

SI VOL UN
BANC
DIFERENT,
PROVI
EL GROC



Banc Sabadell
d'Andorra

L'alternativa

També ens trobareu a   www.6sa.ad

Inversió de 19 milions i optimisme de les estacions

Els camps de neu ultimem els detalls per a la nova temporada, en què Grandvalira farà un nou telecabina al Pas de la Casa i un edifici de serveis al Tarter i Vallnord recupera els forfets diferenciats segons el domini esquiable

AVUI ÉS NOTÍCIA | pàgina 3

JONATHAN GIL



Casadevall rep un homenatge per la tasca de gairebé 20 anys al TEDH

ANDORRA | pàgina 7

Tarifa integrada per al transport públic i les bicicletes elèctriques

ANDORRA | pàgina 6

Kovacs posa en dubte tractaments i proves del mal d'esquena

ANDORRA | pàgina 8

Andbank, millor entitat de banca privada segons 'The Banker'

ANDORRA | pàgina 9

Shermadini, lluny de la seva millor versió, rep el primer toc d'atenció

ESPORTS | pàgina 13



Conferència del Dr. Dídac Barco · 12/11/15 a les 19.30h
"Oblida't de les taques i les aranyes vasculares amb tecnologia làser"

Restaurant CALDEA · Reserves: 886 100 · info@dermatologiaandorra.com

dermatologia andorra caldea inüu



Ara convé **sentit comú**

SDP[^]
Socialdemocràcia i Progrés
d'Andorra

Aquest nadal, sopars d'empresa a:



Reserves al:
+376 808363

Divulgació

Aplicar l'evidència científica en el tractament del mal d'esquena

Kovacs destaca que molts dels tractaments i proves esdevenen inútils

M.F.

ANDORRA LA VELLA

La primera causa de discapacitat al món està motivada per problemes a l'esquena i la quarta per patologies lligades al coll. A més, un 80% de la població pateix en algun moment de la seva vida mal d'esquena i un 60% de coll, la qual cosa fa que sigui un "terreny abonat a l'estafa" i en el qual s'apliquen tractaments "molt poc avaluats científicament" o que esdevenen inútils. Així ho va posar en relleu ahir el doctor Francisco Kovacs, en una conferència que va pronunciar de la mà d'Advance Medical i MoraBanc.

L'expert va voler trencar un seguit de tòpics i va reivindicar el rol de la investigació científica i que s'apliquin mètodes que hagin donat resultats evidents. En aquest sentit, va destacar l'elevat volum de cirurgies que es practiquen a Espanya, per exemple en fusió de vèrtebres, i que multipliquen per molt les que es fan al Regne Unit. D'aquesta manera, va destacar que és millor sempre optar per mètodes conservadors i demanar una "segona opinió" quan s'estigui davant d'una mesura que pugui ser "irreversible". "La prioritat ha de ser el pacient", va reivindicar, tot i tenir en compte que hi ha diferents interessos que



JONATHAN GIL

Kovacs va pronunciar la ponència al Centre de Congressos d'Andorra la Vella.

convergeixen en l'àmbit sanitari. Per això, va destacar que cal evitar proves que no portaran cap resultat: fer ressonàncies magnètiques o radiografies en casos molt concrets. També va voler trencar mites sobre la utilitat de la higiene postural. En aquest sentit, va destacar que el que és veritablement important és "el to muscular". Així, va emfasitzar que com més desenvolupada estigui la musculatura menys incidència tindrà un possible mal d'esquena, així que va fer una crida a fer exercici, "com més millor". "Faci el que vulgui

però faci-ho", va destacar.

Kovacs va posar en relleu que la investigació científica ha avançat molt en els darrers vint anys, la qual cosa s'ha reflectit en un nou concepte, nous tractaments i diagnòstics. Això ha permès veure que determinades coses que es recomanaven han acabat esdevenint perjudicials. I en va posar exemples: sempre es deia que era millor repòs absolut en cas de mal d'esquena i ara es veu que és millor "un grau d'activitat que el mal permeti" i quant al llit dur, millor una duresa intermèdia.