

04.09.2018 - 08:00 Uhr

## Giornata Mondiale della Fisioterapia - Fisioterapia e salute mentale



Sursee (ots) -

In occasione della Giornata Mondiale della Fisioterapia che si terrà l'8 settembre, l'Associazione svizzera di fisioterapia physioswiss e il Gruppo di lavoro svizzero per la fisioterapia in psicosomatica e psichiatria (GLS FPP) mettono in evidenza l'importanza dell'attività fisica e della fisioterapia in psichiatria.

Una regolare attività fisica può ridurre il rischio di depressione. L'esercizio fisico e altre terapie centrate sull'organismo possono inoltre aumentare l'efficacia dei trattamenti psichiatrici. La fisioterapia contribuisce a ridurre i sintomi dei disturbi mentali e a migliorare la salute fisica.

L'importanza della fisioterapia e dell'attività motoria in psichiatria è purtroppo spesso sottovalutata. La Giornata Mondiale della Fisioterapia rappresenta un'occasione unica per sottolineare il potenziale della fisioterapia in psichiatria.

Fisioterapia anche per la psiche

Una regolare attività fisica può ridurre il rischio di depressione. In occasione della Giornata Mondiale della Fisioterapia che si terrà l'8 settembre, l'Associazione svizzera di fisioterapia physioswiss mettono in evidenza l'importanza dell'attività fisica per la salute mentale.

Per le persone che svolgono attività fisica a intensità moderata per almeno 150 minuti a settimana il rischio di depressione si riduce fino al 30%. La relazione tra attività fisica e depressione è stata dimostrata in uno studio che ha analizzato i dati di circa 270 000 persone.

La fisioterapia è efficace non solo nel trattamento delle malattie fisiche ma anche delle malattie mentali. I fisioterapisti aiutano i pazienti ad allenarsi, nonché a identificare e adottare strategie per uno stile di vita sano e attivo.

Contatto:

Emanuel Brunner, T 079 206 23 15

Cristina Staub, T 076 339 97 57, [cristina-staub@sunrise.ch](mailto:cristina-staub@sunrise.ch)

Pia Fankhauser, T 076 512 20 00, [pia.fankhauser@physioswiss.ch](mailto:pia.fankhauser@physioswiss.ch)

Emanuel Brunner (Fisioterapista, PhD)  
Membro del consiglio direttivo GLS FPP  
Membro del consiglio direttivo International Organisation of Physical  
Therapy in Mental Health (IOPTMH)  
Membro physioswiss

Cristina Polvere (Fisioterapista, PhD)  
Membro del consiglio direttivo GLS FPP  
Membro physioswiss

Roland Paillex (Fisioterapista)  
Presidente comitato centrale physioswiss  
Membro del consiglio direttivo European Region World Confederation  
for Physical Therapy

Pia Fankhauser (Fisioterapista)  
Vicepresidente physioswiss

Medieninhalte



*Logo. Testo complementare con ots e su [www.presseportal.ch/fr/nr/100053896?langid=4](http://www.presseportal.ch/fr/nr/100053896?langid=4) / L' utilizzo di quest'immagine è gratuito per scopi redazionali. Pubblicazione sotto indicazione di fonte: "obs/physioswiss"*

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100053896/100819378> abgerufen werden.