



Alejandro Masanet
Gamer profesional
"El fisioterapeuta
alarga la vida laboral
del gamer"

30 días

Nº 236 Octubre 2019

de fisioterapia



Fisioterapia en amputados

Guía de Clínicas de Fisioterapia 2019

Por tu visibilidad y por la tranquilidad de tus pacientes

INSCRÍBETE

Centro inscrito en la Guía de Centros de Fisioterapia

del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid

AÑO

2019

Para la validez de la inscripción tendrá que acompañarse del correspondiente certificado acreditativo emitido por el Colegio Profesional



Colegio Profesional de
FISIOTERAPEUTAS
COMUNIDAD DE MADRID

José Picón, 9. 28028 Madrid
Tel.: 91 504 55 85
cpfm@cfisomad.org

FISIOTERAPEUTA



30 días DE FISIOTERAPIA

Órgano de comunicación oficial del Ilustre Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid.

Directora: Aurora Araújo Narváez.

Colaboraciones: Comisiones y Secciones Profesionales del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la CM.

Redacción: Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid (CPFCM).

Editor: CPFCM
C/ José Picón, 9. 28028 Madrid.
Teléfono: 91 504 55 85 Fax: 91 504 22 02
cpfm@cfisiomad.org

Realización: ILUNION Comunicación Social

Imprime: ILUNION Retail y Comercialización.

Depósito Legal: M-23102-1998

Tirada mensual: 11.150 ejemplares

La dirección del boletín no es responsable ni asume necesariamente las opiniones vertidas por sus colaboradores y columnistas, las cuales responden al ejercicio del derecho de libertad de expresión de los mismos y al espíritu democrático de la Institución colegial. El editor, para hacer efectivo el derecho a réplica de los colegiados aludidos en un artículo, destinará el mismo espacio y extensión en otro número de la revista.

Síguenos en:

www.cfisiomad.org

www.fisio.tv

www.consejosdefisioterapia.org

[facebook.com/cfisiomad](https://www.facebook.com/cfisiomad)

[@cfisiomad](https://twitter.com/cfisiomad)



4 Tribuna

Gracias, gracias, siempre gracias

5 Editorial

Yo voy al fisioterapeuta

6 Enportada

Cómo tratar a un paciente con una extremidad que no existe



10 Entrevista

Alejandro Masanet, 'Alex'
Gamer profesional

14 Vidacolegial

28 INVESTIGACIÓN EN FISIOTERAPIA



Carlos Martín,
fisioterapeuta



30 Lavozdelcolegiado

María Almazán
Fisioterapeuta

32 Agenda

¡Gracias, gracias, siempre gracias!

Coincidiendo con el inicio del curso académico, celebramos los diez años de la Campaña de Prevención del dolor de Espalda en Escolares. A lo largo de estos años he visto gestar, nacer, crecer y reproducirse a este maravilloso proyecto.

Desde la Comisión de Fisioterapia en la Empresa y Ergonomía tuvimos claro que había que crear algo que interviniera desde la infancia. Al igual que los agricultores creen firmemente que “el arbolito desde chiquito”; nosotros creíamos con total certeza que la columna vertebral hay que cuidarla desde chiquita.

El inicio de esta campaña supuso muchas reuniones de trabajo y algún que otro quebradero de cabeza; pero conseguimos dar a luz un material que nos emocionó: ¡un material que conectaba con la infancia! Además, conseguimos que fuera realmente útil tanto para el niño y la niña, su familia, la comunidad escolar y el y la fisioterapeuta que lo ensañaba.

No tengo más que palabras de agradecimiento para todas las personas que a lo largo de estos años han aportado algo para el crecimiento de esta campaña.

Empezaré por mis compañeros y compañeras de Comisión que

tanto han tirado del carro cuando otros no podíamos. Todos hemos dado el tiempo que disponíamos sin medir cuánto daba cada uno y juntos hemos sacado adelante este gran proyecto.

Siempre estaré agradecida a la empresa de “TePrefieroComoAmigo” por facilitar tanto nuestra labor.

Y, por supuesto, no puedo olvidar agradecer el gran apoyo que hemos recibido y seguimos recibiendo por parte de la Junta de Gobierno de nuestro Ilustre Colegio Profesional de Fisioterapeutas. Ni que decir de la gran labor realizada por todo el personal de secretaría, sin ellos esto hubiera sido imposible.

No puedo dejar pasar el décimo aniversario de la Campaña sin traer a la memoria a todos los y las colaboradoras que han acudido a los centros educativos a impartir los talleres. Está claro que gran parte del éxito es suyo: Gracias por salir de la “normalidad” de vuestra consulta, gracias por dar vuestro valioso tiempo, gracias por echarle corazón, gracias por todas esas críticas constructivas, gracias por cuidar a nuestra infancia, gracias por vuestra profesionalidad y gracias por evidenciar el gran papel preventivo de la fisioterapia.

¡Gracias, gracias, siempre gracias!

**María Cruz
Gómez
Alcántara**
Colegiada 1.275
Miembro
de la Comisión
de Fisioterapia
en la Empresa y
Ergonomía

Yo voy al fisioterapeuta

Poner en valor a la fisioterapia. Son palabras fáciles de escribir. Es probablemente uno de los objetivos que puede poner de acuerdo a todos los fisioterapeutas. Desde hace un año es una de las metas de este equipo de gobierno. Pero los objetivos hacen falta plasmarlos en acciones concretas. El movimiento se demuestra andando. Y los fisioterapeutas somos expertos en movimiento.

Hay otra cosa que acomuna a todos los compañeros. La convicción de que el intrusismo profesional es uno de los mayores conflictos que se cierne sobre la profesión. Y es cierto. Pero si el único riesgo del intrusismo fuese el que atañe a nuestra profesión, aún no siendo un riesgo pequeño, no sería diferente de muchos otros problemas que exigen soluciones continuas. El gran problema del intrusismo es que pone en peligro la salud de nuestros pacientes, convirtiéndose en un problema que va más allá de nuestras consultas para transformarse en un asunto de Salud Pública. El Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid mantiene desde sus inicios esta doble obligación: velar por la protección de la profesión y, también, por la salud de la ciudadanía.

La fisioterapia es sin lugar a duda una profesión valiosa. Y muy bien reconocida por sus usuarios. Pero es todavía víctima de un mal conocimiento por parte de la población. Ante un dolor dental nadie duda sobre la pertinencia de acudir al odontólogo. Y nadie querría pilotando el avión que le lleva de vacaciones a un profesional diferente de un piloto. Y, sin embargo, todos los días conocemos casos de personas que ante una patología se ponen en manos de personal no sanitario, con cualificaciones de dudoso origen y, muchas veces, sin tener muy

claro que al hacerlo, su bien más preciado, su salud, corre peligro.

Luchar contra el intrusismo exige, por tanto, un abordaje complejo. Por un lado, es necesario continuar denunciando a todos aquellos pseudoprofesionales que se hacen pasar por fisioterapeutas, o que realizan tratamientos propios de la fisioterapia sin serlo. El Colegio seguirá trabajando sin pausa en este sentido. Pero es indispensable también mejorar la información que llega a la población, sobre todo, a aquellos que menos nos conocen, acerca de lo que es un fisioterapeuta, lo que hace y lo que puede aportar en su vida. La campaña contra el intrusismo que ahora ponemos en marcha busca justamente eso, aunar el esfuerzo de todos los compañeros en una misma dirección. Informar a la población no desde el miedo, sino desde las ventajas de ponerse en las manos correctas. No se trata esta vez de luchar contra otros colectivos, que no pueden compararse al nuestro ni en conocimientos, ni en investigaciones, ni en calidad, ni, sobre todo, en legalidad y profesionalidad. El objetivo es poner todos nuestros valores en conocimiento de la población, permitir que nuestros pacientes expliquen por qué van al fisioterapeuta, y hacer que aquellos que no han probado todavía nuestro trabajo, puedan acercarse a él. Sabemos que ninguna publicidad es mejor que un paciente satisfecho, dejémosles que lo cuenten. Animémosles a contarlo.

Por todo esto, porque queremos generar un movimiento que nos ayude a todos a poner en valor la fisioterapia, por esto:

#YoVoyAlFisio







FISIOTERAPIA EN AMPUTADOS

Cómo tratar a un paciente con una extremidad que no existe

Problemas de circulación, cáncer, defectos congénitos y lesiones. Son varias las causas de amputación de miembro superior o inferior pero, en todos los casos, la fisioterapia tiene un papel fundamental, especialmente, para trabajar el dolor del miembro fantasma.

En términos globales, “la fisioterapia en amputados trabaja para que el muñón esté en condiciones óptimas y sin dolor, que el esquema corporal del paciente sea lo más correcto posible y que este tenga un buen manejo de la prótesis”, afirma Concepción Teixeira, fisioterapeuta de la Unidad de Amputados del Hospital Universitario La Paz. El objetivo es “conseguir un buen estado y forma del muñón, disminuir su dolor y del miembro fantasma y corregir la actitud anómala de dicho muñón, trabajando de forma individualizada”, añade Teixeira.

Pero ahí no acaba la labor del fisioterapeuta. También se busca mejorar los recorridos articulares y la fuerza de la musculatura, tanto del miembro residual como del sano. “Trabajamos transferencias y la bipedestación mejorando la actitud postural y preparamos el sistema nervioso central para el manejo de la prótesis”, aclara. Y es que, el fisioterapeuta no solo busca unas

condiciones óptimas para el muñón, sino un trabajo activo dirigido a otras estructuras que componen y producen el movimiento para “preparar al miembro para la prótesis”.

Para la fisioterapeuta y terapeuta ocupacional Paula Campos, “este profesional sanitario tiene la oportunidad y la responsabilidad de, junto con un equipo interdisciplinar, dotar al paciente de las herramientas necesarias para que recupere su autonomía”. Para ello, añade Campos, “no solo debe conocer los tratamientos manuales o el uso de agentes físicos para tratar el dolor, las retracciones musculares o el manejo de las cicatrices, sino estar informado acerca de las soluciones protésicas disponibles en el mercado, conocer los componentes que conforman las prótesis y su alineación, y estar al tanto de las complicaciones más frecuentes, así como otros factores determinantes”.

Uno de los principales problemas a los que se enfrentan estas personas es ▶

► el dolor del miembro fantasma. Hay que diferenciar entre el dolor de muñón, la sensación de miembro fantasma y el dolor de miembro fantasma. El dolor de muñón es la sensación dolorosa localizada en este, generalmente distal. “Se sospecha de él, cuando el dolor persiste más allá del periodo de cicatrización”, advierte Carolina Henche, fisioterapeuta compañera de Concepción en la Unidad de Amputados del Hospital de La Paz.

La sensación de miembro fantasma es sentir esa extremidad amputada como real. El dolor de miembro fantasma es la sensación dolorosa que aparece en el miembro amputado. Según Henche, “el paciente siente su extremidad y, además, le duele. Se suele presentar en el posoperatorio de forma inmediata pero es normal que vaya disminuyendo a lo largo de los años”.

Labor de la fisioterapia

“Para trabajar el dolor del miembro fantasma, los fisioterapeutas deben promover el uso de la prótesis, que reduce el dolor, y valerse de técnicas que refuerzan el principio de mantener activa el área cortical de la extremidad perdida, como son la imaginación motora, la terapia de espejo y el uso de la realidad aumentada”, informa Campos.

“Que el paciente tenga una prótesis lo antes posible y un buen vendaje del muñón también reducen ese dolor”, añade Henche. La electroterapia analgésica, la terapia manual y los estiramientos son otras herramientas que obtienen buenos resultados.

La terapia de espejo, está basada en la neuroplasticidad. “Tras la amputación hay una reorganización de los sistemas nerviosos central y periférico. Buscamos activar contactos sinápticos silentes y crear nuevas redes neuronales para mantener la representación del miembro amputado. Esta terapia consiste en ver el reflejo del miembro sano en un espejo como si fuera el amputado y realizar ejercicios con la extremidad sana”, explica Teixeira.



