



Colegio Profesional de  
**FISIOTERAPEUTAS**  
COMUNIDAD DE MADRID

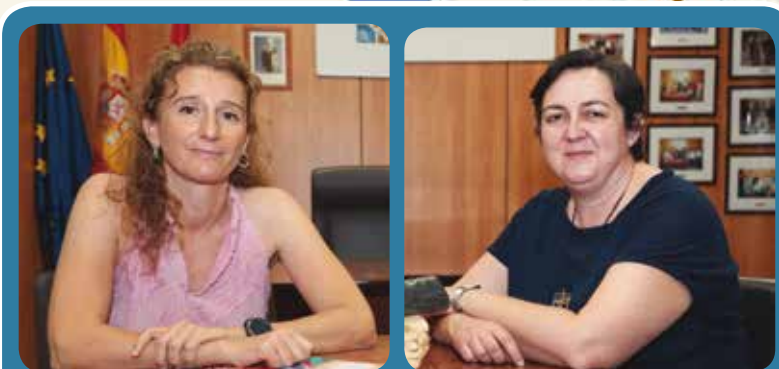
# 30 días

Nº 245 Julio/Septiembre 2020

de fisioterapia



## Qué hemos aprendido de la crisis sanitaria



Aurora Araújo y Montserrat Ruiz-Olivares, decana y secretaria general, respectivamente, hacen un balance de la gestión del Colegio



# ¡IMPLÍCATE CON LA PROFESIÓN!

Con tu colaboración venceremos al intrusismo.

El intrusismo y la competencia desleal son para muchos de nosotros graves problemas que afectan a nuestra profesión. Si a ti también te preocupa colabora, dentro de tus posibilidades, con las actividades que el Colegio lleva a cabo. Consulta en la web del Colegio la "*Guía de lucha contra el Intrusismo*" o comunícate con el Colegio por teléfono o correo electrónico y pide información.

Tus problemas profesionales son los nuestros. Dinos en qué quieres formarte. Mantén tus datos actualizados para servirte mejor.

La unidad de acción es clave para avanzar.

Con tu ayuda seremos más y mejor reconocidos.



Colegio Profesional de  
**FISIOTERAPEUTAS**  
COMUNIDAD DE MADRID

## 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@cfsiomad.org

**Realización:** ILUNION Comunicación Social

**Imprime:** ILUNION Retail y Comercialización.

**Depósito Legal:** M-23102-1998

**Tirada mensual:** 11.475 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.cfsiomad.org](http://www.cfsiomad.org)

[www.consejosdefisioterapia.org](http://www.consejosdefisioterapia.org)

 [facebook.com/cfsiomad](https://facebook.com/cfsiomad)

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

 [@rebelionsensata](https://instagram.com/rebelionsensata)

 [@cfsiomad](https://instagram.com/cfsiomad)



## 4 Tribuna

Desde el otro lado

## 5 Editorial

Un verano distinto



## 6 En portada

Qué hemos aprendido de la crisis sanitaria

## 10 Entrevista

**Modoaldo Garrido**  
Director gerente del Hospital Universitario Fundación Alcorcón



## 14 Actualidad colegial

## 23 Reflexiones de colegiados

## 24 Investigación en fisioterapia

Un estudio destaca los beneficios de las técnicas de representación del movimiento

Ferran Cuenca-Martínez, fisioterapeuta.



## 26 La voz del colegiado

Alejandro Fernández  
Fisioterapeuta

## 28 Comisiones

## 30 Biblioteca

## 32 Videoconsejo

## 33 Te interesa

Técnicas de representación del movimiento

# Desde el otro lado

Todos hemos vivido esa sensación, positiva e indescriptible, que se genera en alguna parte de nuestro interior cuando un deseo que al principio existía solo en nuestra cabeza, empieza a cobrar forma. Ese momento en el que lo que estaba en el mundo de las ideas toma tierra, tiene la misma energía que un avión aterrizando. Así me he sentido yo con este proyecto durante casi dos años. Pero está claro que estos últimos meses han cambiado muchas cosas. Nos hemos dado cuenta del valor de cosas simples, de lo que vale poder darnos un abrazo con nuestros amigos, de lo maravilloso que es vivir en un país en el que uno puede moverse con libertad, hemos entendido que no hacían falta tantas cosas para ser felices... hemos aprendido a perder... A perder un poco de libertad, a perder un poco de contacto, a perder seres queridos, no... esto no se puede aprender nunca... ojalá no nos haga falta una segunda lección.

A mí me ha tocado aprender que hace falta dejar algunas cosas. Este es el último artículo que escribo, y el primero que firmo, porque hay ciertas cosas que no basta con decir las de manera impersonal. Hay que ponerles nombre y cara. Criticar a los miembros de una Junta de Gobierno de un colegio profesional es fácil. Durante año y medio he convivido con esas críticas. Y vamos a decir las cosas como son, antes de eso, en algún momento, también yo he criticado a otros. Entiendo las críticas. Las acepto. Pero ahora, después de estar fuera, de haber estado dentro y de volver a estar fuera, quiero compartir unas reflexiones.

La primera es que se pueden criticar los cargos, se pueden (y se deben) criticar las instituciones... pero no se debe criticar las personas. Es muy fácil hacer esa crítica, pero no sabemos las horas de trabajo que esas personas arrastran detrás, no sabemos las renunciaciones que han tenido que asumir, los precios

que tendrán que pagar... todo ello motivado por una sola cosa, el amor y el respeto por su profesión, por la profesión de todos...

Lo segundo es compartir la pena que da dejar un proyecto a medio hacer, pero la tranquilidad de saber que las personas que quedan para desarrollarlo son las idóneas para hacerlo. Mi aplauso, público, para todos ellos, por lo que habían hecho hasta ahora, por ser capaces de defender la profesión por encima (y a veces en contra) de intereses personales, por soportar un momento de tensión y una situación como la que se ha producido en los últimos meses y por reaccionar como lo han hecho.

La tercera. El personal del Colegio. Merece un editorial aparte, un '30 Días' especial. Ellos son las ruedas sobre las que todo se mueve. Gracias.

Y mi última reflexión. "El Colegio somos todos"... parece un lema... ahora lo entiendo mucho mejor. En estos meses se le ha pedido al Colegio de todo, algunas cosas con más sentido y otras con menos. Pero el Colegio, realmente es lo que sean sus colegiados. Si los colegiados aportan, el Colegio puede aportar, si los colegiados colaboran, el Colegio puede colaborar... se puede hacer oposición, es necesaria y seguramente sana, y la oposición actual, es un síntoma de buena salud de la fisioterapia en Madrid. Pero si algo nos ha enseñado esta pandemia es que, si se quiere avanzar, y se quiere llegar lejos hay que viajar unidos. Todos. Con nuestras diferencias. Pero también con lo que nos une, que es mucho más básico y más fuerte. Por mi parte, quedaré siempre a disposición de la Institución, más allá de las personas que la integren. Ha sido, es y será, un placer.

**Luis Torija López**  
Colegiado Nº 1.394

# Un verano distinto

Junio, julio, fin de curso, época de exámenes para niños, adolescentes, jóvenes y profesores. Un año más es hora de demostrar lo que se ha trabajado, lo que se ha aprendido... pero este final de curso será distinto.

Junio, julio, hora de cerrar trimestre, de hacer balance, de rendir cuentas y de darnos un merecido descanso en forma de vacaciones... pero este año será diferente.

Esta Junta de Gobierno, como cada año, también le toca hacer balance, autocrítica, rendir cuentas... pero este año también va a ser distinto.

Cuando en 2018 nos presentamos a las elecciones del Ilustre Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid nunca pensamos que nos tocaría gestionar las consecuencias de una pandemia causada por un virus que ha cambiado nuestra manera de relacionarnos con los demás, nuestra forma de trabajar, nuestras prioridades. Sin precedentes, con pocas certezas y con muchos interrogantes, tomar decisiones manejándose en la incertidumbre, "esa margarita cuyos pétalos no se termina nunca de deshojar" como decía Vargas Llosa, ha sido nuestro día a día durante semanas.

Llegaban inquietudes y muchas dudas, tocaba preguntar, volver a preguntar y esperar. Espera activa que no siempre se entendía, las pocas certezas que se iban teniendo eran fruto del ensayo-error y no gustaban a todo el mundo. Sin verdades absolutas, tocaba tomar decisiones en base a criterios que, a duras penas, se sostenían; la única opción era adaptarse y seguir trabajando.

Es hora de hacer balance, de pensar cómo se ha actuado, dónde hemos acertado, en qué

nos hemos equivocado y, sobre todo, cómo podemos mejorar.

Como Junta de Gobierno tenemos que hacer un ejercicio de responsabilidad y analizar la situación, seguir trabajando por y para nuestra profesión, buscar soluciones y respuestas a los interrogantes que se nos plantean escuchando propuestas de mejora, para que juntos avancemos como colectivo. Pero si una cosa está clara, es que tendremos que adecuarnos a la actualidad sanitaria, a esa tan nombrada "Nueva Normalidad" de la que tanto estamos oyendo hablar y que es ya una realidad en nuestras vidas.

Dicen que en la incertidumbre, y no en la certeza, es donde se renace, pues renacidos y en función de esta nueva realidad, se planteó la Asamblea General Ordinaria, se estudiaron alternativas, se innovó ante las circunstancias acaecidas; todo ello hizo que esta Asamblea fuera aún más esperada.

**Es hora de hacer balance,  
de pensar cómo se ha actuado, dónde  
hemos acertado, en qué nos hemos  
equivocado y, sobre todo, cómo  
podemos mejorar**

Celebrada la Asamblea, con los deberes hechos, con la satisfacción del trabajo realizado, con muchos proyectos aún por realizar, con la mira puesta en la vuelta para seguir trabajando y sin bajar la guardia, toca descansar. Será un verano distinto, con limitaciones, con novedades a incorporar en nuestro día a día, un verano para reflexionar, un verano para tomar impulso.

# Qué hemos aprendido de la crisis sanitaria

**Representantes de distintos sectores sanitarios repasan los principales problemas a los que se tuvieron que enfrentar durante su batalla contra la Covid-19 en el peor momento de la crisis, al tiempo que subrayan qué medidas se deberían tomar para el futuro.**



Los sanitarios españoles en contacto directo con los pacientes afectados por la Covid-19 conforman la primera línea en la lucha contra esta enfermedad en nuestro país y han demostrado, desde que empezó esta emergencia sanitaria, un encomiable nivel de profesionalidad y compromiso. Así reconoce la Fundación Princesa de Asturias la difícil y dura labor realizada por los sanitarios, a quienes les concede el premio Princesa de Asturias de la Concordia 2020.

El sindicato de enfermería Satse Madrid, en palabras de la secretaria general, Teresa Galindo, agradece el premio: "Nos sentimos, como enfermeros y fisioterapeutas, orgullosos de ser parte de este

colectivo". Sin embargo, considera que un verdadero reconocimiento sería que "el Gobierno de la Comunidad de Madrid y la Consejería de Sanidad iniciaran negociaciones para resolver los problemas que nos afectan como profesionales del Sermas". Es decir, la flexibilización de excedencias, la vuelta a las 35 horas semanales, el hecho de poder disponer de contratos estables, la realización de OPEs periódicas, bolsas de empleo para todas las categorías, renovación contratos Covid, la medicalización de las residencias del AMAS o el acceso, para todos, a la Carrera Profesional.

Sufrir una pandemia ha hecho que los sanitarios tuvieran que funcionar y tra-

bajar de diferente manera, reciclarse a contrarreloj para conseguir, por una parte, controlar el contagio de la Covid-19 y, por otra parte, tratar a los pacientes.

"También hemos aprendido que nuestro sistema de salud puede saltar por los aires en cualquier momento", advierte Rosa Vicente, secretaria del Área de Sanidad del CSIT Unión Profesional. Además, "uno de los problemas ha sido la detección de prioridades respetando criterios éticos y deontológicos, y a los comités de expertos les ha faltado un apoyo a la hora de tomar decisiones. Se han centrado en elaborar protocolos y se han olvidado que detrás hay pacientes y profesionales". "Siendo positiva –continúa Rosa Vicente–,

muchos equipos de trabajo se han autogestionado muy bien y los sanitarios nos hemos diversificado, mostrándonos facetas que desconocíamos. Hemos visto fisioterapeutas que, además de su trabajo, han realizado labores de información". Para Galindo, "la principal enseñanza es que contamos con excelentes profesionales que han sabido sobreponerse a todas las trabas y que han ofrecido los mejores cuidados".

Además, la secretaria general de Satse

de muchas de sus unidades se han reiventado y se han puesto a disposición del equipo para apoyarles desde su presencia en triajes, apoyo en hospitalización al personal sanitario, dependencias administrativas o donde eran necesarios".

