



RAMÓN BONILLA

Defensor del Ciudadano

**“Mi labor es proteger
al ciudadano”**

30 DÍAS

Nº 197. Noviembre 2015



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

Prevención en los deportes de invierno



Colegio Profesional de
FISIOTERAPEUTAS
COMUNIDAD DE MADRID

Colegiarse tiene muchas ventajas

Inscribirse en el Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid permite a los colegiados acceder a numerosos servicios y beneficios

¡Infórmate!

SEGURO DE RESPONSABILIDAD CIVIL

Se ha mejorado el seguro de responsabilidad civil, fijando su cobertura de hasta 1.500.000 euros por siniestro y asegurado, entre otras novedades

ASESORÍAS

- Jurídica
- Fiscal
- De adecuación a la LOPD
- Para el desarrollo de proyectos de investigación
- Productos de seguros
- De orientación laboral
- De orientación académica

FORMACIÓN

Un amplio programa de formación del que se informa en el nuevo Portal de Formación y a través de los órganos de comunicación del Colegio

PUBLICACIONES REMITIDAS AL DOMICILIO DEL COLEGIADO

- "30 DÍAS" (sobre información general del Colegio y la Fisioterapia)
- "Cuestiones de Fisioterapia" (de difusión científica)
- Memoria de Responsabilidad Social Corporativa
- Boletín electrónico quincenal
- Canal de TV "FISIO.TV" (www.fisio.tv)
- Página de "Consejos de Fisioterapia" y blog: www.consejosdefisioterapia.org

BIBLIOTECA PRESENCIAL Y VIRTUAL

- Servicio de préstamo y consulta. Acceso a más de 2.000 volúmenes, asesoramiento y consulta de revistas
- Biblioteca virtual
- Acceso a Atlas de Anatomía 3D, Histología y Radiología
- Acceso al Programa de Prescripción Terapéutica de Ejercicios en 3D

VENTANILLA ÚNICA

- Servicio presencial de secretaría de lunes a viernes de 9:00 a 20:00 horas
- Ventanilla virtual a través de la web

COMUNICACIÓN 2.0

- Canal abierto de comunicación en redes sociales como Facebook, Twitter y Youtube
- Acceso a las gestiones colegiales a través de la aplicación móvil CFISIOMAD PRO

AYUDAS ECONÓMICAS POR NACIMIENTO DE HIJOS DE COLEGIADOS

12 BECAS DE FORMACIÓN PARA ASISTIR CURSOS RELACIONADOS CON LA FISIOTERAPIA

AYUDAS ECONÓMICAS PARA COLABORACIONES EN PROYECTOS DE VOLUNTARIADO Y COOPERACIÓN

PARTICIPACIÓN EN LAS COMISIONES DE TRABAJO DEL COLEGIO

Para lograr reforzar la profesión, el Colegio dispone de varias comisiones/secciones de trabajo: Fisioterapia en la Administración Pública (Atención Primaria, Atención Especializada, Educación Especial e Integración), Fisioterapia en Sanidad Privada (Ejercicio por cuenta propia, Empresa y Ergonomía -Grupo de Expertos en Artes Escénicas-, Centros privados por cuenta ajena, Intrusismo profesional), Especialidades (Atención en la Mujer, Actividad Física y Deporte, Neurología, Dependencia, Fisioterapia Cardiorespiratoria, Geriátrica y Gerontología, Acupuntura y Punción Seca), Formación e Investigación, Empleo y Cooperación, Comunicación y Colegiados Jubilados

PROGRAMA INFORMÁTICO PARA LA GESTIÓN DE CENTRO DE FISIOTERAPIA "PHYSIOGESTIÓN 6.3"

GUÍA DE CENTROS DE FISIOTERAPIA, PARA CONCIENCIAR Y GARANTIZAR LA ADECUADA ATENCIÓN A LA POBLACIÓN

CONVENIOS CON ENTIDADES COLABORADORAS
PSN, Mapfre Cajasalud, Sanitas, Banco Popular, Bardays Bank, Agencia de viajes Sanitur, Halcón Viajes, Librería Axon, Zurich, Asisa, Doctoralia, academias de preparación de oposiciones, empresas de productos sanitarios (Ice Power, Physiorelax), residencia de ancianos (Sanyres)

