

Esperanza Martí Fisioterapia abre sus puertas con un enfoque integral, humano y basado en la evidencia

29/09/2025



Esperanza Martí es fisioterapeuta y durante cerca de nueve años trabajó en una residencia de mayores, «una etapa que marcó profundamente mi forma de entender esta profesión. Allí aprendí la importancia de adaptar la terapia a la persona, de trabajar de forma individualizada según sus capacidades, y de introducir el movimiento siempre que fuese posible». A partir de ahí, el enfoque de su práctica está profundamente ligado «a la convicción de que el movimiento es una herramienta esencial para preservar la salud, la autonomía y el

bienestar». Ahora abre su propio negocio.

Su especialidad es ejercicio terapéutico, punción seca, suelo pélvico, oncología pelvipereineal, menopausia y método pilates suelo, lo que le permite acompañar a cada paciente desde una perspectiva integral, con tratamientos seguros, personalizados y basados en la evidencia científica.

Asimismo, en consulta tratan tanto disfunciones complejas como patologías frecuentes que afectan a la

calidad de vida del día a día como lumbalgias, cervicalgias, dolor de hombro, sobrecargas musculares, diástasis abdominal, debilidad del core, incontinencia, cicatrices postquirúrgicas, dolor crónico o alteraciones musculoesqueléticas comunes.

Cada abordaje se adapta al perfil y objetivos de la persona, siempre desde la escucha, la profesionalidad y el acompañamiento real.

Uno de los pilares más innovadores de este centro es su apuesta por la fisioterapia dermatofuncional, una especialidad que trata alteraciones del tejido tegumentario (la piel) como la flacidez, la celulitis, las bolsas o las líneas de expresión. El enfoque no es puramente estético: aquí se trata la piel como un tejido vivo, que también forma parte de la salud global de la persona. Para ello, el centro cuenta con tecnología INDIBA®, una radiofrecuencia regenerativa que permite actuar en profundidad sobre la piel, el tejido subcutáneo y los procesos de reparación natural del cuerpo.



Su especialidad es ejercicio terapéutico, punción seca, suelo pélvico, oncología pelviperineal, menopausia y método pilates suelo.

Además, el centro cuenta con grupos reducidos de Pilates terapéutico, una práctica que se adapta a mujeres y hombres en cualquier etapa de la vida. «Nos enfocamos en el control del movimiento, la fuerza desde el centro y la conciencia corporal. Tenemos formación específica en embarazo y posparto, por lo que realizamos las

modificaciones necesarias para que sea el ejercicio el que se adapte a ti y no al revés».

También se ofrece un grupo específico de ejercicio funcional para personas mayores, enfocado a prevenir la fragilidad, preservar la fuerza y facilitar que los movimientos de la vida diaria —caminar por el pueblo, subir escaleras, moverse con seguridad en casa— sean más accesibles y seguros.

Jornadas de puertas abiertas

Los días 2 y 3 de octubre, Esperanza Martí Fisioterapia celebra unas jornadas especiales para dar a conocer su nuevo centro. Durante estos días, quienes reserven previamente podrán disfrutar de una sesión gratuita de INDIBA® facial de 15 minutos, con el objetivo de que conozcan esta tecnología y sus beneficios reales. Además, podrán acceder a bonos especiales promocionales, válidos exclusivamente durante las jornadas.

Es imprescindible reservar cita con antelación.

Además, Esperanza comparte contenido útil y educativo sobre salud, fisioterapia y movimiento en su perfil de Instagram @espefisiopilates donde habla con cercanía de los temas que vive cada día en consulta. Un espacio donde educar, visibilizar y crear comunidad.

El centro se encuentra en la calle escritora Elia Barceló Estevan, número 13 entresuelo 15.



El centro se encuentra en la calle escritora Elia Barceló Estevan, número 13 entresuelo 15.