

# 30 DÍAS

Nº 196. Octubre 2015



Publicación del Ilustre Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid

**JAVIER CASTILLO  
'POTY'**

Bailarín y coreógrafo

**“Mi trabajo  
me fascina”**



# Fisioterapia neurológica

## CONVOCATORIA III EDICIÓN

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

### 1 Objeto de la convocatoria.

El Ilustre Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid convoca un premio, en su segunda edición, al Mejor Trabajo Fin de Grado defendido durante el curso académico 2014/15 por estudiantes de las Escuelas / Facultades de Fisioterapia de la Comunidad de Madrid.

### 2 Dotación del premio.

Se concederá un premio de mil quinientos euros brutos (1.500 €), con la retención pertinente según la legislación vigente, entregándose al ganador en un diploma conmemorativo en el acto de entrega.

### 3 Candidatos.

Podrán concurrir a este premio los estudiantes de Grado en Fisioterapia de las Escuelas / Facultades de Fisioterapia de la Comunidad de Madrid que hayan defendido el Proyecto Fin de Grado en el curso 2014-2015 con aportaciones relevantes e innovadoras relacionadas con la actividad profesional del ámbito de la Fisioterapia y que hayan obtenido una nota mínima de 9,0 (SOBRESALIENTE).

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

### 4 Condiciones de Presentación.

La solicitud para participar en esta convocatoria se hará utilizando el impreso dirigido al Ilustrísimo Sr. Decano del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid.

El trabajo se presentará en formato pdf, en un soporte CD o DVD, en el que se constará según dato identificativo del autor y solo se consignará un título con un lema o pseudónimo. En el trabajo deberá existir cualquier referencia que pueda identificar al autor, director o tutor, o centro universitario de pertenencia, así como cualquier imagen o logotipo que incluya datos de identificación.

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

- El trabajo original (impreso en papel).
- Documento con todos los datos identificativos del autor, como nombres y apellidos, teléfono de contacto, correo electrónico, Facultad / Escuela de Fisioterapia donde haya cursado el Grado, así como el nombre del director / tutor del Trabajo Fin de Grado.
- Original del certificado de la Facultad / Escuela de Fisioterapia donde conste que se ha realizado dicho trabajo en dicha Facultad / Escuela, especificando la fecha de defensa del trabajo y la calificación obtenida en el mismo.
- El plazo límite de presentación de las solicitudes será el 16 de octubre del 2015, a las 20:00 horas.
- El envío de los originales se realizará por correo certificado o personalmente en la Secretaría del Ilustre Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid José Picón nº 9 / 28028 Madrid.

- En el caso que concurren más de ocho candidaturas, los miembros de la Junta de Gobierno que designe el Sr. Decano realizará una criba entre las mejores candidaturas y seleccionará a concurso un máximo de ocho candidaturas.

### 5 Comisión de Selección y Procedimiento.

El Jurado estará compuesto por un presidente, que será el Decano de la Institución o persona en que delegue, y dos miembros de la Junta de Gobierno que no tengan una vinculación laboral con ningún centro universitario al que pertenezcan los candidatos. Además, el Jurado también estará integrado por el titular de la asesoría científica de la Institución, y se invitará a participar al colegiado investigador principal que ha sido objeto del fallo al Mejor Proyecto de Investigación del año anterior. Estos dos integrantes serán titulares, siempre y cuando no tengan relación académica o hayan asesorado a los candidatos a este premio. Se nombrará a un secretario de jurado, este último sin voto, que podrá ser el presidente de la Comisión de Formación Investigativa o persona en quien delegue.

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

El fallo del Jurado será inapelable, comunicándose por escrito al beneficiario de la ayuda económica, y se hará público en un acto convocado a tal efecto el 17 de diciembre del 2015, en la sede colegial del Ilustre Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid.

El premio podrá ser declarado desierto si, a juicio del Jurado, ninguno de los proyectos presentados se hubiera merecido del premio.

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

### 6 Disposiciones finales.

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

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

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

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

## ANEXO I SOLICITUD DE PARTICIPACIÓN EN LA CONVOCATORIA PREMIO A MEJOR TRABAJO FIN DE GRADO

APELLIDOS Y NOMBRE \_\_\_\_\_

DNI/Nº \_\_\_\_\_ E-MAIL \_\_\_\_\_ TELEFONO \_\_\_\_\_

C/ \_\_\_\_\_ POBLACION \_\_\_\_\_ PROVINCIA \_\_\_\_\_ C.P. \_\_\_\_\_

Asimismo, declaro mi aceptación de las bases de la convocatoria.

En Madrid, a \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2015

Firma de solicitante \_\_\_\_\_

De conformidad con lo dispuesto en la Ley Orgánica 15/1999 de Protección de Datos de Carácter Personal, el Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid, con domicilio en C/ José Picón nº 9, 28028. - INCDRO le informa que los datos personales que nos ha proporcionado así como aquellos que nos proporcione en un futuro, serán incorporados a un fichero de datos de carácter personal responsabilidad de dicha entidad, con la finalidad de gestionar las comunicaciones que se puedan recibir con usted. Para ejercitar los derechos de acceso, rectificación, oposición y cancelación reconocidos por la legislación vigente, el interesado deberá realizar una comunicación a la dirección indicada anteriormente, indicando como referencia "Protección de datos".



Colegio Profesional de  
**FISIOTERAPEUTAS**  
COMUNIDAD DE MADRID

José Picón, 9 - 28028-Madrid  
Tel.: 91 504 55 05  
cpfm@chisiamartan.org

Ilmo. Sr. Decano del Ilustre Colegio Profesional de  
Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid.

## en este número

6

EN PORTADA  
Fisioterapia  
neuroológica



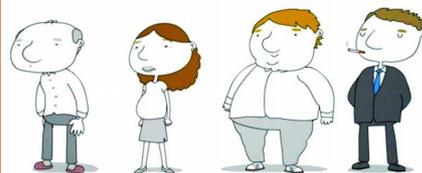
10

ENTREVISTA  
Javier Castillo  
'Poty'  
"Mi trabajo  
me fascina"



14

VIDA  
COLEGIAL  
VÍdeo-consejos  
del verano



4 TRIBUNA

5 EDITORIAL

14 VIDA COLEGIAL

16 Un colegio solidario

18 Bajada del IRPF

21 Nuevo convenio  
con Hygiene Plus

23 Biblioteca

24 VOZ DEL COLEGIADO

26 AL DÍA

28 MOTOR

29 DEVIAJE

30 FORMACIÓN

33 AGENDA

# 30 DÍAS



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

**Directora:** M<sup>a</sup> Sol García Flores. **Consejo de Redacción:** José Antonio Martín Urrialde, José Santos Sánchez-Ferrer, M<sup>a</sup> Carmen San Frutos Hernández, M<sup>a</sup> Sol García Flores. **Colaboraciones:** Comisiones y Secciones Profesionales del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la CM. **Redacción:** Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid (CPFCEM) C/ José Picón, 9. 28028 Madrid. Teléfono: 91 504 55 85 Fax: 91 504 22 02 [www.cfsiomad.org](http://www.cfsiomad.org) [cpfm@cfsiomad.org](mailto:cpfm@cfsiomad.org) **Editor:** CPFCEM

**Realización:** Servimedia S.A. **Imprime:** Industrias Gráficas Afanías **Depósito Legal:** M-23102-1998 **Tirada mensual:** 8.950 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.

# Breve experiencia en gestión



*Juan Antonio González García. Colegiado número 365*

En época estival se acumulan las vacaciones en muchos centros de trabajo, incluidos hospitales y unidades de Fisioterapia del ámbito público y privado. Toca reorganizar para que los pacientes puedan seguir siendo atendidos. Además, los responsables, supervisores, coordinadores, jefes o como quiera que se les llame, también tienen derecho a un merecido descanso. Y también hay que realizar su labor.

En esta coyuntura vacacional propusieron al que suscribe, quizás como último cartucho, suplir a la persona que dirige un equipo integrado en su mayoría por fisioterapeutas, además de algunos terapeutas ocupacionales, auxiliares y celadores. Al primer sentimiento de sorpresa y, tal vez, de algo de agradecimiento, le siguieron sensaciones de compromiso con el resto de compañeros, de responsabilidad y de inquietud ante la posibilidad de no saber llevar a cabo la tarea con un mínimo de solvencia. Todo se aderezó con una dosis de urgencia y, con ello, cierto miedo escénico ante el nuevo papel, que pudo aplacar el autoconvencimiento de que lo hacíamos como contribución, favor o ayuda al equipo, y que los errores serían tratados con indulgencia.

Pues bien, tras dos semanas de ascenso imprevisto y reversible, volvemos a ser un fisioterapeuta raso. Las experiencias han de valorarse, seguro que con más justicia, con el tiempo, pero vamos a atrevernos a mostrar algunas de las reflexiones surgidas con esta.

Primero de todo, creemos en la

dificultad que entraña la dirección de un grupo de personas cuando además se ejerce un puesto intermedio, sometido a presiones desde arriba y desde abajo. Se pueden generar muchas antipatías por tener que ser polea de transmisión de decisiones e imposiciones. Nuestra breve experiencia no ha cambiado este parecer aunque, dada la naturaleza de estas sustituciones, no hayamos tenido que padecer esos malos tragos. Asumido este reconocimiento, también hay que decir que se puede hacer con más o menos justicia, equilibrio, cercanía, comprensión y defensa del grupo. Ahí están las capacidades innatas y adquiridas de los jefes.

Trabajar con otros profesionales, en este caso terapeutas ocupacionales o médicos rehabilitadores, nos ha ampliado la visión de lo que hacen y no hacen, de la coordinación existente y de la que sería deseable, de la necesidad de comunicación entre los integrantes de un equipo que comparte pacientes. También hemos aprendido algo sobre el trabajo de auxiliares, de administrativos y de otros profesionales con los que circunstancialmente hemos tenido relación.

Hemos lidiado con la lista de pacientes en espera de fisioterapia, las dificultades y obstáculos en su manejo, y no hemos cambiado nuestro pensamiento expresado ya en esta página previamente. No deberíamos asumir retrasos en ciertos procesos en los que para la fisioterapia tienen especial relevancia los tiempos sin plantearnos soluciones

ya puestas sobre la mesa. Desde un punto de vista humano, hemos comprendido más si cabe la necesidad en empatizar y comprender problemas de usuarios, familiares y personal sanitario. Es difícil abstraerse a la petición de los mismos y, afortunadamente, no ha habido ocasiones en las que tuviéramos que desoírlos.

Seguro que ha habido más. Pero, en definitiva, lo más sobresaliente es que hemos entendido mejor la tarea de un supervisor de Fisioterapia y hemos corroborado la ausencia de formación que tuvimos y tenemos los fisioterapeutas, y tienen los estudiantes de Grado, en la importante faceta de la gestión. Y no será porque no se contempla en la ORDEN CIN/2135/2008 cuando habla de “habilidades de gestión clínica que incluyan el uso eficiente de los recursos sanitarios y desarrollar actividades de planificación, gestión y control en las unidades asistenciales donde se preste atención en fisioterapia”.

Como nos han comentado algunos colegas, tal vez sería bueno que todos pasáramos en alguna ocasión por estos puestos. No sabemos si será para tanto, pero sí pensamos que deberíamos ser más conscientes del trabajo de los compañeros que realizan tareas de gestión, comprender su labor, a veces ingrata, sin que ello nos impida reclamar, pedir o exigir todo aquello que consideremos justo o necesario para el buen funcionamiento de los grupos y para la mejora de la asistencia en fisioterapia.

# La formación continuada, nuestro camino



*Tenemos que posicionarnos bien y hacernos sentir dentro del ámbito sanitario y en la sociedad. Por suerte, hay un camino.*

Todo evoluciona constantemente, desde el ser humano hasta nuestro planeta.

En los últimos años los progresos científicos han tomado una velocidad vertiginosa moldeando nuestro quehacer diario. Lo mismo ha sucedido en las disciplinas dedicadas a la salud. Los descubrimientos sobre el cuerpo humano, desde las moléculas hasta los distintos sistemas, mejoran la calidad y prolongan nuestras vidas. Pero, ¿la fisioterapia ha progresado adecuadamente?

Nuestra profesión debe seguir el rumbo marcado por las evi-

deor, puede causarle daño al paciente.

¿Que significa, entonces, actuar dentro del modelo científico?

- Identificar el problema que nos preocupa y elaborar preguntas susceptibles de respuesta. De esta manera, convertiremos las incertidumbres clínicas en preguntas que puedan ser respondidas mediante la investigación científica.

- Localizar la mejor evidencia en la literatura científica. Este paso requiere saber buscar con exhaustividad y eficiencia los trabajos científicos desarrollados sobre nuestro tema de interés (búsqueda bibliográfica).

