

EL PILAR

Si em permeteu...



Rosa Vendrell

Ens compliquem la vida massa sovint. En molts sentits. El llenguatge n'és un. Construïm frases verbals innecessàriament llargues quan tenim un verb per a cada acció. M'explico. Un ajuntament informa així: "S'estan duent a terme tasques de poda". Vol dir "s'està podant". O bé aquesta: "Es recomanen fluxos d'aire creuat als espais tancats". No són corrents d'aire, simplement? "Executar una actuació de neteja a la resclosa del riu" seria el verb *netejar*. "Estar obert (A) al que arriba". Hi ha una opció més bona i menys complicada: obrir-te. "Es procedirà a realitzar la interrupció de subministrament d'aigua". Alternativa: es tallarà el subministrament d'aigua. I així, mil i un exemples d'expressions enrevessades, totalment contràries a l'economia del llenguatge que s'argumenta quan demanes que s'anomenin explícitament les nenes i els nens, o les alcaldesses i els alcaldes. Més exemples: "Es duran a terme treballs d'asfaltat" per dir "s'asfaltarà". O bé: "Hem mantingut una reunió de treball", quan tenim l'opció de fer una frase més curta: ens hem reunit. I punt. Les entitats t'encoratgen a "fer-te soci", quan és molt més colpidor "Associat". Aquest exemple l'he vist tant als ateneus dels pobles com en entitats com Òmnium Cultural o el Casal Popular de la CUP de Sant Sadurn. I què me'n dieu, dels titulars buits de contingut? Ens manifestem contra la violència de gènere. Políticament, molt correcte. Doncs per què encara regaleu cotxets amb nines a les vostres filles de cinc anys? Deixeu-les lliures i en pau!!

L'ENTREVISTA

Tito Boada

"S'ha de diferenciar clarament el vertigen del mareig, ja que no és el mateix"

Marta Ferrer

En què consisteix l'osteopatia?

Treballem l'estructura perquè millori la funció, sempre buscant l'origen del dolor. Si tens dolor al colze i t'han fet sessions al colze i et continua fent mal, potser és perquè hi ha una mala mecànica de l'espatlla... Així doncs, per millorar aquest colze, haurem de treballar també l'espatlla. També treballarem en el camp visceral i en el camp cranial, és a dir, migranyes, mandíbula...

Per què va triar aquesta professió?

És una manera molt maca d'ajudar la gent en el seu dia a dia i en les seves patologies. Després de fer fisioteràpia, vaig veure que en alguns tractaments específics, el pacient feia recidives, i vaig optar per fer osteopatia.

I es va especialitzar en el vertigen. Com el definiria?

L'hem de diferenciar bé del mareig. En el vertigen sempre hi ha sensació gírtoria, i en el mareig no. Si és vertigen, sempre prové de l'oida interna, però el problema és que la majoria d'otorinolaringòlegs només miren l'oida externa, i com que no troben res, diuen als pacients que no tenen vertigen. Això passa perquè no han valorat l'oida interna. A Fisioteràpia El Centre tenim un videonistagmoscopi, que és un aparell que ens permet veure on hi ha el problema. El vertigen posicional paroxíctic benigne (VPPB), que és el més comú, és el més fàcil de tractar.

Qui té més possibilitats de patir vertigen?

Pot aparèixer a qualsevol edat, però a partir dels 60 anys hi ha un increment, i un 75% són dones que pateixen un VPPB. Actualment

trobo moltes inestabilitats arran d'una crisi vertiginosa d'anys enrere, i normalment és gent que després de tenir la crisi no ha fet cap tipus de reeducació. La inestabilitat es dona quan la persona vol caminar i nota que va d'un costat a l'altre, o té sensació d'inseguretat constantment... Això també es reeduca.

Com es fa el tractament?

Primer es fa una història clínica i una exploració a nivell oculomotor i a nivell vestibular per descartar problemes centrals. Després posem el videonistagmoscopi per mirar si hi ha *nistagmus* espontani (moviment involuntari de l'ull) i VPPB, i si no n'hi ha, posem el pacient en una cadira giratòria que ens dona informació de

quina oïda és l'afectada, i en quin percentatge. Això ens permet detectar on és el problema, i també tractar-lo. Si tenim un VPPB, el tractament es basa en maniobres posicionals per tornar a posar les pedretes al seu lloc. Si tenim un altre tipus de vertigen, fem la reeducació vestibular, que és reconeguda mundialment com el millor tractament per al vertigen. No sé per què, sempre es recepta Serc a tothom, però amb un VPPB no serveix per a res. I el pacient en pren caixes i caixes... I segueix marejat com una sopa, quan la solució és posar les pedres a lloc o iniciar la reeducació. Per això és tan important donar a conèixer la fisioteràpia vestibular, i des del Col·legi de Fisioterapeutes ho estem estenent. La reeducació



Marta Ferrer exerceix com a fisioterapeuta des del 2006, i com a osteòpata des del 2010.

