



Quim Vicent

Osteòpata. Quim Vicent (Barcelona, 1974) és diplomad en Osteopatia (DO), neuropsicoimmunòleg, posturòleg, docent, conferenciant i director de la Clínica Arvila Magna. És expert en disfuncions com les hèrnies discals, fibromiàlgia, dolors articulars i malestar de llarga duració.

«Vivim contra natura i això fa que el nostre cos s'acabi col·lapsant»

Quim Vicent dirigeix, a la Clínica Arvila Magna de Barcelona, una orquestra multidisciplinària d'osteòpates, metges, fisioterapeutes, psicòlegs, odontòlegs i terapeutes. Ofereixen teràpies personalitzades seguint el ritme de la medicina integrativa, és a dir, aquell que defensa que les parts del cos (i, per tant, també les seves dolències) estan relacionades entre si i necessiten ser tractades com un tot. Per això el seu equip és necessàriament heterogeni. Ha tret un llibre, *Aprende a escuchar tu cuerpo* (RBA), on desglossa la seva manera d'entendre la salut a partir dels seus coneixements i la seva llarga trajectòria, i els beneficis del qual aniran destinats a l'ONG Pallapupas.

F.BENEJAM GIRONA

Què és l'osteopatia?

Més enllà d'una definició acadèmica, l'osteopatia consisteix a intentar recuperar les restriccions mòbils que poden ser perturbades per diferents factors, tant físics

com emocionals. És retornar l'equilibri al cos d'una manera integral.

Molta gent encara confon osteopatia amb fisioteràpia. En què es diferencien?

Aquest és un tema delicat, perquè en alguns països europeus són estudis independents i aquí la carrera d'Osteopatia no està homologada. Jo crec que són dues professions que es complementen al 100%. La fisioteràpia se centra en un treball més local, detallat, i l'osteopatia ho fa des d'un punt de vista més integral. És l'estudi de com trepitjar, com mossegar...

Al seu llibre diu que cadascú de nosaltres alberga un «codi màgic» que cal ser desxifrat per assolir tot el nostre potencial de salut.

Dins de la medicina integrativa, és molt important que el pacient se senti escoltat. Per això cal que el professional empatitzi amb aquesta persona, faci una història de vida, conegui la relació amb el seu entorn, els seus moments problemàtics... I a partir d'aquí, dissenyar una teràpia que desxifri aquest «codi màgic» per entrar en

la barrera protectora del pacient.

Així doncs, les emocions influeixen en les malalties de les persones.

És innegable que tothom té un bagatge emocional. Dins de l'osteopatia tenim formes de saber si les emocions són predominants en una determinada patologia. Si detectem que constitueixen un efecte primari per al pacient, llavors s'han de tractar en primer terme. Ara bé, no sempre passa. Cada persona és diferent, i depèn de com aquesta «drena» les seves emocions, decidim si s'ha de prioritzar o no.

Quin és el perfil habitual de persona que acudeix a la seva consulta?

Doncs tenim una gran diversitat. Des de nadons fins a avis de 90 anys.

Quins són els mals principals que fa que la gent vagi a l'osteopatia?

N'hi ha molts que tenen a veure amb les patologies discals. També amb la migranya, la fibromiàlgia, els problemes menstruals... És la riquesa de l'osteopatia: poder abraçar moltes patologies.



Quim Vicent.

Reben casos relacionats amb l'ús abusiu d'internet i les noves tecnologies?

A la clínica tenim moltíssims casos relacionats amb aquests factors. L'estil de vida actual, l'alimentació, l'estrès... Vivim contra natura, i això fa que el cos s'acabi col·lapsant. Són fenòmens cada cop més habituals, fins i tot en nens.

Van camí de ser una de les grans malalties del futur.

Els estímuls que reben els nens són molt artificials. Estan hiperes-

timulats, però han perdut el contacte amb la natura. El cos humà és com un ordinador. Si el col·lapsa d'informació, el cos també es col·lapsa i perd presència a l'entorn. I parlem dels nens però els adults són els primers a estar enganxats al mòbil. És un tema per reflexionar...

L'esport sempre és positiu o hi ha una sobredosi actualment?

La importància abans de practicar l'esport és estar assessorat per un professional. No necessàriament és del tot ideal practicar un esport intensiu només en cap de setmana, o córrer 20 quilòmetres sense haver entrenat. Potser és més interessant fer exercici en petites dosis cada dia que no córrer una marató. Però fins i tot així, aquest és un tema molt personal.

La medicina integrativa és el futur?

Sens dubte. A la clínica desenvolupem un treball integral, que va des de l'osteopatia amb teràpia manual fins a les teràpies psicològiques. Treballem amb persones, no amb malalties. Per exemple, tenim odontòlegs perquè la boca no està aïllada del cos, sinó que està interconnectada. La boca té una relació amb tot l'organisme, una infecció, un quist, la presència de cordals podem interferir a diferents parts del cos, com per exemple les genives inflamades voldrà dir que tindrem inflamades totes les mucoses del nostre cos (com els intestins) perquè tenim un sistema comú de mucoses.