- Realizar la lectura crítica de artículos. Saber evaluar críticamente la validez de un trabajo científico, saber interpretar los resultados y poder determinar su aplicación a cada paciente.

- Aplicar los resultados a la práctica clínica. Introducir los avances mediante protocolos de asistencia a partir de la adaptación o desarrollo de guías de práctica clínica basadas en la evidencia.

- Evaluar los resultados obtenidos en la propia práctica y contrastarlos con los de referencia.

Como bien se sabe, la Fisioterapia se desenvuelve en distintos ámbitos sanitarios y la experiencia (la clínica) nunca pierde relevancia. Entonces, ¿de qué manera podemos compaginar

los resultados de la investigación en laboratorio con las evidencias clínicas? El camino sugerido contempla:

- Tener una actitud positiva hacia las evidencias relevantes.

- Trasladar los resultados teóricos a la aplicación clínica.

- Clarificar y mantener con firmeza la argumentación de los resultados.

- Comprobar los resultados a través de la discusión multidisciplinaria.

- Propiciar el ambiente hospitalario (clínico) como lugar de encuentro entre académicos, clínicos, pacientes y estudiantes.

- Incluir otras áreas científicas. Nuestro Colegio (como distintas instituciones dentro de nuestro campo), en constante renovación, ofrece un atractivo y extenso abanico de actividades en formación continuada.

No desaprovechemos avanzar en el perfeccionamiento profesional y así adquirir nuevas herramientas que permitan enfrentarnos nuevos y cada vez más exigentes retos.

El llamamiento e invitación de parte de nuestro Colegio es para que no dejemos pasar el tren de la formación continuada. De esta manera haremos valer lo que realmente sabemos hacer, lo que hemos hecho y los deseos de aprender y desarrollar nuestro valor como sanitarios. Siempre por el bien de nuestros.

**No podemos dejar pasar el tren de la formación continuada para hacernos valer y desarrollar nuestro valor como sanitarios**

dencias científicas. Es la demanda del modelo de la fisioterapia contemporánea, la del siglo XXI; y no nos podemos quedar atrás. Surge entonces una pregunta: ¿estamos preparados para asumir el camino científico? Las consecuencias de la equivocación son graves. Actuar a partir de pruebas científicas inválidas o incorrectas es probablemente peor que actuar sin pruebas. Además, en el mejor de los casos, la práctica se distorsiona de manera inconsciente, y, en el

## TRABAJO EN LAS LESIONES NEUROLÓGICAS

# FISIOTERAPIA PARA CONTROLAR EL CUERPO

Conseguir una mejor calidad de vida, a través de una mejora funcional, es el reto al que se enfrenta la Fisioterapia neurológica, una especialidad que cuenta con múltiples tratamientos y que requiere un avance en la investigación.

**T**odo tipo de alteración del sistema nervioso central, ya sea adquirido (ictus, traumatismo craneoencefálico), hereditario (distrofias musculares) o degenerativo (esclerosis múltiple, esclerosis lateral amiotrófica, ataxia) es susceptible de beneficiarse del abordaje fisioterapéutico, que pretende estimular, corregir, guiar y facilitar la vida del paciente de manera adecuada.

Laura Rubio, fisioterapeuta especializada en el tratamiento de adultos con lesiones del sistema nervioso y trabajadora del Centro Lescer, el principal objetivo de la fisioterapia “es conseguir la recuperación funcional y la mejora de la calidad de vida de los afectados”, dos aspectos que se consiguen según demuestran numerosos estudios. Para ello, se busca “aumentar la estabilidad a nivel central para obtener movimiento a nivel distal, obtener un patrón de marcha funcional y mejorar la percepción del cuerpo en el espacio a través del entorno”.

Este año, la esclerosis múltiple ocupa un lugar especial dentro de todas estas lesiones, debido a que el Día de la Fisioterapia, que se celebró el >>



El CPFCEM ha hecho público un vídeo sobre la fisioterapia y la esclerosis múltiple. Este se puede consultar, tanto a través del enlace <https://youtu.be/vKyQYaafxaM> como del siguiente código QR:





» pasado 20 de septiembre, abordó especialmente el tratamiento de esta afección. El objetivo de la fisioterapia en estos pacientes es “saber la sintomatología y trabajar sobre esos síntomas, para que su nivel de actividad y de participación y, por tanto, la calidad de vida, sea la que mejor posible”, afirma Charo Ariza, directora del Centro de Rehabilitación Neurológica (CRENE) y fisioterapeuta especializada en el tratamiento de lesiones neurológicas. “Siempre teniendo en cuenta que es una enfermedad degenerativa, sin curación, y hemos de ser realistas”, lamenta Ariza.

### Tratamientos individualizados

¿Existe algún tratamiento que ofrezca mejores resultados? Como cada lesión y cada paciente son diferentes, se utilizan tratamientos individualizados de fisioterapia neurológica.

Laura Rubio aclara que en el Centro Lescer, donde trabaja, “se utilizan diferentes herramientas terapéuticas que facilitan el logro del objetivo marcado como la terapia manual, la punción seca, el vendaje neuromuscular, la terapia robótica (Lokomat®), la realidad virtual y la terapia acuática. Los resultados no dependen tanto del tipo de herramienta empleada sino, más bien, de la elección de la herramienta adecuada en función de cada paciente, su estado premórbido, sus aficiones, el tipo de lesión y el entorno”.

Rubio explica que realiza “un abordaje multidisciplinar para poder abordar al paciente desde la globalidad. El equipo está formado por terapeutas ocupacionales, logopedas, neuropsicólogos y fisioterapeutas, además de un equipo médico y, por supuesto, cuenta con el apoyo de la familia, pilar fundamental en la rehabilitación”.

Charo Ariza considera que, en el caso de las personas con esclerosis múltiple, “el concepto Bobath ayuda a valorar al paciente desde el daño que tiene en su sistema nervioso central. Mide la limitación de las actividades de su vida diaria y el nivel de participación. Esto es la base para poder ayudar en la mejoría”. Ariza defiende el uso de este tratamiento por su sistema de valoración. “En el diagnóstico inicial del paciente con esclerosis múltiple se realizan pruebas para saber dónde se encuentran las placas de desmielinización. De esta forma, sabemos dónde trabajar específicamente”, asegura la directora del CRENE.

El problema surge cuando en el progreso de la enfermedad la sanidad pública no proporciona al paciente pruebas para conocer otros focos de

## DÍA DE LA FISIOTERAPIA EN MADRID

Afectados por enfermedades del Sistema Nervioso Central explicaron el pasado 20 de septiembre, Día de la Fisioterapia en Madrid, en una carpa instalada por el CPFCM en la meta de la carrera ‘Madrid corre por Madrid’, cómo la fisioterapia les ayuda a desarrollar sus actividades de la vida diaria, convirtiéndose en una figura “fundamental” para su bienestar.

El acto contó con la participación de la viceconsejera de Educación no Universitaria, Juventud y Deporte de la Comunidad de Madrid, Carmen González; el vicedecano del CPFCM, Ricardo Urrez; el presidente de FAMMA, Javier Font y el presidente de la Asociación Esclerosis Múltiple Madrid (ADEMM), Gerardo García.



*El objetivo de la fisioterapia es conseguir la recuperación funcional y la mejora de la calidad de vida de los afectados de lesiones del sistema nervioso central*

daño y es el terapeuta ocupacional, neuropsicólogo, logopeda o fisioterapeuta, el que averigua el avance de la enfermedad. Según Ariza, “con el concepto Bobath podemos ver y tratar los déficits de estos pacientes para poder prolongar su independencia”.

Laura Rubio explica también que “utilizamos el concepto Bobath como marco de referencia basado en el control motor, aprendizaje motor y la plasticidad neural teniendo en cuenta la biomecánica del movimiento fisiológico”.

### El paciente

¿Es necesaria la colaboración del paciente? El equipo de Charo Ariza trata “desde pacientes en coma, ya sea inducido o vegetativo, a lesiones mucho más reducidas. Gracias a los estímulos exteroceptivos se pueden producir cambios en las respuestas del sistema nervioso central”.

Pero el estado emocional en algunas lesiones es vital a la hora de abordar una lesión. Para Ariza,



“cuando se les diagnostica la enfermedad, es muy importante el trabajo del psicólogo. Es tan importante que puede hacer que una enfermedad avance más lentamente. Una vez superado este proceso, nuestro objetivo es rehabilitar o mantener durante más tiempo posible el nivel de participación del paciente en su vida”.

Otro de los aspectos destacados de la fisioterapia neurológica es que, a día de hoy, queda mucho por descubrir. Esto es así porque el sistema nervioso es una estructura muy compleja y aún se desconocen muchos de sus mecanismos de actuación y cómo responde ante la lesión.

Según Ariza, “apenas estamos arrancando en el desarrollo de la información del sistema nervioso central”. En este sentido, la fisioterapeuta cree que existen dos terrenos: “la investigación con células madre, para intentar trasplantar y recuperar la totalidad del sistema nervioso central dañado, y la robótica, pero más como un complemento a lo que hacemos en rehabilitación”.

*En Fisioterapia  
neurológica se  
utilizan  
tratamientos  
personalizados  
para cada  
lesión y cada  
paciente*

Por otra parte, Laura Rubio afirma que “en el Centro Lescer apostamos por la realidad virtual aumentativa en busca de un entorno más normalizado y ecológico que permita extrapolar las mejoras obtenidas en un entorno protegido como es la vivienda o el centro de rehabilitación”.

En lo que se refiere a la investigación en el concepto Bobath, Charo Ariza aclara que “la medición con escalas o test homologados para ver los cambios objetivos que se producen en el paciente son de vital importancia para objetivar nuestros tratamientos”. Sin embargo, lamenta que “el problema de estas escalas es que miden la cantidad y no la calidad, y es difícil llevar a cabo una investigación lo más objetiva y precisa, por el tiempo que tiene que dedicar el profesional y los distintos parámetros que tenemos que tener en cuenta a la hora de valorar un tratamiento”. ■

Pedro Fernández  
Fotos: cedidas por el CRENE



Javier Castillo  
'Poty'. Bailarín

# “MI TRABAJO ME FASCINA”

El bailarín y coreógrafo, uno de los rostros más populares de la televisión, hace un repaso a su trayectoria artística, repleta de éxitos.

Quedamos con Javier Castillo, más conocido como 'Poty', en un lugar emblemático que conoce muy bien: la Gran Vía de Madrid. Por momentos, conversar con él parece imposible, y no pasan ni dos minutos sin que alguien se acerque a saludarle o pedirle una foto. Finalmente, conseguimos nuestro objetivo y logramos entrevistar a uno de los artistas más queridos del país.

## ¿Cuándo comenzó su afición por el baile?

En casa siempre hemos tenido una vena artística: mi hermana canta; mi padre bailaba claqué... Hemos sido todos un poco folclóricos, aunque el único que ha hecho profesión de esta vena artística he sido yo. Fue una decisión que tomé estando en la *milli*, en el Cuerpo de Paracaidistas. Todas las tardes hacíamos cola en una cabina para llamar a casa por teléfono. Llamé y me dijo mi madre: 'han montado una escuela de ballet clásico en Torrelavega', mi ciudad. Y le contesté: 'pues apúntame, que quiero ser bailarín'. Todo en un tono muy bajo, para que no me escuchasen. Ahí empieza mi andadura.

## ¿Cómo recuerda esos inicios?

Me matriculé en la escuela de Torrelavega, >>

El bailarín, en medio de una de las calles más emblemáticas de Madrid, la Gran Vía.

» en la que me auguraron un futuro nada prometedor. Tenía 20 años, una edad tardía, al máximo, para hacer una actividad física. Mis maestros, Peter Smink y Eduardo Akamine, a quienes les debo todo, recuerdan que entró por la puerta un chaval espigado y con buena planta, pero que nada más tenía eso. No tenía ni oído, ni ritmo, ni condiciones. Estaban dormidas. Me metieron en una clase con 20 señoras estupidas del pueblo, que iban a hacer ballet como mantenimiento, y estuve a punto de tirar la toalla. Pensaba: 'esto no es lo que quiero, yo quiero bailar'. Pero a los seis meses, me dijeron: 'vemos tu evolución, tu trabajo y vamos a llevarte al conservatorio, a Madrid. El bailarín que llevabas dentro ha aparecido'. A partir de ahí me cambió la vida de forma definitiva. Me matriculé en el Real Conservatorio de Arte Dramático y Danza de Madrid y empecé a estudiar. Un tiempo después, Maya Plisetskaya, la más grande de todos los tiempos, me eligió para formar parte del Ballet Lírico Nacional.

