

BREUS

ESQUÍ. FREERIDE WORLD TOUR

Caiguda de Moga a Ordino Alcalís

Ordino. L'esquiador de Vielha Abel Moga va patir una aparatosa caiguda en la segona prova del circuit mundial d'esquí fora de pista, el Freeride World Tour (FWT), a Ordino Alcalís, després de la setena plaça obtinguda la setmana passada a Baqueira Beret, la prova que obria el calendari. El FWT s'ha acomiadat del Pirineu a l'estació andorrana d'Ordino Alcalís sense que Moga hagi millorat els resultats per fer un pas endavant en el seu repte d'aquest curs, que és classificar-se per a l'edició del 2024. ■



Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya

Fisioteràpia i càncer

El dissabte 4 de febrer se celebra el Dia Mundial Contra el Càncer. L'objectiu de marcar aquest dia en el calendari és fomentar la prevenció i sensibilitzar la població d'una malaltia que continua constituint una de les principals causes de mortalitat al món.

La fisioteràpia és una part important del tractament i de l'atenció mèdica dels pacients oncològics. Amb el seu enfocament en la prevenció, el tractament i la recuperació de lesions i malalties, la fisioteràpia pot ser de gran ajuda en diferents aspectes que acompanyen el càncer.

Un dels objectius principals és l'alleujament del dolor. El tractament oncològic, incloses la cirurgia, la quimioteràpia i la radioteràpia, pot causar dolor i dificultat de moviment. La fisioteràpia pot ajudar a alleujar el dolor i millorar la mobilitat mitjançant exercicis específics i tècniques de massatge. La fisioteràpia també pot ajudar a l'enfortiment dels músculs afeblits pel tractament, la qual cosa pot millorar la mobilitat i prevenir lesions futures. Igualment, la fisioteràpia respiratòria pot ajudar a millorar la respiració en alguns pacients que poden tenir dificultats per respirar a causa del lloc del tumor o dels efectes secundaris de la quimioteràpia, així com a prevenir la fatiga.

La prevenció i tractament del limfoedema és també un dels objectes de la fisioteràpia oncològica. El limfoedema és una acumulació de líquid en els teixits tous que pot ocórrer després de la cirurgia o la radioteràpia en l'àrea afectada. El fisioterapeuta pot ajudar a prevenir-lo o a tractar-lo si ja ha ocorregut.

I, finalment, la fisioteràpia intervé directament en la millora de la qualitat de vida, alleujant el dolor i millorant la mobilitat, la qual cosa pot incrementar la capacitat de dur a terme activitats diàries i mantenir una major independència i estat d'ànim.

En resum, la fisioteràpia és una part integral i efectiva del tractament i l'atenció mèdica dels pacients amb càncer. Pot ajudar a alleujar el dolor, millorar la mobilitat, enfortir els músculs afeblits, millorar la respiració, prevenir i tractar el limfoedema, i millorar la qualitat de vida.

És important destacar que la fisioteràpia ha de ser una part integral de l'atenció mèdica dels pacients amb càncer, i no simplement una part addicional del tractament. Els fisioterapeutes estan capacitats per treballar amb altres professionals de l'atenció mèdica, com oncòlegs i infermers, per brindar una atenció integral i personalitzada a cada pacient.

En conclusió, la fisioteràpia pot ser una gran ajuda per als pacients amb càncer en diferents aspectes del tractament i de la recuperació.



Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya



L'equip del Cadí la Seu després de la seva classificació per als quarts de l'Eurocupa ■ @CLIVG

Bàsquet. El Cadí la Seu ha completat una eliminatòria espectacular contra el Flammes, i en l'horitzó hi ha els quarts de l'Eurocupa contra el Galatasaray

Fita històrica feta i més gestes europees per fer

A.C. LA SEU D'URGELL

La història europea del Cadí la Seu en l'Eurocupa va completar una plana molt important amb la classificació per als quarts de final eliminant el potent Flammes Carolo francès en els vuitens, però encara continua i la pròxima fita és l'enfrontament a doble partit contra el Galatasaray turc. El partit d'anada dels quarts es jugarà a la Seu d'Urgell el 23 de febrer i la tornada serà el 2 de març a Istanbul.