Va començar a treballar en aquest àmbit en un centre de Barcelona, i des del 2010 ofereix els seus coneixements a Fisioteràpia El Centre, ubicat al carrer Subirats de Vilafranca.

Aquest 2021, Marta Ferrer i el seu soci, Joan Torrents, han traslladat el seu local. Treballen de manera interdisciplinària amb diferents professionals per oferir el millor servei.

es fa amb la cadira rotatòria i amb un protocol d'exercicis visuals i d'equilibri com els següents: seguir un objecte, treballar amb ulls tancats, fer moviments de cap lents i ràpids, posar una imatge en moviment i aguantar l'equilibri, realitat virtual... I tot això, específic per a cada tipus de pacient. No tothom tolera de la mateixa manera els estímuls als quals l'exposo, de manera que la reeducació varia molt d'un pacient a l'altre.

Tenen un aparell que ajuda a solucionar els problemes de vertigen?

Hi ha uns aparells que s'han de tenir si es vol fer treball vestibular: el videonistagmoscopi i la cadira rotatòria. El primer són unes ulleres amb una càmera inclosa que ens permet veure on són aquestes pedretes. Pensi que les pedres es poden posar en 6 canals semicirculars diferents (posteriors, horitzontals i anteriors), i s'han d'explorar tots sis. El problema és que l'otorinolaringòleg només mira els posteriors, ja que són els més comuns, i si no troben les pedres aquí, diuen que no és un VPPB i els recepten el Serc. La veritat és que jo em trobo molts canals posteriors, però també molts canals horitzontals, i són molt fàcils de corregir. De fet, quan els dic als pacients que després de la sessió ja no tindran vertigen, la majoria no s'ho creuen, i l'endemà em truquen molt contents dient que ja els ha desaparegut. També tenim la cadira rotatòria, que gira i que ens permet treballar a una velocitat constant per reeducar abans i obtenir millors resultats.

Vostè també es dedica a l'osteopatia pediàtrica?

Sí. L'osteopatia pediàtrica tracta infants des del primer mes de vida fins a adolescents. En nadons, per exemple, treballem les torticolis congènites, les plagiocèfalies (malformacions del cap perquè el bebè només gira el cap a un costat) i totes les tensions que estan associades al part. De més grans, tractem les escoliosis i tot el cos en general per trobar les tensions i els desequilibris i tractar-los.

Res, una trucada

Josep Font Via



Quan "Europa" truca, alguna cosa passa. Ho recorden? El govern Zapatero i, a l'oposició, Rajoy, en un tres i no res pacten encotillar la despesa pública a la sagrada Constitució: "Estabilitat presupostària". L'1 d'octubre tot el matí les forces i cosos de seguretat de l'Estat van estar repartint hòsties a mansalva; a partir del migdia van parar de repartir. Jo, Jordi, vaig votar independència. Com ara s'acostuma a dir, *off the record* una senyora els va trucar: "Però què feu? Que esteu bojos?". Vostè, que m'està llegint, deu pensar: "Però què s'empatolla, ara, aquest?" M'explicaré -o, si més no, ho intentaré. El president del govern (espanyol) més progressista de la història ha canviat el rumb, ha renunciat a la venjança. Diu que cal cercar camins d'entesa, i fins i tot ha reconegut que hi ha un conflicte polític: "Hosti, tu!". Personalment en cap moment me'l vaig creure - soc malpensat de mena, què hi farem -, per a mi és un personatge que té l'habilitat de modelar i grapejar la veritat a les seva conveniència. Vaja, que és un mentider, però amb elegància. Doncs sí, el van trucar i el van posar al corrent del que passaria a Europa; va fer números, i va decidir que era el moment oportú de menjar-se alguns gripaus. Per exemple: indults, sedició... Un cop esvait el dubte, me'n va venir un altre: a més a més de trucar al progrè, van trucar a alguna altra persona, en aquest cas de Catalunya? I què li van dir? Perquè, a veure una cosa, llegint i escoltant algunes coses d'alguns que s'anomenen independentistes, arribes a pensar, com deia Bob Dylan: "Alguna cosa està passant, aquí, i tu no saps què és". Com m'agradaria equivocar-me, Oriol.

Subscriu-te a

el 3 de vuit .cat

Truca al 93 892 10 35

Et regalem tots els premis de la pàgina 48 i entraràs en un sorteig per aconseguir

UNA CISTELLA

Caprabo, referent en productes de proximitat

#delanostraterra



caprabo amb EROSKI