



NOTA DE PREMSA

Corredors i fisioterapeutes: #Fisiorunners porta assistents en carrera a la Marató de Barcelona

BARCELONA, 6 de febrer — Què pot haver-hi millor que córrer una marató? Ajudar algú a acabar-la, a fer rodó el somni. Per això un any més el Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya (CFC) col·labora amb la **Zurich Marató de Barcelona** i ofereix fisioterapeutes corredors per assistir en carrera els maratonians que ho necessitin, durant la mítica prova dels 42km 195m, que tindrà lloc a la capital catalana el proper 11 de març de 2018, d'aquí a un mes.

Els **#Fisiorunners** correran un tram de 10km de la Marató, identificats com a fisioterapeutes, de manera que si algun participant pateix una lesió o molèstia podran oferir-li assessorament o fer-li una primera intervenció en carrera. El més habitual són les rampes, alguna hipoglucèmia i esporàdicament algun esquinç, així com ferides causades per la suor.

Els responsables d'aquesta iniciativa són els fisioterapeutes col·legiats **Christian Fernández**, coordinador del Servei de Fisioteràpia de la Zurich Marató de Barcelona, i **Marc Lari**, membre de la Comissió de Neuromusculoesquelètica del CFC.

—En què consisteix exactament, aquest rol voluntari d'assistent en carrera?

Marc Lari—El projecte #Fisiorunners és una iniciativa per fer visible la Fisioteràpia en una prova esportiva de la magnitud de la Marató de Barcelona. L'objectiu és acompanyar els corredors en trams de 10km, oferir-los assistència si s'escau, assessorament, suport i escalf. En el fons, es tracta de transmetre a la societat que els fisioterapeutes promovem l'exercici físic, que els acompanyen i els assessorem durant la pràctica del mateix i que, si ens necessiten, estarem al seu costat per ajudar-los. És una oportunitat de promocionar la Fisioteràpia, més enllà de la imatge tradicional associada únicament al massatge postcompetició.

—Quants fisioterapeutes corredors necessitem, per anar bé?

Christian Fernández—Actualment la necessitat i l'objectiu que tenim és que hi puguin haver entre 70 i 75 fisioterapeutes en cursa. L'any passat va ser una prova pilot amb una quinzena, i va anar força bé, però per poder donar la cobertura necessària i poder tenir una bona visibilitat hem de ser això: al voltant dels 75.

ML—El repte és gran, necessitem aquests 75 fisioterapeutes per donar cobertura al servei i perquè cap tram de la cursa es quedi sense Fisioteràpia.

—Què els diríeu als fisioterapeutes col·legiats indecisos perquè s’hi animin? Què van dir els que s’hi van apuntar l’any passat, en acabar?

CF—Que la experiència és molt maca, que és una bona manera de donar a conèixer la nostra professió i que, a més, és una feina remunerada, un servei pagat pel Col·legi. I totes les persones que van participar l'any passat, repetiran, ja està tot dit.

ML—Que no cal ser un corredor expert, no correm per fer cap marca, només es tracta de tenir condició física per trotar i caminar entre una hora i una hora i mitja, aproximadament. El més important és tenir ganes de participar i gaudir de la festa de l'esport. És una iniciativa totalment pionera, cap marató del món havia inclòs abans aquest servei en cursa. Correm-hi ben orgullosos de la Fisioteràpia!

—Quines solen ser les lesions o molèsties més habituals que caldrà tractar en carrera?

CF—El més habitual són rampes, alguna hipoglucèmia i, esporàdicament, algun esquinç. També ferides causades per la suor, molts atletes demanen vaselina.

—L’activitat física és molt recomanable i des del CFC hi insistim sempre. Però córrer maratons, no pot ser contraproductiu?

CF—Tots sabem que allargar l’activitat física més enllà d’un temps raonable (d’una hora) pot ser perjudicial per a la salut, però també és evident que no podem frenar la passió que hi ha actualment per córrer. Com a professionals sanitaris, entre altres coses tenim la funció d’acompanyar, d’informar, d’assessorar i de treballar amb els esportistes amateurs perquè, almenys, ho facin en les millors condicions possibles.

Més informació:



**Col·legi
de Fisioterapeutes
de Catalunya**

Àrea de Comunicació i Relacions Institucionals

Jordi Benavente i Marta Bordas

C/ Segle XX, 78 – 08032 Barcelona Tel. 93 207 50 29

www.fisioterapeutes.cat/comunicacio

comunicacio@fisioterapeutes.cat