



NOTA DE PREMSA

[El videoconsell de novembre del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya](#)

La fisioteràpia en salut mental millora els problemes derivats dels trastorns mentals

- **En els trastorns i malalties psiquiàtriques apareixen freqüentment gran quantitat de símptomes físics o corporals que revelen l'estreta interacció que existeix entre el cos i la ment.**
- **L'esperança de vida dels pacients amb esquizofrènia és de 20 anys menor en comparació amb la població general.**

Barcelona, 26 de novembre de 2019 — La fisioteràpia en salut mental és l'àrea encarregada de reconèixer i tractar problemes físics associats als trastorns mentals. Abasta un ample nombre d'abordatges físics, dirigits al tractament d'aquests trastorns. L'exercici terapèutic, la teràpia de la consciència corporal basal o la teràpia psicomotriu són una mostra de tècniques dirigides a millorar els símptomes i la qualitat de vida.



Per explicar-ho, el Col·legi de Fisioterapeutes ha preparat [el videoconsell mensual](#), dintre de la campanya "12 mesos, 12 consells de salut", i que podeu visionar i compartir a través del canal audiovisual del CFC www.fisiotv.cat.

En els trastorns i malalties psiquiàtriques apareixen freqüentment gran quantitat de símptomes físics o corporals que revelen l'estreta interacció que existeix entre el cos i la ment.

L'alta prevalença de la síndrome metabòlica en pacients diagnosticats d'esquizofrènia és un exemple clar de la relació somàtica i mental. Per a aquest tipus de pacients, la seva esperança de vida és de 20 anys menor en comparació amb la població general. L'evidència científica indica que l'activitat física terapèutica pot ajudar a reduir la malaltia cardiovascular i la mortalitat prematura en persones amb problemes psiquiàtrics, a més de tenir efectes beneficiosos en els símptomes

psicòtics i la reducció de la necessitat de cures en les activitats bàsiques de la vida diària.

La fisioteràpia en salut mental ja ha mostrat evidència científica en trastorns d'alimentació, depressió, esquizofrènia, conductes addictives... La reducció de l'ansietat, canvis en l'estat d'ànim, fatiga, ira i autoestima, la utilització del moviment com a porta d'entrada a una teràpia psicològica són els punts forts que justifiquen que cal implantar un abordatge físic que conflueixi dins d'un tractament global a través d'un equip multidisciplinari.

Campanya '12 mesos, 12 consells de salut'

La campanya '12 mesos, 12 consells de salut' és una iniciativa conjunta del Colegio Oficial de Fisioterapeutas del País Vasco, el Colegio Oficial de Fisioterapeutas de Navarra, l'Il·lustre Col·legi de Fisioterapeutes de la Comunitat Valenciana, el Colegio Oficial de Fisioterapeutas de Galicia, el Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid, el Colegio de Fisioterapeutas de Cantabria i el Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya.

Sobre el Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya

El Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya és el col·legi professional que defensa els interessos del col·lectiu de fisioterapeutes catalans i que alhora vetlla per les bones pràctiques en fisioteràpia. Actualment, compta amb més de 10.500 col·legiats i col·legiades, per als quals du a terme accions de formació, orientació, assessorament, defensa i difusió de la professió.



**Col·legi
de Fisioterapeutes
de Catalunya**

Per a més informació:

The Almond Connection

Xavier Barrachina

xavier@thealmondconnection.com

www.thealmondconnection.com

ÀREA DE COMUNICACIÓ

C/ Segle XX, 78, 08032, Barcelona

Telèfon 93 207 50 29

www.fisioterapeutes.cat/comunicacio

comunicacio@fisioterapeutes.cat