Sobre estas líneas, una persona con el miembro inferior amputado. A la derecha, distintos tratamientos de fisioterapia que reciben estos pacientes.

También se suele utilizar las gafas de realidad virtual. Funcionan de la siguiente manera: el paciente, a través de un programa, ve en simetría, es decir, al mirar el lado sano ve como si fuera el ausente. “Se realizan los mismos ejercicios que con el

Para trabajar el miembro fantasma los fisioterapeutas deben mantener activa el área cortical de la extremidad perdida

trabajo de espejo”, añade Henche. La amputación de un miembro puede generar diversas complicaciones, como la degeneración del muñón, contracturas musculares, trastornos circulatorios, sín-



dromes dolorosos, infecciones, hemorragias, úlceras, retardo de la cicatrización... Pero hay muchas más: dolor neuropático ocasionado por la formación de neuromas; cicatrices adheridas o dolorosas que dificultan la adaptación para poner la prótesis y limitan la utilización de la misma; así como desinserciones musculares, atrofia muscular y contracturas.

A largo plazo puede haber afectación de la columna vertebral, cambios posturales y biomecánicos produciendo dolor y alteraciones en la marcha. “Todos estos problemas pueden limitar o retrasar el tratamiento”, advierte Carolina.

Para Paula Campos, la amputación de una extremidad “supone un desajuste en todas las áreas de la vida del usuario. A nivel físico, la pérdida de conceptos esenciales, como el esquema corporal,



la activación de los músculos o el manejo del dolor, y, a nivel global, la posible dependencia que se genera”.

Una complicación importante es el abandono del uso de la solución protésica. Para combatir esto, la clave reside, según Paula Campos, “en la actuación de un equipo transdisciplinar, con médico rehabilitador, técnico ortoprotésico, fisioterapeuta, terapeuta ocupacional y demás profesionales que aborden la condición psicológica y social del usuario”. El protocolo para reducir las tasas de abandono se basa en conseguir una buena condición física, ejercicios de control y repetitivos e integrar la automatización adquirida a las actividades de la vida diaria.

Observación y valoración

El fisioterapeuta debe observar al pa-

ciente “cómo llega a la sala, si viene acompañado, qué tipo de amputación presenta, la actitud del brazo o si camina o viene en silla de ruedas”, especifica Teixeira. Todo es importante a la hora de hacer una valoración. Además, “debemos tener en cuenta el muñón y qué tipo de contención lleva, o si se puede poner solo la prótesis; la piel, la forma y el volumen del muñón; realizar una valoración articular y muscular utilizando varias escalas, como la *Quick Dash* para miembro superior, y la *Pohjolainen* para miembro inferior, y valorar la postura del paciente tanto en estática como en dinámica para observar la tendencia que tiene el muñón, la postura y el esquema corporal”, señala Teixeira.

A la hora de tratar a un paciente, el fisioterapeuta debe tener en cuenta que la pérdida de la extremidad afecta a su esquema corporal y a la postura. “Intentamos abarcar de una forma integrada todos los recursos que tenemos ofreciendo un abanico completo de técnicas de fisioterapia al paciente para su completa recuperación”, asegura Teixeira.

Por esa razón, “trabajamos con terapia manual, reeducación postural global, control motor, Fisioterapia Respiratoria, cinesiterapia o terapia miofascial, principalmente, siempre de una manera individualizada”, aclara Teixeira.

Hay que evitar el abandono del uso de la solución protésica del paciente a través del trabajo de un equipo transdisciplinar

Para la fisioterapeuta, en ambos casos, “es muy importante recuperar la imagen física, la simetría corporal. Trabajamos con y sin pesos, a veces, incluso utilizamos el peso de la prótesis y así conseguimos res-

taurar el centro de gravedad, lo que evita compensaciones y actitudes posturales anómalas”.

Hay diferencias en el tratamiento de pacientes con amputaciones de miembros inferiores o superiores. “Aunque a los dos se les trata desde el momento de la amputación”, informa Henche, “en la sala de fisioterapia solemos trabajar con ellos en tiempos distintos”.

Con los amputados de miembro superior se comienza el tratamiento en la fase pre protésica, mientras que a los de miembro inferior, generalmente, se les tratan una vez el médico rehabilitador les ha prescrito la prótesis.

Objetivos diferentes

Al tratarse de diferentes extremidades, también los objetivos son diferentes. “En el tratamiento de los amputados de miembro inferior buscamos recuperar la marcha, mientras que en los de miembro superior restituir un manejo fino de la prótesis”, aclara Concepción Teixeira.

La etapa protésica es completamente diferente y debe adaptarse a las características del usuario y a la solución protésica prescrita. Según Campos, “en pacientes de miembro inferior debemos enfocarnos en la reeducación de la marcha, y en usuarios con prótesis de miembro superior vamos a trabajar la correcta ejecución de señales musculares, el conocimiento de las funciones de la solución protésica, la automatización de esas funciones y su integración dentro las actividades de la vida diaria del usuario”.

Además de las repercusiones físicas, estéticas y funcionales, los pacientes amputados ven afectada su vida social y laboral. “Todo esto influye a nivel psicológico”, advierte Teixeira. Por ello, los pacientes deben siempre recibir un tratamiento global e interdisciplinar.

En definitiva, el tratamiento debe ser integral con un prescriptor, un fisioterapeuta, un terapeuta ocupacional y un técnico ortoprotésico certificado que confeccione una solución ajustada al usuario.

Pedro Fernández
Fotos: Jorge Villa

Alejandro Masanet Candela, 'Alex'
Gamer profesional de esports

“El fisioterapeuta alarga la vida laboral del gamer”

En el club de esports Movistar Riders, Alex trabaja nueve horas al día para convertirse en uno de los mejores jugadores profesionales de Counter Strike. Este jugador revela el esfuerzo y el trabajo que hay detrás de esta profesión desconocida para muchos y destaca la función del fisioterapeuta dentro del equipo, tanto a nivel personal como laboral.



¿En qué momento decidiste convertir tu afición a los videojuegos en una forma de vida?

Hace unos años, como jugador amateur, me percaté de que podría vivir de esta profesión al ganar mi primer salario, con E-Systems. Era muy bajo pero, al tratarse de los inicios, era normal. Con los años, los clubes se han ido profesionalizando y dando más facilidades a los jugadores para vivir de esto. Este mundo siempre me ha gustado y mi verdadero salto profesional fue cuando Movistar me dio la oportunidad. No me lo pensé ya que lo tiene todo para hacernos grandes. Probé varios equipos antes de llegar aquí, pero ahora estoy en el club más grande.

¿Cómo fueron aquellos inicios?

Bastante divertidos. No tenía la presión de ahora, todo era nuevo y diferente, y era con lo que siempre había soñado. El problema es que, al principio, no po-

“Por regla general, un ‘gamer’ trabaja cinco días a la semana, entre nueve y 12 horas al día”

día vivir de esto y tenía que compaginar estudios con trabajo. Hacerlo fue fácil y divertido, sobre todo, el hecho de empezar a ganar algo de dinero por hacer algo que me gustaba.

¿Cómo se tomaron tus padres la noticia de que querías ser ‘gamer’?

A priori, a cualquier padre le resultaría extraño, por lo desconocido que es. Los míos no sabían qué era y tenían muchas dudas sobre si podría vivir de esto. Confieso que me pusieron pegas, pero agradezco que nunca fueran muy estrictos conmigo. Me dejaron decidir sobre mi futuro y sobre lo que me hacía feliz. Cuando se dieron cuenta de que hay mucha gente detrás viéndonos, de todo lo que mueve, de lo mucho que está ▶

► creciendo... todo cambió. También ayudó que el club se pusiera en contacto con ellos para explicarles todo sobre este mundo. Entre todos, les abrimos los ojos y ahora ellos son los que más me apoyan.

¿Ser gamer es una profesión autodidacta o alguien te enseñó?

Empecé jugando por diversión pero nunca nadie se sentó conmigo y me enseñó. Sí que es cierto que vas aprendiendo de jugadores, pero no de alguien específico que te guíe. Actualmente, en internet tienes muchas facilidades para aprender y mejorar en el juego. Al fijarte en los demás acabas aprendiendo cosas, pero uno tiene que aprender lo que falta. Es una mezcla de ambas.

¿Tienes algún referente?

Nunca me he fijado en nadie en Counter Strike, como referente. Sí que hay jugadores que me gustan, como Glaive o Fallen, que son en quienes más me fijo.

¿Se pueden analizar las partidas?

Tanto en internet como en el mismo juego se puede reproducir la partida jugada. Eso da muchas facilidades a la hora de solucionar errores y mejorar. Hay un estudio de cómo lo hacen los de arriba pero, lo más importante para nosotros, es ver nuestras propias partidas, las cosas que han salido bien y mal, y analizarlas.

Los ingresos de un jugador profesional, ¿dependen de lo que gana jugando o de los patrocinios?

Todo va enlazado. Tenemos un contrato que no incluye primas por objetivos, aunque si ganamos un *prize pool* nos llevamos parte del premio. El problema es que las ligas en España cuentan con premios muy bajos. En China, por el contrario, los hay de 800.000 euros.

¿Cuál ha sido tu mejor y tu peor momento frente a la pantalla?

Me considero un hijo pródigo, esta es mi segunda etapa en Movistar Riders. La primera terminó por algunas diferen-

cias que tuvimos y ahí es cuando me di cuenta de muchas cosas y cuando evolucioné como jugador y como persona. He madurado más, y ahora estoy encantado de volver a estar en el equipo.

¿Crees que hay gente que no se toma demasiado en serio tu profesión?

La gran mayoría de las personas no sabe ni entiende lo que hacemos o piensan que esto no es algo serio. Existen muchas opiniones en contra de este mundo pero

“Si un ‘gamer’ quiere rendir al máximo y aguantar el ritmo todo el año debe cuidar su alimentación y hacer deporte”

lo que es una realidad es que está creciendo cada vez más, y estoy seguro que con el tiempo se va a revertir esta situación. Es un deporte en auge que cada día está más profesionalizado. Hay mucho desconocimiento, pocos se imaginan que trabajo nueve horas al día, incluso hay días que estamos 12 horas.

¿Cuál es la rutina diaria de un ‘gamer’ profesional?

Por regla general, trabajamos cinco días a la semana. Me levanto sobre las 8:30 para ir pronto al gimnasio, antes de llegar a la oficina. Un día normal trabajo entre nueve y 12 horas, con dos descansos, uno para comer y otro de 17:00 a 18:00 horas, aunque este, a veces, no se disfruta. Dependiendo del momento de la temporada o de la proximidad de algún torneo, solemos tener reuniones de estrategia de equipo y reuniones con el *mental coach* para gestionar situaciones complicadas, además de las dinámicas dentro del equipo y los partidos de entrenamiento con rivales. También hay que tener en cuenta que los torneos suelen caer siempre en fin de semana por lo que esas semanas intentamos en-



contrar días libres para mejorar nuestro rendimiento. Jugamos mucho mejor si contamos con descanso.

¿Se puede compaginar ser ‘gamer’ con estudios u otra profesión?

Es imposible si quieres ser profesional y alcanzar todos los objetivos y metas propuestos. Esta profesión exige mucho esfuerzo, dedicación y constancia.

¿Cómo os ayuda la figura del coach?

Es una figura clave dentro del equipo. El *coach* es el encargado de establecer prioridades, de organizar todo lo que tiene que ver con el equipo, del estudio de los rivales... Es nuestro líder.

¿Cuáles son las diferencias entre un jugador amateur y uno profesional?



Alex, en una de las salas que tiene Movistar Riders, en Matadero Madrid.

