



NOTA DE PREMSA

Campanya conjunta perquè els dentistes gaudeixin d'una bona salut corporal

El Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya i el Col·legi Oficial d'Odontòlegs i Estomatòlegs de Catalunya ofereixen recomanacions de fisioteràpia per a dentistes

Barcelona, 17 de setembre de 2024.- El Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya i el Col·legi Oficial d'Odontòlegs i Estomatòlegs de Catalunya han posat en marxa una campanya per conscienciar els dentistes sobre estratègies de prevenció de lesions musculoesquelètiques per gaudir d'una bona salut corporal.

La campanya ofereix consells per als professionals de l'odontoestomatologia, una professió que exigeix estar molt de temps en una mateixa postura i que pot repercutir en lesions musculars o articulars. En concret, una sèrie de vídeos aborden consideracions que cal tenir en compte sobre les postures mentre es treballa a consulta, així com un pla d'exercicis per cuidar l'esquena, el coll, les espatlles i les mans del dentista.

D'una banda, es destaca la necessitat que l'odontoestomatòleg realitzi exercicis de força de manera periòdica, ja que això és clau per mantenir una condició física adequada. A més, per mitigar els efectes de mantenir una mateixa postura constantment, els vídeos ofereixen una sèrie de moviments molt senzills d'estiraments i canvis de posició que es poden fer entre pacient i pacient per relaxar la musculatura i mobilitzar les articulacions.

El Dr. German Pareja, president del COEC explica: *"Els dentistes sovint treballen en postures estàtiques i incòmodes durant moltes hores, la qual cosa pot provocar problemes musculars i esquelètics. Una postura adequada permetrà al dentista treballar de manera més eficient durant tota la jornada laboral. Ensenyar i conscienciar sobre la importància de la postura no només beneficia la seva vida laboral, sinó també la seva salut general i benestar fora de la feina. Per aquest motiu, posem aquesta campanya al servei dels nostres col·legiats"*.

Com explica Ramon Aiguadé, degà del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya: *"Estem molt contents d'aquesta col·laboració, que reflecteix la força d'ambdós col·lectius. Entre tots dos sumem més de 20.000 professionals sanitaris al servei dels catalans. Són moltes les professions que exigeixen molt d'esforç per part del cos, i des de la fisioteràpia estem encantats de contribuir a millorar la qualitat de vida de tots els professionals i de la societat en general"*.

Exercicis per a la ciutadania per cuidar les seves articulacions

La campanya també ofereix exercicis a la població en general per millorar la salut de les articulacions que uneixen la mandíbula i el crani, així com recomanacions als dentistes perquè puguin detectar problemes que, de vegades, poden ser símptomes de malalties greus.

La campanya aborda els tipus de patologies que afecten l'**articulació temporomandibular** o ATM, que és l'articulació que uneix l'os de la mandíbula amb el crani i des de la qual s'articula la boca per realitzar funcions tan vitals com tallar, trossejar i mastegar el menjar, parlar, cantar o badallar. Entre ambdós ossos existeix un disc articular -semblant al que podem tenir al genoll- que permet que l'articulació es comprimeixi sense afectar aquests ossos. A vegades, però, aquest disc es pot desplaçar i, conseqüentment, pot limitar la mobilitat de la mandíbula. A més, tant l'ATM com els músculs que l'envolten poden causar dolor i discapacitat.



També existeixen patologies més greus que poden afectar aquesta articulació, com l'artritis reumatoide i, fins i tot, alguns tipus de càncer oral. Per tant, és important revisar la boca per detectar-los a temps si apareixen i poder-los tractar i recuperar correctament.

Com expliquen els fisioterapeutes: *“És important que els dentistes coneguin els criteris diagnòstics oficials per detectar i tractar aquests símptomes i millorar la qualitat de vida de les persones. A més, se sap que els problemes de mandíbula poden empitjorar la progressió d'altres patologies com, per exemple, algunes cefalees o migranyes. Per tant, un abordatge adequat de l'ATM pot contribuir en la millora d'altres patologies així com en la qualitat de vida de les persones.*

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 gairebé 13.000 col·legiats i col·legiades, per als quals du a terme accions de formació, orientació, assessorament, defensa i difusió de la professió.

Sobre el Col·legi Oficial d'Odontòlegs i Estomatòlegs de Catalunya

El Col·legi Oficial d'Odontòlegs i Estomatòlegs de Catalunya (COEC) és una corporació de dret públic que agrupa els professionals odontoestomatòlegs a Catalunya. La seva missió principal és la regulació de l'exercici professional, la defensa dels interessos dels seus col·legiats i la garantia de la qualitat i l'ètica en els serveis prestats als ciutadans. A més, ofereix formació continuada, assessoria jurídica i altres serveis de suport als professionals del sector.



Per a més informació:

Contacte de comunicació Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya:

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

Col·legi Oficial d'Odontòlegs i Estomatòlegs de Catalunya

Contacte de comunicació COEC:

Javi Polinario / Mireia Curto

Travessera de Gràcia, 93 – 95, Barcelona

Telèfon 93 100 56 06

www.coec.cat

premsa@coec.cat