



NOTA DE PRENSA

El videoconsejo de noviembre del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya

La Fisioterapia en salud mental mejora los problemas derivados de los trastornos mentales

- **En los trastornos y enfermedades psiquiátricas aparecen frecuentemente gran cantidad de síntomas físicos o corporales que revelan la estrecha interacción que existe entre el cuerpo y la mente.**
- **La esperanza de vida de los pacientes con esquizofrenia es de 20 años menor en comparación con la población general.**

Barcelona, 26 de noviembre del 2019 - La fisioterapia en salud mental es el área encargada de reconocer y tratar problemas físicos asociados los trastornos mentales. Abarca un amplio número de abordajes físicos, dirigidos al tratamiento de estos trastornos. El ejercicio terapéutico, la terapia de la conciencia corporal basal o la terapia psicomotriz son una muestra de técnicas dirigidas a mejorar los síntomas y la calidad de vida.

Para explicarlo, el Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya ha preparado el videoconsell mensual, dentro de la campaña "12 meses, 12 consejos de salud. En los trastornos y enfermedades psiquiátricas aparecen frecuentemente gran cantidad de síntomas físicos o corporales que revelan la estrecha interacción que existe entre el cuerpo y la mente.

La alta prevalencia del síndrome metabólico en pacientes diagnosticados de esquizofrenia es un ejemplo claro de la relación somática y mental. Para este tipo de pacientes, su esperanza de vida es de 20 años menor en comparación con la población general. La evidencia científica indica que la actividad física terapéutica puede ayudar a reducir la enfermedad cardiovascular y la mortalidad prematura en personas con problemas psiquiátricos, además de tener efectos beneficiosos en los síntomas psicóticos y la reducción de la necesidad de cuidados en las actividades básicas de la vida diaria.

La fisioterapia en salud mental ya ha mostrado evidencia científica en trastornos de alimentación, depresión, esquizofrenia, conductas adictivas... La reducción de la ansiedad, cambios en el estado de ánimo, fatiga, ira y autoestima, la utilización del movimiento como puerta de entrada a una terapia psicológica son los puntos fuertes que justifican que hay implantar un abordaje físico que confluya dentro de un tratamiento global a través de un equipo multidisciplinario.

Campaña '12 meses, 12 consejos de salud'

La campaña '12 meses, 12 consejos de salud' es una iniciativa conjunta del Colegio Oficial de Fisioterapeutas del País Vasco, el Colegio Oficial de Fisioterapeutas de Navarra, del Ilustre Colegio de Fisioterapeutas de la Comunidad Valenciana, el Colegio Oficial de Fisioterapeutas de Galicia, el Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid, el Colegio de Fisioterapeutas de Cantabria y el Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya.

Sobre el Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya

El Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya es el colegio profesional que defiende los intereses del colectivo de fisioterapeutas catalanes y que a la vez vela por las buenas prácticas en Fisioterapia. Actualmente, cuenta con más de 10.500 colegiados, para los que lleva a cabo acciones de formación, orientación, asesoramiento, defensa y difusión de la profesión.



**Col·legi
de Fisioterapeutes
de Catalunya**

Àrea de Comunicació

C/ Segle XX, 78 – 08032 Barcelona
Tel. 93 207 50 29 / Fax. 93 207 70 22

www.fisioterapeutes.cat/comunicacio