



Activitats de la Societat de Fisioteràpia de l'ACMCB

Les darreres sessions científiques realitzades per la Societat Catalano-Balear de Fisioteràpia han estat sobre “Fisioteràpia respiratòria amb l’ajut d’aigua de mar” i “L’enfoc multidisciplinari en els accidents vasculars cerebrals”.

La primera sessió científica es va celebrar dimecres 26 de setembre, amb la participació com a ponents de la Dra. Ana Alesón, Secretària de la Secció Col·legial de Metges Naturistes del Col·legi Oficial de Metges de Barcelona, i de la Srta. Núria Oliver, Diplomada en Fisioteràpia. A més, es va comptar amb la presència del Dr. Miquel Pros, membre Fundador de l’Associació Espanyola de Metges Naturistes, que va presentar i moderar la sessió. Inicialment es va explicar la importància de respirar correctament, amb l’afirmació: “Qui respira bé pel nas té molt guanyat” i es va assegurar que mantenir els sinus nasals lliures de mucositat evita un allau de problemes afegits.

La Dra. Alesón va descriure les diferents afectacions que es produeixen si respirem per la boca. A nivell general pot produir irritació de la mucosa i pèrdua de l’expansió normal dels pulmons; a nivell postural i esquelètic pot generar hipercifosi dorsal, hiperlordosi lumbar, malposició dentària; i a nivell psicològic pot facilitar un procés d’ansietat, irritabilitat i trastorns alimentaris.

A continuació va destacar la funció depurativa i defensiva de la mucosa nasal sana, i va emfatitzar que la respiració nasal té una importància fonamental en la regulació de l’activitat bioelèctrica i d’altres manifestacions fisiològiques del cervell. Ens va parlar de l’aigua del mar, de les seves propietats i de l’acció osmòtica de la mateixa. Ja sigui Hipotònica (antiinflamatòria i reducció de secrecions), Isotònica (hidratant i estimulants de la circulació local) i Hipertònica (mucolítica, expectorant, augmenta la freqüència cil·liar).

La Sra. Núria Oliver va descriure la importància de la higiene nasal. Va recordar que passem bona part de les nostres vides constipats, de petits no aprenem a mocar-nos correctament, i aproximadament un 40% de la població ronca. Una bona higiene nasal ajuda a prevenir otitis, faringitis, millora la funció auditiva, olfactiva, gustativa i els estats de fatiga. V

Va explicar, també, els mètodes que des de la Fisioteràpia fan servir: calor humit (xorro de vapor calent), dutxa nasal, dutxa faríngea, aerosol termal, aerosol medical i esprai

nasal, entre altres, utilitzats en afeccions com ara malalties infeccioses i inflamatòries (rinitis, faringitis, sinusitis, bronquitis, pneumònia), malalties respiratòries cròniques (asma, emfisema, bronquiectasis), apnees en el son i al·lèrgies respiratòries. Per acabar ens va parlar dels mètodes que s'utilitzen en Fisioteràpia a cada tipus d'afecció com ara otitis de repetició, bronquitis i rinitis al·lèrgica, explicant detalladament les aplicacions i el nombre de sessions que es realitzen als pacients.

L'enfoc multidisciplinari en els accidents vasculars cerebrals

Aquesta sessió científica va tenir lloc el passat dimecres 17 d'octubre, amb la participació del Dr. Juan Fortea, Metge del Servei de Neurologia, ICN, de l'Hospital Clínic Barcelona, i la Sra. Elisabeth Prat, Fisioterapeuta de l'Institut Guttmann, oferint tots dos un enfoc multidisciplinari