#### **Posible rebrote**

Muchas son las voces que creen que la sanidad debe prepararse ante un posible rebrote de la pandemia.

"Necesitamos más profesionales, visión

vidual (EPIs) e higiene en las manos. "Esto debe continuar así hasta que llegue la vacunación poblacional", advierte Rosa Vicente. Para evitar la transmisión del virus, Rosa ve imprescindible "la detección temprana, el aislamiento y la protección de personal que trate a estos pacientes".

La secretaria del Área de Sanidad del CSIT insiste en que si se produce un rebrote "la manera de afrontarla no será la misma ya que la sociedad y los profesionales están dañados. Los problemas económicos de



Madrid lamenta que "en el ámbito político nos han hecho creer que la Sanidad Pública estaba en el mejor momento para afrontar la pandemia aunque la realidad es que los recortes de los últimos años han hecho que adolezca de carencias, tanto en falta de camas como de profesionales sanitarios".

Estas carencias se traducen en falta de equipos individuales de protección (EPIs) "que nos obligó a inventarlos ante la falta de respuesta del Gobierno, hasta la escasez de material sanitario en determinados momentos", recuerda Galindo.

Para la secretaria general de Satse Madrid, "el gran ejemplo lo han dado los fisioterapeutas que ante el cierre incomprensido

sanitaria de nuestros políticos y entender que los sanitarios no podemos realizar de nuevo este enorme esfuerzo", resume Galindo. El descanso de los sanitarios pasa por reforzar las plantillas con nuevas contrataciones.

Para Rosa Vicente lo principal para gestionar una crisis es el sentido común, "que ha faltado por parte de las Administraciones", lamenta. "Necesitamos coordinación entre los distintos niveles sociosanitarios y escuchar a los profesionales, que son quienes mejor saben las dificultades y las necesidades del sistema", continúa. También subraya la importancia de las tres medidas que han funcionado: distancia social, equipos de protección indi-

muchas familias o la desafección de los profesionales con la Consejería de Sanidad, pasarán factura".

Otro de los aspectos clave a la hora de afrontar una nueva crisis sanitaria es el de contar con "unos protocolos claros de actuación". Con respecto a los fisioterapeutas, Galindo cree que "también deben establecerse protocolos que recojan sus funciones, tan vitales en esta pandemia".

#### **Hospital Pandemias**

Para luchar contra futuras pandemias, el Gobierno de la Comunidad de Madrid ha informado sobre la construcción de un hospital de emergencias en Valdebebas. Teresa Galindo cree que sería una bue- ▶

► na idea “siempre y cuando dispusiéramos de plantillas suficientes y centros asistenciales, tanto en Hospitalaria como en Primaria, optimizados para atender correctamente a los madrileños. No sabemos de dónde saldría el personal necesario para atenderlo”. Galindo lamenta la realidad: “las plantillas son muy escasas, hay hospitales que aún tienen plantas enteras cerradas y centros de salud que no han abierto sus puertas tras varios meses incomprensiblemente cerrados”. Rosa Vicente incide en que “todavía tenemos cerrados centros de salud y Servicios de Urgencias de Atención Primaria (SUAP) por falta de médicos y un centro de estas características necesita personal especializado de todas las categorías”. A Rosa también le surgen dudas sobre la ubicación del hospital: “es inaccesible para pacientes y familiares. Deberían mejorarse las comunicaciones”. Además, “un hospital de 1.000 camas requiere unos 7.000 trabajadores especializados que no sabemos de dónde saldrán. Debería vincularse a la investigación y dotarlo de equipamiento y personal para que resulte rentable. Esperamos que no sea necesario para tareas asistenciales. Y ofrece la posibilidad de que, en caso de rebrote, algunos de los hospitales puedan quedar libres de Covid para que la asistencia ordinaria pueda continuar sin ampliar las terribles listas de espera que siguen siendo un lastre del sistema”.

### Residencias

Esta crisis “para la que ningún país estaba preparado –lamenta Jesús Cubero, secretario general de AESTE (Asociación de Empresas de Servicios para la Dependencia)– no ha hecho más que aflorar las carencias existentes y la insuficiencia de un sistema que ya se venía poniendo de manifiesto desde hace varios años”. Además, esta situación “ha puesto en evidencia la existencia de una gran descoordinación entre las áreas de Sanidad y Servicios Sociales que no puede repetirse”, advierte Cubero. Para el secretario general de AESTE, “más allá de debates políticos, hay que encontrar vías para

# La respuesta del Colegio a

La crisis sanitaria ha dado lugar a tener que adoptar medidas que han influido directamente en el ejercicio profesional del fisioterapeuta. En consecuencia, se ha tenido que abordar cuestiones directamente con la Administración Central, a través del CGCFE y en alineación con el resto de colegios de fisioterapeutas. ¿Qué actuaciones han sido las prioritarias a nivel nacional?

En un escenario de mando único nacional, con una gestión centralizada de la crisis, se diseñó rápidamente una estrategia de comunicación, de coordinación y de cooperación de los colegios a nivel nacional de trabajo por la profesión con muchas acciones consensuadas. Nos hemos alineado con documentación, recursos y esfuerzos, ya que ha habido que cubrir las necesidades de asesoramiento a los profesionales a nivel legal y administrativo, con los protocolos y protecciones, en los escenarios en los que ha habido que apoyar y argumentar los cierres por falta de accesibilidad de EPIs, aportar informes en los casos en que se denegaban ayudas, visibilizar la tarea que se estaba haciendo desde la fisioterapia en la pandemia, elaborar formaciones en el nuevo escenario de aprendizaje *online*...

A nivel regional, ¿qué demandas han tenido que trasladar a la Administración?

Hemos trasladado la preocupación por diversas situaciones, ya que la profesión ha tenido dos escenarios muy dispares: por un lado, las consultas y profesionales que no han tenido acceso a equipamiento de protección en el inicio del estado de alerta, que han tenido que tramitar ceses de actividad, ERTES, en una situación que aparentaba poca claridad legal respecto del cierre, que por la situación no era voluntario pero que como profesionales sanitarios que somos quedaba en el aire su obligatoriedad o no y que ha generado mucha inquietud entre los compañeros afectados. Por otro lado, la inclusión como profesionales sanitarios de aquellos que estaban realizando actividad asistencial de acceso a EPIs, reclamar presencia para atender a los pacientes e inclusión en los equipos multidisciplinares, presentar propuestas en algunos comités de reconstrucción y, por último, la inclusión en las unidades de gestión clínica de los pacientes en el escenario actual. Y, sobre todo, el trabajo que queda por delante para trasladar ahora, que es negociar mayor presencia en la sanidad pública, las UCI, las unidades de hospitalización y la coordinación con distintas especialidades médicas. En este

momento es crucial el trabajo a corto y medio plazo con la Administración.

La práctica profesional se ha tenido que adaptar a la implementación de medidas preventivas. ¿Sobre qué medidas hay que poner especialmente foco? ¿Su adopción marcará una nueva forma de trabajar?

Realmente, muchas de ellas ya se llevaban a cabo en situaciones de manejo de pacientes respiratorios, pacientes ingresados en situación de aislamiento o pacientes inmunodeprimidos. En el escenario actual añadimos la incertidumbre de la aparición de pacientes asintomáticos Covid, que acuden por otros problemas a consulta y en los que nuestra actuación es, sobre todo, evitar que las consultas sean focos de rebrotes. Para ello, las medidas de vigilancia de síntomas, insistir en esa parte de responsabilidad ciudadana, el uso de las mascarillas por parte de paciente y profesional, la higiene de superficies en contacto tanto de pacientes como profesionales para proteger a los fisioterapeutas en el trabajo de forma adecuada, el respeto de las distancias en situación no clínica (citaciones, acogida, espera...), señalizaciones de circuitos para evitar exceso de aforo y extremar la higiene de piel y uso de mascarilla en la distancia de intervención clínica (menor a 1,5 metros casi siempre), así como la higiene o protección de la uniformidad. Esto nos obliga a ser muy metódicos en las intervenciones, puede que adoptar rutinas de mayor control de acceso y mayor vigilancia de la manipulación de material por parte del paciente sea lo que más nos cueste junto con el uso continuo de la mascarilla y protección facial, ya que la higiene en entornos clínicos es algo que debía estar ya implementada de forma habitual.

En esta crisis sanitaria la información ha jugado un papel prioritario. ¿Qué acciones se emprendieron en esta área? ¿Se vieron incrementadas las consultas como consecuencia de las incertidumbres y preocupación del colectivo?

La información en situaciones complejas y novedosas juega un papel muy importante. Estar informados tranquiliza y, por el contrario, la falta de esa información nos pone nerviosos. La situación que hemos vivido, sin precedentes, se ha caracterizado por la falta de información de las autoridades sanitarias. Poca y tarde en los primeros días. Como acciones al respecto y para tener un acceso más directo a dicha información,



# la crisis sanitaria



Aurora Araújo (a la derecha) y Montserrat Ruiz-Olivares (a la izquierda), decana y secretaria general del Colegio, respectivamente.

aparte de aumentar las noticias en las redes sociales institucionales y en la página web, se creó un nuevo canal de comunicación en Telegram e Instagram y se incrementó el número de comunicados enviados a los colegiados. En cuanto a las consultas de los colegiados, se han visto incrementadas. Las primeras eran sobre dudas laborales, tanto de empleadores como empleados, porque si algo caracteriza a este virus es que nos ha afectado a todos; después se empezaron a recibir consultas sobre la adquisición de material de protección y las medidas a implementar; y una vez pasado lo peor, las dudas se enfocaron en la evidencia y el acceso a las pruebas diagnósticas.

**¿Cree que el colegiado ha encontrado respuesta a las dudas planteadas? ¿Se ha sentido respaldado?**

El Colegio ha intentado solucionar las dudas planteadas buscando las respuestas consultando a asesores, expertos y autoridades sanitarias aunque, a veces, no con la rapidez que nos hubiera gustado. En los primeros días, la sensación era que no estábamos llegando a tiempo en esas respuestas y se percibía cierto nerviosismo y desapego con el Colegio, pero con el paso del tiempo el *feedback* que el colegiado nos ha transmitido sobre las acciones realizadas ha sido bueno, aunque como todo, siempre mejorable. En ello estamos.

**¿Qué medidas destacarías en esta etapa, directamente relacionadas con la crisis de la Covid19?**

Medidas económicas y de colaboración, como la propuesta para exonerar la cuota del segundo trimestre a quienes lo hayan solicitado, la adquisición de material de protección para todos los colegiados,

buscar convenios de colaboración con empresas de higienización y de suministro de material para que los colegiados se beneficien de descuentos, descuentos ampliados a la realización de pruebas diagnósticas, una nueva propuesta para subvencionar parte de ese precio ya reducido, medidas informativas/formativas y asistenciales como elaboración de material de recomendaciones, realización de webinar, medida que se seguirá utilizando al considerarse una forma de llegar a más colegiados reduciéndose los riesgos, la creación y canalización de un grupo de voluntarios para asesorar a pacientes que demandaban tratamiento de fisioterapia, etc.

**¿Se vio menoscabada la atención colegial por la situación?**

Por recomendación de las autoridades sanitarias, la sede permaneció cerrada desde el 13 de marzo al 11 de mayo, suspendiéndose la atención presencial, el acceso a la biblioteca, las consultas presenciales a los asesores y las reuniones de las comisiones, y manteniéndose la atención telefónica y *online* en todo momento. Una vez abierta la sede, se tomaron medidas organizativas encaminadas a facilitar el distanciamiento social y la prevención de contagios, señalética, higienización, desinfección, carteles informativos, distribución de material de protección, etc. Con respecto al personal, se facilitó la comunicación, el teletrabajo, el acceso a información y formación sobre prevención de riesgos y elaboración de cuestionarios. Medidas que han servido para la obtención de tres identificativos, "Garantía. Madrid", que vienen a engrosar las certificaciones de calidad obtenidas por el Colegio hasta este momento.

mejorar esa coordinación y evitar cometer los mismos errores. Las residencias no pueden ser consideradas como hospitales ni aspiramos a ello, pero es necesario implementar cierto grado de asistencia sanitaria en aquellos centros cuyas características lo permitan". Cubero considera imprescindible "trabajar en una legislación que avance hacia un modelo sociosanitario, la creación de un sistema de acreditación de centros y una reforma de la Ley de Dependencia".

## Medidas definidas

Las residencias son un sector prioritario que debe contar con unas medidas claras de contención "bien definidas que nos permitan afrontar con garantía cualquier rebrote". Desde mayo se han ido adoptado medidas preventivas e implantando protocolos, tanto de desescalada como de gestión de un nuevo rebrote. Para ello se está trabajando de manera directa con las diferentes consejerías, haciendo hincapié en cuatro cuestiones básicas.

