

04.09.2018 - 08:00 Uhr

## Journée mondiale de la physiothérapie - physiothérapie et santé psychique



Sursee (ots) -

À l'occasion de la Journée mondiale de la physiothérapie le 8 septembre, physioswiss, l'Association suisse de physiothérapie, en collaboration avec le Groupe de travail suisse de physiothérapie en médecine psychosomatique et en psychiatrie, souligne l'importance de l'exercice physique et de la physiothérapie dans le domaine de la psychiatrie.

Une activité physique régulière permet de réduire le risque de développer une dépression. Par ailleurs, l'exercice et d'autres traitements centrés sur le corps permettent de renforcer les effets des traitements psychiatriques. La physiothérapie permet ainsi d'atténuer les symptômes psychiques et d'améliorer la santé physique.

L'importance de la physiothérapie et de l'activité physique en psychiatrie est malheureusement bien souvent sous-estimée. La Journée mondiale de la physiothérapie constitue dès lors une occasion unique pour faire connaître le potentiel de cette discipline dans la psychiatrie.

La physiothérapie agit aussi sur le mental L'activité physique permet de réduire le risque de dépression. À l'occasion de la Journée mondiale de la physiothérapie le 8 septembre, physioswiss, l'Association suisse de physiothérapie, souligne la corrélation entre exercice physique et santé psychique.

Les personnes qui pratiquent une activité physique d'intensité modérée au moins 150 minutes par semaine réduisent de 30 % leur risque de développer une dépression. Le rapport entre exercice physique et dépression a été démontré dans une étude analysant les données de près de 270 000 personnes.

La physiothérapie traite les troubles physiques et psychiques. Les physiothérapeutes aident ainsi les patients à pratiquer une activité physique et à trouver des stratégies pour un mode de vie sain et actif.

Contact:

Emanuel Brunner, Tél. 079 206 23 15

Cristina Staub, Tél. 076 339 97 57, [cristina-staub@sunrise.ch](mailto:cristina-staub@sunrise.ch)

Pia Fankhauser, Tél. 076 512 20 00, [pia.fankhauser@physioswiss.ch](mailto:pia.fankhauser@physioswiss.ch)

Emanuel Brunner (PT, PhD)

Membre du comité de direction de la SAG PPP

Membre du comité de direction de l'International Organisation of

Physical Therapy in Mental Health (IOPTMH)

Membre de physioswiss

Cristina Staub (PT, PhD)

Membre du comité de direction de la SAG PPP

Membre de physioswiss

Roland Paillex (PT)

Président de physioswiss  
Membre du comité de direction de l'European Region World  
Confederation for Physical Therapy

Pia Fankhauser (PT)  
Vice-présidente de physioswiss

Medieninhalte



*Logo. Texte complémentaire par ots et sur [www.presseportal.ch/fr/nr/100053896](http://www.presseportal.ch/fr/nr/100053896) / L'utilisation de cette image est pour des buts rédactionnels gratuite. Publication sous indication de source: "obs/physioswiss"*

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/100053896/100819377> abgerufen werden.