

Assessorar als professionals que ho necessiten de les pautes de mobilització i tractaments en els quals tinguin incidència les tècniques de Fisioteràpia.

Informar, formar i atendre a les famílies dels usuaris de l'estat físic i de l'evolució del tractament fisioteràpic i de la pròpia patologia.

En general, totes aquelles activitats que es demanen que estiguen relacionades amb la Fisioteràpia.

### 3- Estàs contenta amb el funcionament del centre i amb l'equip de professionals?

Sí, molt contenta, m'atreveiria a qualificar el funcionament del centre a nivell intern d'excel·lent, i això és gràcies a l'equip de professionals que hi treballem, ja que amb l'esforç de tots s'ha posat en funcionament partint de zero el Centre de dia i us puc ben assegurar que és una feina densa i molt laboriosa al principi fins aconseguir l'engranatge perfecte.



*Quins artistes*

Confíem en el bon fer de tots per a que el centre mantinga les seues portes obertes molt de temps, sobretot, pel benefici dels usuaris i també pels llocs de treball que dóna.

### 4- Ens podries donar alguns consells professionals per millorar la salut de les persones majors?

Davant qualsevol problema de salut, primer, s'ha d'acudir sempre al metge per fer el diagnòstic i el tractament adequat.

El procés natural de l'envelliment dóna com a resultat el deteriorament progressiu de les capacitats del nostre cos i de les habilitats físiques. Aquest procés no el podem evitar però sí, retardar-ho amb l'activitat física regular, reduint els seus efectes i, per tant, millorant la qualitat de vida de les persones majors. S'aconseja realitzar 30 minuts diaris d'activitat física suau o moderada, sempre i quan no estiga contraindicada per prescripció mèdica, per a la prevenció d'enfermetats



*El cor de la parroquia van fer molta festa*

i com a tractament d'altres ( per exemple: diabetes, hipertensió arterial, artrosis, osteoporosi, enfermetats cardiovasculars, enfermetats respiratòries, enfermetats neurològiques...). Així evitarem les complicacions derivades de la immobilitat i del sedentarisme.

### RECORDEN: L'ACTIVITAT FÍSICA ÉS INDISPENSABLE PER A MANTENIR-SE SA.

**La Fisioteràpia pot aportar molts altres beneficis a la gent gran però per no extendrem més ho deixarem per a una altra entrevista...**

### 1- Alejandro, coneixies les Coves abans de vindre a treballar al centre de dia?

No, no tenia el plaer de conèixer les Coves, però ara que ho he conegut podria dir que és un poble molt acollidor i on la gent és molt amable, encara no he tingut el plaer de conèixer el casc antic i els monuments típics del lloc, però no dubto que ho faci en breu

### 2- Ens podries dir quines són les teues funcions al centre?

Al centre les meues funcions són moltes, però les podria resumir en dos punts:

- Mantenir la independència (sobretot física) el major



*Els iaies van gaudir força de l'actuació*