En primer lugar, un sistema de alertas tempranas en el que "los centros recibamos la voz de alarma con el más mínimo repunte", alerta Cubero. Además, para controlar la situación son necesarios los test masivos "para realizar varias oleadas a los residentes y al personal", contar con un stock de seguridad de EPIs y una coordinación sociosanitaria. "Debemos contar con un plan de contingencia individualizado para cada centro, donde se fije quién y cómo se va a proporcionar la atención en caso de ser necesario".

Jesús Cubero también aborda la medicalización de los centros: "para ello es necesario contar con una legislación que tienda hacia un modelo de atención sociosanitario y que implemente un mayor grado de asistencia sanitaria en todos aquellos centros que, por sus características, así lo permitan; y contar con una mayor coordinación entre Atención Primaria y los centros residenciales, que a su vez, refuerce igualmente los servicios hospitalarios de Gerontología". ■

Pedro Fernández  
Fotos: Álvaro Martín

## Modoaldo Garrido

Director gerente del Hospital Universitario Fundación Alcorcón

# “No se puede echar la culpa a nadie porque ha sido un error colectivo”

Modoaldo Garrido desvela a “30 Días de Fisioterapia” cómo se ha vivido la pandemia desde dentro de un hospital, cuáles han sido las claves de su propagación, cómo se ha realizado su gestión en la sanidad pública, así como cuál ha sido y será el papel de los fisioterapeutas con los pacientes con Covid-19.

### ¿Cómo es ocupar un puesto de gerencia de un hospital madrileño durante una pandemia internacional?

Complicado, pero no más que el de mis compañeros. En mi caso, me ha ayudado la experiencia, ya que previamente me he enfrentado a algún incidente que recuerda, aunque sea vagamente, a lo que hemos vivido: los atentados de 2004 que, aunque se parecen remotamente, al final es una avalancha de gente y una crisis que gestionar, y la vecina de Alcorcón que se contaminó de ébola, que en un principio fue a nuestro hospital. Son distintas crisis pero lo que hay que procurar siempre es lo mismo: mantener la unidad de mando. Se trata de cerrarse para ser más eficaces como grupo, controlar la comunicación interna en el buen sentido

a favor de los profesionales y delegar mucho en las personas que saben.

### ¿Se había vivido algo similar?

Habíamos estudiado en los libros pandemias como la gripe española o la peste bubónica... pero este escenario de ficción lo hemos visto en el mundo real.

### ¿En qué se ha fallado, especialmente, durante la crisis del coronavirus?

Desde 2006 hemos recibido advertencias: la gripe aviar, el MERS o la gripe A. Ha fallado el sistema de respuesta a nivel internacional, el nivel de mando de la OMS y una mayor identificación del nivel de riesgo. La declaración del estado de emergencia fue muy tarde, cuando Italia estaba superada y nosotros íbamos por





un camino similar. También se ha echado en falta la existencia de un sistema de respuesta precoz que hubiera sido capaz de desplazar a las Naciones Unidas a Wuhan en este caso para intervenir lo antes posible. A partir de ahí, se han producido fallos de los gobiernos. Por eso, no se puede echar la culpa a nadie ya que ha sido un error colectivo, un fallo global de planteamiento.

### **¿Han influido los recortes en esta pandemia?**

Una sociedad tiene que decidir qué recursos destina para tener un sistema como este, y como el sistema era bueno y los indicadores eran buenos (como la esperanza de vida) quizás se nos ha olvidado algo.

### **En la Comunidad de Madrid, ¿qué factores han influido en la tasa de contagios?**

No lo sabemos con exactitud. Hay muchos factores que deben tenerse en cuenta: la población, las comunicaciones, nuestra cultura del contacto físico... Una teoría es que el virus haya mutado. Esta-

**“Ha fallado el sistema de respuesta a nivel internacional, el nivel de mando de la OMS”**

mos empezando a conocer la enfermedad pero los seres humanos, debido a la emergencia sanitaria, quieren respuestas ya pero es que solo llevamos unos meses. Los sistemas sanitarios no se entrenan para una situación de este tipo. Lo mismo que los militares tienen cultura para realizar maniobras, quizás los sanitarios deberíamos entrenarnos para dar una respuesta a este tipo de situaciones, para dar una respuesta coordinada desde los sistemas de salud, pero claro, quién iba a pensar que sucedería la pandemia de la Covid19. Una vez pasado, es fácil llegar a este tipo de conclusiones. Hemos ▶

► medio controlado la situación con una estrategia medieval, el confinamiento.

### **¿Cómo se ha vivido la infección de los sanitarios desde dentro?**

Con mucha preocupación pero sin llegar a paralizarnos. El comportamiento de mis compañeros ha sido ejemplar. Había que estar ahí y ahí han estado pagando un precio muy alto, mayor que el del resto de la ciudadanía, que también lo ha pagado.

**“El comportamiento de los sanitarios ha sido ejemplar. Había que estar ahí y ahí hemos estado, pagando un precio muy alto, mayor que el del resto de la ciudadanía”**

### **¿A qué se debe el alto número de contagios? ¿Se podría haber evitado?**

Se podía haber minimizado. El virus infecta mucho, en el pico de la pandemia por cada infectado se generaban otros tres o cuatro, y lo que más nos agobiaba a los sanitarios era el suministro de EPIs. Es incomprensible que un país como el nuestro, que cuenta con una potente industria textil, no tenga reserva estratégica de equipos de protección. Además, no solo es contar con el equipo, los sanitarios también deben tener formación para usar y ponerse dichos equipos. Todo el mundo sabe cómo ha funcionado de mal el tema de las compras de dichos equipos en China. El problema de que haya sido una avalancha de pacientes es que prácticamente no da tiempo a limpiar ya que hay que esperar a que el hospital se vacíe. Ese ambiente con la rotura de stock de EPIs con un virus que genera muchos infectados se ha vivido con angustia y preocupación. Se podían haber evitado contagios en al menos una parte de profesionales y pacientes.

### **¿Qué medidas se han adoptado en el hospital para evitar la propagación?**

Dentro de la extrema dificultad del momento, estamos contentos con nuestras medidas adoptadas. El 26 de marzo ya no podíamos tener capacidad de respuesta.

Aumentamos el número de camas un 20 por ciento, triplicamos el número de espacios de UCI, recurrimos a la sanidad militar y habilitamos en el gimnasio 50 camas. Nos replegamos con orden. Esa semana lo pasamos mal, pero poco a poco empezó a ceder. A partir de ahí, se han ido adoptando medidas para evitar la propagación del virus y la vuelta a la normalidad, porque estaba todo el espacio contaminado. Para reducir contagios

hemos reducido el número de visitas, facilitamos mascarillas, invitamos a lavarse las manos y hemos dividido el hospital en tres zonas (zona Covid, zona no Covid y un tercer espacio cuando no tenemos al paciente definido como Covid o no Covid). A cualquier ingreso se le realiza una prueba PRC y limpiamos y desinfectamos continuamente. Si existe un futuro rebrote ya no nos va coger igual. Tenemos equipos de protección suficientes, personal entrenado, sabemos cómo optimizar nuestro espacio y contamos con un plan para luchar contra el coronavirus.

### **Para que la sanidad no se vuelva a colapsar, ¿con qué cantidad de contagios diarios se podría convivir?**

Es difícil saberlo, aunque este país tiene 47 millones de epidemiólogos. Una epidemia se puede controlar si por cada paciente que enferma hay menos de un infectado. Y no hay que olvidar que aunque esté contenido el virus sigue ahí. Hay que seguir manteniendo las distancias, lavándose de las manos... poner en práctica todas las medidas de prevención.

### **¿Estamos preparados para una segunda oleada?**

Estamos más preparados, con suficientes EPIs y con un plan de elasticidad, es decir, conocemos la flexibilidad del

hospital. Sabemos cómo debemos replegarnos, qué áreas vamos definiendo y con qué recursos contamos, tenemos la experiencia y un sistema de identificación de casos y rastreos. Hemos montado un sistema de rastreo que nos permite hacer un mapa de la enfermedad y controlar mucho mejor su expansión. También controlamos mejor las residencias ya que el modelo residencial había saltado por los aires: tenemos nuestro geriatra, suficientes EPIs y servicios de salud laboral supervisando lo que se hace. Además, se están haciendo análisis serológicos poblacionales para ver cuánta población tiene anticuerpos. En definitiva, estamos más preparados, aunque nos vendría bien un buen descanso. Hemos visto cosas muy duras.

### **¿Qué mejoras son necesarias en el sistema sanitario para prevenir esa supuesta segunda oleada?**

Una máxima es evitar aglomeraciones ya que el virus sigue ahí. Continuaremos realizando test de rastreo a la población para mantener el seguimiento de los infectados y tendremos que ser conscientes de que quizás se tendrá que llevar parte del territorio a nuevos confinamientos, si se producen rebrotes. También hay que unirse, mantener un mando único, porque si hay que intervenir en zonas de rebrote no se puede ir negociando. Debemos trabajar todos hacia el mismo enfoque técnico. No se puede politizar la gestión de una epidemia.

### **Durante la crisis, el CPFCM planteó que los fisioterapeutas contaran con mayor peso en los equipos multidisciplinares de las UCIs. ¿Cómo ve este tema?**

Su trabajo ha sido ejemplar. En el tratamiento de los pacientes ha sido muy importante el trabajo de los fisioterapeutas en los cambios posturales (la pronación), la Fisioterapia Respiratoria... Lo que ya hacían en planta lo han hecho en intensivo. Está demostrado que sus tratamientos bajan la estancia en UCI algunos días. Durante la crisis han puesto en valor su capacidad y han trabajado a destajo.



**¿Cuál ha sido el papel de los fisioterapeutas en esta pandemia?**

Han tenido una conducta ejemplar. Los pacientes permanecen en UCI mucho tiempo y hay que cambiarles de postura, trabajar esa terapia respiratoria. Y los propios fisioterapeutas que conocían bien esos procedimientos han formado a los demás fisioterapeutas. Y han permanecido mucho tiempo en UCI, que es de las peores trincheras.

**“Durante la crisis, los fisioterapeutas han puesto en valor su capacidad y han trabajado a destajo”**

**¿Qué cree que hemos aprendido en esta crisis?**

La trascendencia de disponer de un sistema público de salud, ágil, con capacidad de intervención, bajo un mando único. También hemos aprendido que los centros sean autogestionados. Otro de los aspectos clave es el valor de la comunicación. Tenemos que contar con datos reales y actualizados del resto de hospitales, provincias y comunidades autónomas, y conocer siempre cómo va la pandemia.

**¿Cuánto tiempo cree que tendremos que convivir con la Covid-19?**

Hasta que tengamos una vacuna. Habrá que tener paciencia.

**Ahora que ha pasado lo más grave, ¿cuál es el papel de los fisioterapeutas a partir de este momento?**

Los pacientes de Covid que pueden necesitar tratamiento de rehabilitación y fisioterapia. Eso formará parte de su actividad habitual durante un tiempo. Hay que sumar todos los tratamientos que durante la pandemia se habían pospuesto.

Pedro Fernández  
Fotos: Álvaro Martín

# La Asamblea General Aprueba por mayoría las cuentas de 2019

**En la reunión, que tuvo lugar el pasado 9 de julio, se presentaron y aprobaron la Cuenta General de Pérdidas y Ganancias y el Balance de Situación de 2019 del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid (CPFCEM).**

El pasado 9 de julio, el Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid celebró la Asamblea General Ordinaria en la que se aprobaron, por mayoría absoluta, la Cuenta General de Pérdidas y Ganancias y el Balance

contingencias con medidas concretas para reducir los contagios de la Covid-19. Además, como medida adicional la Institución colegial facilitó a los asistentes a la Asamblea mascarillas y gel hidroalcohólico en el acceso a la sala María

se refirió al personal del Colegio, "por su esfuerzo y trabajo durante estos últimos meses". Posteriormente, se guardó un minuto de silencio en memoria de los fallecidos, especialmente, en la Comunidad de Madrid.

tacó el trabajo realizado por las comisiones colegiales, la implementación del Esquema Nacional de Seguridad y el Delegado de Protección de Datos, los talleres dirigidos a los mayores y a los escolares, la relación con instituciones y



Previo a la Asamblea, se guardó un minuto de silencio en memoria de los fallecidos durante la pandemia de la Covid-19.

de Situación de 2019. Por motivos de la extensión del estado de alarma, la Asamblea, convocada inicialmente para el pasado 29 de abril siguiendo los requisitos estatutarios, tuvo que ser aplazada en tanto el Gobierno no diera fin al mismo.

Para asegurar una mayor seguridad a los asistentes, la Asamblea tuvo lugar en el Círculo de Bellas Artes (CBA), que estableció un plan de

Zambrano, donde tuvo lugar el encuentro. Asimismo, se aseguró la distancia de seguridad de los asistentes hasta el aforo máximo permitido.