Más información: www.cfisiomad.org

Además, con la colegiación, podrás beneficiarte de las ofertas del Consejo General de Colegios de Fisioterapeutas y de la Unión Interprofesional de la Comunidad de Madrid.

en este número

6

Prevención
en los deportes
de invierno



10

ENTREVISTA
Ramón Bonilla

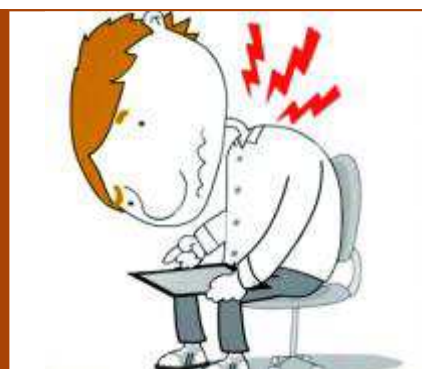
"Mi labor
es proteger
al ciudadano"



14

VIDA
COLEGIAL

Las nuevas
enfermedades
tecnológicas



4 TRIBUNA

5 EDITORIAL

14 VIDA COLEGIAL

16 Campaña escolar

18 Cómo llevar un bolso

19 Los supervisores piden
una mesa de trabajo

20 Diplomas de acreditación

23 Biblioteca

24 VOZ DEL COLEGIADO

26 AL DÍA

29 MOTOR

30 FORMACIÓN

32 AGENDA

34 DEVIAJE

30 DÍAS



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

Directora: M^a Sol García Flores. **Consejo de Redacción:** José Antonio Martín Urrialde, José Santos Sánchez-Ferrer, M^a Carmen San Frutos Hernández, M^a 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 (CPFCM) C/ José Picón, 9. 28028 Madrid. Teléfono: 91 504 55 85 Fax: 91 504 22 02 www.cfisiomad.org cpfm@cfisiomad.org **Editor:** CPFCM

Realización: Servimedia S.A. **Imprime:** ILUNION Retail y Comercialización **Depósito Legal:** M-23102-1998

Tirada mensual: 9.000 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.

Normopraxis



Juan Antonio González García. Colegiado número 365

En el último número de la revista 'Cuestiones de Fisioterapia' (1) su director, Jesús Rebollo, aborda de nuevo uno de los aspectos esenciales del desarrollo de la profesión y nos recuerda que, en los hospitales públicos y privados, el despliegue de las competencias del fisioterapeuta dista mucho de llegar al que puede y debería ser.

Conocimos a Jesús Rebollo hace 22 años, los mismos que hace que terminamos la diplomatura de Fisioterapia, en el marco de unas jornadas en Toledo. Ya entonces, con la inexperiencia y la ilusión de un recién titulado, nos impresionó. Después, fue coordinador del 'Libro Blanco de Fisioterapia', llegó a catedrático de esta disciplina, publicó numerosos artículos y hoy en día es, sin duda, una de las figuras más relevantes en la creación de la base teórica que ha propiciado el despegue de la Fisioterapia como profesión madura, científica y autónoma, al menos en el nivel académico.

En su editorial, Jesús Rebollo recuerda lo que todos sabemos o deberíamos saber: El fisioterapeuta tiene capacidad, o se le presupone, para ejercer su labor de manera autónoma, integrada y en cooperación con los demás profesionales sanitarios. Es lo lógico y, además, lo que recoge su catálogo de competencias (ORDEN CIN/2135/2008), que reconoce legalmente su suficiencia, más bien idoneidad, para el diagnóstico, la planificación y el tratamiento de fisioterapia.

Nosotros hemos hecho de este asunto algo recurrente en estas páginas, precisamente por considerarlo trascendental y nuclear. No entendemos cómo a estas alturas los gestores y demás profesionales implicados no toman medidas para propiciar algo que, suponiendo un cambio de mentalidad y paradigma, no puede sino beneficiar al usuario y al sistema.

