

8 DE SEPTIEMBRE,
DÍA MUNDIAL DE LA FISIOTERAPIA

El latido de nuestra profesión: De la mecánica al humanismo en 50 años

Una reflexión sobre el movimiento,
la colectividad y nuestras raíces de
cara al futuro

TRIBUNA

JOSEP BENÍTEZ
DECANO DEL ICOFCV



Queridos compañeros, y muy especialmente, queridos jóvenes colegiados que sois el presente y el futuro de nuestra profesión. Nos acercamos al 8 de septiembre, el Día Mundial de la Fisioterapia, una fecha que siempre nos invita a la reflexión. Este año 2026, la iniciativa global impulsada por *World Physiotherapy*¹ centra su mirada en las enfermedades cardiovasculares y los accidentes cerebrovasculares, subrayando el papel insustituible de la actividad física y el ejercicio terapéutico en su prevención y recuperación.

Este enfoque me ha hecho pensar mucho en nuestra propia historia. Si miramos atrás y hacemos un recorrido por lo que ha evolucionado la fisioterapia en España en los últimos 50 años, vemos un trayecto fascinante. Hemos pasado de ser un oficio casi técnico, a veces a la sombra de otras disciplinas, a consolidarnos como una profesión sanitaria autónoma, científica y profundamente resolutive. Y aunque las herramientas y el conocimiento han crecido exponencialmente, la esencia sigue siendo la misma: el movimiento y los medios físicos. Sin embargo, hoy nuestras intervenciones avanzan guiadas por la investigación de vanguardia y un conocimiento cada vez más profundo de la fisiología humana.

El movimiento: sanando cuerpos y profesiones

La meta central de este Día Mundial es explicar a la sociedad cómo el movimiento y el ejercicio ayudan a sanar y cuidar nuestro sistema circulatorio. Pero me gustaría llevar esta idea un paso más allá y proponeros una metáfora: de la misma manera que el movimiento previene el estancamiento de la sangre y da vida al corazón del paciente, **el movimiento colectivo** es lo que da salud y fuerza a nuestra profesión.

Vivimos en una sociedad que a menudo peca de individualista y egocéntrica. Como fisioterapeutas, inmersos en una disciplina de servicio y cuidado, deberíamos ser el ejemplo contrario: el de mirar genuinamente al que tenemos delante, ya sea nuestro paciente en la camilla o nuestro com-

pañero en la sala, dejando a un lado nuestro ego. Cuando somos capaces de desprendernos de esa necesidad de "tener siempre la razón", evitamos sesgos clínicos peligrosos y abrimos la puerta a la verdadera cooperación interdisciplinar y entre colegas.



Es fácil creer que la culpa de lo que no funciona la tienen los demás, pero la pregunta transformadora que debe hacernos madurar es: ¿Qué he hecho yo para evitarlo o mejorarlo?

Esa misma responsabilidad que nos exigimos como colectivo es la que, con empatía y firmeza, le pedimos a nuestro paciente cuando le preguntamos: "¿Hasta qué punto está usted dispuesto a cambiar para recuperarse?". El beneficio colectivo redunda inevitablemente en el beneficio individual, y esa colectividad fuerte solo se consigue afianzando nuestro sentido de pertenencia.

Claridad para avanzar

Para posicionarnos socialmente con la contundencia que merecemos, necesitamos remar en la misma dirección. Esto pasa ineludiblemente por la claridad conceptual. Debemos hacer un esfuerzo por la unificación de términos y metodologías. Mientras sigamos enredados en batallas semánticas o defendiendo "escuelas" o "métodos" como si fueran dogmas cerrados, estaremos perdiendo energía. La ciencia es nuestro lenguaje común, y es a través de ella como lograremos que la sociedad y las administraciones comprendan exactamente qué somos, qué hacemos y por qué somos esenciales.