Las primeras palabras de Aurora Araújo, decana del Colegio, las dedicó al colectivo de fisioterapeutas "que ha sufrido mucho durante esta crisis sanitaria" al tiempo que les agradeció su trabajo y profesionalidad "ya que estuvieron donde tocaba estar". También

Siguiendo con el orden del día, se designaron dos interventores para firmar el acta de la reunión.

A continuación toma la palabra la decana para informar sobre las principales actividades del Colegio en el ejercicio 2019, primeramente, emitiéndose un vídeo ya difundido por redes sociales con el fin de hacerlo más visual. En la exposición de la memoria de actividades, la decana des-

con los distintos grupos parlamentarios de la Asamblea de la Comunidad de Madrid, los convenios firmados con asociaciones, fundaciones, colegios profesionales y empresas, los proyectos sociales, etc. Mención especial tuvo la campaña de #YoVoyAlFisio y el reconocimiento institucional al otorgarse al Colegio la Placa de Plata de la Sanidad Madrileña por la trayectoria durante los últimos años.

También se recordó los beneficios del colegiado, entre los que se incluyen tener a su disposición las asesorías, un seguro de responsabilidad civil o acceso a formación y publicaciones referidas a la profesión así como a la Plataforma de Conocimiento compartido. La intervención de la decana finalizó con la presentación de una nueva herramienta: MePhysio. Se trata de una nueva aplicación para móviles en el que fisioterapeutas contestarán preguntas sobre la práctica ética y actualizada de la profesión.

### Se aprobó el uso del excedente para material de protección, proyectos de investigación, campañas de divulgación y subvención de pruebas diagnósticas

cerró con un excedente de 333.910,15 euros, quedando aprobado por mayoría de los colegiados asistentes.

Al terminar su intervención, la tesorera se refirió a la evolución del número de colegiados, que pasó de 10.393 en 2018 a 10.892 en 2019, un buen dato que refleja que "somos una profesión que sigue creciendo", des-

cerró con un excedente de 333.910,15 euros, quedando aprobado por mayoría de los colegiados asistentes.

gundo trimestre de 2020, a aquellos colegiados que así lo hayan solicitado, que fue aprobada por mayoría.

#### Uso del excedente

Posteriormente, se pasó a exponer la propuesta de aplicación del excedente de la Junta de Gobierno. Como un primer punto a abordar, se pasó a ratificar la adqui-

divulgación a la ciudadanía, poniendo en valor la figura del fisioterapeuta y un 20 por ciento destinado a una bolsa para subvencionar por parte del Colegio pruebas diagnósticas. Sobre este último punto, indicar la subvención que se aplicará a las pruebas serológicas realizadas por los colegiados a través del convenio de colaboración con la Fundación Jiménez Díaz (15 por ciento), cantidad que, de igual forma, (5 €) se descontará a pruebas realizadas en otros labora-



Los asistentes a la Asamblea cumplieron las medidas de prevención de contagio, manteniendo la distancia de seguridad y utilizando mascarillas. Por motivos de seguridad, tuvo lugar en el Círculo de Bellas Artes de Madrid.

#### Cuentas y balance

A continuación, la tesorera del Colegio, Olga Cures, presentó las cuentas anuales, que incluyen la Cuenta de Pérdidas y Ganancias, el Balance de Situación y la Memoria anual. En este sentido, destacó que el grado de cumplimiento de ingresos sobre el presupuesto fue de un 104 por ciento y el de gastos sobre el presupuesto, de un 86 por ciento. El resultado del ejercicio se

tacó. Con respecto a los ingresos, este aumento de colegiados supone que de 1.876.818 euros en 2018, se pasó en 2019 a 1.989.373 euros.

#### Exoneración de la cuota

Tras aprobarse la Cuenta de Pérdidas y Ganancias y el Balance de Situación, se presentó la propuesta de la Junta de Gobierno de exoneración de la cuota del se-

sión del kit de material de protección que ha sido facilitado a los colegiados, lo cual fue aprobado por mayoría. Del importe restante, la Junta de Gobierno presentó la propuesta de destinar el 50 por ciento a subvencionar proyectos de investigación multidisciplinarios sobre intervenciones de Fisioterapia en pacientes de Covid-19, un 30 por ciento a una campaña de

torios presentando ticket o factura.

#### Sorteo de becas

Al finalizar la Asamblea, se procedió a realizar entre los presentes un sorteo de seis becas, dotadas de 300 euros cada una. La beca podrá ser efectiva, tanto para formación como para la compra de libros que tengan que ver con la materia de Fisioterapia.

## El CPFCM adjudica los servicios de realización y mantenimiento de su web

Con el objetivo de lograr una máxima transparencia con sus colegiados respecto a sus actividades, el Colegio sacó a concurso público la partida de gestión de estos servicios. Tras valorar distintas propuestas, se eligió la presentada por la empresa Freebox.

Freebox será la empresa responsable de los servicios especializados para la realización de una nueva web del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid (CFPCM) y su mantenimiento y actualización durante tres años, a partir de su puesta en marcha. El lanzamiento de la web con funcionalidades completas está previsto para finales de año.

Para el concurso público, se elaboró un pliego de condiciones y se abrió un proceso de presentación de propuestas, que se amplió al 15 de abril ante

los medios de difusión colegial: tablón de anuncios, página web, boletín digital y redes sociales.

### Puntuación

En la baremación, la oferta económica sumaba hasta 25 puntos; los servicios de mantenimiento hasta 20 puntos; el portfolio de la empresa hasta 15 puntos; sus recursos hasta 15 puntos, y las mejoras sobre el pliego hasta 10 puntos. Para los 10 puntos restantes se valoraron distintos aspectos, entre ellos la experiencia previa.

y Freebox 66,3 sobre 100. Las distintas propuestas se debatieron en Junta de Gobierno el pasado 22 de abril, aprobándose por mayoría que fuera Freebox la adjudicataria.

### Grupo de Trabajo

Para la realización de todos los trabajos, en colaboración con la empresa adjudicataria, el Colegio dispondrá de un equipo de colegiados colaboradores que ayudarán en el análisis de los contenidos de los diferentes entornos web del Colegio y su posterior migración a la nueva web.

**En la baremación se tuvo en cuenta la oferta económica, los servicios de mantenimiento, el portfolio de la empresa, sus recursos y su experiencia previa**

La duración del Grupo de Trabajo será hasta el final de las tareas previstas y su colaboración será remunerada.

Se recibieron 16 propuestas para formar parte del mismo y, una vez analizados los perfiles y los currículum vitae recibidos, valorándose positivamente las experiencias y formaciones previas en gestión de contenidos, comunicación online e informática, se seleccionó a Cristina González, Andrea Margarita González, Jorge Gonzalo Álvarez y Jorge Campillo, que, junto con el suplente II, Manuel Sánchez, conformarán dicho Grupo.



la situación excepcional vivida como consecuencia de la pandemia de la Covid-19. La convocatoria estaba abierta a empresas, no pudiendo presentarse a ella personas físicas. La empresa debía contar con certificación en el Esquema Nacional de Seguridad o con una certificación ISO 27001. Además, tal y como se establecía en los pliegos, se valoraría positivamente que contara con sede en la Comunidad de Madrid. Esta oferta se hizo pública a través de

Al concurso se presentaron tres empresas: Lunática, Seidor/Miracom y Freebox. Sus propuestas fueron enviadas a todos los miembros de la Junta de Gobierno para su análisis y votación. Finalmente, el vicedecano, Pablo Herrera; el vocal I, Raúl Ferrer, y el suplente II, Manuel Sánchez, baremaron por separado las tres propuestas llegando a un consenso de puntuación: Lunática obtuvo 46,43 sobre 100, Seidor/Miracom 56,4 sobre 100,





# Aumentan los problemas musculares derivados del teletrabajo

**Adaptar el puesto de trabajo en casa no siempre es fácil, por eso los fisioterapeutas recomiendan cambiar con frecuencia de postura y levantarse cada 45/50 minutos.**

El CPFCM advierte de los posibles problemas musculares que pueden aparecer tras mantener la misma postura durante varias horas seguidas durante el teletrabajo y recomienda el movimiento para combatirlo.

La rápida adopción del teletrabajo motivada por el confinamiento ha provocado que “tengamos que adaptar en casa espacios para trabajar que no están destinados a ello y que pasemos muchas horas delante del ordenador de forma distinta a como lo hacíamos en la oficina”, indica el vicedecano del CPFCM, Pablo Herrera.

Según Herrera, “la diferencia

fundamental con el entorno de oficina no está solo en la silla, la mesa o el tipo de teclado, sino también en las pausas voluntarias o involuntarias que estando en casa, en muchos casos, obviamos, manteniéndonos en la misma postura durante largos periodos”.

En esta línea, los fisioterapeutas inciden en que el mayor riesgo del teletrabajo es el sedentarismo, que puede ser el causante de posibles problemas musculares

o lesiones al mantener la postura durante un tiempo tan prolongado. “La mejor postura es la que menos dura”, incide Herrera, en este sentido.

Por este motivo, recomiendan el movimiento y los cambios posturales durante cortos periodos de tiempo para evitar que se puedan producir molestias. “Lo ideal sería levantarse cada 45 o 50 minutos, así como trabajar de pie con una mesa alta el 30 por ciento de la jornada, intentando diseñar

un puesto de trabajo en altura, ya que cambiando la postura hacemos que el cuerpo se mueva y evitamos así posibles lesiones”, afirma Herrera.

## **La oficina en casa**

Con la irrupción del teletrabajo, muchos trabajadores han intentado reproducir la oficina en casa, adaptando el puesto de trabajo al domicilio pero, como reconocen los fisioterapeutas, “no siempre es tarea fácil”. Los fisioterapeutas recomiendan alternar e ir cambiando la forma de sentarnos en la silla. Estos hábitos permitirán fortalecer la zona lumbar y mantenerse erguido.

**Los fisioterapeutas recomiendan el movimiento y los cambios posturales durante cortos periodos de tiempo para evitar que se produzcan molestias**

# Colaboración para la mejora en la gestión de las clínicas con el programa Archivex Clinical

Aurora Araújo, decana del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid (CPFCM), y Hugo Sánchez, gerente de Xoborg Technologies, empresa que comercializa, representa y distribuye productos software de gestión para clínicas y profesionales de la salud, firmaron el pasado mes de junio un convenio de colaboración.

Tras el acuerdo, **los colegiados se beneficiarán de un**



**20 por ciento de descuento en el primer año de uso del programa Archivex Clinical,** software de gestión clínica multiespecialidad que se puede utilizar desde cualquier dis-

positivo y en cualquier lugar, además, realiza copias de seguridad diarias y automáticas en la nube. Además, el acuerdo incluye una formación personalizada, la atención al

cliente para la resolución de dudas que puedan surgir durante su utilización, y todo sin ningún tipo de permanencia o compromiso vinculante. Por otro lado, si el colegiado recomienda a un compañero este servicio y este lo contrata, ambos obtendrán un 20 por ciento adicional de descuento durante el primer año.

El Colegio se compromete a recomendar los servicios prestados por Xoborg y ofertarlos a sus colegiados.



## Jornadas de orientación para estudiantes

El CPFCM ha participado, recientemente, en cuatro nuevas jornadas de orientación a los estudiantes de Fisioterapia a través de videoconferencia, adaptándose a la situación provocada por la COVID-19. Las jornadas de orientación tuvieron lugar en el Centro Universitario de Ciencias de la Salud San Ra-

fael-Nebrija el pasado 18 de mayo; en la Escuela Universitaria de Fisioterapia CEU San Pablo el 1 de junio, en la Universidad de Comillas el 4 de junio y en La Salle Centro Universitario, el pasado 17 de junio. Esta iniciativa persigue acercar la Institución colegial a los futuros profesionales, así como orientarles.

## Descuentos en una plataforma de telemedicina

El CPFCM firmó el pasado mes de junio un acuerdo con ACTV Fisioterapia, una plataforma de telemedicina para fisioterapeutas, gracias al cual los colegiados se beneficiarán de condiciones más ventajosas al

cuento del 50 por ciento en el Plan Básico y del 33 por ciento en el Plan Pro, sobre el precio de referencia de los productos ofertados en la tienda *online* que contraten.

El objetivo de esta platafor-



contratar los planes que ofrece la plataforma *online*, a través de múltiples servicios de teleconsulta, interconsulta y seguimiento de pacientes.

En concreto, los colegiados se beneficiarán de un des-

ma es servir de referencia para pacientes, clínicas, hospitales y mutuas como una red de centros de rehabilitación orientado a la excelencia, la eficiencia, la responsabilidad y la profesionalidad.

# Nuevo acuerdo para disfrutar de descuentos al adquirir material de fisioterapia

Con la firma de este nuevo convenio son ya seis las empresas distribuidoras que ofrecen condiciones más ventajosas a los colegiados en la adquisición de este material.

El Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid (CPFCM) ha firmado un acuerdo con la empresa Herycor Rehabilitación y Medicina Deportiva S.L, para que los colegiados disfruten de descuentos al adquirir material de protección individual.

En concreto, los colegiados se beneficiarán de un descuento del 15 por ciento en productos de las marcas Leuka, Akraven y HC y un descuento del 7 por ciento en el resto de productos sobre el precio de referencia de

la tienda *online* que contraten. Estos descuentos no podrán ser acumulables con otros que pudiera la empresa ofertar y se aplicaría siempre el más beneficioso para el colegiado.

Los colegiados pueden ponerse en contacto con Herycor a través de los teléfonos 965111999 y 665165720 o del



correo electrónico [info@herycor.com](mailto:info@herycor.com).

El Colegio había firmado con anterioridad acuerdos con cinco empresas distribuidoras



para que los colegiados se beneficien de condiciones más ventajosas en la adquisición de este material de protección: Fisaude, Fisiomarket, La Casa del Fisisio, Prim y Proyecto Salvavidas.

## Los fisioterapeutas formarán parte de las unidades multidisciplinares CoMCovid19

**Gracias al diálogo entre el CPFCEM y la Comunidad de Madrid, los fisioterapeutas estarán presentes en las Unidades de Gestión Clínica CoMCovid19 de todos los hospitales adscritos y vinculados a Servicio Madrileño de Salud.**

Así se recoge en la resolución de la viceconsejera de Asistencia Sanitaria, Ana Dávila, a la que el Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid (CPFCEM) agradece su predisposición y capacidad de escucha, sobre el establecimiento de Unidades Clínicas Hospitalarias Multidisciplinares Covid-19,

denominadas CoMCovid19, en los hospitales adscritos y vinculados al Servicio Madrileño de Salud.

La inclusión de los fisioterapeutas en estas unidades es fruto de las gestiones realizadas entre Aurora Araújo, decana del CPFCEM, y Ana Dávila, viceconsejera de Sanidad de la Comunidad de Madrid.

La función principal de estas unidades será evaluar a los pacientes complejos que precisen rehabilitación o seguimiento hospitalario, con carácter previo o una vez que hayan sido dados de alta del proceso agudo Covid-19.

Las unidades pondrán en marcha planes terapéuticos, rehabilitadores y de cuida-

dar que los fisioterapeutas ya formaban parte de manera activa en las unidades de Covid-19, Covid y postcovid.

Lo que se recoge en la resolución, y es fruto de las gestiones realizadas por el Colegio y la Consejería, es que, además, estos profesionales estén presentes en estas Unidades de Gestión Clínica para formar parte del equipo multidisciplinar y contribuir al seguimiento de las necesidades de los pacientes poscovid.

Asimismo, cada hospital constituirá su propia Unidad CoMCovid19, promoviendo la participación de todos los especialistas implicados en el proceso terapéutico y rehabilitador de los pacientes complejos Covid-19. Contará con un coordinador clínico, otro directivo y un gestor de casos, y entre sus miembros pueden estar especialistas en Medicina Interna, Neurología, Medicina Física y Rehabilitación, Urgencias, Cardiología, Medicina Intensiva, Psiquiatría, Psicología Clínica, Medicina Preventiva y Salud Pública, Medicina Familiar y Comunitaria, Farmacia Hospitalaria, Fisioterapia y Enfermería.

Además, en los hospitales de mayor complejidad pueden sumarse a la Unidad especialistas en Enfermedades Infecciosas, Geriátrica, Neurología y Hematología.



dos individuales que faciliten a cada paciente una atención integral e integrada en el sistema sanitario y social de la Comunidad de Madrid.

Estas unidades aprobarán su reglamento de funcionamiento interno, debiendo reunirse, al menos, con una periodicidad quincenal y estableciendo expresamente la posibilidad de celebrar reuniones de forma virtual o presencial. Hay que recor-

# Las becas de cooperación Lorena Enebral se destinan a dos proyectos en Uganda y Guatemala

La Junta de Gobierno del Colegio, a instancias de la Comisión de Voluntariado y Cooperación, ha concedido las becas a las colegiadas Irene Sanz (Col. 14.058) y Cecilia Conde (Col. 1).

Irene Sanz ha colaborado en un proyecto desarrollado por la Asociación Idiwaka, entidad fundada en el seno de la ONG África Directo por iniciativa de un grupo de jóvenes voluntarios unidos por sus experiencias de cooperación en Camerún. Desde el año 2019, Idiwaka trabaja en el campo de refugiados Bidi Bidi situado al norte de Uganda, uno de los más grandes del mundo. El proyecto en el que ha participado tiene como objetivo acercar la fisioterapia a un colectivo numeroso de



refugiados, así como realizar una labor de localización de pacientes con patologías neurológicas y traumatológicas susceptibles de tratamientos de fisioterapia y educar en tratamientos.

Por su parte, Cecilia Conde ha

colaborado con Recco Guatemala, una asociación de voluntariado y solidaridad cuyas actividades se centran en la salud y la educación.

La colegiada participó en un proyecto en el municipio de Yepocapa de prestación de

servicios de fisioterapia y rehabilitación. Los beneficiarios son personas desfavorecidas en situación de exclusión y pobreza extrema del área rural de Guatemala. En el marco de dicha iniciativa, se desarrollan distintas actividades, desde atención individual en las consultas de fisioterapia a atención grupal a niños junto con sus padres con problemas neurológicos, atención a grupos de adulto mayor y actividades educativas para la mejora de la atención prenatal y durante el parto.

## El Colegio obtiene el identificativo 'Garantía.Madrid'

El identificativo 'Garantía.Madrid' de la Comunidad de Madrid es un certificador del compromiso de los comercios, empresas, industrias, autónomos y entidades del tercer sector de la Comunidad de Madrid en la prevención y minimización de los riesgos provocados por la Covid-19. La Institución colegial, que ya cuenta con el sello Madrid Excelente de la Comunidad de Madrid, como reconocimiento a la calidad de su gestión, recibió una carta de la Consejería de Economía, Empleo y Competitividad presentado la nueva certificación e

invitando a solicitarla. El identificativo tiene tres componentes:

- Identificativo de Medidas de Cumplimiento, que certifica el compromiso de las empresas con las medidas de prevención dictadas por las autoridades pertinentes frente a la Covid-19.
- Identificativo de Medidas Extraordinarias, que certifica el compromiso añadido de las empresas por la seguridad y salud de sus empleados, clientes y sociedad en general.
- Identificativo de Acción Solidaria, que reconoce la actividad solidaria de las empresas de apoyo contra la Covid-19.



## Ejercicio terapéutico para la artritis

Coincidiendo con la campaña de la Coordinadora Nacional de Artritis, bajo el nombre 'Artritis en la Covid-19', el Colegio, a través de su Comisión de Ejercicio Terapéutico, advirtió en junio de los efectos de la inactividad por el confinamiento en las personas con artritis y destacó la importancia

del ejercicio terapéutico programado para revertir sus consecuencias. En concreto, podrá mejorar la capacidad cardiovascular, a través de actividades continuas e indoloras como caminar, bailar, nadar o hacer bicicleta entre 30 y 60 minutos por lo menos tres días a la semana.



## La fisioterapia ayuda a reducir la incontinencia urinaria tras el cáncer de próstata

El tratamiento con fisioterapia ayuda a reducir la incontinencia urinaria en pacientes que han sufrido cáncer de próstata, el más común en hombres. Se trata de una de las consideraciones que hizo la Institución colegial con motivo del Día Mundial del Cáncer de Próstata, el pasado 11 de junio, para concienciar, entre otras cosas, de la importancia de la prevención y de su detección precoz, pues es el tumor de mayor incidencia en hombres. Los fisioterapeutas inciden en la importancia del tratamiento con fisioterapia para reducir el dolor y las

secuelas que puede dejar la operación. Según la Comisión de Oncología y Cuidados Paliativos del CPFCM, "contamos con un gran número de técnicas que van desde la terapia manual para reducir el dolor y las restricciones del tejido cicatricial, al entrenamiento de la musculatura del suelo pélvico, entre otros". Los fisioterapeutas recuerdan que la fisioterapia también puede actuar de forma previa entrenando y mejorando la propiocepción de la musculatura del suelo pélvico, la calidad tisular y la función miccional.



### Tablón de anuncios

**Se alquila espacio** para consulta de fisioterapia en el centro Sannas, Salud y Desarrollo Personal, de Alcobendas. El centro cuenta con la autorización de Sanidad para atención de Fisioterapia y Psicología. Los interesados pueden contactar por email en [sannas@live.com](mailto:sannas@live.com) o por Whatsapp en el teléfono 670 66 02 20.

**Se alquila sala de Pilates** por las tardes. Dispone de cuatro reformer con torre y cuatro sillas, arcos, aros y fitball. Amplia sala de 45 metros cuadrados, con ventana a un jardín. Centro de fisioterapia con tres fisioterapeutas, uno de ellos lleva la parte de Pilates. El horario sería a convenir por la tarde. Interesados, contactar con Yago en el teléfono 661 46 26 93.

## *El comienzo de una nueva era*

Comienza un nuevo día. ¿Dónde estamos? ¿Dónde están los demás? Este virus ha llegado de repente y nos ha movilizad o a todos. Como fisioterapeutas, nos encontramos en un momento clave para nuestra profesión. Un impulso nos invade con profundos deseos de ser parte activa de la historia. Estamos posicionados ante un reto que definirá un comienzo distinto.

Hemos evolucionado. Nuestros sentidos cobran fuerza. La capacidad de ver y sentir, de encontrar un lugar concreto en un momento de transformación nos sensibiliza. La vulnerabilidad del presente nos da un toque de humildad, confianza y entrega. Diremos adiós a salas con tratamientos grupales, con varios fisioterapeutas y pacientes a la vez. Quizás, la tan anhelada calidad beneficie nuestro hacer profesional.

Creamos nuevos sistemas que se fusionan y nos indican la resolución de interrogantes, donde todo está por construirse. Nuestra misión, visión y propósito se unifican ordenando las cosas.

Somos parte de un conjunto, nuestro perfil más humano destaca sobre

cualquier tipo de membrana que se interpone en nuestro hacer cotidiano. Porque la verdadera vocación se trasmite en cada gesto, mirada y conexión. Siempre el hacer, bien entendido, triunfa sobre cualquier obstáculo que parece sacudirnos y desestabilizar nuestra confianza. Cada uno abordará a su paciente desde la técnica que crea más adecuada, pero siempre con un enfoque global.

Estamos preparados para comenzar, preparados para continuar, preparados para renacer y ser parte de un largo camino que define un momento único donde todos somos necesarios e imprescindibles. Estamos ante una nueva realidad y tenemos que adaptarnos sin olvidar nuestra esencia manual y de contacto.

Tenemos recursos y potencial para hacer y avanzar. Estar serenos, activos y saber observar lo visible y lo invisible, nos dará las pistas que nos indican el camino por donde transitar.

De nosotros depende.

**María de los Ángeles Ciarelli. Col. 4.429**  
**Raquel Fernández Blanco. Col. 950**

## *¿La autodestrucción de la fisioterapia?*

¿Es fisioterapia de calidad hacer masaje durante una hora y no valorar ni incluir terapia activa o educación terapéutica? ¿Es profesional ofrecer sesiones como forma de "mantenimiento" y no promover el ejercicio físico? ¿Por qué se le enseña al paciente que apurar los 60 minutos de sesión es más productivo? ¿Tener más años de experiencia te hace mejor fisioterapeuta si realizas el mismo tratamiento y razonamiento independientemente del tipo de paciente? ¿Por qué resignarse a tener un sueldo tan pobre con horarios en muchos casos de casi 10 horas al día?

Tenemos una profesión preciosa que nos estamos cargando con nuestros conformismos. Los bajos sueldos, las eternas jornadas laborales, la lucha constante contra las falsas creencias de los pacientes, la presión de llenar agenda, las horas entre apertura y cierre que se regalan, la falta de reconocimiento, los falsos autónomos, la guerra contra

las pseudociencias. Me gustaría invitar a la reflexión. Cada uno puede tener una forma de trabajar diferente; hay que adaptarse al paciente y cada caso podrá ser un mundo. Lo único que reclamo es responsabilidad por parte del fisioterapeuta, y esta responsabilidad no es solo pagar la cuota de colegiación sino también estar medianamente informado y actualizado, reclamar unas condiciones dignas para evitar el síndrome Burnout, en resumen, permitir crecer a esta maravillosa profesión y poder desarrollarla de la mejor de las maneras con el fin último de beneficiar a los pacientes.