Quizás el error es pensar que esto conlleva la desaparición de los profesionales que el sistema actual interpone entre fisioterapeuta-paciente y fisioterapeuta-médico especialista o de familia. Esto no tiene por qué ser así, y es razonable que se desencadenen suspicacias en este sentido. Pero tampoco ha de ser el sistema el que ignore otras posibilidades o los fisioterapeutas los que tengan que renunciar a sus competencias, diríamos que obligaciones, por ello. En realidad se trata de normalizar lo

que ya ocurre en el ámbito académico y reconoce la legislación.

Lo que Jesús Rebollo llama normopraxis, en el entorno clínico de la atención especializada, es más bien algo anecdótico, poco común. En los últimos meses, durante los avatares de nuestro ejercicio hemos pensado que las cosas seguían como en aquel 1993. Sería injusto, sin embargo, no reconocer la labor de todos los colegas que en la realidad sí han propiciado cambios. Pero queda mucho por hacer para que la "normalidad" llegue al ámbito asistencial de lo público. Jesús Rebollo dice que esto ocurrirá, pero también pide el empeño de los fisioterapeutas para ello. Nos hacemos eco de esa petición, una vez más, y especialmente la dirigimos a las generaciones más jóvenes. A ver si dentro de otros 22 años podemos decir otra cosa.

(1). Rebollo Roldán, J. *Ejercer los criterios de normopraxis y usos propios de la profesión*. Cuest. fisioter. 2015, 44(2): 69-70.

Nuevo año, nuevos retos



En este 2016 que empieza, comienzan a vislumbrarse nuevos retos para la profesión, la cual está cada vez más presente en el día a día de los ciudadanos. Cada año se suman más usuarios a nuestro servicios.

Tras la aparición e instauración del Grado en Fisioterapia en las 14 Facultades de Fisioterapia de nuestra Comunidad, se estima que salen al mercado más de un millar de profesionales, de los que cerca de un 80 por ciento realiza su labor asistencial en el ámbito privado. Esto nos lleva a reflexionar acerca de si el sistema no está sobredimensionado y la oferta está por encima de la demanda, y si las autoridades competentes deberían establecer un *numerus clausus*. La primera opción de la mayoría de estos profesionales es desarrollar su labor en Madrid pero, si no es posible, regresan a su comunidad de origen.

Según cifras de la Consejería de Sanidad, hay más de 2.000 centros con autorización para la prestación de Fisioterapia como centro sanitario. En los últimos años se ha detectado un aumento progresivo de este tipo de licencias. Anteriormente, en poblaciones de 10.000 habitantes rara vez había un centro, y ahora, en ciudades de 100.000 habitantes se cuenta con más de una decena.

Sin embargo, la oferta de fisioterapeutas en la atención sanitaria pública crece a un ritmo mucho menor que en el sector privado. En los casos de un ingreso hospitalario, el paciente muchas veces sigue necesitando asistencia sanitaria tras el alta. El actual sistema no puede absorber esa demanda, dado que en muchas ocasiones hay abordaje en pacientes crónicos que necesitan otro tipo de respuesta, de ahí que haya que replantearse si el circuito actual por sesiones es rentable.

Nuestro sistema de salud es uno de los mejores del mundo, pero todavía no garantiza la asistencia sanitaria gratuita pública o subvencionada en Fisioterapia, como pasa en otros países europeos. Por tanto, se hace cada vez más necesario hacer partícipe al ciudadano de su autocuidado, potenciar aún más la labor de fisioterapia en Atención Primaria como primer eslabón y, en el caso necesario, plantear centros especializados sin internamiento para pacientes con patologías crónicas.

Este año, una de las principales aseguradoras privadas ha cambiado la asistencia pasando del procedimiento de pago por sesión al pago por proceso, dando protagonismo al fisioterapeuta para que controle todo el proceso y pueda dar el alta en servicio una vez cumplidos los objetivos planteados. El fisioterapeuta, ahora, debe asumir sus responsabilidades, y no todo el mundo se encuentra cómodo con el cambio.

