



## Entrevista a Lluís Puig

Lluís Puig (Girona, 1970) és, actualment, el fisioterapeuta català més mediàtic. La seva aparició en el programa Els Matins de TV3, presentat per Josep Cuní, li ha permès entrar a les llars catalanes per explicar què és la Fisioteràpia, i sobretot per intentar conscienciar i millorar els hàbits posturals de cara a assolir una millor qualitat de vida. Tot aquest recull d'informació transmesa a l'audiència durant dues temporades, l'han dut a escriure *El Fisioterapeuta a casa*, un llibre en què explica, d'una manera entenedora i pedagògica, com podem estalviar-nos molèsties i dolors en les activitats que realitzem de forma quotidiana, i a la vegada una publicació que ens dóna eines i consells per aprendre a moure'ns millor.



**Ja era hora que un fisioterapeuta participés en un espai televisiu, no li sembla?**

Home, jo crec que als fisioterapeutes ens fa falta molt màrqueting i del bo. Cal que la gent sàpiga què fem i què som capaços de fer, i un molt bon lloc per a dir-ho són els mitjans de comunicació. I si, a més, es fa en un programa de gran audiència com és Els Matins, encara millor.

**Expliqui'ns, si us plau, com se li va presentar la possibilitat d'aparèixer a Els Matins?**

El mes de novembre de 2006, quan era president de la Societat Catalano-Balear de Fisioteràpia, vam proposar en Junta, convidar el Sr. Josep Cuní a fer l'speech inaugural del nostre congrés anual, i va acceptar. I em vaig quedar amb el seu correu electrònic, però sobretot amb el que ens va dir en el seu discurs: "Aneu i prediqueu. Surtin i parlin. Facin-se notar, busquin plataformes d'expressió i places d'exposició. Aportin el seu coneixement a la societat i facin-la receptora d'allò que li convé per tal de millorar-la. I no en temin les conseqüències perquè aquestes seran positives". I així ho vaig fer enviant-li correus electrònics fins aconseguir una entrevista i l'emplaçament per a una altra, fins acabar-lo convencent.

**Hi té res a veure la seva manera de ser? Vostè és molt actiu... de fet en els cercles de la Fisioteràpia se'l coneix com al fisioinquiet... parli'ns d'aquesta denominació que, crec, es va posar vostè mateix.**

Molt hi té a veure!!! Sóc una persona que em considero, malgrat pugui semblar una paradoxa, un "malalt de la Fisioteràpia". Sempre amb ganes de millorar, de progressar; sóc molt optimista, d'aquí el meu pseudònim. I us confessaré un secret que tinc a mitges amb el meu psicòleg (Sr. Pep Marí); la nostra fórmula per superar-nos dia a dia és la següent: GANES DE MILLORAR + HUMILITAT + ORDRE = PROGRESSAR !!!

**Però al marge de fisioterapeuta mediàtic, vostè porta molts anys dedicant-se professionalment a la Fisioteràpia. Expliqui'ns com va començar.**

Vaig començar el juny del 1996 a l'Hospital Taulí fent la suplència d'estiu d'un il·lustre de la Fisioteràpia, el Sr, Enric Sirvent, i per circumstàncies de la vida es va convertir en el primer any de feina, en un lloc on em vaig haver de posar les piles de cop per poder estar a l'alçada de les circumstàncies. Seguidament vaig passar per la Clínica Tres Torres, per l'Escola de Columna de la Clínica Corachan, pel Club Piscines Sant Carles de Palau Solità i Plegamans, per l'Hospital de Mollet, per la Mútua Egara, pel CD Terrassa d'Hoquei Herba, fins arribar a l'Hospital de l'Esperit Sant de Santa Coloma de Gramenet, on hi treballa des del 2002 i sóc l'actual responsable del Servei de Fisioteràpia.

**I també s'ha dedicat a la gestió, concretament va ser president de la Societat Catalano-Balear de Fisioteràpia. Quins records en té d'aquella etapa?**

Molts i tots bons. Aconseguírem crear un grup de fisioterapeutes emprenedors amb inquietuds i ganes de millorar el dia a dia de la Fisioteràpia, promovent-ne el desenvolupament, promocionant-ne la difusió i la investigació. Puc dir que me'n sento orgullós encara de formar part de la Junta actual, que cada cop té més bagatge i més "savoir faire". Hi ha dues persones que vull destacar: el Toni Morral, que va ser en el seu moment el qui va donar-me l'empenta per a presentar-me com a president de la Societat, i la Montse Nuevo, que és l'actual presidenta de la Societat i que ha fet i està fent una gran tasca.

**També es dedica a la docència. Què és el que més li interessa transmetre als seus alumnes?**

Sobretot la vocació i les ganes per fer i per ser. Sóc dels que pensa que això no ve escrit als llibres i s'ha de transmetre.



Peu de foto



Peu de foto

**I finalment, el llibre El Fisioterapeuta a casa... com va sorgir la idea de la seva publicació?**

La motivació per part meua d'escriure aquest llibre rau en deixar per escrit una feina realitzada dijous rere dijous a la televisió, a TV3. Vaig voler seguir el consell del meu mestre i bon amic Francesc Torralba, que diu: s'ha de procurar no fer fum i per no fer-ne, les coses s'han de materialitzar i deixar paleses. De fet crec que seria una llàstima desapropiar un material molt útil per a la gent.

**Ja era hora que el mercat editorial comptés amb un llibre de Fisioteràpia pedagògic dirigit a la societat i no als professionals. He llegit que parla d'operacions biquini, d'anar al mercat i de fer dissabte. Creu vostè que els fisioterapeutes ens hem de fer veure més? Que hem de mostrar que la nostra feina no només se centra a recuperar un pinçament o un turmell malmès?**

Crec que gran part dels nostres mals o moltes de les nostres lesions són degudes a males postures (evitables, que les podem mirar de corregir) i moviments repetitius (modificables, que els podem mirar d'anar variant). De fet ho procuro dir cada dijous a la televisió i aprofito per dir-ho avui aquí, la PREVENCIÓ és una de les tasques més importants que fa el fisioterapeuta.

**Quin és el seu proper projecte?**

Seguir creixent com a fisioterapeuta en els diferents camps que treballa: fent ciència a la Societat de Fisioteràpia i als congressos, docència a les universitats i cursos que imparteixo, i realitzant assistència a l'hospital.

**Un desig per a la Fisioteràpia...**

Digueu-me agosarat, però en diré dos: Aconseguir que hi hagi més UNIÓ entre tots els fisioterapeutes. Perquè "la UNIÓ fa la FORÇA". I cal estar UNITS per a CRÉIXER.

I FOMENTAR la implantació d'unitats de Fisioteràpia autònomes dintre del món hospitalari, formant part d'un equip interdisciplinari per afavorir la gestió integral del pacient.