



**Nota informativa**

**Día Europeo de la Depresión**

## **El tratamiento fisioterapéutico ayuda a aliviar los síntomas físicos asociados a la Depresión**

- **Mejorar el estado físico del paciente revertirá en una mejora de su estado anímico y emocional**

(Madrid, 7 de octubre de 2011)-. **La vicesecretaria del Consejo General de Colegios de Fisioterapeutas de España (CGCFE), Almansa Núñez**, con motivo de la celebración del **Día Europeo de la Depresión**, ha recordado que el tratamiento fisioterapéutico ayuda a aliviar los síntomas físicos asociados a la Depresión, contribuyendo a una mayor sensación de bienestar del paciente y, por lo tanto, a una recuperación más rápida.

La depresión es una de las principales causas de discapacidad laboral en España. Se trata de una enfermedad que, sobre todo, afecta a ancianos y a mujeres, aunque el estrés que padecemos en la actualidad ha hecho que la media de edad de las personas que la sufren se haya adelantado diez años.

Según ha explicado Núñez, la ansiedad y la depresión son los trastornos psicológicos más frecuentes en la sociedad actual. Ambos se caracterizan por una sintomatología psicológica que se acompaña normalmente de síntomas físicos, debido a un aumento de la actividad del sistema nervioso simpático, como la retracción e hipertonia muscular, rigidez y limitación de movilidad, dolor, cefaleas y mareos, lo que conlleva, ha resaltado, un empeoramiento de la calidad de vida de quienes la padecen.

La depresión y el dolor comparten mecanismos cerebrales similares. En esta línea, la vicesecretaria del Consejo ha asegurado que la depresión puede manifestarse por dolor y los pacientes con depresión suelen percibir el dolor de una manera más intensa, por lo que muchos de ellos pacientes acuden al Fisioterapeuta por presentar dolores, sin saber que la tienen.

Los tratamientos psicológicos ayudan a mejorar la calidad de vida de aquellas personas que sufren cualquiera de estos trastornos. Sin embargo, ha puntualizado Núñez, si el tratamiento psicológico se acompaña de un tratamiento fisioterapéutico para aliviar los síntomas físicos asociados a estos trastornos, la sensación de bienestar del paciente será mayor.

Las técnicas fisioterapéuticas que se utilizan en este tipo de trastorno son la terapia de la conciencia corporal basal, la terapia psicomotora, masoterapia, estimulación multisensorial, reeducación postural, terapia craneosacral, inducción miofascial y otras terapias complementarias, ha destacado, al tiempo que ha subrayado que "mejorar el estado físico del paciente revertirá en una mejora de su estado anímico y emocional".

## **CGCFE**

El Consejo General de Colegios de Fisioterapeutas de España (CGCFE) es el organismo que representa a los más de 40.000 fisioterapeutas que, en España, trabajan con el objetivo común de favorecer la salud de los ciudadanos. Además, ordena la profesión, tutela los intereses de la fisioterapia, así como su óptima aplicación y universalización.

Los fisioterapeutas son profesionales sanitarios, según lo previsto en la legislación vigente, acreditados con el grado universitario en Fisioterapia, impartido en 43 universidades españolas y poseedores de conocimientos teóricos y prácticos destinados a beneficiar la salud de la población. Además, cada vez hay un mayor número de doctorados y masters, que aseguran su elevada cualificación.

**Tema: El tratamiento fisioterapéutico ayuda a aliviar los síntomas físicos asociados a la Depresión**

**Contacto:**

**Cristina Díaz: 91 545 01 44 // 617 43 38 95 [cdiaz@servimedia.net](mailto:cdiaz@servimedia.net)**