A nivel legislativo, todavía queda mucho por hacer para conseguir la plena autonomía profesional y para que el fisioterapeuta sea el que decida cómo comenzar el proceso y cuándo acabar su labor, y cómo trabajar de manera interdisciplinar con otras profesiones sanitarias. Recientemente, el Ministerio de Sanidad anunció los diplomas de Acreditación Avanzada, que vienen a reconocer la labor asistencial recurrente de nuestros profesionales en un servicio determinado, pero que no cubre la necesidad de establecer una atención lo más especializada posible, con especialistas con un desarrollo formativo con residencia, tal y como reconoce la Ley de Ordenación de Profesiones Sanitarias. Además, queda pendiente desarrollar la orden de dispensación del medicamento no sujeto a receta médica y del producto sanitario por parte del fisioterapeuta.

Por último, destacaremos que en 2016 el CPFCM quiere poner en marcha dos grandes proyectos. Primero, la creación de nuestro propio sistema de acreditación de calidad, que supondrá un gran avance para el reconocimiento y la salvaguarda de la actuación del fisioterapeuta que realiza su labor conforme a una norma consensuada y conocida. Segundo, un nuevo sistema de acreditación en el ámbito académico por el que los docentes, cada cuatro años, deberán acreditarse para seguir desempeñando su labor. Esto último permitirá que el ciudadano pueda tener plena garantía de que el profesional que le atiende tiene una formación continuada y que puede acreditar la cartera de servicios que ofrece.

Prevención para los deportes de invierno

Ante la avalancha de aficionados a los deportes de nieve y para evitar las temidas lesiones, el CPFCM ofrece una serie de recomendaciones fáciles de cumplir.





El invierno está a la vuelta de la esquina y, con las bajas temperaturas, llega el momento de enfundarse los esquís, abrocharse los patines de hielo o subirse a la tabla de snowboard. El Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid aconseja estas prácticas deportivas ya que mejoran la condición física, sin contar las ventajas que tiene realizar deporte al aire libre, entre ellas los efectos psicológicos y emocionales. Sin embargo, el esquí alpino y el snowboarding son deportes con un riesgo considerable de lesiones debido a las caídas y colisiones. La probabilidad de sufrir una lesión durante la práctica de esquí es de 3,2 por cada 1.000 esquiadores, según datos de Somacot (Sociedad Matritense de Cirugía Ortopédica y Traumatología).

¿Se pueden evitar todas las lesiones? “Todas no, pero sí la mayoría”, asegura Lorena García, miembro de la Comisión de Fisioterapia en la Empresa y Ergonomía del CPFCM. Para ello hay que seguir unas pautas de conducta adecuadas. García considera necesario “realizar reconocimientos

médicos para evaluar el estado físico y comprobar si hay alguna lesión reciente y, de ser así, comprobar que está totalmente recuperada. Además, hay que prepararse físicamente, contar con la equipación correcta, chequear el estado de nuestras rodillas y formarse adecuadamente”.

José Santos, secretario general del CPFCM, añade, además, que “los mayores de 50 años deben consultar al médico antes de iniciar la actividad”.

Preparación previa

Lo primero es contar con una buena preparación física y no mantener un ritmo de vida sedentario durante el resto del año. “La preparación física proporciona un buen tono muscular y, a la hora de realizar el deporte, ayuda a evitar la fatiga y el sobreesfuerzo de las estructuras”, advierten los miembros de Al Físio, un centro especializado en fisioterapia deportiva.

Por esa razón, en Al Físio se aconseja “un entrenamiento previo a la temporada, así como realizar antes de la práctica deportiva movilizaciones articulares, estiramientos suaves y trabajo propioceptivo, encaminados a fortalecer la musculatura y hacer más efectiva la función de ligamentos y tendones”.

