

▶ 1%XFVU

 

▶ 1%XFV6 DOIGIFP

+RPH

0 DUFDCRUIH XHWR

EX\FDCRUIHQVMSI JICDI

5 XDM6 DOIGDEON

\$ JHGGDICH\$ FARM

3DUWFSHIHQKWRV

) 2 5 2 6

&amp;FP SDUBIGHWMDVFRDUV

HQHD&amp;KDW

8WPHIGHWMDVFRDUV

3LWDCW

\$ \ XGDI) \$ 4 V

8VRI\ I3 UYDFGCG

▶ I( QDFMMSDU

SDFHQMV

\$ UAFXDMMSDUISDFHQMV

▶ I( QI QMUGHW

' LVHkPIZHE

## La alimentación condiciona la recuperación de las enfermedades musculares

03/12/2009 18:42:32

Comer pescado durante los meses de gestación favorece el desarrollo neurológico del feto.

Madrid, 1 de diciembre de 2009.- Estudiar la alimentación de cada paciente es clave para el abordaje integral y la optimización del proceso de recuperación en las consultas de Fisioterapia. Así lo ha puesto de manifiesto Álvaro García-Romero, profesor de Fisioterapia de la Universidad Europea de Madrid, durante el Aula Europea de Fisioterapia que, bajo el título "Nutrición práctica para fisioterapeutas", ha sido organizado por la citada institución académica.

Según explica este experto, "una falta de nutrientes en un órgano determinado puede reflejarse en una dolencia muscular. Por ello, antes de realizar la manipulación de un músculo el fisioterapeuta debe investigar el origen del dolor conociendo la alimentación que sigue el paciente". Y es que la dieta condiciona el mantenimiento y regeneración del organismo, de forma que una alimentación adecuada también puede acelerar la recuperación de enfermedades musculares. Un ejemplo de ello "son las lesiones de esguinces, en las que se debe tener en cuenta que si el enfermo no tiene suficientes nutrientes en la sangre y abusa de la carne de cerdo tendrá una recuperación más lenta", señala el profesor García-Romero.

### La alimentación en los primeros años de vida

Los niños también han sido objeto de análisis durante esta jornada. No en vano la alimentación también ha demostrado tener una clara influencia en la recuperación de uno de los trastornos más comunes por los que los niños acuden a las consultas: las otitis y las mucosidades nasales. En estos casos, "el fisioterapeuta realiza técnicas manuales en el cráneo para movilizar el conducto auditivo con el fin de que pueda pasar a la vía nasal y expulsar así las mucosidades. Además, también debemos recomendarle que evite determinados alimentos que, como la leche de vaca, contribuyen al aumento de las mucosidades", explica el profesor García-Romero.

En cuanto a la nutrición durante el periodo de gestación, este especialista recomienda comer mucho pescado para favorecer el desarrollo neurológico del feto. Asimismo, recuerda que si "después del parto, se decide amamantar al bebé con leche materna, la comida que ingiera la madre debe ser la adecuada para que le transmita al bebé los suficientes nutrientes".

Por todo ello, este experto insiste en la necesidad de que todos los fisioterapeutas tengan conocimientos sobre los hábitos de alimentación que benefician la salud y tengan influencia sobre las diferentes patologías.

### Fisioterapia y estrés

Otro de los temas abordados en el Aula Europea de Fisioterapia ha sido el estrés, una patología que genera el 80% de las consultas de esta especialidad. "Puesto que determinadas dolencias musculares provienen de un estado de estrés, el fisioterapeuta debe ser capaz no sólo de detectar el origen, sino de saber manejarse con técnicas como la alimentación, relajación... que permitan complementar la manipulación y corregirlas", concluye este profesor.

¿Desea recibir gratuitamente estas noticias en su correo e-mail ?

I6XEVUEUWH



6XEVUEUWHID

QH-WADIQWIGH

QWAFDVI

GRYHGDGHV

▶ I( QDFMMSDU

SDFHQMV

\$ FFMADIO HGICH

&amp;XUAFICH( &amp;\*

5HYWADIO HGVSDLO

▶ I( QDFMMSDU

SDFHQMV