Además de la presión de la que hablaba previamente, es importante la seriedad, tener una imagen limpia en redes sociales y, obviamente, la competición y el tiempo libre. Los amateur no disputan tantas competiciones, no mantienen una rutina tan estricta y, por supuesto, tienen mucho más tiempo libre.

¿Qué recomendación le harías a alguien que quiere ser un 'gamer'?

En este mundo es importante que te conozcan, pero le diría que no tuviera prisa, que fuera mejorando poco a poco. No hay ninguna fórmula mágica para llegar aquí, solo trabajo y constancia.

¿Con qué edad un jugador profesional empieza a ser mayor?

Hay jugadores profesionales en los me-

jores equipos del mundo que compiten con 32 y 33 años. Pero, en mi caso, no sé si seguiré jugando con 30 años. Yo espero seguir haciéndolo hasta que mi cuerpo me lo permita. En este sentido, la figura del fisioterapeuta es imprescindible.

¿El equipo cuenta con un fisioterapeuta?

Sí, y es él quien se ocupa de corregir nuestra postura y de enseñarnos higiene postural. Tenemos un fisioterapeuta que cuida de nosotros y que, al mejorar nuestro estilo de vida, nos va a alargar nuestra vida laboral.

¿Cómo te ayuda el fisioterapeuta?

Pasamos una hora a la semana con Paulino, que es nuestro fisioterapeuta. Nos ayuda mucho ya que es habitual que se

nos cargue el cuello o que tengamos molestias debido a una mala postura o a malos hábitos frente a la pantalla desde pequeños. Nuestra muñeca también sufre mucho, padecemos tendinitis o síndrome del túnel carpiano, y él intenta que estemos listos para el día siguiente.

¿Es importante en vuestro trabajo el deporte y una correcta alimentación?

No solo es importante sino que debería ser obligatorio. Si un 'gamer' quiere rendir al máximo y aguantar el ritmo de todo el año debe cuidarse, tanto con una buena alimentación como practicando deporte. Son dos aspectos fundamentales para la profesión. Aunque no llevo ninguna dieta específica, cuido lo que como lo mejor posible. En cuanto al deporte, al menos lo practico cuatro días a la semana.

“Esta profesión exige mucho esfuerzo, dedicación y constancia. Es incompatible con estudios u otro trabajo”

¿Has sufrido molestias o lesiones por permanecer tantas horas frente a la pantalla?

Hasta el momento he tenido mucha suerte y me han respetado las lesiones. Como mucho, se me ha cargado el cuello, pero nada importante.

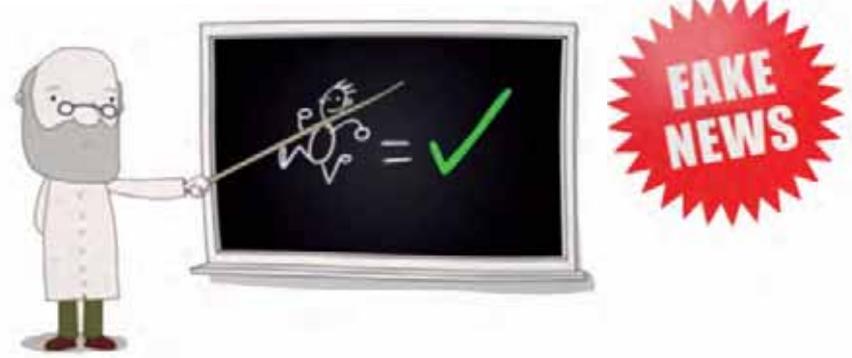
¿Qué equipo material necesitas para entrenar o competir?

Quienes desconocen este mundo creen que los gamers competimos usando dos o tres pantallas a la vez, pero eso solo lo utilizan quienes enseñan a otros. Jugamos simplemente con el ordenador, una pantalla, los cascos, un teclado, un ratón y una alfombrilla. ■

Pedro Fernández
Fotos: Jorge Villa

Consejos del verano

El mito de las lesiones al realizar ejercicio físico y cómo ayuda la fisioterapia a los problemas de salud mental y dolor articular que producen las enfermedades crónicas han sido los temas de los videoconsejos de este verano, dentro de la campaña '12 meses, 12 consejos de salud'.



El mito de las lesiones derivadas

Julio

El CPFCM advirtió el pasado mes de julio en su videoconsejo del mes sobre las erróneas creencias asociadas a las posibles lesiones derivadas de la práctica de ejercicio físico, como pueden ser correr o levantar peso. Los fisioterapeutas evidencian

que, al contrario de lo que se cree, correr no provoca desgaste del cartílago de las rodillas ni disminuye la altura de los discos vertebrales, sino todo lo contrario. De hecho, según explican, existen estudios en mayores de 50 años con artrosis de rodilla

La fisioterapia como ayuda a pacientes con problemas

Agosto



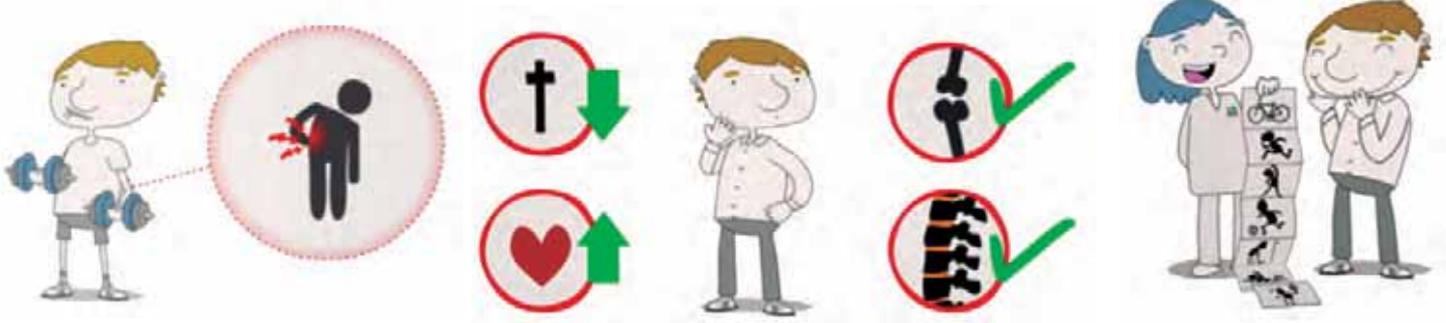
Cómo reducir el dolor articular de las enfermedades crónicas

Las distintas técnicas de Fisioterapia Respiratoria, Fisioterapia en Suelo Pélvico y los ejercicios de movilidad o estiramiento ayudan a paliar los dolores articulares de enfermedades crónicas como la artrosis, la osteoporosis o la hipertensión. "En edades avanzadas es muy

importante mantener un buen estado de ánimo que nos haga sentirnos más jóvenes y activos y para eso es fundamental tener más movilidad y menos dolores, y aquí es donde la fisioterapia puede ayudar", indica la secretaria general del Colegio, Montserrat Ruiz-Olivares.

Los programas de ejercicio terapéutico pautado son beneficiosos en estas edades porque ayudan a fortalecer los huesos y la masa muscular, y evitar muchos riesgos derivados de la edad, como sufrir caídas domésticas que puedan producir lesiones.





del ejercicio físico

que demuestran que cuánto más se corre, mayor altura tienen los discos vertebrales. De la misma forma, en el clip se desmonta el mito de que levantar peso o hacer ejercicios de fuerza es perjudicial para la espalda. "La realidad nos dice que

los levantadores de peso olímpicos no sufren más lesiones que otros deportistas", añade la secretaria general del Colegio, Montserrat Ruiz-Olivares. "La actividad física es muy beneficiosa para nuestra salud, ya que reduce la mortalidad, previene

enfermedades y, como sabemos ahora también, no provoca daños en las articulaciones ni en la espalda", explica Ruiz-Olivares. "El miedo erróneo a pensar que el cuerpo es una especie de máquina que se va desgastando por el uso puede paralizarnos

en algunas ocasiones, pero lo cierto es que nuestros músculos y huesos son estructuras vivas que mantienen su capacidad de adaptación, y que se pueden hacer más fuertes y resistentes si se les proporciona el estímulo adecuado", indica Ruiz-Olivares.

de ansiedad, insomnio o estrés

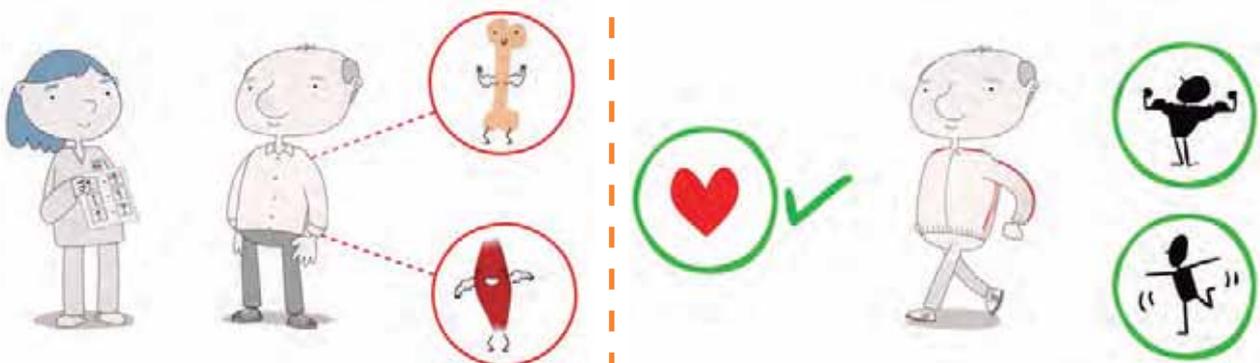
La fisioterapia mejora el estado de las personas con problemas de salud mental, como la ansiedad, la depresión, el insomnio o el estrés, mejorando su funcionalidad y calidad de vida, según el Colegio. En este sentido, los fisioterapeutas recomiendan

terapias que han demostrado ser útiles en el tratamiento de estas enfermedades como terapias manuales, de conciencia corporal, de relajación, el *biofeedback* y, sobre todo, el ejercicio terapéutico y la actividad física adaptada. El estrés es la respuesta

del organismo a cualquier estímulo o condición que cree tensión. Ante esta situación, se puede alcanzar una respuesta beneficiosa, lo que se conoce como eustrés. Por el contrario, si el estrés impide a la persona volver a la calma, este se convierte

en negativo, resultando una situación de lo que se conoce como distrés. El distrés puede provocar dolores de cabeza, de estómago, de espalda o de cuello, entre otros, que resultan perjudiciales para la salud. "En estos casos, el fisioterapeuta eva-

luará las intervenciones que puede llevar a cabo desde la fisioterapia y si es necesaria la colaboración de otros profesionales para realizar un abordaje completo de las causas", indica la secretaria general del CPFCEM, Montserrat Ruiz-Olivares.



Septiembre

El Colegio crea un Observatorio de Acoso y Hostigamiento

El CPFCM pretende concienciar, visibilizar y erradicar las situaciones de acoso y hostigamiento dentro del colectivo de fisioterapeutas, manteniendo ante este tipo de situaciones una política de tolerancia cero. Cualquier colegiado o precolegiado podrá consultar o denunciar, ya sea el propio acosado o una tercera persona, estos comportamientos.

La Junta de Gobierno del Colegio pone en marcha el Observatorio de Acoso y Hostigamiento, una iniciativa que refleja su política de tolerancia cero ante este tipo de comportamientos y persigue concienciar, visibilizar y erradicar estas situaciones dentro del colectivo.

Las relaciones jerárquicas de las instituciones, universidades y empresas; la relación asistencial (de contacto directo o urgencia) con los pacientes, y el estrés o ignorancia por parte de estos, son algunas de las posibles causas que pueden desencadenar el acoso y el hostigamiento, siendo las profesionales sanitarias y, en particular, las

fisioterapeutas, “un colectivo muy vulnerable a este tipo de comportamientos que atentan contra la dignidad y libertad de la persona, el respeto a la intimidad e, incluso, pueden poner en peligro la integridad física”, advierte Montserrat Ruiz-Olivares, secretaria general del CPFCM. Para Ruiz-Olivares, “concienciar, visibilizar y tolerancia cero a estos actos es la estrategia a seguir desde la Institución”.

