



NOTA DE PREMSA

L'escoliosi idiopàtica afecta set dones per cada home

La fisioteràpia millora la qualitat de vida de les persones amb escoliosi

- El Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya fa una crida per aconseguir un diagnòstic en estadis primerencs com a fórmula per tractar l'escoliosi i evitar la seva progressió.
- Tot i que es detecta normalment entre els 10 i 14 anys, no hi ha una relació directa entre carregar el pes de la motxilla, com s'havia pensat habitualment.
- El [videoconsell del mes de febrer](#), dintre de la campanya "12 mesos, 12 consells de salut", tracta tots aquests temes relacionats amb l'escoliosi.

Barcelona, febrer de 2022.- L'escoliosi és una desviació de la columna vertebral que no té per què suposar dolor ni impedir que les persones afectades puguin desenvolupar activitats, llevat de casos greus. És una de les principals conclusions del [videoconsell de febrer](#) del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya.

Tot i que pot tenir un origen neuromuscular o congènit, en la gran majoria dels casos (80%), l'escoliosi és idiopàtica, és a dir, se n'ignora la causa. L'escoliosi idiopàtica és una patologia majoritàriament femenina: hi ha set dones afectades per cada home. Aquesta diferència s'explica perquè l'evolució de les curvatures és molt més acusada en les dones.

Si bé és freqüent que hi hagi certa desviació a la columna de les persones, perquè es consideri escoliosi hi ha d'haver una desviació de com a mínim 10 graus sumat a una rotació. És difícil predir si la desviació continuarà durant la vida del pacient, així com la forma en què ho farà. Per això, des del Col·legi es fa una crida al diagnòstic primerenc com a fórmula per tractar-la a temps i evitar la seva progressió.

Pot detectar-se fins i tot a casa

Una opció per detectar la sospita d'una escoliosi és fer-se el Test d'Adams, una senzilla prova que es pot realitzar a casa amb l'ajuda d'una altra persona. Consisteix a realitzar una flexió anterior de tronc amb els peus a l'amplada dels malucs, els genolls estesos i les mans rectes, intentant tocar la punta dels peus. En ajupir-se, i si es mira de front el pacient, es pot observar si té una elevació considerable d'un costat del tronc. Si això passa, el més adequat és consultar el fisioterapeuta per realitzar possibles avaluacions addicionals. El Test d'Adams no confirma una escoliosi per si sol, simplement és la part inicial fins que un professional sanitari qualificat realitzi el procés de diagnòstic complet amb proves d'imatge, com una radiografia.

La importància de comptar amb un diagnòstic en una etapa inicial, quan es tinguin les primeres sospites, redundarà en l'abordatge més eficaç d'aquesta condició, arribant, fins i tot, a evitar la cirurgia en molts dels casos.

La fisioteràpia contribueix en aquest procés donant eines al pacient per millorar la seva situació gràcies a exercicis que enforteixin els músculs involucrats en el sosteniment de la columna. Els fisioterapeutes seran els encarregats de prescriure els exercicis adequats en cada cas per atenuar el progrés i millorar la seva qualitat de vida i també d'acompanyar i educar les famílies durant el procés, tant si requereix cirurgia com si no.

Carregar la motxilla no provoca escoliosi

Com que es detecta normalment en l'adolescència i, fins i tot abans, entre els 10 i els 14 anys, es pensava comunament que l'escoliosi estava relacionada amb la càrrega del pes de la motxilla col·legial. No obstant això, l'evidència científica ha demostrat que no existeix relació entre la desviació de columna i la motxilla.

Des del Col·legi es recorda que patir escoliosi no impedirà gairebé mai poder fer activitats habituals i tampoc és incompatible, en general, amb la pràctica esportiva. A més, tampoc implica patir dolor.

Campanya '12 mesos, 12 consells de salut'

La campanya de videoconsells "12 mesos, 12 consells de salut" és una iniciativa conjunta dels col·legis professionals de fisioterapeutes de Madrid, Catalunya, País Basc, Navarra, Galícia, Comunitat Valenciana, Cantàbria, Aragó i La Rioja. El seu objectiu és prevenir les lesions causades per mals hàbits a través d'una sèrie de curts animats que s'emeten mensualment a través de diferents vies de comunicació, entre les quals les xarxes socials i els mitjans de comunicació.

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 12.000 col·legiats i col·legiades, per als quals du a terme accions de formació, orientació, assessorament, defensa i difusió de la professió.



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