



Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya

L'abordatge de l'ictus amb fisioteràpia

Demà dissabte, 29 d'octubre, se celebra el Dia Mundial de l'Ictus, una malaltia que poden patir més del 15 % de les persones al llarg de la seva vida i que té, en la fisioteràpia, una disciplina imprescindible per al tractament dels dèficits sensitivomotors que l'ictus pot ocasionar. Aquest és un fet encara poc conegut, lamentablement, i el Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya volem que qualsevol ciutadà tingui informació per poder limitar les seqüeles des d'un primer moment després de patir l'ictus.

La branca especialitzada en neurorehabilitació és la neurofisioteràpia, una disciplina que disposa ja de centres especialitzats en aquests tractaments i cada cop més professionals que l'exerceixen. Hem de pensar que a Catalunya poden patir un ictus una mitjana de 12.000 persones l'any. Aquests malalts tenen al seu abast una xarxa assistencial i de suport integral amb recursos a través d'associacions i fundacions com ara Avece, Algi, Associació Superar l'Ictus, Associació Freno al Ictus, Ictus.Barcelona i Fundació Ictus, dedicada, aquesta última, a la recerca sobre la malaltia. Segons la Societat Espanyola de Neurologia (SEN), el 40 % dels casos d'ictus provoquen seqüeles que dificulten la realització de les activitats quotidianes.

L'objectiu de la fisioteràpia en la recuperació de l'ictus és poder dur a terme una intervenció individualitzada per a cada malalt segons el seu estat de salut, funcionalitat, motivació i entorn personal. Si aquesta actuació s'engega de manera ràpida després de patir l'ictus, factor absolutament decisiu, la fisioteràpia arriba a ser molt efectiva en la reducció de les seqüeles.

El sistema nerviós central presenta neuroplasticitat, i aquesta és major durant els primers mesos després d'un ictus. És a dir, podem actuar sobre l'organització del sistema nerviós amb estimulació, entrenament i tècniques específiques de fisioteràpia. Aquesta intervenció és molt important sobretot els primers sis mesos després de l'ictus. Tot i que la millora és més significativa durant aquest primer període, els neurofisioterapeutes també juguen un paper clau en la fase crònica, en la prevenció del deteriorament que podria incrementar el grau de dependència dels afectats, entre d'altres aspectes vinculats a la qualitat de vida de les persones.

Tanmateix, com sempre recomanem el Col·legi, un estil de vida saludable amb exercici terapèutic de manera regular també ajuda a prevenir possibles seqüeles posteriors. Demanar consell al teu o teva fisioterapeuta ajuda a millorar la qualitat de vida, establint pautes que preparen el cos.

UEFA Women's Champions League. El Barça suma la segona victòria en la fase de grups de la Champions, però perd Graham Hansen per lesió

Avisen a Europa

1 Rosengard
4 Barça

ROSENGARD: Micah; Öling, Persson, Arnardóttir, Wik; Mia Persson (Schmidt, 83'), Bredgaard (Sanders, 76'), Holdt (Thogersen, 66'); Larsson (Kullashi, 66'), Lundin (Chmielinski, 76') i Schough.

BARÇA: Paños; Marta (Bronze, 66'), Paredes, Mapi León, Rolfö; Walsh (Engen, 66'), Aitana, Mariona; Graham Hansen (Crnogorčević, 39'), Oshoala (Maria Pérez, 83') i Geysel (Pina, 66').

GOLS: 0-1 (30') Aitana. 0-2 (41') Aitana. 1-2 (45'+2) Holdt. 1-3 (65') Mariona. 1-4 (90'+2) Mariona.

ÀRBITRE: Lorraine Watson (escoesa). **T.G.:** A Wik, del Rosengard, i a Geysel, del Barça. **T.V.:** Cap.

PÚBLIC: Uns 8.000 espectadors al Malmö Idrottsplats.

