



Oier Gorosabel
Fisioterapeuta eta osteopata

Ariketa terapeutikoa

Behin batean, Fisioterapia-ren mundu lisergikoan terapia ugari bizi ziren elkarrekin. Haien artean nagusi zen Ariketa Terapeutikoa: pazienteen gorputza indartuz osasuna sendotzeko modu klasiko, merke, eraginkor eta iraunkorra. Harekin batera beste terapia fisiko asko ere bizi ziren: Esku Terapia eta Masaje anaiak (askotan jendeak nahasten zituenak), Ultrasoinuak, Elektroterapia, EPI bezalako jaioberriak... Horiek eta beste anai-arreba asko, biribilketa alaian, eskutik helduta saltoka aritzen ziren batetik bestera, Fisioterapiaren mundu arrosa eta orlegian jendearen osasuna fisikaren super-botereen bitartez hobetzen, botikarik erabili gabe. Zoriontsu. Baina, pixkanaka-pixkanaka, senide txikiak Ariketa Terapeutiko handia baztertzen hasi ziren. Eta baztertzen, eta baztertzen... Azkenerako, teknika pasiboek protagonismo osoa hartu zuten, arrazoi desberdinek tarteko: izan fisioterapia zerbitzuetan tekniko lehentasuna eman zitzaieiela (paziente gehiago denbora gutxiagoan hartzearen), izan balio handiagoa eman zitzaieiela tratamendu pasiboek (ai, zelako eroso den ohatilan besterik gabe etzatea!). Modak ere izango zuen zerikusirik...

Kontua da gure lagun handia, Ariketa Terapeutikoa, zeharo baztertuta gelditu zela. Oso triste. Antzinako garai onak ahaztuta (fisioterapia zentroak "gimnasio" gisa ezagutzen ziren garaiak), gaur eguneko munduan inork ez zion batere kasurik egiten. Ez hori bakarrik: fisioterapeuta batzuk bere funtzioa ukatzen ere hasi ziren, eta, azkenean, belaunaldi berriko profesionalak ez zekiten nola erabili behar zen ere. Baina, noski, Ariketa Terapeutiko handiak ezin zuen hutsune txikia utzi. Horretara, gabezia hori betetzeko premia etorri zen, eta horrela jaio ziren Pilates anaiatxoa, Hipopresibo gazteak, Kabat, Busquet edo Kegel bezalako senide exotikoak... Gutxiegi, halere, horrelako hutsune handia betetzeko.

Bitartean, Ariketa Terapeutiko gaixoa hor zebilen, nora ezean desterraturik,

Fisioterapiaren Munduaren bazterrean burumakur. Eta, halako batean, nor pasatuko, eta Kirol Zientzia eta Jarduera Fisiko jauna (KZJF), txistuka. Pasatu zen bai pasatu, eta, Ariketa Terapeutikoari txisterarekin kasu egitean, segituan jabetu zen triste-triste zela. Haren penak eta doloreak entzun ostean, ahoan irribarrea loratu zitzaion, eta begi nini baikoitzean dolarraren sinboloa. KZJF jaunak besoa sorbaldatak pasatu zion Ariketa Terapeutikoari, eta berak entzun nahi zuena esaten hasi zen: berak asko estimatzen zuela haren ahalmen sendagarria, pazientearen osasuna sendotzeko paper garrantzitsua zuela... Ariketa Terapeutikoak ez zuen besterik entzun nahi. KZJF jaunaren besoetara salto egin eta berarekin batera joan zen, ilunabar eder hartan. Saltoka eta txistuka, noski.

Fisioterapiaren mundu psikodelikoan ez zen inor konturatu ere egin. Fisioterapeutak modek eta erosotasunak era-

bat liluratuta zeuden, hodeietan, faszien tensegritatea zela-eta elikaduraren mundu misteriotsua ulertu nahian, kranioko mugimenduak sentituz, masajeak barra-barra emanez (jendeak hori eskatzen baitzuen) edota Pilates taldeak eratzen. Konturatu zirenerako, beranduegi zen; ospitaletan KZJF graduatuen arduraeko gimnasioak zeuden, kardiopatia edo minbizi kasuetan Ariketa Terapeutikoak duen onura handiak baliatuz...».

Batzuetan, umeen ikuspegi xaloa gure mundu konplikatua hobeto ulertzeko lagungarria izan daiteke, eta, zentzu horretan, Olga Rabadan lankideak asmatutako (eta nik LSDz pipertutako) ipuin honek etorkizun hurbila irudika dezake, kontuz ibili ezean. Esaera zaharrak dioen moduan, "Egin ezak lo, eta jango duk mehe!". •

www.abante.eus



Senide txikiak Ariketa Terapeutiko handia baztertzen hasi ziren.

Jon HERNÁEZ | ARGAZKI PRESS