Este nuevo servicio colegial dará una importancia especial a la mujer, “por ser esta más vulnerable a relaciones de superioridad por parte del hombre, compañero, jefe, profesor o paciente, pero sin olvidar a

los fisioterapeutas hombres que también pueden verse envueltos en situaciones de este tipo”, aclara Ruiz-Olivares.

Funcionamiento

El Observatorio se encargará del registro y análisis de los casos. Anualmente, emitirá un informe a la Junta de Gobierno, cuyos datos serán recogidos en la memoria anual y que también será publicado en el Portal de Transparencia.

“Cualquier colegiado o precolegiado podrá consultar o denunciar, ya sea el propio acosado o una persona cercana que sea testigo de la situación, este tipo de comportamientos”, informa la

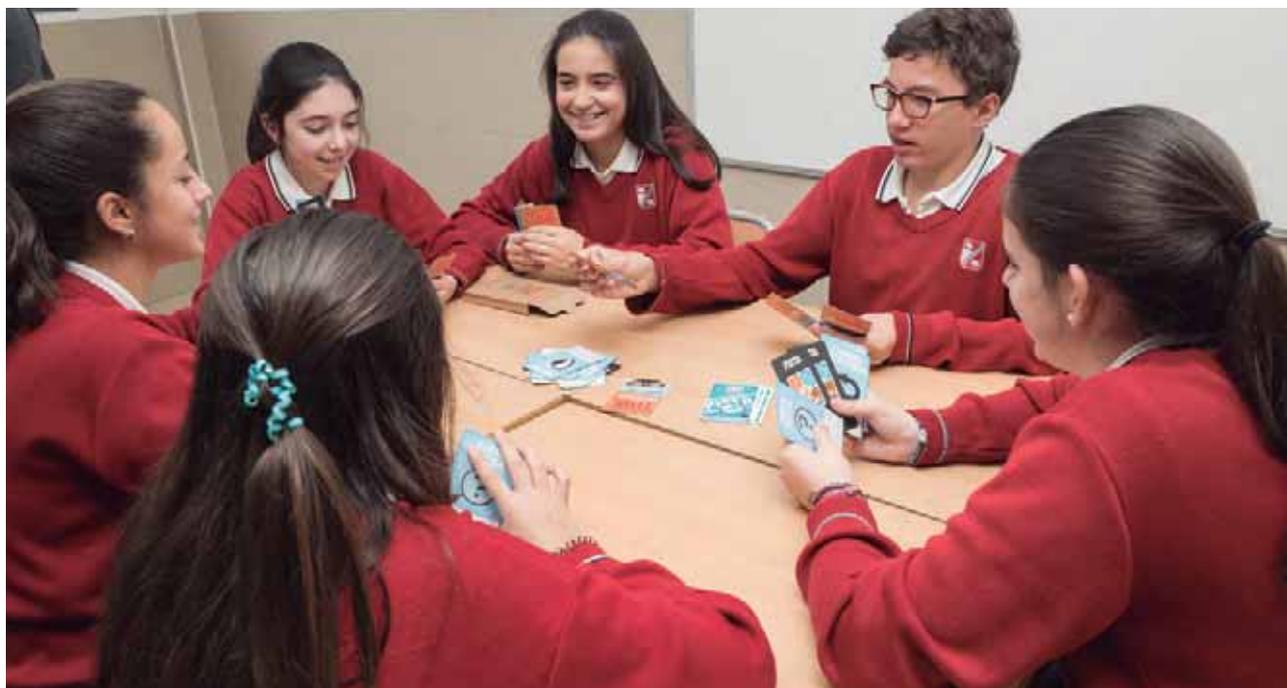
secretaria general. Podrá hacerlo de manera presencial o bien escribiendo a la Secretaría colegial o por Ventanilla Única de la web.

Las notificaciones serán analizadas en una primera instancia por el asesor jurídico institucional, para ver cómo afrontarla y, a partir de ahí, poder asesorar a la persona afectada.

Junto con el asesor jurídico se analizarán las consultas para, en base a ello, poder asesorar y a apoyar a quien ha realizado la consulta, sobre cuáles pueden ser sus opciones y las posibles vías a seguir. Los miembros de la Junta de Gobierno Montserrat Ruiz-Olivares, secretaria general; Patricia Moreno, vocal II, y Gonzalo Vicente, suplente I, serán los encargados de la gestión del Observatorio con el asesor jurídico de la Institución.

Además de dar publicidad a la creación de este nuevo órgano a través de todos sus medios y canales colegiales, la Institución colegial divulgará su existencia en todos los actos en los que participe y sea relevante, así como en los foros de la Unión Interprofesional (UICM), el Consejo General de Colegios de Fisioterapeutas de España (CGCFE) y la Asociación Española de Fisioterapeutas (AEF).





LA CAMPAÑA ESCOLAR CUMPLE 10 AÑOS

Más de 176.000 niños se han beneficiado de la campaña escolar del Colegio

Durante el curso escolar 2018-2019, los fisioterapeutas colegiados recorrieron un total de 148 centros de Educación Infantil, 170 centros de Educación Primaria y 14 centros de Educación Secundaria, enseñando a un total de 27.885 niños hábitos posturales.

Esta campaña, desarrollada y financiada íntegramente por el Colegio desde 2009 y que en septiembre celebró su décimo aniversario, tiene como objetivo enseñar a los alumnos desde edades tempranas la importancia del movimiento para mantenerse sanos, así como a prevenir lesiones a la hora de desarrollar sus actividades diarias (higiene, actividades escolares, deporte...), de la manera más saludable y sencilla para ellos.

Durante estos 10 años, han recibido formación 76.773 niños de Infantil, 98.901 niños de Primaria y 1.454 niños de Secundaria, lo que

suma un total de 177.128 niños beneficiarios.

En cuanto al curso 2018-2019, más de 78 colaboradores de la Institución colegial recorrieron desde septiembre 148 centros de Educación Infantil, 170 de Educación Primaria y 14 colegios de Secundaria, repartidos en 49, 52 y 8 municipios de la Comunidad de Madrid, respectivamente.

Una campaña de éxito

A través de esta campaña, los fisioterapeutas enseñan a los escolares a través de talleres con distintos materiales didácticos enfocados

a recibir todo tipo de enseñanzas de salud.

Desde el año 2018, el CPFCM ha hecho extensible el proyecto a alumnos de Secundaria, para los que ha creado talleres basados en dinámicas de *escape room*, un método con el que resulta mucho más sencillo llegar a los chicos de estas edades. Con esta iniciativa, el Colegio demuestra su apuesta por la educación en salud desde edades tempranas, y su compromiso con la sociedad, financiando hasta el cien por cien su puesta en marcha, mantenimiento y desarrollo. Los propios colegiados va-

loran muy positivamente la campaña de prevención en colegios de la Comunidad de Madrid. Según la última encuesta de satisfacción del CPFCM, de 2017, la campaña de concienciación más valorada por los colegiados es la escolar.

Asimismo, el Colegio recibió en junio de 2018 el premio 'A tu salud' de La Razón por su campaña escolar, entregado por los entonces ministra de Sanidad, Consumo y Bienestar Social, Carmen Montón, y el consejero de Sanidad de la Comunidad de Madrid, Enrique Ruiz Escudero.

La Comunidad de Madrid apuesta por la prevención de lesiones en la infancia

La Institución colegial y la Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid coinciden en la importancia de la prevención en escolares para evitar lesiones que puedan

que organizó el Colegio el pasado 11 de septiembre.

El encuentro, moderado por el director general de Servimedia, José Manuel González Huesa, contó con la participa-

Colegio y decano al cargo en el momento del lanzamiento de la campaña, Javier Sainz de Murieta Rodeyro; el ex secretario general y responsable de la iniciativa en los últimos



En septiembre, el CPFCM organizó un foro sobre prevención de lesiones en escolares, que contó con la presencia del consejero de Sanidad, Enrique Ruiz Escudero.

convertirse en crónicas en la edad adulta. Esta ha sido una de las principales conclusiones del foro 'X aniversario de la campaña para la prevención de lesiones en escolares',

ción del consejero de Sanidad, Enrique Ruiz Escudero; la jefa de la Unidad Técnica de Educación Especial y Orientación Educativa, Yolanda Sánchez Muñoz; el ex decano del

años, José Santos Sánchez-Ferrer, y la actual decana de la Institución, Aurora Araújo Narváez.

Durante su intervención, Ruiz Escudero recordó la importancia de la labor de los colegios profesionales y su influencia en la sociedad para favorecer la sensibilización en hábitos de vida saludables. "Los sistemas sanitarios suelen estar pensados para el paciente agudo o crónico, por lo que estas iniciativas son necesarias para hacer conscientes a los ciudadanos de su propio cuidado".

Además, el consejero de Sa-

nidad considera que hay que realizar estas iniciativas "de forma continuada y permanente, puesto que los efectos en la población no son inmediatos". Por su parte, Aurora Araújo incidió en que la prevención se produzca cuanto antes ya que "aunque es fundamental en todos los ámbitos, se hace todavía más necesaria en edades tempranas".

Asimismo, la decana explicó algunas de las novedades de la campaña de cara a los próximos cursos, en los que, además de mantener los consejos ya asentados en los más pequeños, "queremos enseñarles lo necesario que es cambiar el tipo de ocio e incluir alternativas en las que se apueste por el movimiento".

Figura del fisioterapeuta

Yolanda Sánchez destacó la importancia de la figura del fisioterapeuta que "cada año va incrementando su presencia en centros ordinarios".

Por su parte, Sainz de Murieta recordó que la campaña comenzó con el objetivo de "convertir a los niños en comisarios de la educación postural, pues sabíamos que eran quienes le iban a decir a sus padres si hacían algo mal al tiempo que les transmitían buenos hábitos posturales". Por último, José Santos subrayó la importancia de "trabajar en la infancia y en edades tempranas, ya que es el momento en el que absorben con más facilidad el mensaje" y aseguró que "el futuro pasa por seguir trabajando y elaborando materiales para que los recursos lleguen a los niños, hablando en su lenguaje y adaptándonos a las nuevas tecnologías".



Momento del foro 'X aniversario de la campaña para la prevención de lesiones en escolares'.

El Colegio actualizará sus medios de comunicación

En base al objetivo de la Junta de Gobierno de tener en cuenta la opinión de sus colegiados, el Colegio abrió una consulta recientemente para que valorasen los canales de comunicación de la Institución. Tras el *feedback* recibido, comenzará un proceso de actualización para hacerlos más atractivos, usables y adaptados a las preferencias de los colegiados.



La primera parte del análisis se realizó sobre la revista *30 Días de Fisioterapia* y el boletín digital. En concreto, un cuestionario *online* en la plataforma Microsoft Forms, con 29 preguntas, abierto en un periodo de cinco semanas, entre los meses de marzo y abril de 2019. En base a las respuestas e intereses de los colegiados, el CPFCM ha decidido poner en marcha una serie de cambios en ambos medios, con el fin de hacer más atractivos, usables e interesantes para los colegiados tanto los soportes como sus contenidos.

Entre las primeras actualizaciones, destaca la desaparición de dos secciones de *30 Días* poco valoradas por los colegiados (Motor y De Viaje), así como el impulso de La Voz del Colegiado. Mientras, el boletín digital contará el próximo año con una interfaz más usable y moderna, y centrará sus contenidos en la actualidad y servicios colegiales. Una vez llevados a cabo estos cambios, el CPFCM continuará la modernización de otros canales informativos digitales como la web y sus redes sociales.