**Es una persona muy popular. ¿Cómo lleva la fama y que le aprecien tanto?**

No te fíes de las falsas modestias, lo que me pasa a mí es de agradecer. Que te conozca todo el mundo está muy bien pero, hoy en día, es conocido cualquiera. Con salir en la tele ya te haces popular. Pero que te quiera la gente es una gran diferencia, y yo me siento muy querido. En Estados Unidos, donde llevo varios años haciendo muchas cosas, me he hecho muy popular y querido. Y en mi tierra, donde estamos siempre caminando sobre un campo de minas, es doble suerte que la gente te quiera. Me siento muy orgulloso y no lo llevo mal sino todo lo contrario. De mí se habla por mi persona y por mi trabajo, y eso es de agradecer. Trato de atender a todo el mundo con una sonrisa, con un beso y con cariño, porque es lo mejor que te puede pasar, que se acerque alguien y te diga cosas bonitas.

**Tiene múltiples facetas: coreógrafo, director artístico, presentador, productor... ¿En cuál se siente más cómodo?**

Es una suerte no que las tenga, sino que las pueda desarrollar, porque tú puedes ser un pintor maravilloso y que no te compre un cuadro nadie. Yo he tenido mucha suerte y doy gracias todos los días por esto. Este tipo de profesiones son complicadísimas y poder desarrollarte en

*“El mundo del cine es fascinante aunque muy cansado”*

*“Mi profesión ha estado siempre vinculada a los fisioterapeutas”*

tantas cosas es una suerte. Con respecto a la pregunta, pongo mucho entusiasmo en cualquiera de las cosas que hago, todo lo disfruto muchísimo. Mi trabajo me fascina y, además, se ha convertido un poco en una forma de vida. Es una suerte haber podido hacer tantas cosas. Y, como puedes imaginar, no me estoy despidiendo. Voy a seguir haciendo más cosas porque el día a día ofrece muchas posibilidades. De hecho, llevo cinco años en Estados Unidos y estoy haciendo un millón de cosas a la vez.

**En abril terminó el rodaje de ‘Mi gran noche’, la nueva película de Alex de la Iglesia y de cuya coreografía ha sido responsable. ¿Cómo ha sido la experiencia?**

Ya había hecho unas cuantas cosas en el cine. He trabajado con Santiago Segura, Pilar Miró, Álvaro Sáenz de Heredia, David Trueba... No conocía a Alex y ha sido una suerte trabajar con él, es un grandísimo director. Ha sido espectacular la relación que hemos tenido, me ha dejado un campo gigante para crear. Es fascinante el mundo del cine, aunque muy cansado porque está muy milimetrado. En la tele, si te caes te caes, mientras que, en el cine, paras, cortas y hay que repetir millones de veces. Pero me siento muy satisfecho porque le ha gustado al director, que es la persona que confió en mí, y porque he tenido la oportunidad de trabajar con grandes actores como Blanca Suárez, Mario Casas, Carolina Bang, Hugo Silva o Jaime Ordóñez. Ninguno de ellos bailaba, ha surgido una relación de amistad espectacular y hemos salido felices con el resultado. Mario Casas, por ejemplo, me decía: 'Poty, es increíble, no pensé en mi vida que iba a bailar'. Y hace un numerazo.

**Acaba de participar en la segunda temporada de ‘Capacitados’, que emite La 2 de TVE y en la que preparaba una coreografía con un grupo de bailarines con síndrome de Down.**

Ha sido una de las experiencias más bonitas de mi vida, uno de los trabajos más gratificantes. Se me ponen los pelos de punta al recordarlo. Se creó un clima de trabajo y amistad impresionante. Me metí en mi mundo y los veía como bailarines, nada más. Cuando tenía que decirles que algo estaba mal les hablaba sin cautela, normal, como cuando hablo a bailarines que, aparentemente, tienen todas las capacidades en su sitio. No pude encontrar la discapacidad de los baila-



'Poty' ha participado en programas de televisión exitosos como 'Operación Triunfo' o '¡Mira quién baila!'.

rines de la compañía de danza por ningún sitio. A día de hoy todavía sigo buscando su discapacidad porque no la he encontrado. Pude comprobar en primera persona que aquello era una maravilla. Fue otro premio y una suerte trabajar con ellos. Este tipo de experiencias son muy positivas. Si a través de gente popular se pueden hacer cosas... ¡Vamos a hacerlo!

### **A lo largo de toda su vida profesional, ¿se ha lesionado en alguna ocasión?**

Sí, he tenido muchas lesiones. La mayoría porque decidí, como decía antes, empezar a bailar muy tarde, cuando el cuerpo ya estaba formado, y una actividad física de élite, como la danza o el ballet clásico, en la que tienes que poner el cuerpo al máximo, me ha provocado varias lesiones. Una de las más graves fue el día que me examiné en el Conservatorio. Iba a empezar el ensayo y, haciendo una 'batería', choqué un pie contra el otro en el aire y me lo rompí. Eso sí, conseguí examinarme y aprobar, con el pie roto. Luego regresé a Cantabria y me operaron rápidamente.

### **¿Le ha tratado alguna vez un fisioterapeuta?**

Mi profesión ha estado siempre vinculada a los fisioterapeutas, han formado parte de mi vida porque dependemos mucho de ellos. Soy muy fan de los fisios.

### **Antes de bailar, ¿se prepara físicamente?**

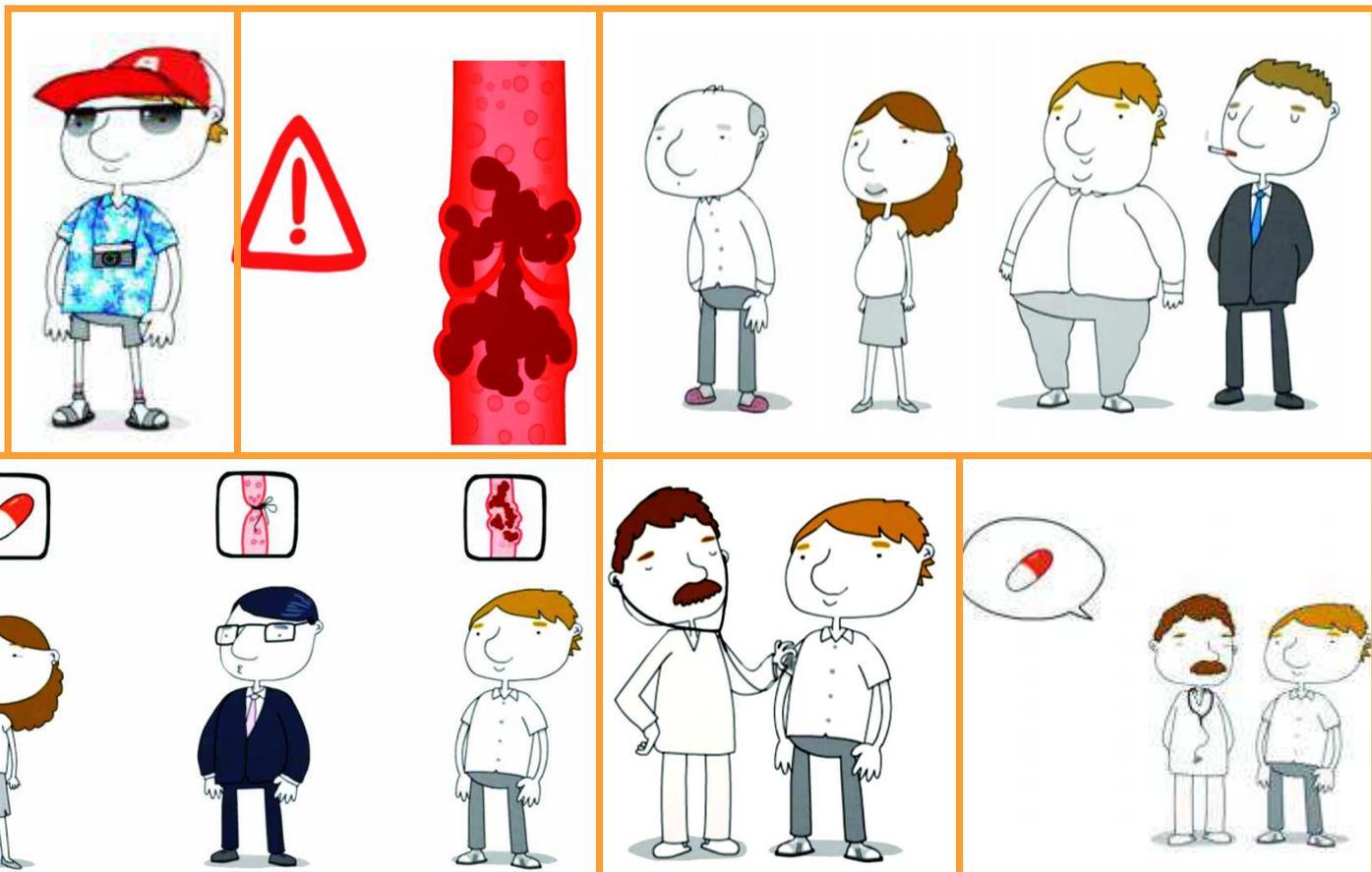
Lo que hay que hacer es calentar. En cualquier tipo de actividad física hay que hacer un previo, un calentamiento para poner en marcha el cuerpo para la actividad que vas a hacer. Tanto antes como después. Al final del ejercicio también tienes que estirar, volver a relajar el cuerpo.

### **¿Hace algún tipo de ejercicio?**

Sí. En este trabajo todo es movimiento, desde montar una coreografía a estar en la sala de ensayo. No es algo que puedas hacer desde un despacho, hay que estar. Además, hago mucho deporte. Salgo en bicicleta prácticamente todos los días y practico *paddle surf*, un deporte muy completo y de una dureza tremenda. Siempre he estado muy vinculado a todo tipo de ejercicio. De hecho, bailar es un ejercicio completísimo, como o puedes imaginar. ■

Meritxell Tizón Gutiérrez

Foto: Jorge Villa



## Recomendaciones para prevenir el síndrome de la clase turista

El Colegio ha dedicado el vídeo-consejo del mes de julio de su campaña '12 meses, 12 consejos de salud' a la prevención del "síndrome de la clase turista", que se suele presentar debido a la poca movilidad de las piernas en espacios reducidos, como en el avión o en el coche, durante desplazamientos largos.

En el corto de animación del vídeo-consejo del pasado mes de julio, la Institución colegial explicó que el síndrome de la clase turista provoca la formación de trombos en las extremidades inferiores. Los colectivos más propensos a sufrirlo y, por lo tanto, los que más cuidado deben tener al respecto, son las mujeres embarazadas, aquellas que tomen anticonceptivos orales, las personas obesas, los ancianos, los fumadores y las personas con hipertensión

o que hayan padecido anteriormente una trombosis. Aunque este síndrome es poco habitual en personas sin factores de riesgo, no llegando a uno por ciento de prevalencia, en quienes sí los presentan el riesgo aumenta hasta un cinco por ciento. En estos casos, los fisioterapeutas recomiendan consultar con un médico la posibilidad de tomar algún tipo de anticoagulante durante el viaje. El secretario del Colegio, José Santos, aclara que el pro-

blema suele obedecer al poco espacio existente en los aviones para mover las piernas. "Si el viaje es prolongado, la acumulación en las venas de las piernas puede acabar formando un coágulo y, aunque generalmente se diluye solo, existe la posibilidad de que permanezca o se desprenda sin haberse diluido, liberándose en la circulación y llegando a provocar incluso una embolia de pulmón, que se manifiesta habitualmente en forma de di-

ficultades respiratorias, taquicardia, dolores en el pecho y, en algunos casos, pérdida de conocimiento".

### Cómo prevenir el síndrome

El Colegio ofrece una serie de recomendaciones para evitar el síndrome del turista:

- Vestir ropa cómoda y holgada y llevar calzado cómodo.
- Aflojarse el cinturón del pantalón y los cordones.
- Emplear medias de compresión elástica, si es necesario.
- Levantarse con frecuencia durante el viaje a dar un pequeño paseo.
- No cruzar las piernas, dejarlas colgando o tenerlas excesivamente dobladas.
- No cobcbar el equipaje de mano bajo el asiento delantero.
- No consumir alcohol, té, café y otros excitantes.

