



Universitat de Lleida
Facultat d'Infermeria
i Fisioteràpia



Ahir 12 d'abril la Facultat d'Infermeria i Fisioteràpia va acollir la conferència del fisioterapeuta Lluís Puig que s'organitzava dins de les activitats de Promoció de la Salut que organitza Vicerectorat de Campus. L'acte va ser presentat per Ramon Aiguadé, professor de la Facultat i adjunt al vicerector de campus per a la promoció de la salut que va agrair als assistents la seva participació i va anunciar dues conferències que es realitzaran durant el mes de maig: Higiene nasal i prevenció del melanoma i les malalties de la pell.

A l'acte hi van assistir més de 50 persones que es van mostrar molt interessades en com mantenir uns hàbits posturals saludables en la vida diària i es van avaluar accions de la vida

diària: com planxar, com seure davant l'ordinador, com recollir objectes de terra, com portar el carret de la compra...

La conferència va ser molt participativa i en diversos moments el públic dempeus va fer exercicis per prendre consciència del risc de lesions i de la importància de la musculatura de la columna.

La conferència va acabar amb un recull de consells per prevenir el mal d'esquena i es van ensenyar exercicis simples per poder fer a casa i a la feina.

Lluís Puig és fisioterapeuta i autor de dos llibres de divulgació de la Fisioteràpia: El Fisioterapeuta a casa i Els Secrets del Fisioterapeuta. Exerceix a l'Hospital de l'Esperit Sant de Sta Coloma i és professor de diverses universitats nacionals i internacionals. És molt conegut per les seves Participacions a TV3, RAC1, Catalunya Ràdio, 8TV...

