

ENTITATS

## Arrels Sant Ignasi busca més voluntaris

LLEIDA | Arrels Sant Ignasi busca voluntaris en els seus diferents projectes. Actualment, l'entitat necessita suport per als serveis que ofereix al Centre Obert, dirigit a l'acompanyament de persones en situació de sense llar o sense sostre; el taller d'esports; i un fotògraf o fotògrafa per a projectes que porta a terme. Les persones interessades a participar com a voluntaris poden contactar a través del correu electrònic [voluntariat@arrelssantignasi.cat](mailto:voluntariat@arrelssantignasi.cat) i al telèfon 973 28 90 00.

CAIXAFORUM

## Visita guiada en família per 'Talking brains'

LLEIDA | CaixaForum Lleida organitza demà (a les 12.00 hores) una visita guiada familiar per la seua exposició *Talking brains. Programats per parlar*. La mostra aborda les diferències entre comunicació i llenguatge i explica per què els éssers humans som els únics animals amb aquesta segona facultat i les seues característiques. L'activitat, l'entrada de la qual costa 4 euros i es pot adquirir al web [caixaforum.org](http://caixaforum.org), està recomanada per a famílies amb fills a partir de 8 anys.

CICLE DIVULGACIÓ

# En contra de l'estigma en la salut anal i del sòl pelvià

Conferència del Col·legi de Fisioterapeutes per trencar tabús, ahir a la UdL

LAIA BERENGUER

LLEIDA | "Quan patim mal d'esquena, solem compartir-ho amb els altres amb facilitat. Però quan patim incontinència o dolor anal no ho expliquem", afirma Marta Jiménez, fisioterapeuta experta en salut pelvià, que ahir va conduir la conferència *Salut anal i sòl pelvià, trenquem tabús* a la facultat de Fisioteràpia de la Universitat de Lleida. Es tracta de la primera xarrada del nou cicle organitzat pel Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya, que té per objectiu divulgar en contra dels tabús en salut més establerts en la nostra societat, en aquest cas, sobre el sòl pelvià, i estan dirigides a la població general.

"No hem de normalitzar cap símptoma, sempre els hem de consultar amb el professional adequat. Un fisioterapeuta especialitzat en coloproctologia i sòl pelvià pot orientar el pacient i detectar si necessita ser derivat a un expert en medicina", aconsella Jiménez, que afegeix: "Convido a tothom que no pateixi en silenci, hem de tenir un professional amb qui ens sentim segurs."

Els més freqüents

Els problemes de salut més freqüents en aquest àmbit són "la incontinència anal –que, a diferència de la urinària, es



JORDI ECHEVARRIA

La fisioterapeuta Marta Jiménez, ahir, a la Universitat de Lleida.

ESCOLTAR EL COS

"No hem de normalitzar cap símptoma. Un fisioterapeuta especialitzat pot orientar el pacient"

coneix molt poc–, el restrenyiment –que està molt normalitzat i no es considera una disfunció, però pot ser l'inici de molts desajustos–, hemorroides, fissures anals, dolor anorectal i, si anem una mica més lluny, malalties com el càncer de còlon. Al seu

torn, aquest últim pot tenir conseqüències greus, la pitjor de les quals seria una colostomia (una intervenció quirúrgica que desvia un extrem de l'intestí gruixut a través d'una obertura a l'abdomen)", enumera la fisioterapeuta.

El Col·legi insisteix en la formació especialitzada de fisioterapeutes i sanitaris –començant per l'Atenció Primària– en sòl pelvià, especialment en salut anorectal, "perquè és de les que crea més problemes i condiciona la qualitat de vida del pacient", diu Jiménez.

LES CLAUS

Existeix un perfil de pacient?

Les patologies anals i colorectals solen afectar persones de mitjana edat, encara que també es detecten en nadons i nens (que han nascut amb problemes congènits) i persones grans. "El sòl pelvià és per a tothom i per a totes les edats, és una part del cos que fem servir cada dia i és imprescindible, de la mateixa manera que és necessari cuidar-la."

Consells de prevenció

Utilitzar un tamboret baix on col·locar els peus a l'hora de defecar, per facilitar la posició del cos i amb l'objectiu de no estrènyer la musculatura. Jiménez també aconsella una bona alimentació (per no danyar l'intestí) i activitat física.

Altres conferències

El Col·legi de Fisioterapeutes ha previst que la resta de conferències del cicle sobre sòl pelvià abordin, per separat, la salut femenina –embaràs i postpart– (dimarts 16 de juny a Lleida i dissabte 20 de juny a Vielha) i masculina (dissabte 26 de setembre a la Seu). Més informació a la pàgina web de la comunitat.

MALALTIES DIA MUNDIAL

## El Parkinson, del diagnòstic a les cures, a l'Arnau de Vilanova

LLEIDA | Amb motiu del Dia Mundial del Parkinson, que es commemora avui, l'associació Parkinson Terres de Lleida va celebrar ahir una jornada sobre aquesta malaltia a l'hospital Arnau de Vilanova de Lleida.

Al matí, el vestíbul va acollir una taula informativa per donar a conèixer el públic la tasca de l'entitat i els recursos disponibles.

Millora de la qualitat de vida

Quant a la tarda, la sala d'actes del centre hospitalari va ser escenari de diferents ponències a càrrec d'especialistes en neurologia i rehabilitació. Les intervencions van abordar la patologia, des del diagnòstic fins al tractament per a la millora de la qualitat de vida dels pacients.

La jornada va acabar amb un



JORDI ECHEVARRIA

Un dels actes celebrats ahir a l'hospital lleidatà.

espai obert a les preguntes del públic, a fi de resoldre dubtes i fomentar l'intercanvi d'experiències entre professionals, persones afectades i familiars.

Dimercres vinent a les 18.00 hores, l'associació ha previst una xarrada informativa a l'auditori de Cervera sobre el Parkinson.

INICIATIVES PRESENTACIÓ



DIPUTACIÓ DE LLEIDA

Tindrà lloc els dies 23 i 26 d'abril a Tremp i Lleida.

## La caminada solidària Magic Line tindrà un recorregut més inclusiu

LLEIDA | La 13a caminada solidària Magic Line tindrà lloc els dies 23 i 26 d'abril a Tremp i a Lleida, respectivament, i presentarà un recorregut adaptat amb l'objectiu de fer-la més accessible a tothom i afavorir la participació.

La ruta de Lleida serà circular, d'un total de 9 quilòmetres, i tindrà com a punt de sortida i arribada l'Hospital Sant Joan de Déu Terres de Lleida. La recaptació de la iniciativa es destina íntegrament a projectes socials i sanitaris.