



NOTA DE PREMSA

AMB MOTIU DEL DIA NACIONAL DE L'ESCLEROSI MÚLTIPLE
(DIVENDRES, 18 DE DESEMBRE)

El Col·legi de Fisioterapeutes remarca la importància de l'exercici físic per pal·liar els símptomes derivats de l'esclerosi múltiple

Amb motiu del Dia Nacional de l'Esclerosi Múltiple (que se celebra aquest divendres 18 de desembre), el Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya vol destacar el paper fonamental que juga l'exercici físic per evitar les complicacions derivades de l'esclerosi múltiple, així com per mantenir i millorar les funcions que poden haver-se vist afectades. Des de fa pocs mesos, el Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya (CFC) és soci col·laborador de la Fundació Esclerosi Múltiple (FEM), una entitat privada sense afany de lucre que té com a missió millorar la qualitat de vida de les persones afectades d'esclerosi múltiple i invertir recursos en la investigació d'aquesta malaltia.

Tota persona amb esclerosi múltiple necessita fer activitat física de manera regular, sense que importi quin és el seu grau de discapacitat o afectació. La falta d'exercici pot tenir importants conseqüències sobre la salut d'aquests persones i, fins i tot, pot augmentar el risc que tenen de patir malalties coronàries. Els exercicis no proporcionen tan sols una millora del benestar corporal sinó que també són importants per prevenir altres problemes associats, com pot ser l'estrenyiment.

L'esclerosi múltiple és una malaltia crònica del sistema nerviós central que afecta fonamentalment, però no de forma exclusiva, la substància blanca o mielina i genera disfunció del sistema immunitari. Encara que hi ha formes benignes, sovint la malaltia evoluciona i pot arribar a comportar diferents graus de discapacitat. Això té com a conseqüència que un col·lectiu important de persones joves i les seves famílies hi han de conviure durant molts anys. L'esclerosi múltiple afecta, fonamentalment, adults joves i la seva prevalença a Catalunya està entre 40-60 persones per 100.000 habitants (unes 3.000), segons dades del Departament de Salut de la Generalitat.

Els símptomes de l'esclerosi múltiple varien en funció de la part del sistema nerviós central que s'hagi vist afectada. Al principi de la malaltia, les manifestacions són habitualment lleus i poden desaparèixer sense tractament; però, amb el temps, poden arribar a ser més nombroses i greus. Tot i que encara no es disposa de tractament curatiu, es poden desplegar algunes estratègies per tal de millorar-ne els símptomes i la qualitat de vida de les persones afectades i dels seus cuidadors.

És aquí on entra en joc la fisioteràpia neurològica, que tracta alteracions pròpiament motrius i totes aquelles que poden derivar-s'hi com, per exemple, alteracions de la sensibilitat, problemes en els esfínters o complicacions generades per la pròpia immobilitat. En el cas que ens ocupa, l'objectiu general de la fisioteràpia neurològica és millorar la qualitat de vida de les persones amb esclerosi múltiple i dels seus cuidadors i famílies, tot intentant prevenir el deteriorament de les capacitats funcionals i, fins i tot, mirant de recuperar-les.

El tractament de fisioteràpia ha de ser constant, però és especialment important després de cada episodi d'empitjorament i quan s'apliquen tractaments mèdics, amb la idea d'assolir el millor nivell funcional tan aviat com sigui possible.



**Col·legi
de Fisioterapeutes
de Catalunya**

Àrea de Comunicació i Relacions Institucionals
C/ Segle XX, 78 – 08032 Barcelona
Tel. 93 207 50 29 / Fax. 93 207 70 22
www.fisioterapeutes.cat/comunicacio
comunicacio@fisioterapeutes.cat