## Peligros de los falsos cursos sanitarios

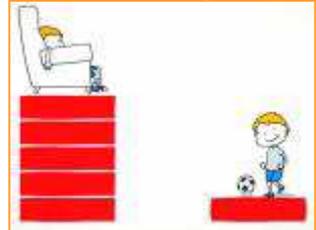
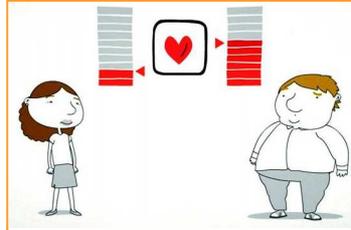
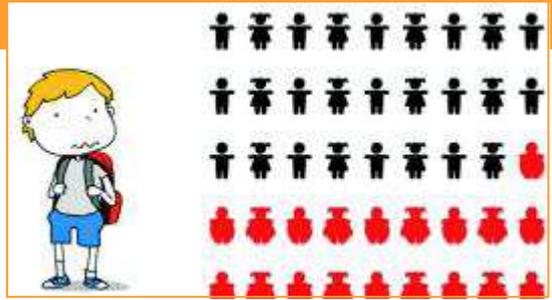
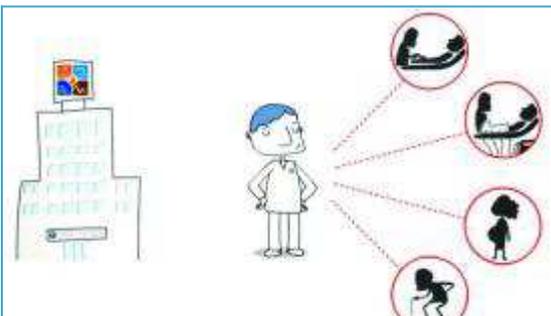
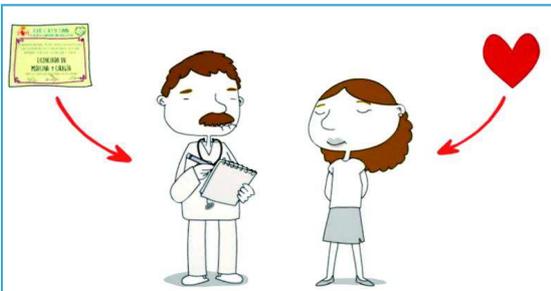
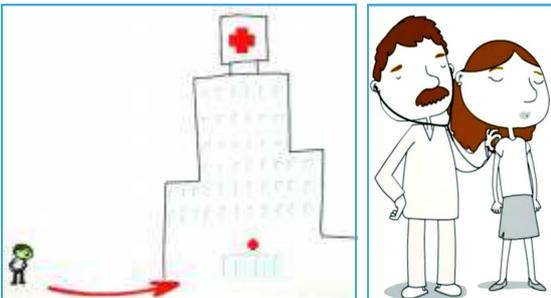
En el vídeo-consejo de agosto, el Colegio informó a los ciudadanos de la proliferación de falsos cursos sanitarios que utilizan publicidad engañosa, así como sobre los falsos profesionales que ejercen sin titulación.

El Colegio recordó que estos cursos no habilitan para ejercer ninguna profesión sanitaria.

Además, para evitar caer en manos de personas

no cualificadas que puedan empeorar nuestra lesión o incluso generar nuevos problemas, la Institución colegial insiste en recordar la importancia de exigir que quien nos trate sea un profesional sanitario acreditado.

El CPFCM también denuncia que, en España, existe una gran falta de control respecto a las llamadas "terapias alternativas" o la "naturopatía", y reclama a la Administración la creación de una regulación específica que controle estas actividades y proteja al ciudadano que, por desconocimiento o confusión, se pone en manos de estos falsos profesionales.



## Consejos contra el sedentarismo infantil

El 43 por ciento de los escolares españoles padece sobrepeso, lo que lleva a España a ocupar uno de los primeros puestos europeos en prevalencia de obesidad infantil. Una de las razones de este sobrepeso es el sedentarismo en la edad infantil. Por esa razón, el CPFCM dedicó el vídeo-consejo del pasado mes de septiembre a ayudar a reducir el sedentarismo.

En este sentido, el Colegio aconseja limitar a una

hora al día las actividades sedentarias, como ver la televisión (los niños y adolescentes se pasan de 1,5 a 2 horas frente a la TV, los videojuegos o el uso de internet.

Además, los fisioterapeutas creen que los adultos deben regalar artículos que estimulen la actividad física, como balones o bicicletas; y recomendar actividades físicas en familia, y desaconsejan el uso de móviles en menores de 13 años.

Vídeo-consejos



## Una institución solidaria

**El Colegio ha donado 2.749 euros a la Asociación Bokatas y otros 10.000 euros a cuatro comedores sociales de Madrid, a través de las aportaciones trimestrales del 0,7 por ciento de su presupuesto anual colegial.**

Bokatas es un proyecto de acción directa, integrado en su totalidad por voluntarios que acompañan a personas sin hogar, que reparte bocadillos y bebidas, como medio para acercarse a ellos y a sus necesidades.

Según ha explicado su portavoz, Esperanza Vera, los voluntarios de esta entidad pretenden ser el puente entre estas personas y los recursos sociales, ayudándoles en las gestiones relacionadas con los empadro-

namientos, el acceso a la sanidad, etc. Con seis sedes en Madrid y una en Valencia, Bokatas está compuesta actualmente por 350 voluntarios y atiende en total a entre 300 y 350 personas sin hogar.

## 6.000 euros para la Fundación Síndrome de Dravet

El Colegio ha donado a la Fundación Síndrome de Dravet 6.000 euros para contribuir a la financiación de los proyectos de investigación de la entidad, que persiguen encontrar la cura para esta enfermedad rara, similar a la epilepsia. Se trata de la cuantía económica que recibió el Colegio de la Fundación Ad Qualitatem, como premio por la campaña de prevención



de lesiones en escolares. Uno de los principales proyectos en los que trabaja la Fundación es un test genético, gratuito

para los pacientes, que se desarrolla en el Hospital Universitario La Paz de Madrid y permite diagnosticar la enfermedad con una simple muestra de sangre. La tasa de mortalidad en menores de 18 años que padecen esta patología es del 20 por ciento y afecta a unas 2.000 personas en España, la mayoría de las cuáles está sin diagnosticar.

El secretario general del CPFCM, José Santos, ha explicado que el Colegio buscaba “una organización que atendiera las necesidades socio-sanitarias de aquellas personas que estén en la calle. La Comisión de Voluntariado del CPFCM conoció y estudió este proyecto y, desde la Junta de Gobierno, se aprobó que la donación fuera destinada a él”.

Además, según ha destacado el decano, José Antonio Martín Urrialde, se eligió esta entidad como beneficiaria porque desarrolla prácticamente la totalidad de su actividad en Madrid.

La donación del Colegio irá destinada tanto a la compra de alimentos como a la financiación de un centro de acompañamiento de reciente apertura.

### Comedores sociales

La Institución colegial también ha donado 10.000 euros a los comedores sociales de Santa María de la Cabeza de las Misioneras de la Caridad Madre Teresa de Calcuta, al del Centro de Día Luz Casanova, al del Centro Social Mensajeros de la Paz Villaverde y al de la Asociación Manos de Ayuda Social, con una aportación de 2.500 euros por comedor. El Colegio ayuda a financiar iniciativas solidarias desde 1998, a través de aportaciones económicas trimestrales. En los últimos 16 años, ha colaborado con más de 60 organizaciones en el desarrollo de programas sociales y de ámbito sanitario, tanto en España como en países en vías de desarrollo.

## Nuevo Defensor del Ciudadano

Ramón Bonilla ha sido designado Defensor del Ciudadano, un cargo que ejercerá hasta que concluya la legislatura de la actual Junta de Gobierno. La Institución colegial también ha nombrado adjunta al Defensor a la colegiada M<sup>ª</sup> Antonia Antoranz Martínez.

El reglamento de esta nueva figura establece que será la encargada de proteger los derechos de los ciudadanos, ayudando a esclarecer las acciones administrativas que impliquen lesión de derechos e intereses particulares de los mismos con ocasión del uso y consumo de los servicios profesionales de los fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid. Será independiente de la Junta de Gobierno en sus actuaciones, desempeñando su cargo con plena autonomía.



## Voluntarios para la comisión de control

La Junta de Gobierno anima a todos los colegiados a participar en la Comisión de Control Presupuestario, que se encargará de verificar el grado de cumplimiento presupuestario del Colegio, según el análisis trimestral que se realiza del presupuesto anual aprobado en la Asamblea General Ordinaria. Los interesados deberán comunicarlo en Secretaría a través del correo [cpfm@cfsiomad.org](mailto:cpfm@cfsiomad.org), y serán nombrados en la Asamblea General Ordinaria, que tendrá lugar el próximo mes de diciembre. Si se recibieran muchas candidaturas, se procedería a un sorteo para designar a los miembros de la Comisión, que tomarían posesión a partir del próximo mes de enero de 2016.

## El Gobierno adelanta la rebaja del IRPF

El gobierno anunció recientemente el adelanto de la bajada de tipos en el IRPF, tanto en la base imponible general como en la del ahorro, que debía entrar en enero de 2016, según lo establecido en la reforma fiscal aprobada el pasado año.

Esta bajada se pretendía hacer en dos periodos, una reducción en 2015 y otra en 2016. La de 2015 ya se aplica desde el pasado 1 de enero. La prevista para 2016 se adelanta al 1 de julio.

### ¿Qué supone este adelanto?

La escala impositiva que se ha venido aplicando en el primer semestre del año es:

- De 0 a 12.450 euros: 20 por ciento.
- De 12.450 a 20.200 euros: 25 por ciento.
- De 20.200 a 35.200 euros: 31 por ciento.
- De 35.200 a 60.000 euros: 39 por ciento.
- Más de 60.000 euros: 47 por ciento.

Desde el 1 de julio, queda como sigue:

- De 0 a 12.450 euros: 19 por ciento.
- De 12.450 a 20.200 euros: 24 por ciento.
- De 20.200 a 35.200 euros: 30 por ciento.
- De 35.200 a 60.000 euros: 37 por ciento.
- Más de 60.000 euros: 45 por ciento.

### ¿Y para los autónomos?

Cabe recordar que ninguna norma de naturaleza fiscal tiene validez mientras no se publique en el BOE. La rebaja de tipos impositivos se publicó en el BOE del pasado 11 de julio, por lo que es a partir del día siguiente a su publica-

ción, el 12 de julio, cuando deberemos tenerla en cuenta.

### Tipos de retención aplicables desde el 12/07/2015.

#### 1) Los tipos de retención aplicables a las actividades profesionales quedan así:

Tipo general: 15% (hasta ahora el 19%).  
 Tipo reducido: 7% (hasta ahora era el 9%).  
 Podrán aplicar el tipo reducido los profesionales que causen alta inicial (en el año de inicio y en los dos siguientes).

Se suprime el tipo reducido del 15% que podían aplicar los profesionales que en el ejercicio anterior obtuvieran unos rendimientos íntegros inferiores a 15.000 euros.

#### 2) Los tipos de retención aplicables a los rendimientos del capital mobiliario pasan a:

Dividendos: 19,5% (hasta ahora el 20%).  
 Intereses de préstamos, cuentas corrientes, depósitos: 19,5% (hasta ahora el 20%).  
 Operaciones de capitalización, seguros de vida o invalidez e imposición de capitales: 19,5% (antes era el 20%).

Propiedad intelectual, industrial, prestación de asistencia técnica: 19,5% (antes era el 20%).

Arrendamiento y subarrendamiento de bienes muebles o de bienes inmuebles urbanos, negocios o minas: 19,5% (antes era el 20%).

Rendimientos derivados de la cesión del derecho de explotación de derechos de imagen, si no es desarrollo de una actividad económica: 24%.

#### 3) Los tipos de retención aplicables a las ganancias patrimoniales derivadas de:

Premios de juegos, concursos y rifas sujetos a retención; aprovechamientos forestales en montes públicos; transmisión de acciones y participaciones en Instituciones de Inversión Colectiva; u otras ganancias patrimoniales sometidas a retención, pasan también al 19,5%.

A pesar de que la rebaja se anunció con efectos del 1 de julio, no hay que modificar ninguna factura emitida con fecha anterior al 12. Eso sí, hay que tener en cuenta que las retenciones deben efectuarse atendiendo al tipo en vigor en el momento en el que se paga. Esto quiere decir que, si tenemos una factura pendiente de cobro emitida 10 de julio, por ejemplo, nuestro cliente debe practicar la retención aplicando los tipos nuevos. Lo mismo haremos con las facturas de servicios que recibamos a partir de ahora de fecha anterior al día 12. Retendremos según los tipos que acaban de entrar, indistintamente del porcentaje que figure en la factura. Nuestro proveedor no necesita modificarla.

### BASE IMPONIBLE GENERAL

Para evitar que coexistan en el mismo ejercicio dos tipos distintos, se fija una tarifa definitiva para todo 2015, que se aplicará a la parte estatal de la base imponible general. Las comunidades autónomas pueden continuar con su tarifa inicial de 2015.

