorias.

### Plataforma vibratoria

Otra de las nuevas posibilidades es la plataforma vibratoria médica, que produce una contracción y

relajación para estimular al músculo ya que provoca entre 25 y 30 contracciones musculares al segundo. Sirve para recuperar rodillas operadas, rehabilitar la falta de estabilidad, entrenamiento personal para gente sana y además logra muy buenos resultados en casos de artrosis. Son estímulos que se dan al hueso y generan osteoblastos; también sirve para la osteoporosis. Diez minutos de entrenamiento equivalen a hora y media en el gimnasio. La plataforma también está muy recomendada en casos de fibromialgia y párkinson. La palabra fisioterapia proviene de la unión de las voces griegas: «physis», que significa «naturaleza» y «therapeia», que quiere decir «tratamiento». Desde un punto de vista etimológico, fisioterapia o «physis-therapeia» significa «tratamiento por la naturaleza», o también «tratamiento mediante agentes físicos». La OMS define en 1958 a la fisioterapia como: «La técnica y la ciencia del tratamiento a través de: medios físicos, ejercicio terapéutico, masoterapia y electroterapia. Además, incluye la ejecución de pruebas eléctricas y manuales para determinar el valor de la afectación».