Clara Rodergas
BARCELONA

El Barça va directe cap als quarts de final de la Champions. L'equip de Jonatan Giráldez va divertir-se contra el campió suec, el Rosengard (1-4), i va sumar el segon triomf en dues jornades. Això, combinat amb la victòria del Bayern de Múnic al camp del Benfica, deixa catalanes i alemanyes al capdavant del grup D amb sis punts. El duel del pròxim 24 de novembre al Camp Nou (18.45 h) serà decisiu en la lluita per la primera posició de la taula. La Champions és l'objectiu. Està entre cella i cella.

Les blaugrana van tenir el partit sota control. Aitana va liderar l'equip amb tota una exhibició de futbol. Entre ella i Mariona van portar el ritme del partit. Fridolina Rolfö va ser un punyal per la banda i la



Mariona celebra un dels gols amb Asisat Oshoala ■ EFE

meitat del primer gol visitant va ser seu. La 16 blaugrana va marejar Öling i va enviar un centre mesurat al primer pal. Allà hi va aparèixer Aitana per posar la bola i avançar el Barça (30'). Però no tot van ser flors i violes. Poc abans del descans, Graham Hansen va sentir una punxada als isquiotibials. El club va informar que avui se sotmetrà a més proves. Per intentar curar-se d'aquesta galleda d'aigua freda, Aitana va decidir anar per feina i acostar l'equip a la victòria amb el 0-2 (37'). Tot i això, el Barça es va adormir en l'última acció

del primer temps i va permetre que Holdt reduís diferències.

L'equip va continuar endollat després del descans. Faltava la cirereta del gol i aquí va aparèixer la figura de Mariona Caldentey, que va inventar-se una obra d'art en un tres i no res. La balear va recollir la pilota al mig del camp i, en veure la portera avançada, va xutar des de casa seva per fer el tercer (65'). Ella mateixa va tancar la golejada en el temps afegit aprofitant un refús de la portera després d'un llançament de falta de Clàudia Pina. ■

Igualtat

El Bayern de Múnic remunta al camp del Benfica i manté la pugna amb el Barça per la primera plaça

Grup A Jornada 2

Chelsea - Vllaznia **8 - 0**
R. Madrid - PSG **0 - 0**

Equip	PT	PJ	PG	PE	PP	GF	GC
Chelsea	6	2	2	0	0	9	0
R. Madrid	4	2	1	1	0	2	0
PSG	1	2	0	1	1	0	1
Vllaznia	0	2	0	0	2	0	10

Grup B Jornada 2

Slavia Praga - Wolfsburg **0 - 2**
St. Pölten - Roma **3 - 4**

Equip	PT	PJ	PG	PE	PP	GF	GC
Wolfsburg	6	2	2	0	0	6	0
Roma	6	2	2	0	0	5	3
Slavia Praga	0	2	0	0	2	0	3
St. Pölten	0	2	0	0	2	3	8

Grup C Jornada 2

Juventus - Ol. Lió **1 - 1**
Arsenal - Zürich **3 - 1**

Equip	PT	PJ	PG	PE	PP	GF	GC
Arsenal	6	2	2	0	0	8	2
Juventus	4	2	1	1	0	3	1
Ol. Lió	1	2	0	1	1	2	6
Zürich	0	2	0	0	2	1	5

Grup D Jornada 2

Rosengard - Barça **1 - 4**
Benfica - Bayern M. **2 - 3**

Equip	PT	PJ	PG	PE	PP	GF	GC
Barça	6	2	2	0	0	13	1
Bayern M.	6	2	2	0	0	5	3
Rosengard	0	2	0	0	2	2	6
Benfica	0	2	0	0	2	2	12



10€ DE DESCOMPTE

EN MÀ D'OBRA

SI PORTES AQUEST ANUNCI AL NOSTRE TALLER

*Promoció vàlida fins al 31/12/2022

*Compra mínima de 50€