Primeras acciones

Por otra parte, la Institución colegial está valorando poner en marcha iniciativas sostenibles, como la posibilidad de reducir su impacto ambiental al eliminar el plástico de cada número de *30 Días* que se envía por correo ordinario.



Jornada informativa sobre el melanoma

Los fisioterapeutas juegan un papel fundamental a la hora de detectar posibles lesiones producidas por el sol. "Por las características de nuestro trabajo, en el que tenemos habitualmente contacto directo con algunas zonas del cuerpo de difícil acceso visual, como puedan ser la espalda o la parte posterior de las piernas, debemos ser proactivos en la atención sanitaria a nuestros pacientes para detectar posibles lesiones cutáneas", explicó el vicesecretario general del CPFCM, Luis Torija. El Colegio se sumó a la campaña de la semana del Eur melanoma 2019, una iniciativa en la que España lleva participando desde el año 2000.

La dermatóloga Reyes Gamo considera que "una vez que el daño ya está hecho, bien porque nos hemos quemado siendo niños o porque hemos ido acumulando sol en nuestra piel; debemos acudir al dermatólogo si vemos lesiones o cambios sospechosos". Algunos de los síntomas son los cambios de lunares, la aparición de nuevos o lesiones en zonas, como la cara.

Reyes Gamo recordó que es fundamental protegerse del sol no solo en verano, en la piscina o en la playa, sino también en invierno y vigilar la piel independientemente de su fototipo. "Hay que protegerse del sol en cualquier época del año, especialmente si eres deportista o trabajas al sol, y olvidar la idea de que los melanomas solo aparecen en personas pelirrojas, de piel clara o con muchos lunares, porque el daño solar se acumula en cualquier tipo de piel", asegura la fisioterapeuta.

El Colegio impartirá, el próximo 17 de octubre, en horario de 17.00 a 19.00 horas en la sede colegial, una jornada informativa sobre cribado de melanomas y otras lesiones cutáneas. La jornada pretende resaltar las sinergias entre profesionales en beneficio del paciente y subrayar la importancia de la figura del fisioterapeuta en la prevención del cáncer de piel y otras lesiones cutáneas producidas, fundamentalmente, por el sol. La charla será impartida por la doctora Reyes Gamo, dermatóloga coordinadora de la campaña.

El tratamiento con fisioterapia favorece la autonomía de las personas con esclerosis múltiple

El tratamiento con fisioterapia en una fase intermedia de la esclerosis múltiple favorece de forma determinante la autonomía y calidad de vida de los pacientes con esta enfermedad. Así lo puso de manifiesto el CPFCEM, coincidiendo con la celebración, el pasado 14 de julio, de 'Mójate por la Esclerosis Múltiple', una iniciativa que pretende dar visibilidad a esta enfermedad.

En las fases iniciales de la enfermedad el papel de la fisioterapia está más orientado a la formación del paciente sobre la prevención de la fatiga y



otros síntomas, mientras que en la segunda fase el profesional debe hacer frente a los síntomas motores y sensitivos que van apareciendo.

En las fases avanzadas de la

enfermedad, según el fisioterapeuta experto en neurorrehabilitación y fisioterapia respiratoria y portavoz del CPFCEM, Pedro Rivas, "la presencia del fisioterapeuta

es de vital importancia para mantener el tono muscular, la elasticidad y los rasgos articulares con el objetivo de prevenir desviaciones en las articulaciones, asimetrías en la columna vertebral, contracturas y dolores, y una buena musculatura pulmonar".

Este experto destaca la importancia de comenzar el tratamiento con fisioterapia al inicio de la enfermedad, aunque reconoce que "en muchos casos no es posible, por lo que el fisioterapeuta será el encargado de evitar problemas derivados de la inmovilidad".



Momento de la grabación de la campaña #YoVoyAlFisio.

Comienza la campaña #YoVoyAlFisio

Recogiendo el mandato dado por la Asamblea General en el pasado mes de abril, el Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid lanza la campaña #YoVoyAlFisio, para luchar contra el intrusismo, concienciando y promoviendo la necesidad de acudir a profesionales cualificados para poner en sus manos nuestra salud.

La campaña #YoVoyAlFisio es una acción que abarcará diversos ámbitos. El más visual es la realización y emisión de un spot que, a través de diferentes situaciones, muestra la importancia vital que la labor de un fisioterapeuta cualificado ha tenido en la salud

de diversos pacientes. Son ejemplos en los que cualquiera se puede ver reflejado y que dan valor al trabajo que ejercen los profesionales de la salud.

El objetivo es que los fisioterapeutas, tanto los que forman parte del Colegio Profesional

de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid como los que pertenecen a otros colegios de España, contribuyan a convertir en viral un vídeo en el que se refleja y ensalza su labor cotidiana.

La idea es que el *hashtag* #YoVoyAlFisio esté presente

de manera constante en la mente de los profesionales, que ellos se lo puedan transmitir a sus pacientes y que sean estos últimos los que se comprometan con la acción, relatando en las redes sociales sus propias experiencias.

Para facilitar esta viralización, la empresa Freebox ha diseñado una campaña a 360 grados para dar a conocer el *spot* y el relevante mensaje que en él se presenta en las redes sociales del Colegio y en las redes sociales de las clínicas de fisioterapia de la Comunidad. Además, la campaña estará presente en taxis, autobuses, pantallas en centros comerciales y otros soportes, y, para su difusión, contará también con la participación de diversos *influencers* de indudable popularidad.

Nueva web

Para dar un espacio propio a esta campaña, que sea útil tanto para los fisioterapeutas como para la ciudadanía, el Colegio ha creado la página **www.yovoyalfisio.com**.

En ella, además de los vídeos promocionales de la campaña, en diferentes formatos, se pueden encontrar póster para la clínica e información sobre el intrusismo. Además, la campaña se acompañará desde una cuenta en Instagram *yovoyalfisio* para darle mayor visibilidad entre la población joven.

Otra de las acciones que el Colegio ha preparado en torno a la campaña es la celebración de un foro informativo en defensa de la actuación profesional de fisioterapeutas colegiados y en contra del intrusismo que padece



el sector, y que va en contra tanto de los propios sanitarios como de los pacientes y de la Salud Pública.

Esta actividad, que tendrá lugar el próximo 15 de octubre en Madrid, contará con la presencia de pacientes y profesionales.

Problema de salud

Hay que recordar que el problema del intrusismo, además de a los pacientes, incumbe a todos los profesionales de la salud, y no solo a los fisioterapeutas. Todos debemos alzar la voz.

El CPFCM asiste alarmado a la profusión de determinadas actividades supuestamente



formativas que no lo son en absoluto, y que solo buscan la sustitución del fisioterapeuta por otros perfiles sin la preparación adecuada.

Es necesario defenderse y defender a la población. Afortunadamente, contamos con una muy buena considera-

ción por parte de nuestros pacientes.

Todos conocemos casos de personas que han venido a nuestros centros sanitarios con pocas esperanzas de retomar una vida normal. Nada hay más satisfactorio para un profesional que cambiar la

tristeza por alegría en el rostro de cada paciente. Nada nos realiza más que ver su progreso.

Basándonos en este concepto, lanzamos la campaña #YoVoyAlFisio en la que a través de diversos casos ponemos en imágenes esta realidad. Debemos luchar contra el intrusismo que sufre esta profesión. Por eso te pedimos que nos ayudes a hacer viral el vídeo central de la campaña, para que todo el mundo, tanto profesionales como pacientes, sean conscientes de esta problemática y nos apoyen para superarlas. Por el bien de la Fisioterapia. Por el bien de todos.

El Colegio dona el 0,7 por ciento de sus ingresos a la ONG Ser Madre Ser Mujer



Una voluntaria en un aula formativa en Senegal.

Ser Madre Ser Mujer es una ONG que trabaja para mejorar la salud maternal y la calidad de la atención obstétrica de las mujeres senegalesas, así como disminuir la desigualdad de género y fomentar el empoderamiento de niñas y mujeres del país.

El Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid ha aprobado la donación del 0,7 por ciento de sus ingresos del segundo trimestre de 2019 a un proyecto sociosanitario en Senegal de la ONG Ser Madre Ser Mujer. Esta ONG trabaja para mejorar la salud maternal y la calidad de la atención obstétrica, así como para disminuir la desigualdad de género y fomentar el empoderamiento de niñas y mujeres del país. En concreto, el proyecto 'Be Mater Be Mulier' de la ONG Ser Madre Ser Mujer pretende mejorar la calidad de

vida y salud de las mujeres con secuelas postparto, a través de la capacitación del personal sanitario y no sanitario que intervienen en la atención, así como en la rehabilitación de las mujeres que sufren secuelas. Esta iniciativa nace a raíz de la toma de conciencia de la situación de la mujer en África y, especialmente, de las consecuencias de los partos

prolongados y desatendidos que, en muchos casos, tienen efectos devastadores para la salud de la mujer, ya que las complicaciones durante el embarazo y el parto son una de las primeras causas de muerte y discapacidad en mujeres en edad reproductiva en estos países. Para mejorar la atención y disminuir los problemas derivados de las complicaciones

En África las consecuencias de los partos prolongados y desatendidos a menudo generan secuelas devastadoras para la mujer

de los partos en Senegal, Ser Madre Ser Mujer se centra en formar al personal sanitario, dotándolo de los conocimientos necesarios para realizar una buena preparación al parto y una posterior recuperación. Principalmente, se trabaja sobre la fístula obstétrica y otras secuelas, como prolapsos o desgarros. Además, la ONG cuenta con un programa de atención a la mujer, de información, sensibilización y educación a las niñas de entre ocho y 16 años en materia de educación sexual y reproductiva. El programa incluye tratamientos a mujeres y niñas con dolor pélvico-genital causado por secuelas de la mutilación genital, abusos sexuales, violaciones o cirugías.

El proyecto, financiado en parte por el Colegio, se desarrollará en diferentes zonas de Senegal durante tres años, estará compuesto por 38 voluntarios y beneficiará a 1.000 mujeres, 50 niñas y 200 profesionales de la salud, entre ellos, matronas, enfermeras, fisioterapeutas y médicos. Con la concesión de estas ayudas, que el Colegio lleva realizando desde 1998, afianza su compromiso de apoyar a aquellos colectivos sociales más necesitados en los que la labor de la fisioterapia, así como otras disciplinas sanitarias, pueden ayudar a conseguir una mejora de la calidad de vida de las personas.

La reproducción en las clínicas de fisioterapia del isologotipo colegial está prohibida

El CPFCM recuerda a sus colegiados que, según el artículo 16.1 de los Estatutos colegiales, está prohibido reproducir el isologotipo colegial. En concreto, dicho artículo advierte de que “queda prohibido hacer uso de diseños, dibujos, fotografías o cualesquiera otros medios de expresión plástica que induzca a error, sean indignas o utilicen símbolos, emblemas o logotipos propios de este Ilustre Colegio Profesional”.

Asimismo, el Colegio recomienda a los centros de Fisioterapia darse de alta en la Guía de Centros, ya que sí existe la posibilidad de poder reproducir el adhesivo de estar inscrito en la misma. Cada año, la Institución colegial remite



un correo electrónico al responsable de cada centro que ya estaba inscrito en dicho censo para preguntar si continúa su interés por seguir apareciendo en la Guía. Este proceso se realiza con el objetivo de dar la información lo más actualizada posible y facilitar la referencia de centros que han cambiado de ubicación o que pudieran estar

cerrados, o hayan cambiado la cartera de servicios, etcétera, trámite que ocasiona molestias innecesarias.

Los colegiados también pueden registrar el centro fácilmente desde su *smartphone* con la *app* 'CFSIOMAD PRO'.

La Guía de Centros de Fisioterapia de la Comunidad de Madrid es la página más visitada de la web colegial, por lo que se ha convertido en una referencia para la ciudadanía. Además, en la web institucional se puede visualizar el mapa con la ubicación de la clínica. Los ciudadanos pueden buscar al fisioterapeuta que necesitan en la Guía *online*, con consulta también desde la aplicación del Colegio.



