O.J.D.: 5284
E.G.M.: No hay datos

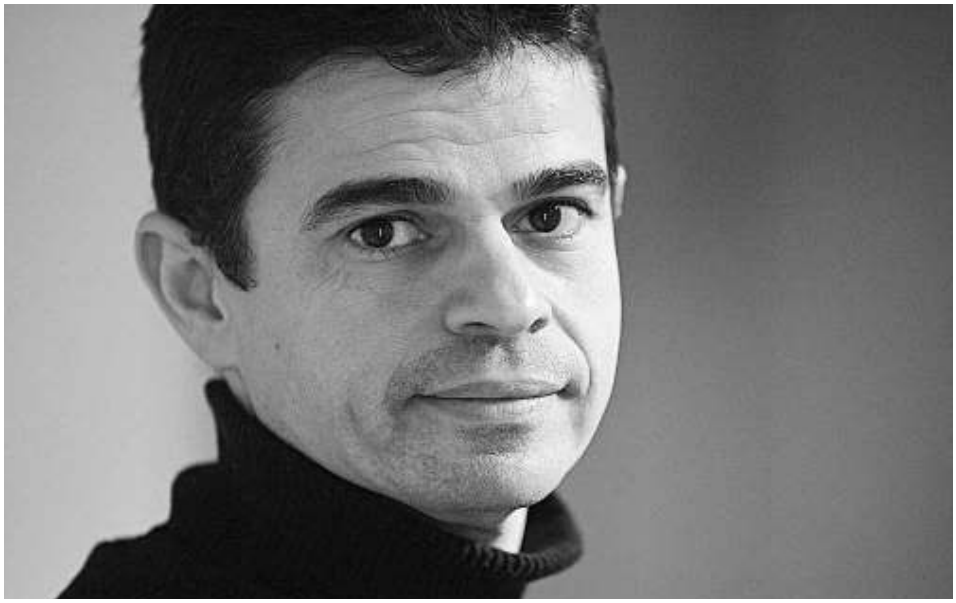
Diari de Terrassa

Fecha: 24/03/2009
Sección: AGENDA
Páginas: 39

retratos

JOSÉ MARÍA NEBOT FISIOTERAPEUTA

"La prevención en fisioterapia es una asignatura pendiente"



José María Nebot es el responsable del centro de salud Satem. C. CASTRO

Silvia Gelices

José María Nebot (Cerdanyola del Vallès, 1966) se diplomó en Fisioterapia en Gimbernat de la UAB y en Osteopatía por la Universidad de Ciencias de la Salud de Madrid. Asimismo está terminando los estudios de Humanidades en la UOC relacionando la vertiente sanitaria con la social porque considera que "la enfermedad es uno de los males de la sociedad más extendidos". Actualmente es el responsable del centro de salud y terapia manual Satem, situado en la plaza de la Cultura. También imparte clases de terapias manuales de Formación Profesional. Asimismo ha sido uno de los fisioterapeutas colaboradores en la última Mitja Marató.

Un fisioterapeuta que estudia humanidades. ¿Qué le motivó a ello?
No se puede desligar a la persona de su vinculación con la sociedad y la enfermedad forma parte de ella. Por eso busco la vertiente holística en un tratamiento global donde se entiende la persona en su conjunto, con sus vivencias y circunstancias. De esta manera se tratan los desequilibrios incidiendo en su causa y no sólo en sus síntomas.

¿Y usted en qué se ha especializado?
En terapia manual y terapias alternativas que pueden servir de complemento a la medicina convencional.

¿Ha aumentado el número de personas que acuden al fisioterapeuta?
Dicen que la actual crisis económica está afectando a la mayoría de ámbitos profesionales, pero a nosotros todavía nos llegan muchos pacientes con dolencias físicas a causa del estrés y de la ansiedad derivadas de esta situación de crisis.

¿Y acuden como prevención o cuando ya no aguantan más el dolor?
Normalmente vienen cuando el dolor muscular o articular se hace insoportable. La prevención es todavía una asignatura pendiente en fisioterapia y sería muy recomendable acudir a hacerse un chequeo anual para prevenir dolencias que se podrían evitar.

¿Qué tipo de patologías son las más tratadas en su consulta?
Todas las relacionadas con el aparato locomotor o por problemas posturales, de columna y musculares. Acuden muchos pacientes que se encuentran en las largas listas de espera de la Seguridad Social y que ya no pueden soportar el dolor; también acuden otros que consideran insuficientes el número de sesiones realizadas en la sanidad pública porque no han mejorado.

> "Trato los desequilibrios incidiendo no sólo en los síntomas sino también en su causa"

> "Acuden muchos pacientes que se encuentran en las largas listas de espera de la Seguridad Social"

Muchas personas confunden la fisioterapia con un simple masaje.
Bueno, el masaje puede ser preventivo. Yo siempre aconsejo un masaje relajante y antiestrés para liberar tensiones musculares que luego puedan ser causa de dolencias mayores.

¿Usted también acude a que le den masajes?
Desde luego, acudo a mis colegas de profesión porque yo también los necesito ya que mi trabajo requiere de un esfuerzo físico importante. También me mantengo en forma haciendo ejercicios de estiramientos combinado con la natación y el footing.

Ha sido uno de los fisioterapeutas colaboradores en la última Mitja Marató, ¿no es así?
Estaba de coordinador junto a Jordi Martínez. Estuve haciendo diagnósticos porque no es el momento de hacer tratamientos intensos ya que los atletas necesitan recuperar los niveles de homeostasia. Un masaje de descarga suave es suficiente.