- Se aprueba una tarifa Intermedia para 2015
- Será la única tarifa aplicable a todo el año 2015
- Efecto económico equivalente a adelantar la tarifa del 2016 al segundo semestre de 2015
- Más dinero disponible a partir de la nómina de julio o agosto

Base imponible	Tipo		
	2015	2016	2015 RD-L
Hasta 12.450	20%	19%	19,50%
12.450 - 20.200	25%	24%	24,50%
20.200 - 34.000/35.200*	31%	30%	30,50%
34.000/35.200 - 60.000	39%	37%	38%
60.000 - En adelante	47%	45%	46%

\* Hasta 34.000 en 2015 y 35.200 en 2016

- Se aprueba una tarifa Intermedia para 2015
- Será la única tarifa aplicable a todo el año 2015
- Efecto económico equivalente a adelantar la tarifa del 2016 al segundo semestre de 2015

Base imponible	Tipo			
	2014	2015	2016	2015 RD-L
Hasta 6.000	21%	20%	19%	19,5%
6.000 - 24.000	25%	22%	21%	21,5%
24.000-50.000	27%	22%	21%	21,5%
50.000 - En adelante	27%	24%	23%	23,5%

### BASE IMPONIBLE DEL AHORRO

También se adelantan al 1 de julio los tipos impositivos de la base imponible del ahorro previstos para el 1 de enero de 2016 según la tabla siguiente.

## Primer encuentro con el consejero de Sanidad, Jesús Sánchez Martos

El nuevo curso ha llegado repleto de actividad, con varias reuniones institucionales, la primera de ellas con el consejero de Sanidad, Jesús Sánchez Martos. El encuentro tuvo lugar el 14 de septiembre y contó con la presencia del decano, José Antonio Martín Urrialde; el vicedecano, Ricardo Urrez, y el secretario general, José Santos.

Durante la reunión, el decano incidió en la necesidad de solucionar la falta de autonomía –asunto que el consejero se comprometió a estudiar con sus servicios jurídicos–, y la capacidad de decisión en la Atención Especializada. A este respecto, se invitó al consejero a presidir la nueva mesa de supervisores, que se celebrará el 22 de octubre.

En cuanto a la Atención Primaria y el modelo de acreditación, los representantes colegiales mostraron su predisposición a seguir trabajando con la Comisión de Formación Continuada para establecer nuevos modelos de excelencia.

El consejero señaló estar al corriente del problema de intrusismo que sufre la profesión, por lo que se incrementará la colaboración entre la Consejería y el Colegio para perseguir esta práctica.

El 3 de noviembre tendrá lugar otro encuentro con la alcaldesa de Madrid, Manuela Camena.

## Los consejos de salud llegan a las panaderías

El CPFCM ha puesto en marcha una nueva campaña en un novedoso soporte: las bolsas de papel en la que se entrega el pan. Desde julio y hasta diciembre, las bolsas de los establecimientos de San Sebastián de los Reyes y Alcobendas incluyen una publicidad de la campaña escolar de prevención de lesiones. En total, se están repartiendo 5.000 bolsas al mes.

Además, del 16 al 19 de septiembre se entregaron 30.000 nuevas bolsas –esta vez con el Colegio como único anunciante–, en las panaderías del centro de Madrid capital. En esta nueva publicidad aparecían consejos de Fisioterapia e información del Colegio.

## Mejorar la calidad de vida tras la sepsis

El Colegio ha suscrito un convenio de colaboración con la Fundación para el Progreso de la Educación y la Salud (FPES) –promotora del portal ‘Piensa en Sepsis’–, para desarrollar un programa piloto dirigido a mejorar la recuperación y la calidad de vida de estos pacientes, contando con el apoyo de los profesionales y de su familia. El programa, titulado ‘Tú puedes ayudar’, está gestándose con la participación de un grupo multidisciplinar de especialistas que trabajan desinteresadamente en el proyecto.

Además, contará con la colaboración de la Universidad Francisco de Victoria, que se sumará a la iniciativa aportando los medios técnicos y humanos necesarios. Se espera que el programa vea la luz en los próximos meses y aporte una nueva dimensión en el horizonte de vida de las personas que han podido superar la sepsis.



## Campaña en campos de fútbol

Los aficionados que acudieron al Estadio Vicente Calderón el pasado 12 de septiembre para ver el partido entre el Atlético de Madrid y el Barcelona, pudieron ver en los videomarcadores *spots* con consejos para una práctica deportiva saludable y

mensajes sobre la Fisioterapia. Se proyectaron tres anuncios de 20 segundos y se visionó el logotipo del Colegio en cada cambio de jugador. La iniciativa se repitió el 4 de octubre, en el derbi entre el Atlético de Madrid y el Real Madrid.

## El Colegio, en el Consejo de Consumo.

La colegiada y tesorera de la Junta Directiva, María Dolores Reboredo, ha sido designada vocal titular del Consejo de Consumo de la Comunidad de Madrid, en sustitución de Pilar Pereda, que deja su cargo al haber sido nombrada asesora de Gobierno Urbano de Desarrollo Sostenible.

## Novedades en el canal FisióTV.

Unos meses después de su puesta en marcha, el canal de televisión del Colegio ([www.fisio.tv](http://www.fisio.tv)) cuenta con muchos contenidos: en la sección 'El fisio responde' se tratan los problemas de columna o el linfedema; en 'Noticias' se informa sobre el convenio con la Federación Profesional del Taxi o la fisioterapia para jóvenes músicos; hay entrevistas sobre el modelo por procesos de Sanitas o la fisioterapia respiratoria, además de los video-consejos mensuales, entre otros.

## Nueva campaña en los autobuses.

Continúan las campañas en la red madrileña de transporte público. Desde el 1 de julio cuatro nuevas líneas interurbanas de la EMT muestran publicidad sobre la aplicación 'CFISIOMAD: Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid'. Las líneas de autobuses que muestran publicidad contra el intrusismo son la 197, la 411, la 653 y la 824.

# Acuerdo con Hygiene Plus, líder en certificación de calidad sanitaria

**El decano del Colegio, José Antonio Martín, ha suscrito un acuerdo de colaboración con Carlos Lorenzo Rodrigo, director de 'Hygiene Plus', empresa que ha desarrollado el primer certificado de calidad de higiene para los establecimientos públicos.**

En virtud de este convenio, Hygiene Plus aplicará a los colegiados un 20 por ciento de descuento en todos sus servicios y comunicará, a través de su web y de sus redes sociales, el nombre de los establecimientos que se adhieren a los mismos.

Hygiene Plus surgió de la necesidad de información en materia de limpieza e higiene y con unos criterios normativos y sanitarios suficientes para un centro de fisioterapia en la Comunidad de Madrid. La empresa ha de-



sarrollado el primer sello de calidad de higiene para los establecimientos públicos, el denominado 'Certificado H+'. Esta acreditación, a diferencia de otras similares, mide el resultado final de la limpieza, independiente-

mente del procedimiento que se haya seguido. Este certificado da un grado de confianza a los centros que lo ostentan y a sus usuarios, al ser concedido por una entidad independiente e imparcial.

## El Colegio alerta a los turistas sobre los riesgos de los masajes callejeros

A través de distintos soportes, el CPFCM alertó en julio a los turistas sobre los riesgos que podían sufrir al contratar a masajistas callejeros.

Por un lado, se instalaron, los días 25 y 26 de julio y por cuarto año consecutivo, mesas informativas en la Plaza de Oriente, la Puerta del Sol y la Plaza de Santa Ana.

Con el objetivo de hacer llegar estos mensajes al mayor número de visitantes posible, también se editó un díptico informativo en varios idiomas, que se distribuyó, además de en estas mesas, en las Oficinas de Turismo, gracias a la colaboración de



la Dirección General de Turismo y de la Consejería de Sanidad.

Además, y como novedad este año, se utilizaron como soporte de estos mensajes de salud los taxis de la Federación Profesional del Taxi de Madrid, en virtud del convenio firmado recientemente con esta entidad.

## Oposiciones al SERMAS

El temario de las oposiciones a personal estatutario fijo en la categoría de fisioterapeuta en el Servicio Madrileño de Salud (SERMAS) está disponible en la biblioteca colegial. Hay dos juegos, uno para consulta y otro de préstamo. Además, gracias al acuerdo con el centro Forma Aula 3 Madrid, los postulantes se pueden beneficiar de un 25 por ciento de descuento en los cursos de preparación de oposiciones hasta la

fecha del examen. Además, para ellos la matrícula será gratuita. Por otro lado, gracias al acuerdo con Editorial MAD, también podrán beneficiarse de un 30 por ciento de descuento en el temario y de un 25 por ciento en la inscripción en el curso 'on line'. Aquellos colegiados que estén interesados, pueden ponerse en contacto con la Secretaría a través del correo electrónico [cpfm@cfisionad.org](mailto:cpfm@cfisionad.org)



## La Comisión de Ergonomía analiza la campaña escolar

La Comisión de Ergonomía se reunió el pasado 3 de septiembre para analizar los datos del curso escolar 14/15 de la campaña de prevención de lesiones en escolares. En relación a esta iniciativa, la Comisión valoró positivamente la respuesta de los colegiados que están colaborando en la campaña, así como la amplia respuesta que ha tenido la convocatoria de dos talleres para hijos de colegiados. En la reunión también se analizaron las acciones que

se van a llevar a cabo a largo plazo, entre las que se encuentra desarrollar la labor del fisioterapeuta en el ámbito de la empresa. A este respecto, se está trabajando en dos proyectos de colaboración con la imprenta AFANIAS y el departamento de prevención de riesgos laborales de FNAC. Este último consistiría en la puesta en marcha de una 'Escuela de Espalda' para los trabajadores de la cadena de tiendas en la Comunidad de Madrid.

 [Informativostelecinco.com](http://Informativostelecinco.com)

 [elEconomista.es](http://elEconomista.es)

 [UltimaHora.es](http://UltimaHora.es)

 [CRONICA de CANTABRIA.com](http://CRONICA de CANTABRIA.com)

 [PERIODISTA DIGITAL](http://PERIODISTA DIGITAL)

 [LA VANGUARDIA](http://LA VANGUARDIA)

## El Colegio es noticia

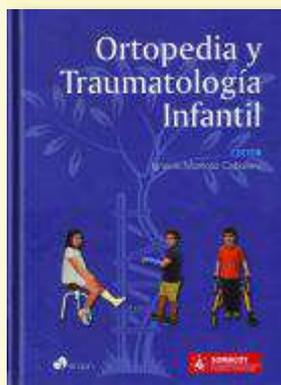
El CPFCM celebró el pasado 20 de septiembre el Día de la Fisioterapia de Madrid, dedicado este 2015 a las personas con enfermedades que afectan al sistema nervioso central.

Así, en la meta de la carrera popular 'Madrid corre por Madrid', situada en el Parque del Retiro, el Colegio instaló una carpa en la que se celebró una jornada de sensibilización y donde afectados, asociaciones y fisioterapeutas, explicaron la problemática a la que se enfrentan estas personas. La jornada fue retransmitida por los informativos de Telemadrid.

Por otra parte, la Institución colegial estrenó una sección fija sobre consejos de salud y promoción de hábitos saludables que se emitirá en Onda Madrid todos los miércoles a partir de las 10.30 horas.

Asimismo, el secretario general del Colegio, José Santos, fue entrevistado por 'El Confidencial', el portal de salud 'Webconsultas', los responsables de la aplicación *Runners Mobile* y la revista corporativa de Pikolín sobre distintos aspectos relacionados con la profesión.

Santos participó también en el Foro Servimedia-Comunicación sobre Acoso escolar y Cyberbullying, celebrado el 24 de septiembre, para explicar la relación entre la salud física y los buenos hábitos comportamentales de los menores.



### ORTOPEDIA Y TRAUMATOLOGÍA INFANTIL

Ignacio Martínez Caballero (ed.)

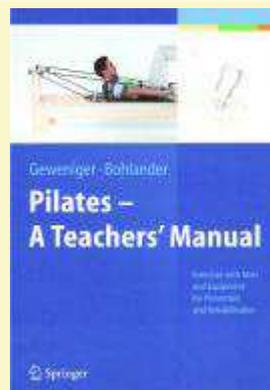
Madrid: Ergon, 2014.- 363 p.- 25 cm.- ISBN 978-84-15950-92-9  
(R. 1986) 6 16.7-001-089

Esta obra recoge de manera ordenada la información necesaria para abordar la patología musculoesquelética más común presente en la edad pediátrica. Enfocado de una manera práctica y ágil, guía al lector

desde unas recomendaciones iniciales en ortopedia y traumatología infantil hacia las patologías más frecuentes en extremidades y raquis, dedicando al dolor en las articulaciones mayores del miembro inferior y columna, una revisión aparte.