El Santander Triatlón cuenta con los consejos de los fisioterapeutas

La prueba atlética, organizada por la Unión de Federaciones Deportivas Madrileñas (UFEDEMA), contó con la presencia de dos miembros del CPFCM.

La Unión de Federaciones Deportivas Madrileñas (UFEDEMA) organizó, a finales del pasado mes de junio, el Santander Triatlón Madrid, una prueba atlética que contó con la colaboración del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid (CPFCM). Pablo Herrera y Fer-

nando de Miguel, vicedecano y miembro de la Comisión de Actividad Física y Deporte del Colegio, respectivamente, ofrecieron a los deportistas recomendaciones para preparar mejor la prueba y evitar lesiones musculoesqueléticas. Para Pablo Herrera, "en la preparación de un triatlón con-

viene trabajar de forma multidisciplinar. Un licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte debe ayudar en la preparación física, mientras que el fisioterapeuta interviene en una fase previa para trabajar y valorar el estado físico del deportista". En concreto, Herrera aclara que "el fisio-

terapeuta debe realizar las valoraciones funcionales e indicar dónde puede el atleta mejorar su fuerza y equilibrio y, a partir de ahí, el preparador físico es el que debe trabajar con él".

Debido a la exigencia de la prueba y de los entrenamientos, los deportistas suelen padecer lesiones y sobrecargas. Al tratarse de tres deportes distintos se deben trabajar las técnicas de carrera, natación y bicicleta. Para el vicedecano del CPFCM, "ahí es donde el fisioterapeuta vuelve a intervenir y ayudar en la recuperación, siempre con el objetivo de terminar la prueba".

Por su parte, Fernando de Miguel, miembro de la Comisión de Actividad Física y Deporte del CPFCM, considera importante "establecer lazos de confianza entre el deportista y el fisioterapeuta para trabajar juntos y conseguir los objetivos planteados".

Los fisioterapeutas recomiendan el vóley playa para mantenerse activo en verano

Para mantener todos los músculos activos en verano y realizar una actividad física, el CPFCM recomendó durante estas fechas la práctica del vóley playa. Según el fisioterapeuta y portavoz del Colegio, Néstor Requejo, "es un deporte bastante completo que produce mejoras a nivel cardiovascular y tiene incidencia sobre la fuerza, especialmente, en miembros inferiores, ya que es una actividad que exige con-

tinuos desplazamientos y saltos, con la dificultad añadida de hacerlo sobre arena de playa". Además, se trata de una práctica deportiva que no requiere una preparación previa, "siempre que se realice en su justa medida y teniendo en cuenta el estado físico de cada persona", indica Requejo. Además, es un deporte que implica a gran cantidad de grupos musculares, especialmente, de

los miembros inferiores como consecuencia de los desplazamientos y saltos que se realizan de manera continua, y de la musculatura del hombro por la particularidad del gesto de remate. Por último, aunque no es un deporte que necesite una preparación previa, "es aconsejable realizar un calentamiento que incluya ejercicios de movilidad dinámica de todo el cuerpo", concluye el fisioterapeuta.



El Colegio sorteó entradas por valor de 3.000 euros

Desde noviembre a junio, el Colegio ha sorteado a través de sus redes sociales entradas e inscripciones por un valor total de unos 3.000 euros para conferencias y congresos de referencia en el sector de la Fisioterapia. También llevó a cabo un sorteo de dorsales para el maratón Rock 'n' Roll Madrid de Madrid entre los miembros de las comisiones colegiales.

En noviembre se sortearon cuatro entradas para el Congreso Internacional

de Fisioterapia y Deporte (FYD), que se celebró el 1 y 2 de diciembre de 2018 en el Hospital Clínico San Carlos de Madrid; ocho entradas para el II Congreso de Fisioterapia Deportiva y Musculoesquelética y el I Congreso Internacional de Fisioterapia del Aparato Locomotor; diez inscripciones para la conferencia de Brian Mulligan en Madrid, y otras diez entradas para la asistencia al Congreso de Entrenadores y Fisioterapia de la Feria del Deporte.

Colegios profesionales impulsan la vigilancia y seguridad de los productos sanitarios

El CPFCM, junto con los Colegios de Farmacéuticos, Odontólogos y Podólogos, ha acordado impulsar la vigilancia de la seguridad de los productos sanitarios y promover acciones conjuntas para velar por el uso correcto y noticiar las incidencias detectadas. El sistema de vigilancia de productos sanitarios se refiere a notificación de los incidentes graves ocurridos con productos sanitarios, así como registro, evaluación, medidas oportunas de protección y la transmisión de estas a los agentes.

El objetivo que se persigue es mejorar la protección de la salud y seguridad evitando reincidir en accidentes graves. Se recogerá, evaluará y difundirá toda la información sobre los citados accidentes y se adoptarán las medidas correctoras. La reunión entre las entidades contó con la presencia de Aurora Araújo, decana del Colegio; Marisol Ucha, presidenta de la Fundación del Colegio de Odontólogos y Estomatólogos de Madrid; Pedro Villalta, decano del Colegio Profesional de Podología de Madrid, y

Luis González, presidente del Colegio Oficial de Farmacéuticos de Madrid (COFM).

Los productos sanitarios a los que se aplica son los pertenecientes a la categoría de producto sanitario para diagnóstico in vitro, los productos sanitarios implantables activos y no activos, productos dentales, productos oftalmológicos y ópticos, y productos que utilizan radiación para diagnóstico y terapéutica.

También están incluidos productos para anestesia y respiración, productos electromédicos, instrumentos reutilizables, productos de un solo uso, ayudas técnicas para personas con discapacidad y equipamiento hospitalario.

Todos los centros sanitarios deben designar un responsable de vigilancia, pero esta designación deberá ser expresa en hospitales y centros de cirugía mayor ambulatoria. En el resto de centros sanitarios (como las clínicas de fisioterapia), la responsabilidad recaerá en el director médico o responsable sanitario.

El CPFCM ha sido noticia durante los meses de verano con diversas notas de prensa y otros contenidos publicados.

EL COLEGIO ES NOTICIA

- El Colegio emitió una nota de prensa informando sobre los beneficios de aprovechar los meses de verano para mantenerse activos y realizar actividad física. De esta comunicación se hicieron eco la agencia EFE, el diario ABC o el portal Qué.
- También celebró el décimo aniversario de su campaña de prevención de lesiones en escolares con un foro, que contó con la participación del Consejero de Sanidad, Enrique Ruiz Escudero. A este encuentro acudieron medios como Telemadrid, ABC O Acta Sanitaria.
- Además, la decana, Aurora Araújo, ofreció una entrevista en directo en el programa Julia en la Onda de la emisora Onda Cero, en la que habló de intrusismo.
- Por último, el videoconsejo, dedicado al tratamiento del estrés o la ansiedad con fisioterapia, se publicó en Medicina TV, Infosalus o Bolsamanía.

Tablón de anuncios

Se traspasa Clínica de fisioterapia en Berceril de la Sierra. Centro con sala de tratamiento y entrenamiento, y sala para uso libre, recepción y aseo. Ideal para fisioterapeuta autónomo. Cartera de clientes de 6 años, facturación anual elevada, alquiler del local muy barato. Precio: 15.000 €. Interesados, contactar con Emma Pérez, en el teléfono 630 61 71 15.

Un estudio mide el impacto del dolor y el mareo en la calidad de vida

El estudio, publicado en la revista científica "PeerJ", indexada en PubMed, confirma que el impacto en la calidad de vida de las personas que tiene el dolor de cuello de forma aislada es menor que el dolor de cuello asociado al mareo.

Un equipo de investigación formado por los fisioterapeutas Raúl Ferrer, Gonzalo Vicente, Diego Flandez, Carolina Roncero, César Calvo-Lobo y Carlos Martín, con quien hemos hablado, ha elaborado el estudio titulado "*Patient-reported outcomes measured with and without dizziness associated with non-specific chronic neck pain: implications for primary care*", sobre la calidad de vida, disfunción y miedo al movimiento en pacientes con dolor crónico cervical inespecífico y en pacientes con dolor crónico cervical inespecífico asociado a mareos.

Este estudio, publicado en la revista científica "PeerJ" y que ha tenido una duración de dos años y medio desde el inicio de recogida de datos, ha intentado aclarar las implicaciones que puede tener esto en la práctica clínica diaria.

Principal conclusión

Según el estudio, la principal conclusión es que "los pacientes que presentan dolor inespecífico de cuello junto con mareo, muestran un mayor deterioro de la calidad de vida relacionada con la salud, una mayor discapacidad y kinesiophobia en comparación con pacientes que solo presentan dolor inespecífico de cuello", aclara el fisioterapeuta Carlos Martín.



El fisioterapeuta Carlos Martín, uno de los autores de este estudio.

El deterioro de la calidad de vida se refiere a "la relacionada con la salud, como son la movilidad, el autocuidado, las actividades de la vida diaria, el dolor/disconfort y la ansiedad/depresión", añade Martín. El deterioro se puede encontrar en alguna variable o en una puntuación global. Para el fisioterapeuta, "es esto lo que debemos analizar y co-

relacionar con la clínica para poder ofrecer estrategias y tratamiento que tengan una repercusión en variables tan importantes como la calidad de vida".

Por otro lado, para Carlos Martín, "este estudio puede ayudar a comprender mejor el impacto que tiene en la vida de las personas tanto el dolor como el mareo, y ayudar

a generar estrategias centradas en la persona abordando la patología del paciente desde una perspectiva global desde el sistema público para mejorar la calidad de vida y la discapacidad en la población dado su alto impacto y coste socio-sanitario".

Método

Se realizó un estudio transversal en un centro de Atención Primaria. Un total de 120 pacientes fueron divididos en dos grupos y analizados en este estudio. Un grupo de pacientes informó mareos combinados con dolor de cuello inespecífico (n = 60), y el otro no informó mareos con su dolor de cuello inespecífico (n = 60). Las medidas tomadas en los pacientes fueron la calidad de vida relacionada con la salud, la discapacidad y la kinesiophobia.

El fisioterapeuta asegura que "este estudio ayuda a la práctica clínica diaria, es decir, a comprender la normalidad de la población con estas dolencias".

"Además -añade Martín-, proponemos el uso de este tipo de herramientas que objetivan variables de calidad de vida, ansiedad, kinesiophobia... para la valoración y propuesta de tratamiento para intentar ofrecer las soluciones que mejoren tanto la perspectiva biológica, como la psicosocial".

El Colegio renueva su compromiso con el Observatorio contra las pseudociencias de la OMC

La nueva Junta de Gobierno del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid (CPFCM) renovó su compromiso con el Observatorio contra las pseudociencias, pseudoterapias, intrusismo y sectas sanitarias de la Organización Médica Colegial (OMC).

En el encuentro estuvieron presentes, en representación del Colegio, la decana, Aurora Araújo; el vicedecano, Pablo Herrera, y la secretaria general, Montserrat Ruiz-Olivares. Por



parte de la Organización Médica Colegial (OMC) asistieron el presidente, Serafín Romero, y Jerónimo Fernández, tesorero de la OMC y coordinador del Observatorio.

Durante la reunión, en el que ambas entidades analizaron la realidad y consecuencias de este tipo de prácticas, el CPFCM expresó su compromiso y voluntad de seguir

participando en el Observatorio y dar continuidad a las sinergias que ya han sido puestas en marcha.

El encuentro también sirvió para establecer los canales de colaboración y comunicación con la OMC y se acordó fomentar la participación entre los 17 colegios de fisioterapeutas que existen en el territorio español, agrupados dentro del Consejo General de Colegios de Fisioterapeutas de España (CGCFE).

