

21 vots

[Societat](#)

Redacció osona.com | Actualitzat el 15/03/2010 a les 15:50h

## **L'aigua, un aliat per a les rehabilitacions**

**L'ADFO explica en una conferència a Vic les virtuts dels exercicis aquàtics.**



El dijous 11 de març va tenir lloc, a Vic, una conferència sobre rehabilitació aquàtica. Es va explicar la utilitat dels exercicis dins de l'aigua per millorar la capacitat funcional de les persones amb dificultats motrius, i es va ensenyar com es porta a terme una activitat aquàtica a l'Associació de Disminuïts Físics d'Osona (ADFO). La conferència va ser a càrrec d'Eva Cirera Serrallonga, fisioterapeuta responsable de l'activitat aquàtica que ofereix l'ADFO, i d'Ariadna Pamplona Rodríguez, educadora social responsable de l'àrea de projectes de l'ADFO.

La fisioterapeuta Eva Cirera va parlar de tres conceptes que podem utilitzar per parlar de l'ús de l'aigua amb finalitats terapèutiques: activitat aquàtica, teràpia aquàtica i rehabilitació aquàtica. Seguidament va parlar de les propietats bàsiques de l'aigua, els seus beneficis; així com de les indicacions i contraindicacions d'aquesta teràpia i la metodologia de treball del fisioterapeuta.

Per a Cirera, la rehabilitació aquàtica “ens proporciona un medi de treball diferent i efectiu per tal de dur a terme la rehabilitació funcional en gairebé totes les patologies que tracta la Fisioteràpia”. La conferenciant va remarcar la importància dels fisioterapeutes perquè els exercicis que realitzi cada persona dins del medi aquàtic siguin els adequats per la seva patologia i capacitats. Cirera va afegir que “dins de l'aigua i gràcies a la disminució de càrrega que experimentem, es facilita el moviment a persones que fora de l'aigua els és molt difícil mobilitzar-se o, fins i tot, impossible”.

Tot seguit, l'educadora social Ariadna Pamplona va explicar que l'ADFO, creada el 1982, és una entitat sense ànim de lucre que treballa per a la promoció integral de les persones amb discapacitat física a nivell comarcal. Ens va informar que l'activitat de rehabilitació aquàtica es va crear l'any 2009 responent “a una necessitat detectada en el col·lectiu”. Va afegir que les persones amb afectacions físiques (motores) “requereixen una rehabilitació intensa i llarga, i les situacions econòmiques d'aquestes persones, en la seva majoria, no són molt bones, motiu que dificulta i/o els exclou de poder accedir a serveis especialitzats de fisioteràpia”. Aquesta dificultat genera un sedentarisme que provoca més afectacions i lesions a les persones amb dificultats motores.

Amb la finalitat d'oferir una alternativa econòmica a la rehabilitació requerida per les persones amb discapacitat física, l'ADFO va iniciar una activitat de rehabilitació aquàtica, els objectius de la qual són afavorir el treball en grup entre persones amb capacitats diferents, potenciar la utilització d'espais municipals (en aquest cas, les piscines), potenciar l'autonomia personal i millorar l'autoestima.

Els serveis que ofereix aquesta entitat són diversos, com per exemple: el Servei d'Integració Laboral

(SIL-OSONA), formació en recerca laboral, servei d'assessorament en accessibilitat a particulars i entitats, així com un servei integral d'atenció a la dependència, entre d'altres.



[Imprimir](#)



[Versió en PDF](#)



[Comentaris](#)



[Enviar](#)



[Compartir](#)

**iRobot** Roomba

Oferta especial per als lectors d'Osona.com



~~375€~~ **325€**

 **Rovira Vie**