En sus 35 capítulos, el libro incluye 22 algoritmos de motivos de consulta para facilitar la toma de decisiones con un índice propio para facilitar su examen rápido. Las más de 150 imágenes, entre figuras y fotos clínicas, algunas de ellas en color, están escogidas para ilustrar de manera docente las situaciones más comunes encontradas en la práctica clínica diaria, aportando conceptos claros. El formato invita a leer cada capítulo, presentándolo con una estructura de introducción común, donde se recogen factores que influyen en la toma de decisiones, errores a evitar y detalles para un buen tratamiento, junto con palabras clave. Dentro de cada uno de ellos, el texto en negrita facilita el repaso rápido y ayuda a dirigirse a conceptos importantes.

En definitiva, está pensado como una herramienta útil para que pediatras, médicos en formación de la especialidad de Cirugía Ortopédica y Traumatología, de rehabilitación, o especialistas con mayor dedicación a adultos, puedan desde el inicio adquirir principios diagnósticos y de manejo en la patología musculoesquelética pediátrica.



### PILATES -A TEACHERS' MANUAL. EXERCISES WITH MATS AND EQUIPMENT FOR PREVENTION AND REHABILITATION

Verena Geweniger,

Alexander Bohlander.

Berlin: Springer, 2014.-  
XVI, 310 p.- 27 cm.-  
ISBN 978-3-642-38113-3  
(R. 1987) 6 15.825.4

Se trata del primer libro en inglés especializado en el método pilates en la prevención ("pilates studio") y en la fisioterapia ("pilates para la rehabilitación"), con instrucciones detalladas. Cuenta con la explicación de cómo

realizar 50 ejercicios esenciales a través de más de 400 fotografías en color. Además, contiene numerosos ejemplos concretos de tratamiento para la rehabilitación con más de 780 ilustraciones también a color. Millones de personas utilizan el entrenamiento de pilates para mejorar la salud y el estado físico o para recuperar la capacidad de movimiento después de una lesión o enfermedad. En este libro, los conceptos que caracterizan el enfoque tradicional de pilates se combinan con los métodos de entrenamiento de pilates moderno, respaldados por los hallazgos actuales en la ciencia y la kinesiólogía deportiva. Los ejercicios vienen presentados en las páginas dobles con instrucciones de movimientos concisos y más de 500 fotografías a color, que ilustran los movimientos, paso a paso, junto a referencias y consejos prácticos al respecto.

Juan Molina / Fisioterapeuta impulsor del proyecto Sensaido

## “En los mayores, el sensaido mejora el equilibrio, la coordinación y la marcha”

Técnico especialista en el Hospital Rey Juan Carlos desde 2012, Juan Molina decidió ayudar a las personas mayores a través del Proyecto Sensaido, que pretende aumentar su autonomía a través de las artes marciales y la Fisioterapia.



### ¿Es la primera vez que trabajas con mayores?

Anteriormente, me había limitado al trabajo a nivel privado. Ha sido con Sensaido cuando he tenido un contacto más estrecho con nuestros mayores y sus necesidades, siendo esta experiencia altamente satisfactoria y enriquecedora, tanto desde el punto de vista profesional, viendo como se implican y mejoran con la actividad, como personal, cuando ves el ambiente de cercanía y confianza que tienen con nosotros.

### ¿Cómo se os ocurrió el Proyecto Sensaido?

Nació a partir de una conversación sobre los mayores y sus necesidades. Ahí se empezó a gestar la idea de cómo podríamos ayudar a nuestros mayores con los conocimientos y medios que teníamos a nuestro alcance: artes marciales y Fisioterapia, buscando la estabilidad como objetivo. Debíamos crear un método para que pudieran mantener y/o mejorar su condición física, coordinación motora, etc. Sin embargo, aparte de estos parámetros nuestra actividad ha conseguido también ayudar a una mejora de la autoestima, integración, trabajo en grupo, etc. Además, los participantes nos han trasladado sus sensaciones positivas, en parte gracias a la empatía surgida con los docentes, profesor

y fisioterapeuta, lo que ha hecho de esta actividad un motor para sus vidas.

### ¿Cuántos fisioterapeutas forman tu equipo?

Actualmente, dos fisioterapeutas que damos cobertura a los tres centros de la Comunidad de Madrid en los que estamos trabajando.

### ¿En qué centros está implantado este proyecto?

Actualmente, la actividad está implantada en tres centros de mayores dependientes del Servicio Regional de Bienestar Social: el Puente de Toledo, Getafe I, y Ricardo de la Vega. En cada uno de los centros contamos con dos grupos, dos horas a la semana, con una media de 25-30 participantes por grupo.

### ¿Tiene pensado implantarse en todos los centros de mayores de la Comunidad de Madrid?

Nos gustaría que así fuera, pero depende de los presupuestos que maneje el Servicio Regional de Bienestar Social.

### ¿En qué consiste este proyecto y cómo beneficia a las personas mayores?

Es una actividad que promueve, a partir de nuestros conocimientos de artes marciales y Fisioterapia, la mejora del equilibrio, la coordinación y la marcha en personas



Los miembros del equipo de Sensaido que trabajan en tres centros de mayores dependientes del Servicio Regional de Bienestar Social.

a partir de 65 años. El objetivo es aumentar su estabilidad y disminuir caídas y sus consecuencias, con el gasto sociosanitario que esto implica. Desde el ámbito biopsicosocial, es una actividad que consigue ayudar a la mejora de la autoestima, la integración y el sentimiento grupal, mejorando la percepción de calidad de vida de los participantes así como su estado anímico.

Además, la actividad Sensaido se caracteriza por la realización de ejercicios aeróbicos de baja intensidad desarrollados en posiciones estables, realizados en grupo y sostenidos con una respiración adecuada. Produce beneficios físicos, como mejoras del equilibrio, de propiocepción y en la marcha; beneficios psíquicos, como el aumento de la autonomía; y beneficios sociales, como incremento de la sensación de pertenencia a un grupo o la

mejora de su interrelación con los semejantes.

### ¿En qué consiste cada sesión?

Se inicia con ejercicios específicos de calentamiento para preparar el organismo de los participantes para la realización posterior de los movimientos del entrenamiento. Su contenido principal consiste en la enseñanza, recordatorio y ejecución de las técnicas, respiraciones, posiciones y movimientos, ajustando la intensidad/duración del ejercicio y tiempos, tanto de ejecución como de descanso, a los apropiados para que las prácticas resulten asumibles, saludables y seguras para todos. Al finalizar cada clase, se

realizan ejercicios de relajación, movilidad articular y concentración.

El aprendizaje, práctica y perfeccionamiento de este grupo coordinado de movimientos, desplazamientos, técnicas y respiraciones, denominados en japonés Seijuku Do Ichi consigue que en los usuarios entren en juego aspectos físicos y psicológicos como: flexibilización, resistencia cardiovascular, fortalecimiento o tonificación muscular, equilibrio, estabilidad, coordinación, memoria y empatía grupal.

### ¿Cómo se cuantifican los beneficios del Sensaido?

Cuando iniciamos la actividad, nuestro objetivo era cuantificar de manera objeti-

va los beneficios obtenidos en cada uno de los aspectos trabajados a lo largo de la actividad. Para ello planteamos un estudio piloto, que próximamente publicaremos, con pruebas y test normalizados. Para el planteamiento, desarrollo y evaluación del estudio se tuvieron en cuenta una serie de seis pruebas y escalas, validadas internacionalmente: cuestionario de salud, escala de Barthel para actividades de la vida diaria (evalúa si el individuo es autosuficiente o está sujeto a dependencias), escala de Depresión Geriátrica (cuantifica el grado de depresión de las personas mayores), escala Tinetti para equilibrio y marcha (cuantifica el riesgo de caídas en relación con su equilibrio y formas de andar); test SPPB, una prueba múltiple que engloba distintas pruebas de equilibrio, y test TUG, otra prueba de equilibrio). Para valorar la evolución y eventuales progresos se han efectuado dos bloques de mediciones diferentes: el bloque A, que valora el estado anímico de los participantes; y el bloque B, que valora el equilibrio y la marcha.

Pedro Fernández

## La voz del colegiado

Esta nueva sección de '30 Días' tiene el propósito de dar voz a los colegiados. Si quieres participar y contar tu experiencia profesional, escribe a: [cpfm@cfisiomad.org](mailto:cpfm@cfisiomad.org)

*La actividad Sensaido se caracteriza por ejercicios aeróbicos de baja intensidad realizados de forma grupal*

## Manuel Molina, nuevo viceconsejero de Sanidad

Manuel Molina será el viceconsejero único de la Consejería de Sanidad de Madrid, tras la decisión del Gobierno regional de fusionar las dos vicesconsejerías existentes con anterioridad. El decano, José Antonio Martín Urrialde, representó al CPFCM en la ceremonia, que tuvo lugar el pasado 8 de julio en la Consejería de Sanidad y en el que también estuvo presente el consejero, Jesús Sánchez Martos. Junto a Manuel Molina, el

equipo del consejero de Sanidad, Jesús Sánchez Martos, estará integrado por: Julio Zarco, director general de Coordinación de la Atención al Ciudadano y Humanización de la Asistencia sanitaria; Emilia Sánchez Chamorro, directora general de Planificación, Investigación y Formación; Yolanda Fuentes, directora general de Salud Pública, y Luis Fernández Hermida, director general de Inspección y Ordenación Sanitaria.

## Se mantienen los índices de paro de los fisioterapeutas

A diferencia de otros profesionales sanitarios como médicos, enfermeros y odontólogos, por ejemplo, los fisioterapeutas no han logrado aprovechar el impulso veraniego para promover el empleo. El Servicio Público de Empleo Estatal indica que el número de demandas por paro en julio se mantuvo en 1.382, la misma cantidad registrada durante el mes anterior.



No obstante, cuando se compara con el año anterior se percibe una caída del 16,39 por ciento, unos 271 desempleados menos.



## Una proteína del alzheimer se transmite entre humanos, según un estudio

Un grupo de científicos de la University College de Londres (Reino Unido) han demostrado que se puede transmitir la proteína beta amiloide entre humanos. Este descubrimiento, publicado en la revista 'Nature', abriría la posibilidad de la transmisión de la enfermedad de alzheimer. Los datos son fruto del análisis de las autopsias de los cerebros de ocho personas que habían fallecido a causa de la enfermedad de Creutzfeldt-Jakob (ECJ). Comprobaron que seis de los ocho cerebros analizados albergaban la proteína beta amiloide que se asocia con el Alzheimer. Las perso-

nas habían recibido tratamiento con hormonas de crecimiento humano contaminadas extraídas a partir de las glándulas pituitarias de cadáveres humanos. Sin embargo, esto aún no significa que las personas tratadas con estos extractos desarrollen alzheimer ya que no hay presencia de la otra proteína implicada en el alzheimer: la proteína tau. Aunque no hay ninguna evidencia que sugiera esta transmisión, científicos muestran su preocupación ante la posibilidad de que el alzheimer o el párkinson pueda transmitirse por el uso de instrumentos quirúrgicos contaminados.

## Campaña para concienciar sobre las migrañas

Con motivo del Día Europeo de Acción contra la Migraña, el 12 de septiembre, la compañía MSD y la Asociación Española de Pacientes con Cefalea (AE-PAC) iniciaron una campaña que, con el lema 'Ahora por fin controlo mi migraña', pretende concienciar sobre la importancia de que las personas con migraña estén correctamente diagnosticada y eviten la automedicación.

La migraña, que afecta principalmente a mujeres jóvenes en edad laboral y reproductiva, afecta en España a aproximadamente el 12 por ciento de la población de entre 18 y 65 años. En concreto, al 5 por ciento de los varones y a entre el 15 y 20 por ciento de las mujeres.

En relación a su impacto económico, en términos indirectos, se cifra en un mínimo de 1.000 millones de euros al año, perdiéndose más de 13 millones de jornadas laborales al año.

## Publicado en el BOE el decreto que regula los Diplomas de Acreditación Avanzada

El pasado 28 de julio se publicó en el Boletín Oficial del Estado el Real Decreto que regula los Diplomas de Acreditación y los Diplomas de Acreditación Avanzada, incluidos en la Ley de Ordenación de las Profesiones Sanitarias.

Se trata de instrumentos para certificar el nivel de formación alcanzado por un profesional en un área funcional específica de una determinada profesión o especialidad, en atención a las actividades de formación continuada acre-

ditadas que haya desarrollado el interesado. Con el objetivo de avanzar en la calidad de la formación, el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad desarrolla estas nuevas figuras de reconocimiento de la formación continuada

de los profesionales sanitarios titulados y, con este decreto, determina los criterios y el procedimiento para su creación. Asimismo, se establecen los requisitos y el procedimiento para la obtención y renovación de ambos reconocimientos.

