

## La Clínica Universitària posa en marxa un programa d'activitat per a persones que tenen seqüeles de la Covid-19

*Algunes persones que han passat la malaltia experimenten també fibrosis pulmonar, que s'ha de tractar amb exercicis de fisioteràpia respiratòria*



Activitat específica per a persones que tenen seqüeles de la Covid-19 | CU

El Servei de Fisioteràpia de la Clínica Universitària posarà en marxa el mes de novembre un grup d'activitat física dirigit a persones que han superat la Covid-19 i a persones amb patologies respiratòries o cardíaques cròniques. Els fisioterapeutes de la Clínica han dissenyat un programa específic per ajudar a minimitzar la sensació d'ofec, de falta de força o de cansament precoç que experimenten algunes persones que han passat la malaltia i que necessiten sotmetre's a un programa de reentrenament a l'esforç.

La iniciativa inclou sessions en grups reduïts durant les quals els professionals de la Clínica Universitària ensenyaran als pacients exercicis que els ajudin a recuperar-se i a millorar la seva condició física, de manera que puguin realitzar amb normalitat activitats de la vida quotidiana que duien a terme abans de patir la malaltia. Cada pacient tindrà un programa personalitzat en funció de la seva condició física, la patologia i les característiques individuals.

Durant les sessions de treball grupal, que es duran a terme amb grups reduïts, es treballaran

exercicis combinats de força i resistència que s'adaptaran a les característiques de cada pacient. Abans d'incorporar-se a les sessions de grup, cada un dels participants haurà de passar per una sessió individual que consistirà en una entrevista per sotmetre's a una avaluació inicial on es farà èmfasi en els aspectes físics i nutricionals per establir els objectius específics de treball segons les seves necessitats.

A part de la sensació d'ofec, de la falta de força i del cansament precoç, que solen ser seqüeles reversibles, algunes persones que han passat la Covid-19 experimenten també una fibrosis pulmonar. Aquesta última s'ha de tractar amb exercicis de fisioteràpia respiratòria per intentar mantenir una bona funció pulmonar.

Aquest no és l'únic grup d'activitat física que la Clínica Universitària ofereix a col·lectius amb necessitats específiques. Els professionals de fisioteràpia de la Clínica dirigeixen també un grup d'activitat dirigit a persones que senten dolor o molèsties a la zona baixa de l'esquena i un grup interdisciplinari integrat per fisioterapeutes, logopedes i psicòlegs que treballa amb persones afectades de malalties neurodegeneratives, com l'esclerosi múltiple.