Lorena García considera fundamental “una buena preparación física durante todo el año y, de manera más específica, en las semanas previas ➤

» a la práctica deportiva”. Según la fisioterapeuta, “no podemos pretender no hacer nada en todo el otoño y en invierno pasarnos cuatro días en la nieve sin parar de hacer descensos”. Por otra parte, a los primeros síntomas de cansancio es recomendable abandonar la actividad. Según los fisioterapeutas de Al Físio, “cuanto más cansado o fatigado se encuentre nuestro cuerpo mayor probabilidad de lesiones, debido a que el músculo tiene una peor capacidad de respuesta al movimiento”. Una sobreexposición al ejercicio con fatiga puede producir lesiones, desde contracturas, a roturas fibrilares, esguinces, distensiones ligamentosas e, incluso, fracturas óseas. M^a Cruz Gómez, miembro de la Comisión de Fisioterapia en la Empresa y Ergonomía, alerta de que el cansancio lleva implícita “falta de concentración” y, en estos deportes, esto “puede dar lugar a una caída”.

José Santos es de la misma opinión: “El cansancio es el principal factor de riesgo para sufrir lesiones en este tipo de actividades”, advierte.

Calentamiento

La mejor forma de evitar la lesión sigue siendo realizar un óptimo calentamiento. ¿En qué consiste? Según los trabajadores de Al Físio, “en movilizaciones articulares suaves, como caminar y carreras suaves, y estiramientos musculares de los principales músculos que van a intervenir en la actividad que vayamos a realizar”. De esta forma, se consigue que el músculo esté en la situación óptima para realizar el ejercicio, con el suficiente aporte de nutrientes, y que la musculatura esté más activa y tenga mayor capacidad de respuesta.

Para Santos, “es fundamental invertir entre 15 y 20 minutos incidiendo en los miembros inferiores y en las rodillas, aunque sin olvidar los movimientos de la columna y de los miembros superiores y el cuello”.

Lorena García añade la importancia de comenzar el ejercicio de forma moderada y progresiva. Por ejemplo, en el caso del esquí, “con descensos fáciles y suaves”, afirma. García aboga por “una correcta pauta posterior a la actividad para evitar lesiones”. Santos aconseja, además, “estirar y relajar la musculatura”.

Otras recomendaciones de los fisioterapeutas son ingerir medio litro de agua durante las dos horas previas a la actividad, así como durante la práctica y al finalizarla, y utilizar material técnico y ropa adecuados. El músculo está en su mayor



El cansancio es el principal factor de riesgo de sufrir lesiones

parte formado por agua, por lo que si no lo alimentamos estamos provocando una mayor predisposición a lesiones y fatiga.

Gómez insiste también en una correcta hidratación: “Implica que nuestro cuerpo no va a tener que hacer un esfuerzo superior al que el deporte en cuestión le demanda, además de que sirve para evitar deshidrataciones, taquicardia o bajada de niveles de glucosa en sangre”, asegura.

En cuanto a la ropa, es imprescindible una adecuada que sea transpirable, flexible y reforzada en las zona donde sufre más desgaste. Gómez especifica que “una ropa adecuada conseguirá que nuestra temperatura corporal se mantenga, que nuestros músculos no estén sometidos a cambios importantes de temperatura, que los posibles impactos sean amortiguados y que podamos realizar la técnica del deporte con libertad de movimiento”.

Para el secretario general del Colegio, “es un error frecuente pensar que debemos utilizar mucha ropa y muy gruesa para mantener el calor. Es muy importante no pasar frío, pero tampoco calor, por eso se recomienda vestirse con tres ca-



LOS NOVATOS, LA VÍCTIMA PERFECTA

El 55 por ciento de las lesiones de los esquiadores tienen lugar durante los primeros siete días de aprendizaje. La inexperiencia produce caídas y colisiones. Por esta razón, el Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid aconsejan a quienes se aventuren por primera vez en este deporte asistir a clases de iniciación impartida



por monitores especializados. De esta forma, “podrán aprender a utilizar el equipo de forma adecuada y conocerán técnicas básicas para reducir el riesgo de lesión como, por ejemplo, caer de forma correcta”, advierte José Santos, secretario general del CPFCM.

Según los datos de que dispone el Colegio, contar con este tipo de conocimientos reduce hasta un 80 por ciento el riesgo de sufrir lesiones en el aparato locomotor.

pas: una pegada al cuerpo de tejido transpirable, una segunda de tejido técnico que estabilice la temperatura y, por último, una chaqueta que aisle del aire y la nieve, y que impida que se pierda el calor corporal”.