María Almazán Taveró. Fisioterapeuta, directora de Relaciones Internacionales de la Escuela de Osteopatía de Madrid (EOM)

“En Honduras se necesitan fisioterapeutas que colaboren en atención sanitaria”

Tras un acuerdo entre la Escuela de Osteopatía de Madrid y la Cooperativa Coacehl, la EOM desarrolla programas de educación para la salud y asistencia clínica en zonas rurales de Honduras. María Almazán explica en qué consiste este proyecto y quiénes van a ser los beneficiados.

¿En qué consiste el Proyecto Honduras?

Este proyecto persigue dos objetivos. En primer lugar, atender a las personas en aquellas poblaciones que carecen de acceso a servicios de fisioterapia y, en segundo lugar, promover la formación sobre educación para la salud a través de talleres dirigidos a niños y adultos. Contamos con la colaboración indispensable de la Cooperativa local Coacehl, los ayuntamientos de las localidades donde vamos a realizar estas actividades, los equipos médicos de los centros de salud y la Oficina de Ayuda al Voluntario Extranjero (AVE), dependiente del Gobierno hondureño.

¿Cómo se puso en marcha este proyecto?

Por casualidad. El presidente de la Cooperativa local Coacehl tenía un dolor lumbar recurrente y, a través de conocidos, le recomendaron acudir a la



consulta de un compañero fisioterapeuta costarricense que está terminando los estudios de Osteopatía en nuestra escuela. Aquella visita le fue muy bien y quiso conocer más sobre lo que hacemos. Tras dos reuniones en Madrid, me invitaron a Honduras para conocer más la realidad de estas comunidades y, a partir de ahí, pusimos en marcha este proyecto de cooperación internacional.

El proyecto se desarrolla a unos 100 kilómetros de la capital, en una población rural. ¿En qué situación sanitaria se encuentran estas personas?

Las atenciones se van a llevar a cabo en las poblaciones de Goascorán, Comayagua, San Pedro Zacapa, aldea de San Antonio y Lempira. De media, se encuentran a una distancia de 150 kilómetros de Tegucigalpa.

La situación sanitaria tiene muchas carencias. Estamos hablando de un país de unos nueve millones de habitantes con un 63 por ciento de la población en un nivel de pobreza. Todos los municipios cuentan con un centro de salud, donde atiende un médico y, en algunos casos, personal de enfermería. Sin embargo, salvo en Comayagua, no existe la figura del fisioterapeuta en estos territorios, ya que en Honduras la profesión apenas lleva 10 años de andadura. No solo hay déficits en cuanto a profesionales de la salud, también en materiales,

infraestructuras y gestión sanitaria.

¿Qué necesidades demandan en fisioterapia?

Tuve la oportunidad de visitar tres centros de rehabilitación, dos en Tegucigalpa y el C.R.I.C. (Centro de Rehabilitación en Comayagua). En general, al no contar con fisioterapeutas las necesidades son muy numerosas. Entre muchas otras, hace

necesario transmitir a los pacientes empoderamiento como profesional.

Entre las acciones del Proyecto Honduras se encuentra desarrollar talleres. ¿En qué van a consistir y a quién van dirigidos?

Los talleres van dirigidos a la población infantil y adulta de las comunidades rurales. Tienen como objetivo prin-

y ejercicio físico, prevención de enfermedades, etc.

¿Qué es más importante para esta población: los tratamientos o la educación para la salud?

En estas comunidades tiene mayor urgencia el poder desarrollar servicios de fisioterapia, más o menos permanentes, para poder dar una cobertura eficaz que permita el seguimiento y la

bre todo, porque estamos hablando de lugares donde muchas personas viven aisladas en zonas de difícil acceso, que no tienen posibilidad de trasladarse a las grandes ciudades para ser atendidos y que no cuentan con ninguna prestación social ni nadie que los ayude.

¿Dónde se impartirían los talleres?

En las comunidades rurales, con la ayuda de la Cooperativa Coacehl, las alcaldías y los centros de salud.

¿Necesitáis voluntarios para el proyecto?

Sí, este proyecto está abierto durante todo el año a cualquier compañero que quiera participar aportando su conocimiento y su tiempo. Invito a cualquier fisioterapeuta que quiera viajar a que venga a Honduras y aporte su granito de arena. El proyecto ya está en marcha y, por el momento, hemos tenido una buena acogida en nuestras redes y canales de comunicación y ya tenemos compañeros fisioterapeutas en nuestro equipo. Por último, me gustaría añadir que no solo se puede participar como voluntario. También se pueden donar materiales que serán de gran ayuda porque, a través de AVE, podemos hacer llegar aparatos de electroterapia, camillas, etc., a los hospitales y centros de salud. Los interesados en colaborar pueden contactar con María Almazán a través del siguiente correo electrónico: maria.altavero@gmail.com



Centro de salud de Honduras en el que María Almazán ha colaborado como fisioterapeuta.

falta atender enfermedades neurológicas, cardiorespiratorias, reumáticas y trastornos mecánicos y degenerativos del sistema musculoesquelético. La situación de la profesión recuerda mucho a la Fisioterapia en España de hace 30 años. En este sentido, veo

principal ofrecer formaciones sobre el cuidado de la salud, talleres sobre alimentación saludable, higiene postural

evaluación de los pacientes. Pero la educación en salud es fundamental para prevenir enfermedades, so-

“La situación sanitaria en Honduras tiene muchas carencias. Es un país de nueve millones de habitantes con un 63 por ciento de la población en nivel de pobreza”

Pedro Fernández

FISIOTERAPIA INFANTIL

Fisioterapia Infantil. 7ª edición

Organiza: ARIS Atención Temprana. Centro concertado con la Comunidad de Madrid

Lugar: Aulario ARIS. C/ Antonio Leyva 25, Madrid (presencial)

Duración: 136 horas lectivas teórico-prácticas

Fecha: de febrero a junio de 2020

Precio: 1.770 €. Consultar promociones y descuentos

Información: 91 462 62 22

<http://grupo-aris.es/formacion/formacion@grupo-aris.es>

Dirigido a: Fisioterapeutas

Abordaje integral del niño con patología neurológica según el concepto Le Métayer. 1ª edición

Organiza: ARIS Atención Temprana. Centro concertado con la Comunidad de Madrid

Lugar: Aulario ARIS. C/ Antonio Leyva 25, Madrid (presencial)

Duración: 40 horas lectivas teórico-prácticas

Fecha: Seminario 1: del 17 al 19 de enero de 2020. Seminario 2: del 14 al 16 de febrero de 2020

Precio: 470 €. Consultar promociones y descuentos

Información: 91 462 62 22

<http://grupo-aris.es/formacion/formacion@grupo-aris.es>

Dirigido a: Fisioterapeutas

Curso de Fisioterapia respiratoria en pediatría

Organiza: Fisiofocus, SL

Lugar: Fisiofocus Madrid. Calle Saturnino Calleja nº 6, 1º A. 28002, Madrid

Duración: 20 horas lectivas

Fecha: del 16 al 17 de noviembre de 2019

Precio: 240 €

Información: 615 85 25 76
www.fisiofocus.com/es/curso/fisioterapia-respiratoria-en-pediatria-madrid-2

secretaria@fisiofocus.com

Dirigido a: Fisioterapeutas

FISIOTERAPIA NEUROLÓGICA

Equilibrio, control motor y tratamiento en el paciente neurológico

Organiza: Fisiofocus, SL

Lugar: Fisiofocus Madrid. Calle Saturnino Calleja nº 6, 1º A. 28002, Madrid

Duración: 18 horas lectivas

Fecha: del 16 al 17 de noviembre

de 2019

Precio: 230 €

Información: 615 85 25 76
www.fisiofocus.com/es/curso/equilibrio-control-motor-y-tratamiento-en-el-paciente-neurologico-madrid

secretaria@fisiofocus.com

Dirigido a: Fisioterapeutas

OSTEOPATÍA

Máster propio en las disfunciones neuromusculoesqueléticas

Organiza: Escuela de Osteopatía de Madrid

Lugar: Madrid

Duración: 1 año académico

Fecha: del 8 de noviembre de 2019 al 7 de junio de 2020

Información: 91 883 39 10

www.escuelaosteopatiamadrid.com
centralosteopatia@escuelaosteopatiamadrid.com

Dirigido a: Fisioterapeutas

PILATES

Curso pilates suelo, pilates deportivo y pilates terapéutico para fisioterapeutas

Organiza: FisiolandTherapies

Lugar: Alcalá de Henares

Duración: 60 horas

Fecha: 9 y 10; 16 y 17; 23 y 24 de noviembre de 2019
Precio: 450 €
Información: 644 42 94 33
www.fisioandtherapies.com
formación@fisioandtherapies.com
Dirigido a: Fisioterapeutas

Escuela de la espalda: pilates terapéutico, hipopresivos y ejercicio funcional

Organiza: Fisiofocus, SL
Lugar: Centro BeOne Arturo Soria. Calle de Josefa Valcárcel, 9. 28027 Madrid
Duración: 40 horas
Fecha: del 15 de noviembre al 15 de diciembre de 2019
Precio: 480 €
Información: 615 85 25 76
www.fisiofocus.com/es/curso/escuela-de-la-espalda-pilates-terapeutico-hipopresivos-entrenamiento-funcional-madrid
secretaria@fisiofocus.com
Dirigido a: Fisioterapeutas

Método Pilates suelo para fisioterapeutas

Organiza: Fisiofocus, SL
Lugar: Fisiofocus Madrid. Calle Saturnino Calleja nº 6, 1º A. 28002, Madrid
Duración: 40 horas lectivas
Fecha: del 9 de noviembre al 1 de diciembre de 2019
Precio: 440 €
Información: 615 85 25 76
www.fisiofocus.com/es/curso/metodo-pilates-suelo-para-fisioterapeutas-madrid-3
secretaria@fisiofocus.com
Dirigido a: Fisioterapeutas

VARIOS

30 Jornadas de Fisioterapia de la ONCE. Síndrome de dolor miofascial y puntos gatillo miofasciales: 20 años de evolución
Organiza: Escuela Universitaria de Fisioterapia de la ONCE. Universidad Autónoma de Madrid
Lugar: C/ Nuria nº 42. 28034.