Se puede consultar el texto completo en la siguiente dirección <https://capi-tanfisio.wordpress.com/2020/05/15/la-autodestruccion-de-la-fisioterapia-opinion-de-un-fisioterapeuta/>

**Juan Carlos González**  
**Col. 12.581**

## *Los mayores vulnerables*

Un virus tuvo que llegar para que esta sociedad, supuestamente avanzada se empezara a concienciar, que en algo va retrasada.

Hablo de una realidad, a menudo olvidada, que no interesa mirar, mejor dejarla aparcada, ancianos en la residencia, hogar de muchos mayores, autores de nuestra esencia, donde recaen los mejores lugares de confluencia de dolores y temores. Están los más vulnerables, son los más venerables de la vida doctores, sacrificios y sinsabores, jubilados en recados, pensionistas en amores, precursores de la historia, padres, tíos o abuelos, si ellos pierden la memoria antes de que llegue el duelo,

no actuemos como lelos y la perdamos primero. Frenemos pues las prisas de tantísimas labores y aceleremos las risas de nuestros mayores.

Que me llora el alma cuando apenados decís: "Ya no sé qué hago aquí"

Pues yo os quiero insistir con voz alta y clara, que sois un bien para mí. Aprendiendo humildad, la bondad de escuchar, brindáis experiencia, la madre de la ciencia, regaláis sabiduría que la mía amplía. Sois la mejor herencia para vuestra descendencia. Os volvéis como niños, reclamantes de querer, demandantes de cariños, a los orígenes volver, recuerdos de vuestros pueblos, hijos, sobrinos o nietos, que os hacen renacer, a ellos siempre sujetos, cuidemos la conciencia, que algún día seremos, si así lo quiere Dios, viejos, yayos o agüelos, reclamaremos paciencia, demandaremos consuelos, y así aprenderemos restar valor al dinero, que el amor verdadero no lo da el cajero, solo sale del pecho con un sincero "te quiero".

De las crisis se aprende de cada uno depende que lo que habéis sufrido no haya sido en vano y nos haya servido para mejorar el mundo en uno más humano fui a ofrecer mi mano de humilde voluntario y verifico con agrado, que tuve mayor regalo al ser yo el ayudado.

**David Delgado**  
**Col. 2.509**

# Un estudio destaca los beneficios de las técnicas de representación del movimiento

**El metanálisis elaborado por colegiados madrileños recopila los principales efectos de las técnicas de representación de movimiento sobre la intensidad de dolor musculoesquelético.**

El metanálisis 'Eficacia de la formación de imágenes motoras y observación de la acción sobre la intensidad del dolor musculoesquelético' asegura que se encontraron pruebas de muy baja calidad de la evidencia (en base a la clasificación GRADE) a favor de las técnicas de representación de movimiento, en combinación con la intervención habitual, en la disminución de la intensidad de dolor percibido tanto en el dolor postquirúrgico, como en el dolor crónico. Esta conclusión es beneficiosa para la práctica clínica diaria de los fisioterapeutas ya que cuentan con una herramienta más "que puede utilizar en consulta si se justifica su uso en base a un razonamiento clínico centrado en la persona y también en base al más actual estado del arte", afirma el fisioterapeuta Ferran Cuenca-Martínez.

Este metanálisis ha evaluado los efectos de las técnicas de representación de movimiento sobre la intensidad de dolor en pacientes con dolor musculoesquelético.

En este estudio han participado el propio Ferran Cuenca-Martínez, el profesor Luis Suso Martí, el profesor investigador Santiago Angulo y el profesor Roy La Touche Arbizu, director del proyecto.

¿Cómo surgió la idea de este estudio? "En el intercambio de opiniones y planificación de los estudios, y tras realizar una serie de búsquedas en el esta-

do del arte más actual, nos dimos cuenta de que, probablemente, se podría realizar una recopilación de los principales efectos de las técnicas de representación de movimiento sobre la intensidad de dolor musculoesquelético", asegura Cuenca-Martínez.

### Metodología

Para el estudio los criterios de búsqueda se centraron en pacientes con dolor musculoesquelético, tanto agudo como crónico, usando la estrategia PICO (población, intervención, comparador y medidas de resultado).

"Las intervenciones que qui-

simos revisar fueron tanto la imaginación motora como el entrenamiento de observación de acciones, tanto de manera aislada como en combinación con otra intervención, o incluso embebidas en un conjunto de técnicas a sabiendas de la repercusión en la heterogeneidad, evaluado con el índice de inconsistencia, que podría suponer esta toma de decisiones", añade Cuenca-Martínez. La medida de resultado fue la intensidad de dolor, evaluada a través de una escala numérica de clasificación del dolor o a través de la escala analógica visual.

Para el análisis cualitativo, se

utilizó la escala GRADE, todo ello para desembocar en cuatro grados de calidad de la evidencia: alto, moderado, bajo y muy bajo. También se evaluó el riesgo de sesgo.

"Este metanálisis requiere de mucha más profundidad y estudio, pero con esto uno se puede hacer una idea del trabajo que hay detrás", asegura el fisioterapeuta.

### Estudios previos

Si se tiene en cuenta el número de estudios incluidos en este metanálisis "es ciertamente bajo", califica Cuenca-Martínez. Por esa razón, se necesita "tanto más como mejor investigación. La profesión de la Fisioterapia debe seguir avanzando, así como seguir mostrando y demostrando que es una de las profesiones sanitarias con mayor producción científica y con mayor calidad de esta a nivel mundial". En definitiva, se necesita un mayor número de ensayos clínicos, bien diseñados, en un contexto clínico, en distintas poblaciones de interés clínico, con un seguimiento adecuado.

¿Qué papel juegan las técnicas de representación del movimiento en la rehabilitación de pacientes con dolor musculoesquelético? De acuerdo con Ferran, los fisioterapeutas "llevamos años investigando los efectos de estas herramientas de entrenamiento sensoriomotor en pacientes con dolor complejo y también en perso-



Ferran Cuenca-Martínez,  
uno de los autores del trabajo.



---

nas asintomáticas para ver, no solamente los efectos hipoalérgicos, sino también los efectos sobre el proceso de aprendizaje motor, así como su impacto sobre distintas variables sensorio-motoras y somatosensoriales, ampliamente relacionadas con el dolor tanto de manera aislada como en combinación con otras técnicas”.

### **Aspectos positivos**

Cuenca-Martínez asegura que “las técnicas de representación de movimiento, tanto de manera aislada, como en combinación con otras herramientas con potencial terapéutico, han mostrado provocar una disminución de la intensidad de dolor en pacientes con dolor

persistente”. Se trata de herramientas de muy bajo coste pero que requieren de formación por parte del fisioterapeuta para que la intervención sea efectiva.

Otro de los aspectos más valiosos de la aplicación de las técnicas de representación de movimiento es su uso cuando el paciente no puede llevar a cabo el movimiento de manera real (por cirugía, tras inmovilización por fractura, etc.). “En esos momentos, estas herramientas pueden provocar una disminución de la intensidad dolorosa tras cirugía”, asegura Cuenca-Martínez.

Además, en base a distintas investigaciones a nivel neurofisiológico, parece que pue-

den prevenir cierto grado de desacondicionamiento motor impeliendo mejoras en distintas variables de mucha importancia, tales como la fuerza, la velocidad de la marcha, el rango de movimiento y el equilibrio, entre otras.

Finalmente, existen pacientes con dolor persistente asociado a altos niveles de kinesiophobia. Para estos pacientes, “las técnicas de representación de movimiento pueden ser el primer paso en el proceso de desensibilización para mejorar el miedo al movimiento”.

### **Aspectos negativos**

Estas técnicas también tienen aspectos negativos. Algunas veces, hay pacientes que

muestran reticencia o rechazo a recibir una intervención basada en imaginar u observar un conjunto de acciones y, por tanto, es necesario el establecimiento y aplicación de un proceso de educación al paciente para poder comprender y justificar su aplicabilidad.

Finalmente, algunas técnicas como la imaginería motora precisan de una evaluación no solamente inicial, sino también durante la aplicación para tener indirectamente pruebas de que la persona está imaginando. Por tanto, se precisan materiales y conocimiento para poder evaluar este aspecto.

**Pedro Fernández**

## Alejandro Fernández

Fisioterapeuta creador del proyecto Físio para Héroes

# “Nuestro compromiso es ayudar y dar visibilidad a esta profesión”

**El fisioterapeuta ha puesto en marcha Físio para Héroes, un proyecto que consiste en proporcionar tratamientos de manera gratuita a los sanitarios, especialmente enfermeros y médicos, que han estado en primera línea de batalla contra el coronavirus.**

### ¿En qué consiste Físio para Héroes?

Nuestra iniciativa nació del compromiso de cuidar al prójimo. Como sanitarios, nos sentimos con el deber y la obligación de velar por todas las personas que nos puedan necesitar. Pensamos que sería de gran ayuda dar un paso al frente, dejar de usar las manos para aplaudir y usarlas para ayudar y, así, nos ofreceremos para tratar a todos los que han estado al pie del cañón luchando diariamente por frenar esta pandemia.

### ¿Cómo se te ocurrió la idea de ayudar a los sanitarios de esta forma?

Por dos motivos. El primero es un tema de responsabilidad social y agradecimiento al esfuerzo y al trabajo. El segundo es para darle altavoz a nuestra profesión. Creemos que el trabajo que hacemos debería estar más reconocido y, por eso, queremos demostrarles a nuestros compañeros de profesión lo importantes e imprescindibles que somos. De esta forma, lo sienten y lo perciben en primera persona. Al fin y al cabo, en muchos casos, ellos tienen la llave de derivar a los pacientes a fisioterapia.



Miembros de la clínica en la que han puesto en marcha el proyecto Físio para Héroes.

### ¿Habéis aparecido en diferentes medios?

Gracias al foco que se nos ha dado, hemos aparecido en varios: por ejemplo, en ‘Pienso luego actúo’, la plataforma solidaria más importante de nuestro país durante la pandemia, con gran repercusión en medios de comunicación. También en ‘Tiempo de Juego’, de la cadena Cope, programa en el que nos entrevistó Manolo Lama y Paco González; en ‘Buenos días Javi y Mar’, de Cadena Cien, o en la revista ‘Lecturas’.

### ¿Hasta cuando tenéis lista de espera?

Tenemos más de dos meses y medio de lista de espera. Necesitamos que se unan más profesionales del sector. Hemos tenido buena acogida fuera de Madrid, con clínicas y fisioterapeutas autónomos que se han unido, pero necesitamos más colaboración para reducir esta lista de espera.

### ¿Cómo pueden unirse otras clínicas a vuestra actividad?

Solo deben ponerse en contacto con nosotros (fisiopa-

raheroes@gmail.com). Entendemos las circunstancias particulares de otras clínicas de fisioterapia, por esa razón, si alguna cree conveniente no hacer el tratamiento gratuito y desea solamente hacer un descuento, también le daremos visibilidad en nuestra plataforma. La cuestión es ayudar y cada uno lo hace en la medida que pueda hacerlo.

### ¿Puede recibir un sanitario cualquier tratamiento de fisioterapia?

En principio, no hemos pue-

to límite en cuestión de tratamiento, ya que el 90 por ciento de los sanitarios que hemos atendido en clínica venían con problemas musculares derivados de los turnos interminables y las intensas jornadas durante el pico de la Covid-19.

### ¿Qué tipo de tratamientos suelen demandar?

Principalmente, tratamientos de fisioterapia manual.

### Los fisioterapeutas también han estado en primera línea en las UCI. ¿Habéis tratado a alguno?

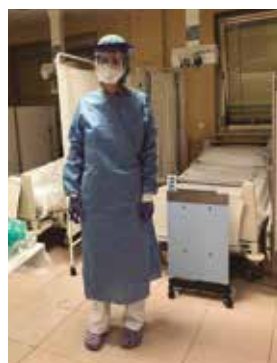
No, han venido médicos y enfermeros, principalmente. Pero si existiera algún compañero de profesión que necesitara tratamiento, estaríamos encantados de verle.

### ¿Por qué no habéis querido vincular el proyecto con vuestra empresa?

Se podría confundir el mensaje. No queremos hacer una campaña de marketing gracias a una iniciativa solidaria, solamente queremos ayudar. Por eso, desvinculamos nuestro nombre y nuestra marca, y creamos Fisio para Héroes, una iniciativa solidaria en la que todos son bienvenidos y partícipes, y no hay una clínica que comande el proyecto sino que todos como colectivo profesional podemos crear una plataforma de ayuda solidaria.

### ¿Son los fisioterapeutas un colectivo altruista?

Creo firmemente en lo que hacemos y en la importancia de nuestro trabajo, pero no creo que nuestro colectivo sea más altruista que otros.



Arriba, algunos de los sanitarios que han tratado hasta el momento.