## MERCEDES-BENZ CLA 250 4MATIC SHOOTING BREAK 7G DCT ORANGEART EDITION

# NUNCA MÁS DIRÁS QUE UN FAMILIAR ES ABURRIDO

El Mercedes-Benz CLA 250 4Matic es un precioso *coupé* de cuatro puertas al que se le añade un toque práctico gracias a su portón trasero que esconde un generoso maletero. Al subirse en la versión OrangeArt Edition uno se da cuenta de que se trata de un modelo muy especial. Cuenta con pequeños pero muy sugerentes detalles en naranja repartidos tanto por el interior como por el exterior del vehículo. Por su diseño y estilo, este Mercedes no es coche que pase desapercibido. Tiene una longitud de 4,63 metros, apenas 23 centímetros más que un Clase A, pero se trata de un espacio muy bien utilizado, siendo el ade-

cuado para cuatro personas y sus equipajes.

En cuanto a la mecánica, dispone de un suave y potente motor de gasolina de 211CV que nunca decepcionará gracias a su potencia y progresividad. El motor está asociado a una caja automática de doble embrague y siete marchas rapidísima. Y toda esta potencia se transmite con total seguridad al suelo con una excelente tracción a las cuatro ruedas que, unida a unas suspensiones de talante deportivo, hace que este modelo vaya sobre raíles.

En definitiva, el CLA 250 4Matic es un coche espectacular. Quien lo conduzca lo disfrutará en todos los sen-

tidos, tanto por su estética como por su capacidad dinámica. Tampoco se puede olvidar que es un Mercedes-Benz, con el plus de calidad que esto significa.

Guillermo Mielgo  
Colegiado nº 1517

### FICHA TÉCNICA

**Aceleración (0-100): 6,7 segundos**

**Velocidad Máxima: 250 km/h**

**Consumo Urbano / carretera / medio: 8,7 / 5,7 / 6,8 l/100km**

**Emisiones CO<sub>2</sub>: 158 gr/km**

**Cilindrada: 199 l**

**Largo / ancho / alto: 4630 x 1777 x 1435**





## Parque Natural de las Bardenas Reales

# BELLEZA SALVAJE EN TIERRAS NAVARRAS

La franja sureste de Navarra alberga un territorio semidesértico de belleza salvaje e impactante. Se trata de las Bardenas Reales, declaradas casi en su totalidad, 39.274 de las 41.845 hectáreas, Parque Natural, en 1999, y Reserva de la Biosfera, en 2000. Con unas dimensiones de 45 kilómetros de norte a sur y 24 de este a oeste, tienen una altitud que oscila entre los 280 y los 659 metros. En cuanto a su etimología, la hipótesis más aceptada sostiene que el nombre de Bardenas viene del euskera “abardena”, que significa “todo ramaje”. La erosión de sus suelos de arcillas, yesos y areniscas ha esculpido caprichosas formas, creando un mundo de apariencia casi lunar poblado de barrancos, mesetas planas y cerros solitarios.

Las Bardenas Reales están divididas en tres zonas que, de norte a sur, son: el Plano, una tierra de cultivo que se caracteriza por las elevaciones más suaves; la Bardena

Blanca, llamada así por el color blanquecino del suelo debido a los afloramientos de sal, y que se caracteriza por cabezos erosionados, barrancos secos y aspecto estepario, y la Bardena Negra, que incluye los únicos bosques de pino carrasco de la zona. La vegetación varía en las diferentes áreas, teniendo la Negra bosquejos de coscojares, pinares y mucho cultivo de cereal. Mientras la vegetación de la Blanca es casi inexistente, la de Bardena Alta está formada por campos de cereales y bosques de coscojares, romerales y pinos.

### Fauna

En la fauna de las Bardenas Reales destacan las aves, que superan el centenar de especies. Las comunidades de aves esteparias y rapaces del territorio están entre las más ricas de toda Europa. Además, por sus parajes pueden verse zorros y gatos monteses campando entre matorrales.

### MÁS INFORMACIÓN

#### Parque Natural de las Bardenas Reales

Visita guiada: 677 50 47 77.

Ruta en vehículo todoterreno, con la empresa Aventuras Bardeneras: 948 83 00 63.

Ruta en bicicleta, con la empresa Ciclos Marton, 948 83 15 77.

Más información:

Tel.: 948 82 00 20

Web: [www.bardenasreales.es](http://www.bardenasreales.es)

E-mail:

[junta@bardenasreales.es](mailto:junta@bardenasreales.es)

### GASTRONOMÍA

La gastronomía navarra aporta una gran variedad de productos que van desde los lácteos y la caza, pasando por el cordero o los vinos,

hasta sus afamadas verduras.

En sus platos destacan las delicias de la huerta como los espárragos, las alcachofas, el cardo, los pimientos del piquillo o las pochas. Pero tampoco hay que olvidar el ajoarriero, el chuletón y las carnes asadas.



# Próximos cursos y jornadas para colegiados

## CURSO DE FISIOTERAPIA MANUAL E INVASIVA DEL DOLOR DE ORIGEN MUSCULOESQUELÉTICO

2ª EDICIÓN

**Fecha:** 30 y 31 de octubre y 1 de noviembre de 2015; del 20 al 22 de noviembre de 2015; del 11 al 13 de diciembre de 2015; y del 15 al 17 de enero de 2016.

**Dirigido a:** 24 colegiados en activo/desempleados.

**Plazo de inscripción:** hasta el 15 de octubre de 2015.

**Docente:** Daniel Peccos.

**Precio:** 450 €.

**Objetivos:** Conocer, aprender y desarrollar los conocimientos y habilidades necesarias

en la valoración y tratamiento manual e invasivo con punzón sea del dolor de origen musculoesquelético.



CODIGO QR



Con este código se puede descargar más información en el móvil.

## CURSO AVANZADO DE ECOGRAFIA 1ª EDICIÓN

**Fecha:** 13 y 14 de noviembre de 2015.

**Dirigido a:** 24 colegiados en activo/desempleados.

**Plazo de inscripción:** hasta el 29 de octubre de 2015.

**Docentes:** Coral García, Silvia Pérez y José Luis Pérez.

**Precio:** 40 € (50 por ciento menos para desempleados).

**Objetivos:** Mejorar las habilidades del fisioterapeuta en el manejo y la realización de ecografías musculoesqueléticas, para que la evaluación de la lesión y la elección del tratamiento sean lo más adecuados.

CODIGO QR



Con este código se puede descargar más información en el móvil.

## TERAPIA MANUAL EN LA CEFALEA CERVICOGENICA

1ª EDICIÓN

**Fecha:** Del 11 al 13 de diciembre de 2015.

**Dirigido a:** 20 colegiados en activo/desempleados.

**Plazo de inscripción:** hasta el 26 de noviembre de 2015.

**Docente:** Miguel Malo.

**Precio:** 170 € (50 por ciento menos para desempleados).

**Objetivos:** Adquirir los conocimientos y destrezas del tratamiento fisioterápico de la cefalea cervicogénica.

CODIGO QR



Con este código se puede descargar más información en el móvil.

## NUEVAS TENDENCIAS EN FISIOTERAPIA: ELECTROESTIMULACION INTEGRAL (WB-EMS)

**Fecha:** 23 y 24 de octubre de 2015.

**Dirigido a:** 16 colegiados en activo/desempleados.

**Plazo de inscripción:** hasta el 8 de octubre de 2015.

**Docente:** Roberto Estevez.

**Precio:** 110 € (50 por ciento menos para desempleados).

**Objetivos:** Adquirir conocimientos específicos acerca de los nuevos avances y metodologías aplicadas a la fisioterapia (Electroestimulación Integral WB-EMS)

CODIGO QR



Con este código se puede descargar más información en el móvil.



## RAZONAMIENTO CLÍNICO Y DIAGNÓSTICO DIFERENCIAL. CUADRANTE SUPERIOR

**Fecha:** del 13 al 15 de noviembre de 2015.

**Dirigido a:** 20 colegiados en activo/desempleados.

**Plazo de inscripción:** hasta el 29 de octubre de 2015.

**Docente:** César Hidalgo.

**Precio:** 170 € (50 por dentro menos para desempleados).

**Objetivos:** Proporcionar al alumno una herramienta para el desarrollo de habilidades para el diagnóstico diferencial de disfunciones del cuadrante superior utilizando el razonamiento clínico, basado en la evidencia científica disponible.



**CODIGO QR**



Con este código se puede descargar más información en el móvil.

## CONTROL MOTOR APLICADO A LAS ALTERACIONES DEL RAQUIS LUMBAR

**1ª EDICIÓN**

**Fecha:** 28 y 29 de noviembre, y 12 y 13 de diciembre de 2015.

**Dirigido a:** 18 colegiados en activo/desempleados.

**Docentes:** Pablo Vera.

**Precio:** 170 € (50 por dentro menos para desempleados).

**Objetivos:** Ayudar a los fisioterapeutas a identificar y entender las denominadas alteraciones del movimiento, así como a prescribir programas de ejercicio terapéutico efectivos para cada paciente en diferentes alteraciones del raquis.

**CODIGO QR**



Con este código se puede descargar más información en el móvil.

## PRESCRIPCIÓN EFECTIVA DE EJERCICIO TERAPÉUTICO

**1ª EDICIÓN**

**Fecha:** 20, 21 y 22 de noviembre de 2015.

**Dirigido a:** 20 colegiados en activo/desempleados.

**Plazo de inscripción:** hasta el 5 de noviembre de 2015.

**Docente:** José Javier López.

**Precio:** 130 € (50 por dentro menos para desempleados).

**Objetivos:** Adquirir todos los conocimientos necesarios para la prescripción de actividad física terapéutica como parte del trabajo de prevención y tratamiento por parte de los fisioterapeutas. Proporcionar los conocimientos teóricos y prácticos necesarios, de marketing y gestión empresarial, para que el fisioterapeuta -en su caso- pueda establecerse y desarrollarse profesionalmente como empresario, trabajando por cuenta propia, en su propia casa y/o domicilio.



**CODIGO QR**



Con este código se puede descargar más información en el móvil.

**CODIGO QR**



Con este código se puede descargar más información en el móvil.

## VALORACIÓN Y TRATAMIENTO DEL SISTEMA FASCIAL

**1ª EDICIÓN**

**Fecha:** 20, 21 y 22 de noviembre y 11, 12 y 13 de diciembre de 2015.

**Dirigido a:** 20 colegiados en activo/desempleados.

**Plazo de inscripción:** hasta el 5 de noviembre de 2015.

**Docente:** Óscar Sánchez.

**Precio:** 260 € (50 por dentro menos para desempleados).

**Objetivos:** Dotar a los alumnos de las estrategias y herramientas óptimas para valorar y tratar lesiones en el tejido fascial.

## TERAPIA MANUAL

### Valoración y tratamiento de la ATM: Disfunción craneomandibular (DCM)

Organiza: Fisiofocus

Lugar: Helios Electromedicina. C/ Alfonso Gómez 38, 2º. Madrid

Duración: 20 horas

Fecha: 21 y 22 de noviembre de 2015

Precio: 230 €

Información: [www.fisiofocus.com](http://www.fisiofocus.com) / [info@fisiofocus.com](mailto:info@fisiofocus.com) / 657 125 508

Dirigido a: Fisioterapeutas

### Abordaje de la columna cervical a partir del razonamiento clínico

Organiza: Fisiofocus

Lugar: Helios Electromedicina. C/ Alfonso Gómez 38, 2º. Madrid

Duración: 18 horas

Fecha: 19 y 20 de diciembre de 2015

Precio: 210 €

Información: [www.fisiofocus.com](http://www.fisiofocus.com) / [info@fisiofocus.com](mailto:info@fisiofocus.com) / 657 125 508

Dirigido a: Fisioterapeutas

### Terapia manual cervical con Manual Ramírez García

Organiza: Bwizer

Lugar: Madrid

Duración: 22 horas

Fecha: 20, 21 y 22 de noviembre de 2015

Precio: a partir de 369 €

Información: [www.bwizer.es](http://www.bwizer.es) / [info@bwizer.es](mailto:info@bwizer.es)

Dirigido a: Fisioterapeutas

### ATM – Articulación temporomandibular con Tomás Pérez

Organiza: Bwizer

Lugar: Madrid

Duración: 20 horas

Fecha: 24 y 25 de octubre de 2015

Precio: a partir de 329€

Información: [www.bwizer.es](http://www.bwizer.es) / [info@bwizer.es](mailto:info@bwizer.es)

Dirigido a: Fisioterapeutas

## KINESIOLOGÍA

### Kinesiología "Touch for Health. Título Internacional

Organiza: Centro Kinesia

Lugar: Tres Cantos, Sector Foresta 32 bajos 2-3

Duración: 64 horas

Fecha: Un fin de semana al mes: noviembre, diciembre, enero y febrero

Precio: 820 €

Información: [info@centrokinesia.com](mailto:info@centrokinesia.com) / 918040559 / 678458162