En la seva tercera participació en l'Eurocupa, el Cadí la Seu està superant clarament tot el que havia aconseguit anteriorment. Va debutar a Europa la temporada 2019/20 i va ser segon en la fase de grups. En el *play-off* va superar la primera eliminatòria i va perdre en els setzens de final contra el Landes frances. La temporada següent es va disputar una fase de grups amb concentració a Romania a causa de la pandèmia i el conjunt urgellenc va ser tercer perquè un triple empat el va perjudicar, i no va accedir als vuitens. En l'actual campanya ja és a quarts i ara és el moment d'assaborir el que es va aconseguir dimecres a la nit i de gaudir durant unes hores,

“És un premi excel·lent”

El president del club AE Seidis Bàsquet, Pere Porta, va comentar que classificar-se per als quarts de final de l'Eurocupa era un premi per a tota l'entitat: “La classificació per a la següent fase òbviament suposa una fita històrica per al club, i és un premi excel·lent per a l'equip, és un premi excel·lent per a l'*staff* i és un premi excel·lent per a

tota l'afició i tots els socis.” Pere Porta ja està pensant i desitjant que arribi el pròxim enfrontament europeu contra el Galatasaray turc en els quarts: “Mai abans havíem arribat tan lluny, i a partir d'ara esperem poder gaudir d'aquesta nova eliminatòria. Serà molt difícil, però en tot cas cal competir-la, cal jugar-la i cal gaudir-la.”

ja que demà mateix l'equip urgellenc rep el Tenerife, el cuer, en un partit important per a les seves aspiracions en la Lliga Femenina.

El tècnic, molt feliç

L'entrenador del conjunt urgellenc, Jordi Acero, va mostrar després del partit la seva alegria per la classificació per als quarts de l'Eurocupa malgrat la derrota, que va dir que tenia gust de victòria, i per la manera com va arribar. Va destacar que van saber patir i van saber lluitar quan tot estava en contra seva, i es van sobreposar a un gran ambient de bàsquet que el Flammes Carolo va saber crear al seu pavelló. Respecte al partit, Jordi Acero va explicar que les franceses van sortir molt

fortes i que gràcies a la lluita i al treball de les seves jugadores van arribar “vives” al descans.

El tècnic del Cadí la Seu va manifestar que la remuntada final quan tenien l'eliminatòria molt complicada, perdien de 24 punts el partit i de 6 l'eliminatòria, va ser gràcies al fet que: “Hem demostrat tenir caràcter, ser un equip, creure en el treball de totes les jugadores, creure en el treball conjunt i ens ha sortit un final rodo.” Malgrat la fita històrica i que en l'horitzó hi ha el Galatasaray, Jordi Acero diu: “Hem de tenir els peus a terra perquè dissabte tenim el partit més important de la setmana, que és el del Tenerife, on hem d'aconseguir la novena victòria.” ■

El protagonista

“Soc molt feliç per les jugadores, per l'equip, pel meu *'staff'*, per tot el club i per tota la gent de la Seu”

“Hem aconseguit una fita històrica i hem sabut patir en un ambient espectacular”

“Al final hem retallat la meitat de la renda que elles tenien a còpia de treball, de creure-hi, de tenir confiança. Ha estat increïble”

“No hem deixat de treballar, quan ho teníem més negre és quan millor hem estat a la pista, i amb la sang freda i anant tots a l'una”

“Tot i que hem fet una fita històrica per al club, haurem d'anar a Istanbul a jugar uns quarts de final, que són paraules majors”

Jordi Acero
ENTRENADOR DEL CADÍ LA SEU