

# “HAY UN FISIO EN MI”

## APORTACIONES DEL FISIOTERAPEUTA DE ATENCIÓN PRIMARIA A LOS PROGRAMAS DE PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD.

María Gómez Rodríguez<sup>1</sup>, Marta Fuertes Martínez<sup>2</sup>, María Covadonga Fernández Cañedo<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Fisioterapeuta. Unidad de Apoyo de Fisioterapia de Atención Primaria Cangas del Narcea – Área I Asturias. e-mail: maria.gomez@sespa.es

<sup>2</sup> Fisioterapeuta. Hospital “Carmen y severo Ochoa” Cangas del Narcea- Área II.

<sup>3</sup> e-mail: marta.fuertes@sespa.es

<sup>4</sup> Fisioterapeuta. Unidad de Apoyo de Fisioterapia de Atención Primaria Cangas del Narcea – Área II. e-mail: mcovadonga.fernandez@sespa.es

### Resumen

**Introducción:** El fisioterapeuta es un profesional sanitario actualmente integrado en nuestros equipos de atención primaria y atención especializada, su labor asistencial es conocida y valorada. Sin embargo, en la mayoría de las áreas sanitarias de Asturias los fisioterapeutas de los EAP han relegado, incluso olvidado, su labor como promotores de salud, labor claramente definida y regulada en sus cometidos y funciones desde la circular del Insalud 4/91 del 25 de febrero de 1991.

**Objetivos:** Demostrar la capacidad de una Unidad de Apoyo de Fisioterapia para realizar actividades de promoción de la salud y prevención de la enfermedad sin que ello merme su labor asistencial.

**Metodología:** Descripción de los Programas de promoción de la salud llevados a cabo por la Unidad de apoyo de Fisioterapia de Cangas – Área II desde el 2017 hasta el 2019.

**Resultados:** El programa de “Higiene postural en la escuela” ha aportado conocimientos a 1622 escolares de infantil y primaria, 30 profesores y 20 padres de forma directa y 400 a través de información diferida. El programa “¿Cómo me siento?” abordado la ergonomía y la responsabilidad para con su salud en una población de 120 preadolescentes que cursaban 1º y 2º de la ESO. Hemos informado a 215 madres de la necesidad de reeducar su suelo pélvico tras el parto, de ellas 100 han realizado el programa completo de “Reeducación del Suelo pélvico tras el parto”. Se han realizado tres charlas “Conociendo nuestro suelo pélvico” para la población general del Área a través de los ayuntamientos. Se han realizado dos actividades para conmemorar el día mundial del ejercicio físico con 40 y 60 asistentes respectivamente lo que ha dado paso al “Recorrido saludable” que actualmente se realiza en todos los municipios del área sanitaria una vez al mes, con una participación variable pero constante, la media es de 70 personas.

A la población senescente les hemos aportado información y recursos para implementar la seguridad en su hogar, evitar riesgos de caídas y prevenir lesiones osteomusculares, a través de la charla “Cuidate en la segunda juventud” gestionada a través de las asociaciones de mayores de los municipios, a las que acudieron 98 personas.

**Conclusiones:** El fisioterapeuta es un profesional cualificado para elaborar, desarrollar y gestionar programas de promoción de la salud y prevención de la enfermedad, fomentando la proactividad del individuo, en sectores poblacionales muy diversos, crear lazos con la comunidad e implicar a agentes de salud como ayuntamientos, colegios y asociaciones para mejorar las condiciones de

salud de la población de la cual es responsable.

*Palabras clave: educación para la salud, fisioterapia, promoción de la salud, servicios de salud escolar, diafragma pélvico, accidentes por caídas,*

## Referencias

1. World Health Organization. Regional Office for Europe. Health 2020 policy framework and strategy document [Internet]. Geneva: WHO; 2012 Available from: [http://www.euro.who.int/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0020/170093/RC62wd08-Eng.pdf](http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0020/170093/RC62wd08-Eng.pdf)
2. Cerezo PG, Juvé-Udina ME, Delgado-Hito P. Concepts and measures of patient empowerment: a comprehensive review. *Rev Esc Enferm USP*. 2016;50(4):664-671. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S0080-623420160000500018>
3. Promoción de la salud glosario <https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/docs/glosario.pdf>
4. Hernández-Sánchez J, Lozano-García LJ, Murillo-Varela YA. Experiencias de educación para la salud en fisioterapia. *Rev Univ. Salud*. 2016;18(3):576-585. DOI: <http://dx.doi.org/10.22267/rus.161803.63>
5. Bauer DH, Freivalds A. Backpack load limit recommendation for middle school students based on physiological and psychophysical measurements. *Work* 2009, 32(3): 339-50. PubMed junio 2018
6. Macedo RB, Coelho-e-Silva MJ, Sousa NF, Valente-dos-Santos J, Machado-Rodrigues AM, Cumming SP, Lima AV, Gonçalves RS, Martins RA. Quality of life, school backpack weight, and nonspecific low back pain in children and adolescents. *J Pediatr (Rio J)* 2015 May- Jun : 91 (3): 263-9. PubMed junio 2018
7. Vidal J, Borrás PA, Ponseti FJ, Cantallops J, Ortiga FB and Paloup. Effects of a postural education program on school backpack habits related to low back pain in children. *European spine journal*, 2013, 22(4), 782. Cochrane Library
8. Walker Chao C. *Fisioterapia en Obstetricia y Ginecología*. 2ª Edición. Barcelona: Masson; 2013.
9. Calais-Germain B. *Anatomía para el movimiento: el periné femenino y el parto*. Barcelona: La Liebre de Marzo; 2014.