

El món de la UIMR

PREVENIR LES DISFUNCIONS DEL S3L PELVIÀ

Elisa Bosch Donate
Departament d'Infermeria i Fisioteràpia (UIB)

Pr3ximament se celebrarà a la UIMR un curs dedicat al coneixement i reconeixement d'una estructura anat3mica, el s3l pelvià, de què es parla cada vegada més, però de la importància del qual encara no som prou conscients.

El s3l pelvià és un conjunt de músculs i membranes que tanquen la pelvis pel seu estret inferior. Té diferents funcions, com són la de sostenir les

visceres de la pelvis (3ter en el cas de les dones, bufeta i recte en homes i dones), d'amortidor de les forces que ocorren quotidianament en la cavitat abdominal, de permetre la continència (d'orina i femta) i la funció sexual. A més, en el cas de les dones, també juga un paper molt important en l'embaràs i en el part.

La pèrdua del to i de la força del s3l pelvià està directament relacionada amb algunes disfuncions, com són la incontinència urinària, la incontinència fecal, prolap-

ses dels òrgans pelvians o algunes disfuncions sexuals.

Algunes pràctiques esportives de molt d'impacte, l'obesitat, el restrenyiment cr3nic, el tipus de parts (en el cas de les dones), la patologia de la pr3stata (en el cas dels homes) són alguns dels factors de risc relacionats amb la pèrdua de to del s3l pelvià.

Les pèrdues involuntàries d'orina solen ser una de les primeres causes per les quals consulten tant les dones com els homes, encara que els factors de risc són dife-

Aquest taller proposa un treball integral, en el qual es treballarà amb diferents tècniques

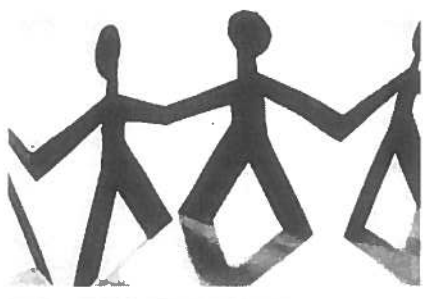
LA CURA

Antoni Barber
Professor de Filosofia



De la mateixa manera que existeix una ètica de principis racionals amb pretensió de validesa universal i necessària (donat el seu fonament en la sola raó), existeix també una dimensió de la vida personal i social, no determinada per principis «a priori», que té a veure amb actituds i trets genèrics de la personalitat (concebuda aquí com una personalitat moral) que fan possible el desenvolupament d'una «vida ètica». Entre aquests trets de la personalitat es pot destacar l'actitud de la «cura», que té a veure amb la plena realització de la humanitat dels homes tant en un mateix com en els altres referida a un «ara» i «aquí». Jo no puc canviar el món de sobre, però puc tenir cura de mi mateix i dels altres partint del fet que no hi ha diferència realment entre el «jo mateix» i el «jo dels altres», donat que la humanitat dels homes és essencialment la mateixa per a tothom, i allò que és bo per als altres ha de ser-ho també per a mi (i viceversa: allò que és bo realment per a mi ha de ser-ho també per als altres i en cas contrari no és bo ni tan sols per a mi). Aquesta actitud de la cura suposa igualment de la idea que l'ésser humà actual i concret parteix d'una situació inicial de «emmalaltiment» que requereix que cadascun dels individus, i tots junts com a societat, siguin objecte de la «cura» recíprocament i per part de si mateixos. La cura és necessària per a sortir de la situació de «dolència» que fa possible, per altra banda, un creixement i enfortiment interior. Quan aquest procés es porta segons la pròpia natura de les coses, en la direc-

ció adequada per al pte desenvolupament humà, es pot parlar de «vida saludable» en un sentit equivalent a «vida ètica». Però si no és així, aleshores en un sentit molt ample es pot parlar, contràriament, de «vida patètica». Aquesta distinció troba la seva fonamentació en la nostra tradició filosòfica, ja que en grec «pathos» significa per igual «passió» que «malaltia». Significa això que els éssers humans som esclaus de les nostres pròpies passions? Només en part, si aquestes es transformen en el principi de determinació de tota conducta més enllà d'un criteri racional. És la raó reflexiva i



