

Comemoração do “Dia Mundial da Fisioterapia”

“Mãos que fazem Mãos que refazem”

No passado dia 13 de Setembro, foi festejado o **Dia Mundial da Fisioterapia** (8 de Setembro). A actividade foi organizada pela fisioterapeuta da instituição e teve como objectivo divulgar o papel do fisioterapeuta na comunidade, o conceito de fisioterapia e a importância de hábitos saudáveis como a prática de exercício físico diária.

Foram recolhidos alguns testemunhos de diversos utentes que já tiveram contacto com o universo da fisioterapia. Esses testemunhos serviram para responder à questão “[o que é a fisioterapia para si?](#)”.

(clique e veja as respostas)

Foi explicado aos utentes o conceito em que se centra a fisioterapia, as diferentes áreas que esta abrange, e a importância que o exercício físico tem no envelhecimento.

Alguns utentes lembraram emocionados as suas experiências à medida que eram expostos alguns casos clínicos que necessitam do fisioterapeuta para recuperarem a sua funcionalidade e qualidade de vida.

"A Fisioterapia centra-se na análise e avaliação do movimento e da postura, baseadas na estrutura e função do corpo; utilizando modalidades educativas e terapêuticas específicas, com base, essencialmente, no movimento, nas terapias manipulativas, e em meios físicos e naturais, com a finalidade de promoção da saúde e prevenção da doença, da deficiência, da incapacidade e da inadaptação e de tratar, habilitar ou reabilitar, utentes/clientes com disfunções de natureza física, mental, de desenvolvimento ou outras, incluindo a dor, com o objectivo de os ajudar a atingir a máxima funcionalidade e qualidade de vida"

Retirado de: Ministério da Saúde-Dec.Lei nº261/93 de 24 de Julho

O Fisioterapeuta "Trata e/ou previne perturbações do funcionamento músculo-esquelético, cardiovascular, respiratório e neurológico, actuando igualmente no domínio da saúde mental.

A sua intervenção processa-se numa perspectiva bio-psico-social e tem em vista a obtenção da máxima funcionalidade dos utentes. No seu desempenho, com base numa avaliação sistemática, planeia e executa programas específicos de intervenção, para o que utiliza, entre outros meios, o exercício físico, terapias manipulativas, electroterapia e hidroterapia.

Desenvolve acções e colabora em programas no âmbito da promoção e educação para a saúde.

Actua, essencialmente em, hospitais, centros de reabilitação, centros de saúde, estabelecimentos termais, departamentos de saúde ocupacional de empresas, estruturas desportivas, escolas, instituições de ensino especial e instituições de apoio a idosos."

Retirado de "Ensino dos Técnicos de Diagnóstico e Terapêutica", Ministério da Saúde, Departamento de Recursos Humanos da Saúde, Centro de Formação e Aperfeiçoamento Profissional, Lisboa Novembro de 1989

No final foi realizada com os utentes uma classe de movimento (conjunto de exercícios realizados em grupo, segundo orientações da fisioterapeuta, cuja população alvo deve obedecer a critérios de inclusão), com finalidade de atingir objectivos específicos desta classe:

- Melhorar a flexibilidade e mobilidade articular
 - Promover o fortalecimento muscular
 - Melhorar a coordenação e equilíbrio
 - Reduzir os efeitos da imobilidade
 - Melhorar a funcionalidade e autonomia
 - Estimular a atenção e memória
 - Melhorar a função cardíaca e respiratória
-
- Estimular a atividade intelectual e função cognitiva
 - Promover o bem-estar psicológico
 - Melhorar a interação social

“Ser fisioterapeuta é ter duas mãos e um coração entre elas”

Nota: veja algumas das fotos na nossa Galeria de Imagens.

A Fisioterapeuta – Tânia Trigo