Al igual que el sector del taxi se prestó a llevar a los sanitarios a sus domicilios de forma gratuita o empresas de catering donaban comida, nosotros podemos poner nuestro granito de arena. Tenemos la responsabilidad de juntarnos como colectivo y mostrar que estamos aquí para ayudar y cuidar de los demás. Como le digo diariamente a los médicos que vemos en clínica "una hora de mi tiempo no significa nada y, quizás, a ti te

cambie la forma de entender la fisioterapia".

### ¿Va a contar este proyecto con mayor recorrido en un futuro?

Hoy nuestros héroes son los sanitarios pero en otro momento será otro colectivo, como los bomberos, los policías o los maestros, el que se deje la piel en ayudarnos. Ahí estaremos para dar lo mejor de nosotros. Nuestra ilusión es poder mantener en el tiempo

una iniciativa solidaria que pueda dar cabida a diferentes sectores profesiones o colectivos. El compromiso y la responsabilidad social es algo que deberíamos impulsar tras esta pandemia que nos ha asolado a todos. Debemos aprender que como sociedad somos más fuertes si estamos unidos, por eso nace Fisio para Héroes, con la ilusión y el compromiso de ayudar y dar visibilidad a esta profesión.

Pedro Fernández

# ¡Participa en el Grupo de Trabajo para abordar la situación con las aseguradoras sanitarias!

El Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid hace un llamamiento a los colegiados para formar del Grupo de Trabajo Ejercicio Libre, con el fin de abordar la situación de los centros de fisioterapia que trabajan con las aseguradoras sanitarias.

Uno de los pilares del programa electoral de la actual Junta de Gobierno era acercar la Institución al colegiado, a la vez que crear sinergias y canales de comunicación entre los colegia-

dos. Al respecto, se han realizado jornadas informales para que los colegiados se reúnan y compartan aficiones e intereses. Así, se organizó una jornada de pádel el pasado mes de diciembre y, recientemente, en plena crisis sanitaria, se creó, también a iniciativa de colegiados, un grupo de voluntarios durante la pandemia que daba asesoramiento a pacientes. Ahora, se ha recibido otra solicitud para crear contactos entre colegiados que tienen un interés común. El

interés en este caso es afrontar la situación de los centros de fisioterapia que trabajan con las aseguradoras sanitarias.

Los colegiados en la Comunidad de Madrid que trabajan con aseguradoras sanitarias y que estén interesados en formar parte de este Grupo, deberán escribir al correo electrónico [cpfm@cfisiomad.org](mailto:cpfm@cfisiomad.org), adjuntando el consentimiento en PDF, para poder formar un grupo de WhatsApp o Telegram y ser más operativos.

## Actividades de la Comisión de Fisioterapia Oncológica y Cuidados Paliativos

La Comisión de Fisioterapia Oncológica y Cuidados Paliativos del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid ha desarrollado unas breves guías sobre Fisioterapia Oncológica y Fisioterapia en Cuidados Paliativos, con el fin de repartirlas en salas de espera y consultas del área oncológica y cuidados paliativos.

La iniciativa tiene como objeto informar a los pacientes sobre los beneficios de los tratamientos de fisioterapia. En las mismas se explica si se pueden realizar terapias alternativas, así como los tipos de tratamientos que se pueden realizar en función de los síntomas del paciente, entre muchos otros aspectos.

Por otro lado, la Comisión impartió, el pasado 11 de julio, un webinar sobre el papel de

la fisioterapia en el paciente oncológico, presentado por el vicedecano del Colegio, Pablo Herrera, y moderado por Ana Serrano, presidenta de la Comisión de Oncología y Cuidados Paliativos. Contó con la intervención de Yolanda Robledo, doctora y docente en la Universidad Europea y fisioterapeuta experta en Drenaje Linfático Manual y paciente oncológico del Hospital del Henares; Marta Gómez, experta en Fisioterapia Oncológica, Masaje Oncológico y Drenaje Linfático y presidenta de la Asociación Española de Masaje Oncológico Sanitario, y Ángela Río, doctora en Fisioterapia, máster en Terapia Manual, experta en Drenaje Linfático Manual y presidenta de la Asociación Española de Linfedema.



Durante su ponencia, Robledo realizó una introducción a la fisioterapia oncológica y los cuidados paliativos, mencionando algunas guías que el Colegio ha editado.

Por su parte, Marta Gómez abordó las secuelas en el proceso oncológico y la labor de la fisioterapia sobre ellas, y el dolor y la importancia de su

valoración para el control y la mejora de la vida del paciente. Por último, Ángela Río reflexionó sobre los mitos relacionados con el paciente oncológico y la labor de la fisioterapia en la vida de estos pacientes.

El webinar se retransmitió en directo en las cuentas colegiales de Facebook y YouTube.

---

# El Colegio crea una nueva Comisión de Fisioterapia en Salud Mental

**Esta Comisión nace con el objetivo de dar a conocer este ámbito de la Fisioterapia y facilitar la formación y el contacto entre profesionales con interés en este campo.**

El CPFCM ha creado la Comisión de Fisioterapia en Salud Mental, que nace con el objetivo de dar a conocer este ámbito de la Fisioterapia y facilitar el contacto entre profesionales con interés en este campo, así como asegurar una formación adecuada para la práctica de la misma. Esta Comisión tiene la misión de desarrollar el papel de la Fisioterapia en Salud Mental dentro de la Comunidad de Madrid mejorando el cono-



cimiento y concepto de este campo de la Fisioterapia en los profesionales y la población; y crear un grupo de fisio-

terapeutas comprometidos con el objetivo de transmitir y expandir los conocimientos en este área para beneficio

de la comunidad. La Fisioterapia en Salud Mental ha demostrado contribuir en gran medida a la mejoría biológica y psicológica de pacientes con patología psicológica y psiquiátrica. Sin embargo, es una disciplina aún desconocida. La Comisión pretende lograr que la Fisioterapia en Salud Mental sea incorporada en los equipos de atención sanitaria pública y privada, así como promover el concepto de fisioterapia integral.

# Recursos sobre neurociencia

El Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid cuenta con numerosos tratados que abordan la fisioterapia y la neurociencia, tanto en la biblioteca del CPFCEM como en la Plataforma del Conocimiento Compartido.

En la biblioteca, los colegas pueden consultar **Principios de neurociencia. Aplicaciones básicas y clínicas**, de Duane E. Haines (R. 1926). Esta cuarta edición de la obra de referencia en neuroanatomía busca potenciar

las por RM o TC en las que la orientación de las estructuras es opuesta a la visión anatómica que suele verse en la docencia.

La nueva edición incorpora abundantes elementos didácticos y al inicio de cada

conocimiento y aplicación de técnicas innovadoras en el ámbito de las neurociencias cognitivas, como son la estimulación magnética transcraneal (EMT) no invasiva y la neuromodulación. Los autores recogen en esta

de las primeras de este tipo escrita en español.

**Netter. Atlas de neurociencia**, David L. Felten, Michael Kerry O'Banion y Mary Summo Maida (R. 2078) es un libro ideal para estudiantes de neuroanatomía y neurociencia, gracias a la combinación de las célebres y didácticas ilustraciones de Netter con un texto claro y conciso. La organización del contenido presenta la neurociencia desde tres perspectivas (visión general del sistema nervioso, neurociencia regional y neurociencia sistémica) la cual permite estudiar complejas estructuras y sistemas neuronales en diversos contextos.

Por último, **Control motor. De la investigación a la práctica clínica**, de Anne Shumway-Cook y Marjorie Hines Woollacott (R.2234), siendo el único libro disponible que cierra la brecha entre la investigación actual y emergente sobre neurociencia y control motor y su aplicación a la práctica clínica. Escrito por destacados expertos en este campo, este recurso, ya clásico, prepara a los lectores para examinar y tratar eficazmente a los pacientes con problemas relacionados con el control postural, la movilidad y la función de las extremidades superiores, siempre utilizando las mejores prácticas actuales basadas en la evidencia.



la estrecha interacción entre las neurociencias básicas y clínicas; es decir, reflejar un abordaje con orientación clínica. Esta correlación se hace especialmente patente en la iconografía, ya que lo normal para el futuro profesional es visualizar el sistema nervioso a partir de imágenes obteni-

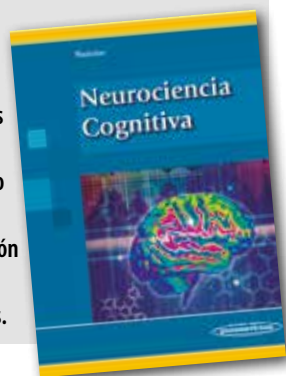
capítulo hay un pequeño sumario de todos los puntos que van a tratarse.

Por otro lado, **Estimulación magnética transcraneal y neuromodulación. Presente y futuro en neurociencias**, de Isaac Tunez Fiñana y Álvaro Pascual León (R. 1958) pretende profundizar en el

obra todas aquellas actualizaciones recabadas de los últimos avances producidos y reflejados en estudios clínicos y experimentales realizados sobre dichas técnicas. Se trata de la primera obra sobre estas terapias que cubre todos los aspectos de una técnica como la EMT y una

## Plataforma de Conocimiento Compartido

Esta red de recursos virtual y gratuita permite al fisioterapeuta estar actualizado también en neurociencia. Al respecto, la Plataforma cuenta con la obra **Neurociencia cognitiva** (R. 1919), de Diego Redolar, una novedad en la literatura básica de referencia en español que recoge los contenidos vertebrales de la neurociencia cognitiva a partir de las aportaciones actualizadas de profesionales de diferentes países y de distintos ámbitos de la investigación en esta disciplina. El manual cuenta con un espacio web en el que se proporciona al lector diferentes recursos didácticos que permiten profundizar en los aspectos cardinales de la obra. La obra permitirá al lector entender y reflexionar sobre los diferentes mecanismos y sistemas de funcionamiento del sistema nervioso humano, conociendo los diferentes métodos y estrategias utilizadas para el estudio de estas funciones, así como relacionar e integrar toda esta información funcional con sus bases fisiológicas, celulares, bioquímicas y anatómicas en relación con la producción y regulación de la conducta y la cognición humanas.



Donación Editorial Wolters Kluwer

## MOORE. FUNDAMENTOS DE ANATOMÍA CON ORIENTACIÓN CLÍNICA

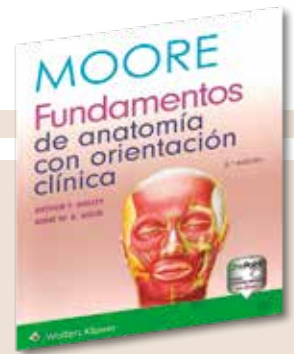
Arthur F. Dalley, Anne M. R. Agur. 6ª ed. Barcelona: Wolters Kluwer, 2019.

756 p. 28 cm. ISBN 978-84-17-60251-2 (R. 2251) 611

Presenta en un formato conciso, amigable y de fácil lectura los principios básicos de la anatomía clínica para estudiantes y profesionales de ciencias de la salud y disciplinas relacionadas. La obra incluye los diferentes elementos que la han caracterizado desde

casi 25 años: cuadros azules de correlación clínica, excelentes ilustraciones y ejemplos de diagnóstico por la imagen que establecen de forma precisa la importancia de la anatomía en el diagnóstico clínico en la atención primaria a la salud, la cirugía y la medi-

cina de urgencias. Además, cuenta con cuadros de anatomía de superficie con ilustraciones superpuestas para mejorar las capacidades clínicas y de diagnóstico y un capítulo completo de "Visión general y conceptos básicos" para una comprensión básica de la



información sistémica, la terminología y los conceptos básicos. Los esquemas de los capítulos y las tablas ilustradas resaltan temas clave e información para un estudio eficiente.

Donación del autor



## TRATADO DE RESECCIÓN MANUAL FIBROCONECTIVA. TOMO I

Jose Mª Siens Párraga. [S.l.]: J. M. Siens, 2019.

858 p. 24 cm. ISBN 978-84-09-16131-7 (R. 2256) 615.827

Se trata de un sistema de tratamiento basado en el conocimiento de la anatomía, histología y biología antropológica, clasificando el tipo de patología que presenta el paciente en tres grupos: lesiones mecánicas, lesiones de neurona motora inferior

(NMI) y lesiones de neurona motora superior (NMS). Estas se determinan integrando los síntomas del paciente y una serie de pruebas funcionales musculoesqueléticas, neurológicas y viscerales. Su verificación debe corresponder relacionadamente a las distintas partes corporales y

al proceso de lesión o enfermedad con la fase que esté cursando el sistema nervioso autónomo (SNA) ya sea simpática (SP) o parasimpática (PS). Cuenta con más de 1.000 fotografías reales con la zona anatómica insertada representadas en 3d en cada valoración y tratamiento.