Las manos: nuestro vínculo humano y científico

Si bien el movimiento es nuestra esencia y nuestra herramienta principal para recuperar o prevenir la discapacidad, no podemos ni debemos olvidar nuestras manos. El contacto. Esa es la chispa que humaniza la actuación del fisioterapeuta.

Tocar no es un acto carente de base científica; todo lo contrario. Investigaciones recientes, como los trabajos de Kaazempur Mofrad y colaboradores (2005)², nos explican detalladamente los fenómenos de mecanotransducción. Describen cómo se producen cambios celulares inducidos por la estimulación mecánica, generando respuestas bioquímicas y estructurales precisas. Las células, literalmente, convierten el estímulo mecánico de nuestras manos en respuestas biológicas específicas, moleculares y funcionales.

Al tocar, con sentido y dirección, activamos la estimulación sensorial. Y sabemos que el estímulo sensorial modula el movimiento y modifica la plasticidad cerebral a través de la interacción constante entre los sistemas sensorial y motor. Esta experiencia sensorial induce cambios en la expresión génica de las neuronas, remodelando circuitos y favoreciendo que el paciente consolide nuevas habilidades.

En definitiva, es lo que hemos hecho toda la vida: tocar para mover, *ayudar al movimiento*, pero ahora comprendiendo el asombroso sustrato fisiológico que lo respalda.

Tampoco podemos obviar el impacto neuroendocrino del contacto humano. Investigadores como Moberg y su equipo (2020)³ han vuelto a poner de relieve los mecanismos implicados en el contacto piel con piel. Destacan el papel central de la oxitocina en la modulación de la respuesta al estrés, promoviendo la calma, disminuyendo el dolor y facilitando la conexión social. Todo esto induce efectos sistémicos positivos, como el aumento de la variabilidad de la frecuencia cardíaca y la estimulación de la actividad parasimpática, preparando al cuerpo para la sanación^{4,5}.



Mantened vivas nuestras raíces: el movimiento, los medios físicos y el contacto humano. Pero elevadlas con el rigor que nos proporciona la ciencia actual

Un futuro en nuestras manos

A vosotros, los jóvenes, os pido que recojáis este testigo con humildad pero con una ambición científica inquebrantable. Mantened vivas nuestras raíces: el movimiento, los medios físicos y el contacto humano. Pero elevadlas con el rigor que nos proporciona la ciencia actual.

Seamos un colectivo unido. Movámonos juntos para cuidar el corazón de nuestra profesión, con la misma dedicación con la que este 8 de septiembre reivindicamos la importancia del movimiento para el corazón de nuestros pacientes.

¹ World Physiotherapy. (2026). World PT Day 2026 toolkit: Cardiovascular disease and stroke. Disponible en los recursos oficiales de World Physiotherapy.

² Kaazempur Mofrad MR, Abdul-Rahim NA, Karcher H, Mack PJ, Yap B, Kamm RD. Exploring the molecular basis for mechanosensation, signal transduction, and cytoskeletal remodeling. *Acta Biomater.* 2005 May;1(3):281-93. doi: 10.1016/j.actbio.2005.02.008.

³ Moberg KU, Handlin L, Petersson M. Neuroendocrine mechanisms involved in the physiological effects caused by skin-to-skin contact - With a particular focus on the oxytocinergic system. *Infant Behav Dev.* 2020 Nov;61:101482. doi: 10.1016/j.infbeh.2020.101482

⁴ Lefaucheur JP. Neurophysiology of pleasant touch: From peripheral mechanisms to clinical implications of caressing. *Neurophysiol Clin.* 2026 Jan 6;56(2):103135. doi: 10.1016/j.neucli.2025.103135

⁵ Deodato M, Martini M, Tamma A, Nitri A, Ornello R, Frattale I, De Matteis E, Manganotti P, Caponnetto V. Neurophysiological Outcomes of Human Touch and Related Clinical Assessments: A Scoping Review. *J Manipulative Physiol Ther.* 2025 Jan-Jun;48(1-5):186-196. doi: 10.1016/j.jmpt.2025.08.002.