Dirigido a: Fisioterapeutas

## ACUPUNTURA

### Experto universitario en acupuntura

Organiza: Fundación Clínica Universitaria Rey Juan Carlos

Lugar: Facultad de Ciencias de la Salud (Alcorcón) – Universidad Rey Juan Carlos

Duración: 200 horas presenciales

Fecha: de octubre de 2015 a julio de 2016

Precio: 1800 €

Información: 91 4884861  
<http://www.clinicaurjc.es/formacion/expertos/experto-universitario-en-acupuntura/presentacion-experto-acupuntura>  
[antonio.gil@urjc.es](mailto:antonio.gil@urjc.es)

Dirigido a: Fisioterapeutas

## JORNADAS Y CONGRESOS

### XXVI Jornadas de Fisioterapia de la ONCE y III Congreso Internacional SEFIP. Tema "Fisioterapia en pelviperineología: presente y futuro"

Organiza: Escuela Universitaria de Fisioterapia de la ONCE y SEFIP

Lugar: Madrid

Fecha: 3, 4 y 5 de marzo de 2016

Información: 91 5894500

[www.once.es/euf](http://www.once.es/euf)  
[euf@once.es](mailto:euf@once.es)

Dirigido a: Fisioterapeutas y estudiantes de 4º de Grado en Fisioterapia y personal sanitario

### 5ª Jornada Interhospitalaria de Fisioterapia

Organiza: Unidad de Fisioterapia del Hospital Universitario de Fuenlabrada/FisioEducación

Lugar: Hospital Universitario de Fuenlabrada

Duración: 7,5 horas

Fecha: 13 de noviembre de 2015

Precio: Gratuitas

Información:  
[www.jornadasdefisioterapia.info](http://www.jornadasdefisioterapia.info)

Dirigido a: Fisioterapeutas y estudiantes de 3º y 4º de Grado en Fisioterapia

## FISIOTERAPIA

### DEPORTIVA

#### Jornada "Fisioterapia y Deporte"

Organiza: Fisiofocus

Lugar: Hotel Colon. Calle del Pez Volador, 1 Madrid

Duración: 9 horas

Fecha: 14 de noviembre de 2015

Precio: 25 €

Información: [www.fisiofocus.com](http://www.fisiofocus.com) / [info@fisiofocus.com](mailto:info@fisiofocus.com) / 657 125 508

Dirigido a: Fisioterapeutas

**Fisioterapia en el Fútbol de élite con Victor Fonseca**

Organiza: Bwizer  
 Lugar: Madrid  
 Duración: 20 horas  
 Fecha: 14 y 15 de noviembre de 2015  
 Precio: a partir de 299 €  
 Información: [www.bwizer.es](http://www.bwizer.es) / [info@bwizer.es](mailto:info@bwizer.es)  
 Dirigido a: Fisioterapeutas

**Electroestimulación en el deporte. Programación del entrenamiento y recuperación de lesiones**

Organiza: Fisiofocus  
 Lugar: Helios Electromedicina. C/ Alfonso Gómez 38, 2º. Madrid  
 Duración: 15 horas  
 Fecha: 19 y 20 de diciembre de 2015  
 Precio: 210 €  
 Información: [www.fisiofocus.com](http://www.fisiofocus.com) / [info@fisiofocus.com](mailto:info@fisiofocus.com) / 657 125 508  
 Dirigido a: Fisioterapeutas

**PILATES****Curso de Método Pilates aplicado al tratamiento de Fisioterapia**

Organiza: SANE PILATES  
 Lugar: Columela 13, bajo dcha (Madrid)  
 Duración: 60 horas  
 Fecha: 23, 24 y 25 de octubre; 7 y 8 de noviembre; 20, 21 y 22 de noviembre; 12 y 13 de diciembre de 2015  
 Precio: 550 €  
 Información: 91 431 6500  
[sanepilates@hotmail.com](mailto:sanepilates@hotmail.com)  
[www.sanepilates.com](http://www.sanepilates.com)  
 Dirigido a: Fisioterapeutas

**UROGINECOLOGÍA****Suelo pélvico y maternidad**

Organiza: Fisiofocus  
 Lugar: Helios Electromedicina. C/ Alfonso Gómez 38, 2º. Madrid  
 Duración: 30 horas  
 Fecha: 19, 20, 21 y 22 de noviembre de 2015  
 Precio: 330 €  
 Información: [www.fisiofocus.com](http://www.fisiofocus.com)  
[info@fisiofocus.com](mailto:info@fisiofocus.com)  
 657 125 508  
 Dirigido a: Fisioterapeutas

**NEUROLOGÍA****Curso avanzado Concepto Bobath: Práctica clínica avanzada – Locomoción humana**

Organiza: Centro Lescer  
 Lugar: Avda. Fuentelarreina 12, Madrid  
 Duración: 35 horas  
 Fecha: del 13 a 17 de noviembre de 2015  
 Precio: 670 €  
 Información: 91 7398142  
[formacion.lescer@gmail.com](mailto:formacion.lescer@gmail.com)  
[www.centrolescer.org](http://www.centrolescer.org)  
 Dirigido a: Fisioterapeutas

**EJERCICIO TERAPÉUTICO****Concepto CORE: Estabilización lumbopélvica**

Organiza: Fisiofocus  
 Lugar: Helios Electromedicina. C/ Alfonso Gómez 38, 2º. Madrid  
 Duración: 20 horas  
 Fecha: 28 y 29 de noviembre de 2015  
 Precio: 220 €  
 Información: [www.fisiofocus.com](http://www.fisiofocus.com)  
[info@fisiofocus.com](mailto:info@fisiofocus.com)  
 657 125 508  
 Dirigido a: Fisioterapeutas

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

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

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

# XI PREMIO al Mejor Proyecto de Investigación del Ilustre Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad De Madrid



## OBJETIVO

- Promover la realización y presentación de trabajos de investigación en Fisioterapia.
- Estimular las iniciativas, individuales o colectivas que, en forma de proyectos de investigación, contribuyan al avance de la Fisioterapia, en cualquier ámbito, ya sea este asistencial, educativo, o de la prevención.

## DOTACIÓN

El premio está dotado con 6.000 euros otorgados por el Ilustre Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid, y sujeto a las regulaciones legales vigentes.

El pago se realizará al investigador principal.

El premio estará dedicado a financiar el proyecto, comprometiéndose la persona o grupo investigador a realizar el trabajo en un periodo máximo de dos años desde la concesión del premio. Se otorgará un 50 % al fallo del proyecto, un 25% restante a la presentación de los resultados del mismo, al segundo año de la concesión del premio, y el 25% restante será abonado al investigador principal una vez que tenga constancia la Secretaría de la Institución que el trabajo ha sido publicado en una revista científica o bien presentado en un congreso o evento científico en el que se pueda comprobar que en su presentación ha quedado constado que dicho trabajo ha sido financiado por el Ilustre Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid. Una vez pasado un año del fallo, el investigador principal deberá informar a la Junta de Gobierno del Colegio sobre el cumplimiento del cronograma del desarrollo del proyecto.

En el caso de que, en el periodo de dos años desde la concesión del premio, la candidatura elegida por el Jurado no presentase los resultados, se deberá devolver al Colegio de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid la cantidad adelantada al fallo de proyecto más los intereses que se devengaran (al tipo de interés legal del dinero), en un plazo máximo de un mes tras la caducidad del plazo de presentación de resultados.

## CANDIDATOS

Pueden ser candidatos, como investigador principal, todos los fisioterapeutas colegiados, que estén al corriente de sus obligaciones colegiales, o habilitados en la Comunidad de Madrid, así como las que no tengan en curso alguna sanción por el Colegio Profesional.

Podrán participar como investigadores secundarios cualquier profesional. En caso de pertenecer a profesiones reguladas, deberán estar inscritos en sus respectivas corporaciones colegiales.

Los miembros de la Junta de Gobierno del Colegio Profesional, del Jurado y miembros de la Comisión de Formación e Investigación del Colegio no podrán optar a este premio.

## REQUISITOS

Ser proyecto de trabajo de una investigación original y estar redactado en castellano.

El investigador principal deberá ser obligatoriamente fisioterapeuta colegiado en la Comunidad de Madrid en el momento de presentar el proyecto en la Secretaría del Colegio.

Los investigadores secundarios podrán ser un equipo multidisciplinar y, si fueran fisioterapeutas, deberán estar colegiados en la Comunidad de Madrid en el momento de presentar el proyecto en la Secretaría del Colegio.

No haber presentado el proyecto previamente a otros premios o convocatorias de proyectos de investigación convocados en la Comunidad de Madrid u otras del territorio español.

Si el proyecto corresponde a un grupo de trabajo se presentará un certificado, en el que se haga referencia a todos los investigadores participantes, con la firma propia del investigador principal.

Se debe especificar en cada proyecto la titulación de cada componente de equipo investigador y se detallará cuál será la tarea que va a realizar cada componente en el proyecto.

El trabajo original con todos los datos identificativos del autor o autores irá en sobre cerrado que llevará el mismo tema o seudónimo en la parte exterior.

## CONDICIONES DE PRESENTACIÓN

El plazo límite de presentación de presentación de solicitudes será el 13 de noviembre del 2015, a las 20:00 horas.

El envío de los originales se realizará por correo certificado o personalmente en la Secretaría del Ilustre Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid (José Piñón nº 9 / 28020 Madrid).

La solicitud para participar en esta convocatoria se dirigirá al Ilustrísimo Sr. Decano del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid.

El trabajo se presentará en formato pdf en un soporte CD o DVD, en el que no constará ningún dato identificativo del autor y solo se consignará un título con un tema o seudónimo. En el tanto se deberá omitir cualquier referencia que pueda identificar al autor, director o tutor, o centro universitario de pertenencia, así como cualquier imagen o logotipo que incluya datos de identificación.

Además, se adjuntará un archivo donde pueda documentarse el Jurado para ser valorado:

- Documento donde se especifique en cada proyecto la titulación de cada componente del equipo investigador y se detallará cuál será la tarea que va a realizar cada componente en el proyecto
- Currículum del investigador principal, destacando su experiencia en otros proyectos de investigación o publicaciones científicas.
- Objetivos y motivación para realizar el proyecto.
- Estudios científicos en relación con el proyecto.
- Material y métodos para realizar el proyecto.
- Presupuesto para la realización del proyecto.
- Cronograma del desarrollo del proyecto.

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

- El trabajo original impreso en papel con el nombre del proyecto.
- Documento con todos los datos identificativos del autor, como nombre y apellidos, teléfono de contacto, correo electrónico, etc.

## REQUISITOS FORMALES

Los requisitos formales de los trabajos son:

- Tamaño de la letra: 11 puntos en tipo de letra Times New Roman.
- Paginación: correcta, en borde superior, centrada.
- Extensión: máxima de 35 páginas (DN-AA) a doble espacio. Las tablas, figuras, bibliografía, etc. se presentarán como anexo al documento.

## JURADO

El Jurado del premio estará formado por cinco miembros, un suplente y un secretario, este último sin voto, pertenecientes al ámbito docente, asistencial, de investigación y del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid, nombrados por la Junta de Gobierno y presidido por el Decano o por la persona quien este delegue, siempre y cuando, no sean autores o coautores del proyecto de investigación.

Todos los componentes del Jurado tendrán derecho a voto. Los acuerdos se adoptarán por mayoría simple de votos de miembros del Jurado. Si se produce empate, decidirá el voto del presidente.

El fallo del Jurado será inapelable y se dará a conocer en un acto público convocado a tal efecto el 17 de diciembre del 2015, en la sede colegial del Ilustre Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid.

El premio podrá ser declarado desierto si, a juicio del Jurado, ninguno de los proyectos presentados se hiciera merecedor del premio.

Si así lo considera oportuno el Jurado, este podrá otorgar una mención especial a otra candidatura no ganadora, si los miembros del Jurado quieren destacar la calidad metodológica del mismo. La mención especial no lleva aparejada dotación económica alguna, emitiéndose un certificado en nombre del Jurado expresando tal distinción.

## DISPOSICIONES FINALES

El proyecto premiado será propiedad del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid mientras sea objeto del premio y hasta su finalización, y no podrá ser reproducido en parte o totalmente sin permiso de este, manteniéndose la propiedad intelectual del mismo sus autores. En el caso de publicación de los resultados del proyecto, el autor/es deberá/n reflejar que el estudio ha sido financiado económicamente por el Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid.

Los proyectos de trabajo no premiados serán devueltos a sus autores en el plazo de dos meses tras el fallo del Jurado.

La presentación de los trabajos supone la aceptación íntegra de las presentes bases.

JUNTA DE GOBIERNO



Colegio Profesional de  
**FISIOTERAPEUTAS**  
COMUNIDAD DE MADRID

José Piñón, s. abco20 Madrid  
Tel: 91 504 55 85  
cpm@icofamadrid.org