La cura és necessària per a sortir de la situació de dolència que fa possible, per altra banda, un creixement i enfortiment interior

conscient la que ofereix un «telos» (finalitat, sentit...) al comportament humà. Per suposat que la raó sola no pot decidir ni determinar l'acció humana. El «motor» de tot comportament, humà i no només humà, són les «emocions» (de «motor», allò que «mou»). Però sabem que les emocions

i el sentiments que experimentem no són necessàriament positius, ni responen congruentment ni sempre a una lògica (idea) racional. És ben natural i freqüent experimentar una confrontació violenta entre allò que desitgem segons les nostres emocions i allò que considerem «raonable» i sabem que ens convé segons el raonament. Es produeix aleshores una mena de lluita interior, en la qual es posa en joc la decisió final de l'individu. La vivència d'aquest procés pot ser interiorment conflictiva en el sentit que sabem el que «desitgem», d'una manera visceral i apassionada, i sabem al mateix temps el que «ens convé fer», segons les evidències (si arribem al nivell del mínim raonament, cosa que no sempre es dona) derivades d'un pensament més fred i distant sobre el tema. Cal no actuar precipitament, ni deixar-se endur pel perillós camí de la radical visceralitat, de naturalesa més irracional que altra cosa. Això s'esdevé tant en el camp de la vida personal com de la pública (política). Això ens porta al reconeixement d'una possible ambivalència en el discurs i el comportament humà. Els projectes polítics han de ser metes engrescadores per al conjunt de la població, però no hem de caure en el terreny de les pures emocions ni de les visceralitats («o amb jo o contra jo», «dels nostres o dels seus», «nosaltres i ells», etc.). L'ésser humà requereix de la competència i l'exercici permanent de la raó dialògica que fa possible l'establiment del consens entorn d'un ordre compartit de convivència, la qual cosa significa retrobar el terreny comú de fonament a els valors de la societat democràtica.

rents. Els canvis experimentats en la qualitat de les relacions sexuals són un altre símptoma pel qual se sol consultar.

Els objectius d'aquest curs són reconèixer aquestes estructures, comprendre quines són les seves funcions i aprendre a recuperar-lo si està afeblit, o reforçar-lo per prevenir possibles disfuncions.

Per aconseguir aquests objectius, aquest taller proposa un treball integral, en el qual es treballarà amb diferents tècniques, fonamentalment pràctiques, com són l'autoconeixement, el treball propioceptiu i la consciència corporal. Totes les persones poden gaudir d'aquesta experiència: en especial, pot interessar a aquelles que treballin amb el seu cos, com professorat de gimnàstica, esportistes ballarins/es, professionals de la salut, dones embassades, al postpart o a la menopausa, i homes que hagin patit qualche inter-

LEY LGTBI

Gabriel Ferret



El colectivo LGTBI ha conseguido un logro mucho más importante, aunque no tan espectacular, que la celebración de sus jornadas callejeras. Me refiero a la admisión a trámite en el Congreso de los Diputados de una denominada ley LGTBI, promovida por Podemos. Se trata de la primera ley integral contra la discriminación de las personas por razón de su sexo o preferencias sexuales. La norma recoge el espíritu de leyes autonómicas, como la catalana, entre otras, y la extiende a todo el territorio nacional. En esencia, la ley incluye medidas en el ámbito educativo, laboral, administrativo y familiar, que de aprobarse facilitarían la vida de un colectivo LGTBI (lesbianas, gais, transexuales, bisexuales e intersexuales, por caracterizarlo grosso modo) que engloba a más de cuatro millones de personas. Quedarían garantizados el derecho a la autodeterminación de la identidad de género, es decir, a que nadie pueda ser obligado a someterse a tratamiento médico o psicológico que coarte su libertad sexual, así como el acceso a una atención sanitaria sin discriminación. Lo mismo puede decirse de la prohibición de todo tipo de discriminación laboral. El proyecto ha contado con el voto a favor de todos los grupos, salvo el PP, que se abstuvo en bloque, con excepción del exministro Jorge Fernández Díaz, un hombre ahorrado en sus asfixiantes principios, que votó en contra. Estamos ante un proyecto que aunque llega algo tarde (12 años después de aprobarse el matrimonio homosexual y 10 después de la ley de igualdad), de aprobarse contribuirá a hacer más felices a buen número de ciudadanos. Que para eso, entre otras cosas, están las leyes.