Madrid
Fecha: 6 y 7 de marzo de 2020
Precio: 190 €
Información: 91 589 45 00
www.once.es/euf
euf@once.es
Dirigido a: Fisioterapeutas y estudiantes de 4º curso de Grado, y otros profesionales sanitarios

Drenaje autógeno. Niveles I y II. 2ª edición

Organiza: ARIS Atención Temprana. Centro concertado con la Comunidad de Madrid
Lugar: Aulario ARIS. C/ Antonio Leyva 25, Madrid (presencial)
Duración: 40 horas lectivas teórico-prácticas
Fecha: Nivel I: del 24 al 26 de enero de 2020. Nivel II: del 6 al 8 de marzo de 2020
Precio: 750 €. Consultar promociones y descuentos
Información: 91 462 62 22
http://grupo-aris.es/formacion/formacion@grupo-aris.es
Dirigido a: Fisioterapeutas

Ecografía musculoesquelética

Organiza: ESALÚDATE
Lugar: Edificio de reuniones Torre Ombú (Madrid)
Duración: 10 horas lectivas
Fecha: 23 de noviembre de 2019
Precio: 170 €
Información: 927 032 594 675 937 260
https://esaludate.com/red/cursos-intensivos/28-noviembre-2019/345-curso-basico-ecografia-musculoesqueletica
contacto@esaludate.com
Dirigido a: Fisioterapeutas

Especialización: Fisioterapia y rehabilitación equina

Organiza: IACES, SL
Lugar: IACES Madrid. Calle Saturnino Calleja, 1. 28002 Madrid
Duración: 185 horas
Fecha: del 22 de noviembre de 2019 al 15 de junio de 2020

Precio: 2.100 €
Información: 653 172 342
https://www.iaces.es/especializacion/fisioterapia-rehabilitacion-equina-madrid/2/inscripciones@iaces.es
Dirigido a: Fisioterapeutas

Curso de Punción Seca en el síndrome del dolor miofascial (puntos gatillo miofasciales)

Organiza: Fisiofocus, SL
Lugar: Fisiofocus Madrid. Calle Saturnino Calleja nº 6, 1º A. 28002, Madrid
Duración: 40 horas lectivas
Fecha: del 16 de noviembre al 15 de diciembre de 2019
Precio: 460 €
Información: 615 85 25 76
www.fisiofocus.com/es/curso/puncion-seca-madrid-4
secretaria@fisiofocus.com
Dirigido a: Fisioterapeutas

Entrenamiento clínico de la fuerza muscular en fisioterapia

Organiza: Fisiofocus, SL
Lugar: Fisiofocus Madrid. Calle Saturnino Calleja nº 6, 1º A. 28002, Madrid
Duración: 20 horas lectivas
Fecha: del 16 al 17 de noviembre de 2019
Precio: 240 €
Información: 615 85 25 76
www.fisiofocus.com/es/curso/entrenamiento-clinico-fuerza-muscular-en-fisioterapia-madrid
secretaria@fisiofocus.com
Dirigido a: Fisioterapeutas

Fibrolisis instrumental (ganchos): tratamiento muscular, miofascial, tendinoso, ligamentoso y articular

Organiza: Fisiofocus, SL
Lugar: Fisiofocus Madrid. Calle Saturnino Calleja nº 6, 1º A. 28002, Madrid
Duración: 20 horas lectivas
Fecha: del 23 al 24 de noviembre de 2019
Precio: 230 €

Información: 615 85 25 76
www.fisiofocus.com/es/curso/
terapia-fascial-instrumentada-
ganchos-fibrolisis-madrid-2
secretaria@fisiofocus.com
Dirigido a: Fisioterapeutas

Valoración y tratamiento de la columna cervical: terapia manual y ejercicio terapéutico

Organiza: Fisiofocus, SL
Lugar: Fisiofocus Madrid. Calle Saturnino Calleja nº 6, 1º A. 28002, Madrid
Duración: 18 horas lectivas
Fecha: del 23 al 24 de noviembre de 2019
Precio: 220 €
Información: 615 85 25 76
www.fisiofocus.com/es/curso/
abordaje-de-la-columna-
cervical-a-partir-del-razonamiento-
clinico-madrid
secretaria@fisiofocus.com
Dirigido a: Fisioterapeutas

Valoración y tratamiento de las alteraciones linfático-venosas: drenaje linfático manual

Organiza: Fisiofocus, SL
Lugar: Fisiofocus Madrid. Calle Saturnino Calleja nº 6, 1º A. 28002, Madrid
Duración: 15 horas lectivas
Fecha: del 23 al 24 de noviembre de 2019
Precio: 180 €
Información: 615 85 25 76
www.fisiofocus.com/es/curso/

drenaje-linfatico-manual-madrid
secretaria@fisiofocus.com
Dirigido a: Fisioterapeutas

Curso de Kinesiotaping (Vendaje Neuromuscular)

Organiza: Fisiofocus, SL
Lugar: Fisiofocus Madrid. Calle Saturnino Calleja nº 6, 1º A. 28002, Madrid
Duración: 15 horas lectivas
Fecha: del 30 de noviembre al 1 de diciembre de 2019
Precio: 180 €
Información: 615 85 25 76
www.fisiofocus.com/es/curso/
kinesiotape-vendaje-
neuromuscular-madrid-2
secretaria@fisiofocus.com
Dirigido a: Fisioterapeutas

Diagnóstico de fisioterapia basado en el razonamiento clínico, tests específicos y anatomía palpatoria

Organiza: Fisiofocus, SL
Lugar: Fisiofocus Madrid. Calle Saturnino Calleja nº 6, 1º A. 28002, Madrid
Duración: 40 horas lectivas
Fecha: del 14 de diciembre de 2019 al 19 de enero de 2020
Precio: 450 €
Información: 615 85 25 76
www.fisiofocus.com/es/curso/
diagnostico-de-fisioterapia-
basado-en-el-razonamiento-
clinico-tests-especificos-y-
anatomia-palpatoria-madrid
secretaria@fisiofocus.com

Dirigido a: Fisioterapeutas

Fisioterapia pediátrica en los trastornos digestivos: deglución, reflujo, estreñimiento y cólico

Organiza: Fisiofocus, SL
Lugar: Fisiofocus Madrid. Calle Saturnino Calleja nº 6, 1º A. 28002, Madrid
Duración: 30 horas lectivas
Fecha: del 14 de diciembre de 2019 al 12 de enero de 2020
Precio: 340 €
Información: 615 85 25 76
www.fisiofocus.com/es/curso/
fisioterapia-pediatrica-en-los-
trastornos-digestivos-madrid
secretaria@fisiofocus.com
Dirigido a: Fisioterapeutas

Curso de Valoración y tratamiento de la ATM: Disfunción craneomandibular

Organiza: Fisiofocus, SL
Lugar: Fisiofocus Madrid. Calle Saturnino Calleja nº 6, 1º A. 28002, Madrid
Duración: 20 horas lectivas
Fecha: del 16 al 17 de diciembre de 2019
Precio: 240 €
Información: 615 85 25 76
www.fisiofocus.com/es/curso/
fisioterapia-atm-madrid-3
secretaria@fisiofocus.com
Dirigido a: Fisioterapeutas

Todas aquellas empresas que deseen publicar reseñas de cursos en esta sección de Formación deberán facilitar los datos antes del día 1 del mes anterior. Pueden dirigirse a la Secretaría del Colegio, donde les informarán de las tarifas en vigor. La información facilitada de los mismos será la indicada en la siguiente plantilla, no publicándose toda aquella que no se adapte.

Nombre del curso: Lugar: Fecha: Información: Dirigido a:
Organiza: Duración: Precio: (Teléfono, web, e-mail) Sección en la que inserta el curso.

Asimismo, les indicamos que hay definido un número fijo de páginas para esta publicidad, por lo que se atenderán por riguroso orden de llegada. El número total de caracteres por anuncio no debe exceder los 350, espacios incluidos. El Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid se reserva el derecho a publicar o no la información recibida para incluir en esta sección. El Colegio exime su responsabilidad ante los retrasos en la recepción de la revista como consecuencia de actuaciones ajenas al mismo, es decir de terceros (por ejemplo, Correos). Gracias.



Premio del Ilustre Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid al Mejor Trabajo Fin de Grado de las Escuelas / Facultades de Fisioterapia de la Comunidad de Madrid

CONVOCATORIA VII EDICIÓN

1 Objeto de la convocatoria.

El Ilustre Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid convoca un premio, en su séptima edición, al Mejor Trabajo Fin de Grado defendido durante el curso académico 2018/19 por estudiantes de las Escuelas / Facultades de Fisioterapia de la Comunidad de Madrid.

2 Dotación del premio.

El premio está dotado de una ayuda económica para formación de mil quinientos euros (1.500 €). El CPFCM abonará tal cantidad al ganador previa presentación de facturas relativas a formación en Fisioterapia. Dicha formación podrá realizarse hasta el 31 diciembre de 2020. Se entregará al galardonado un diploma conmemorativo en el acto de entrega. Se hará entrega también de un diploma conmemorativo al Tutor o Director del Trabajo de Fin de Grado.

3 Candidatos.

Podrán concurrir a este premio los estudiantes de Grado en Fisioterapia de las Escuelas / Facultades de Fisioterapia de la Comunidad de Madrid que hayan defendido el Trabajo Fin de Grado en el curso 2018/2019 con aportaciones relevantes e innovadoras relacionadas con la actividad profesional del ámbito de la Fisioterapia y que hayan obtenido una nota mínima de 8,0.

El candidato deberá estar colegiado y al corriente de pago en el Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid en el momento de la presentación y fallo del premio.

Las temáticas de los Trabajos serán libres, siempre que se estén dentro del ámbito de la Fisioterapia.

4 Condiciones de Presentación.

Se deberá remitir solicitud para participar en esta convocatoria dirigida a la Ilustrísima Sra. Decana del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid.

El trabajo se presentará en CD o DVD, en formato PDF, en el que no constará ningún dato identificativo del autor y solo se consignará un título con un lema o pseudónimo. En el texto se deberá omitir cualquier referencia que pueda identificar al autor, director o tutor, o centro universitario de pertenencia, así como cualquier imagen o logotipo que incluya datos de identificación. Esta condición será indispensable para que el proyecto pueda ser baremado por el Jurado.

Junto con el CD o DVD, se entregará un sobre cerrado que llevará el mismo título o lema, en su parte exterior, en el que se incluirá:

- El trabajo original impreso en papel.
- Documento con todos los datos identificativos del autor, como nombre y apellidos, teléfono de contacto, correo electrónico, Facultad / Escuela de Fisioterapia donde haya cursado el Grado, así como el nombre del director o tutor del Trabajo Fin de Grado.
- Original del certificado de la Facultad / Escuela de Fisioterapia donde conste que se ha realizado dicho trabajo en dicha Facultad / Escuela, especificando la fecha de defensa del trabajo y la calificación obtenida en el mismo.

- El plazo límite de presentación de las solicitudes será el viernes 11 de octubre del 2019, a las 20:00 horas.
- El envío de los originales se realizará por correo certificado o personalmente en la Secretaría del Ilustre Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid (José Picón nº 9 / 28028 Madrid).
- En el caso que se presenten más de diez candidaturas, se seleccionarán para ser valorados por el jurado exclusivamente los diez Trabajos que hubiesen recibido una nota más alta en la defensa del mismo.
- La solicitud de participación deberá ser firmada por el aspirante y por el director/tutor del TFG, consignándose que se aceptan las bases de la presente convocatoria.

Toda solicitud que no sea presentada en tiempo y forma será desestimada.

5 Formación del Jurado y Procedimiento.

El Jurado estará compuesto por un presidente, que será la decana de la Institución o persona en que delegue, y tres miembros de la Comisión Académica que no tengan vinculación laboral con el centro universitario al que pertenezcan los candidatos a los que deban valorar. Se nombrará a un secretario de jurado que podrá ser la secretaria general de la Institución o el presidente de la Comisión Académica o persona en quien se delegue.

Todos los miembros del Jurado tendrán derecho a voto. Los acuerdos se adoptarán por mayoría simple, y en caso de empate decidirá el voto del presidente. El Jurado se reunirá durante el mes de diciembre, notificando a continuación el nombre del ganador/a del premio a la Junta de Gobierno.

El fallo del Jurado será inapelable, y se hará público en un acto convocado a tal efecto en el mes de diciembre de 2019, organizado por el Ilustre Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid. El premio podrá ser declarado desierto si, a juicio del Jurado, ninguno de los proyectos presentados se hiciera merecedor del mismo.

El Jurado podrá otorgar, si lo considera necesario, una mención especial a otra candidatura no ganadora que destaque por su calidad metodológica, y/o relevancia social o profesional. La mención especial no lleva aparejada dotación económica alguna, emitiéndose un certificado en nombre del Jurado expresando tal distinción.

6 Disposiciones finales.

La propiedad intelectual de los trabajos premiados y la propiedad material de los documentos que la integran, corresponderán al autor de los mismos.

El Ilustre Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid se reserva el derecho de conservar en su fondo documental aquellos trabajos premiados, tanto en el formato en papel como en su formato digital.

Los trabajos que se presenten al concurso solo podrán ser revisados y estudiados por los miembros del Jurado, con la finalidad de emitir un juicio sobre los mismos con motivo del presente concurso.

Los trabajos no premiados podrán ser retirados por los interesados en el plazo de dos meses, una vez hecho público el resultado. Transcurrido el plazo se considera que el autor desiste de su derecho.

Junta de Gobierno.