Adquisiciones propias de la biblioteca

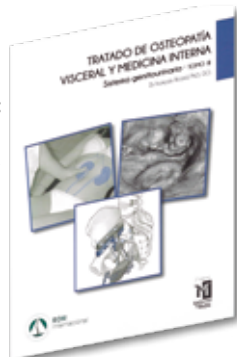
## TRATADO DE OSTEOPATÍA VISCERAL Y MEDICINA INTERNA.

### TOMO III. SISTEMA GENITOURINARIO

François Ricard- 2ª ed.- Madrid: Medos, 2018.

XIII, 540 p. 25 cm. ISBN 978-84-945882-6-6 (R. 2262) 615.828

Los conocimientos de la metamorfosis de los órganos y de las interacciones reflejas permiten un tratamiento de los trastornos funcionales y del estado general en el ámbito de los órganos internos, especialmente de la cavidad abdominal. Para cada órgano se explica la anatomía, fisiología, patología médica y el diagnóstico diferencial, antes de presentar el tratamiento. Estos tomos son el espejo de los cursos que el autor imparte en la Escuela de Osteopatía de Madrid.



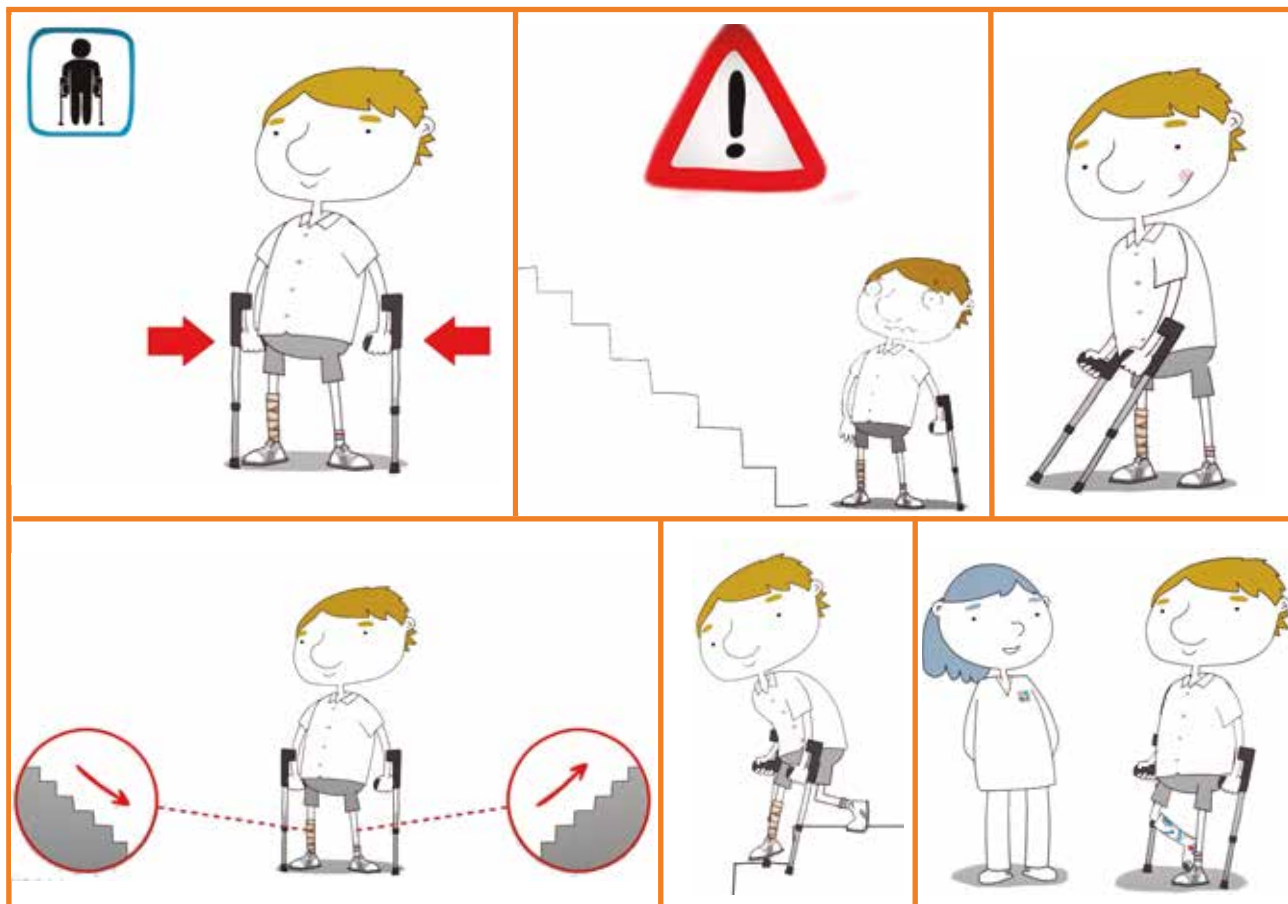
## EL CONCEPTO MULLIGAN DE TERAPIA MANUAL. LIBRO DE TÉCNICAS

Wayne Hing ... [et al.]. Badalona: Paidotribo, 2019.

XVIII, 506 p. 28 cm. ISBN 978-84-9910-723-3 (R. 2266) 615.827

Manual práctico y completo para terapeutas e investigadores que presenta más de 160 técnicas del concepto Mulligan, que incluye técnicas terapéuticas, ejercicios y técnicas de vendaje neuromuscular. Estas técnicas comprenden la movilización con movimiento (MCM), entre otras, como el fenómeno de liberación del dolor (PRP). Las técnicas MCM descritas se emplean solo cuando su aplicación no genera dolor y, si están indicadas, cuando son inmediatamente eficaces. El libro aborda todos los trastornos musculoesqueléticos a los que se enfrenta la práctica clínica.





## Consejos para no lesionarse con las muletas

La campaña '12 meses, 12 consejos de salud' del mes de junio aconseja cómo utilizar muletas para evitar riesgos y acelerar su recuperación.

Los fisioterapeutas madrileños desaconsejan apoyar la corva, zona de la parte posterior de la rodilla, sobre la empuñadura de la muleta, una práctica muy habitual en usuarios de este tipo de ayuda técnica, para evitar posibles dolencias y lesiones, pues se trata de una zona delicada que no se debe comprimir. Esta es una de las recomendaciones que recoge el videoconsejo del mes de junio de la campaña '12 meses, 12 consejos de salud', del Colegio.

Además, si tenemos que usar dos muletas, "la empuñadura deberá quedar al nivel de la

cadera y el codo flexionado a unos 30 grados. En la práctica, si estiramos el brazo, la empuñadura debería quedar a la altura del reloj"; explica la secretaria general del CPFCM, Montserrat Ruiz-Olivares.

Además, recuerda que "al caminar se adelantarán las dos muletas, colocando primero la pierna lesionada entre ellas y después la pierna sana, pudiendo ir alternándolas a medida que sintamos seguridad; si solo se apoya un pie se dará un impulso hacia delante".

Los fisioterapeutas repasan también la forma ideal de andar con una sola muleta

"Siempre que nos encontremos seguros y estables, al llevar una muleta la colocaremos al lado contrario de la lesión, ligeramente hacia fuera para aumentar la base de apoyo y siempre por delante del pie", puntualiza Ruiz-Olivares.

### Subir y bajar escaleras

A la hora de subir o bajar las escaleras, como regla general, Ruiz-Olivares recomienda recordar la expresión "pierna buena al cielo para subir y pierna mala al infierno para bajar", para despejar las dudas que nos puedan surgir sobre cómo proceder frente a unas

escaleras. Si se utilizan dos muletas, "lo recomendable será subir, en primer lugar, la pierna sana y las muletas, y la pierna lesionada después", añade. En caso de utilizar una única muleta, en el lado contrario a la lesión, tras la pierna sana subiremos la muleta y la pierna lesionada a la vez.

Por el contrario, a la hora de bajar las escaleras, iría en primer lugar las muletas, seguida de la pierna lesionada y, por último, bajaríamos la pierna sana. Si utilizamos una única muleta iría esta en primer lugar, después la pierna lesionada y la sana.



# Los consejos de CFISIOMAD sobre... Representación de Movimiento

El Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid explica cinco aspectos clave que aportan las técnicas de representación del movimiento en los pacientes con enfermedades crónicas.

- 1 Puedes realizarla sin necesidad de usar ningún instrumento.
- 2 Es importante seguir las indicaciones del fisioterapeuta para que sea efectivo.
- 3 Está indicado especialmente cuando no pueda realizar movimientos reales (inmovilizaciones, cirugías, etc.)
- 4 Estas herramientas pueden prevenir pérdidas de fuerza, movilidad, etc.
- 5 En algunos pacientes con dolor crónico, en los que aparece un exceso de prudencia al moverse, pueden ser el primer paso de la recuperación.



# La fisioterapia reduce el riesgo de contraer infecciones de los pacientes con ELA

Es una de las observaciones que hace el Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid (CPFCM) con motivo de la celebración, el pasado 21 de junio, del Día Mundial de la Esclerosis Lateral Amiotrófica (ELA).

Los fisioterapeutas inciden en la importancia de la fisioterapia en el tratamiento de los pacientes con ELA ya que los músculos de estas personas son incapaces de generar una fuerza adecuada por lo que se vuelve fundamental un tratamiento encaminado a mantenerlos en las mejores condiciones posibles. Además, los sanitarios recuerdan que los músculos respiratorios también se ven afectados por la enfermedad por lo que un correcto man-



tenimiento de los mismos retrasará el deterioro funcional, mejorará la calidad de vida del

paciente y reducirá el riesgo de infecciones.

“Los fisioterapeutas son los sanitarios encargados de indicar al paciente cómo trabajar y fortalecer esa musculatura respiratoria desde el inicio, enseñando una correcta respiración diafragmática y manteniendo la movilidad y elasticidad de la caja torácica”, explica la secretaria general del CPFCM, Montserrat Ruiz-Olivares. La labor del fisioterapeuta en el abordaje de la ELA tiene un triple enfo-

que, terapéutico, educacional y paliativo. “Terapéutico encaminado al tratamiento de los efectos y consecuencias producidos por la degeneración neuromuscular; educativo porque enseñamos pautas para reducir o retrasar las consecuencias de la pérdida de funcionalidad, y paliativo que estará encaminado a ofrecer herramientas que mejoren la calidad de vida y disminuyan el dolor en las etapas más complicadas de la enfermedad”, indica Ruiz-Olivares.

## Nuevo certamen de relatos de San Juan de Dios

El Centro Universitario San Rafael Nebrija convoca el XXII Certamen de Relatos Breves San Juan de Dios, que pretende estimular la creación literaria basada en la experiencia del cuidar y, de esa manera, contribuir a desarrollar la sensibilidad ante las diversas situaciones humanas que se generan alrededor de la enfermedad y la atención sanitaria.

En el certamen puede participar cualquier profesional o estudiante de Enfermería o de Fisioterapia que resida

actualmente en España. Cada participante puede presentar un solo relato y cada relato debe tener un único autor. No podrán participar quienes hayan recibido en uno de los dos años anteriores el primero o el segundo de los premios fijados en estas bases. El contenido de los relatos debe estar relacionado con el ejercicio de la Enfermería o la Fisioterapia, poniendo de manifiesto los aspectos humanos de la actividad profesional. Este año, además, se valorarán

de forma especial los relatos que traten la inestimable labor que han mostrado los profesionales de la salud durante la pandemia Covid-19. Los relatos han de ser originales e inéditos, escritos en castellano y es fundamental que tengan una extensión entre 5 y 10 páginas de tamaño DIN A4, con letra Times New Roman 12 o similar y estar a doble espacio. El fallo del jurado se dará a conocer en marzo de 2021. Para más información: [www.sanrafaelnebrija.com](http://www.sanrafaelnebrija.com)

## Agenda

### FISIOTERAPIA DEPORTIVA

**Especialización:** Fisioterapia del deporte y readaptación deportiva **Organiza:** IACES, SL

**Lugar:** IACES Madrid: Calle Saturnino Calleja, 1, 28002 Madrid **Duración:** 220 horas **Fecha:** Del 16 de octubre de 2020 al 20 de junio de 2021 **Precio:** 2.350€ **Información:** 653 17 23 42; <https://www.iaces.es/especializacion/fisioterapia-deporte-readaptacion-deportiva-madrid/3/>; [inscripciones@iaces.es](mailto:inscripciones@iaces.es) **Dirigido a:** Fisioterapeutas

# Guía de Clínicas de Fisioterapia 2020

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

**2020**

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, g. 28028 Madrid  
Tel.: 91 504 55 85  
cpfm@cfisiomad.org

FISIOTERAPEUTA



¿Sabías que gracias a **profesionales** como **Patricia** muchas personas han podido **recuperar su calidad de vida?**

**#YoVoyAlFisio**



Colegio Profesional de  
**FISIOTERAPEUTAS**  
COMUNIDAD DE MADRID

Descubre más en: [www.yovoyalfisio.com](http://www.yovoyalfisio.com)