También hay que revisar el resto del equipo: gafas, calcetines, guantes, botas, amarres, esquís, bastones y casco. Los datos confirman que un inadecuado equipamiento es la causa del 40 por ciento de las lesiones y, especialmente, en la rodilla: el 56 por ciento.

Uno de los elementos preventivos que puede llegar a salvar una vida es el casco. Cada vez se producen más lesiones cerebrales y de la médula espinal entre esquiadores y snowboarders debido a que se arriesgan cada vez más. El ratio de muerte se estima en 0,5-1,9 por cada millón de personas/día. Diversos estudios aseguran que el uso del casco disminuye en un 60 por ciento el riesgo de sufrir un traumatismo craneoencefálico y de lesiones en la cara y en el cuello.

Lesiones más frecuentes

Desde el esquiador profesional al amateur, todos sufren caídas. La mayoría de las veces, las con-

secuencias no pasan de contusiones o estiramientos sin mayores consecuencias. Pero el equipo de Al Físio advierte que en este tipo de deportes “hay mayor prevalencia de lesiones de las articulaciones de tobillo, rodilla, muñecas y pie”. Las lesiones más graves se concentran, en el 60 por ciento, en las extremidades inferiores. En concreto, una de cada tres lesiones importantes tienen lugar en la rodilla. De estas, la lesión más frecuente es la rotura de ligamento cruzado anterior. M^a Cruz Gómez lo explica: “Al no poder soltar los esquís, el pie se queda fijo al suelo y rota nuestro tronco con nuestro fémur produciendo rotura de ligamento cruzados o de ligamentos laterales de la rodilla”.

También son frecuentes otras lesiones, como la del pulgar del esquiador, cuando la correa se engancha y tira hacia detrás del dedo, contusiones en la pelvis, lesiones en las costillas o las vértebras, lesiones en la muñeca por la posición que la mano pone al caer, luxaciones del hombro propias del snowboard y las lesiones de cabeza que, en el caso de los niños, representan la mitad del total. ■

La probabilidad de sufrir una lesión es de 3,2 por cada 1.000 esquiadores

Pedro Fernández



Ramón Bonilla. **Defensor del Ciudadano**

“MI LABOR ES
PROTEGER
AL CIUDADANO”

El primer Defensor del Ciudadano del Colegio explica las funciones de esta nueva figura, sus competencias y cómo puede ayudar a los ciudadanos para mejorar la asistencia que reciben atendiendo a sus reclamaciones.

Ramón Bonilla lleva más de media vida ligado al Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid. Colegiado número 19, fue secretario general del CPFCM, además de Defensor del Colegiado. Avalado por la gran labor desarrollada en todos estos cargos, la Junta de Gobierno de la Institución lo ha considerado la persona más idónea para desempeñar el nuevo puesto de Defensor del Ciudadano. Suma, además, el mérito de su formación jurídica –licenciado en Derecho– y su experiencia docente como profesor de legislación sanitaria.

¿Por qué decidió aceptar este puesto?

Porque tengo mucho cariño a la vida colegial y porque es un cargo honorífico que no conlleva retribución. Si tuviera retribución no lo aceptaría. Además, me parece importante de cara a las futuras generaciones, los fisioterapeutas más jóvenes, para que comprueben que su Colegio es moderno y que no solo mira hacia dentro. Eso es algo que la sociedad siempre ha acusado a los colegios. Es bueno transmitir a los ciudadanos que los colegios tenemos la finalidad de servir a la sociedad, no solo a los colegiados.

“Es bueno transmitir a los ciudadanos que los colegios tenemos la finalidad de servirlos también a ellos y no solo a los colegiados”

¿Por qué nace la figura del Defensor del Ciudadano?

Esta figura va en la línea de continuar con el funcionamiento democrático y de la Ley Ómnibus, de 2009. Ahí entra la transparencia en la gestión, facilitar la labor a los ciudadanos, la ventanilla única, las memorias anuales que recogen todos los gastos y la necesidad de que existan mecanismos con los que el ciudadano pueda formular sus reclamaciones. Mi figura surge de ahí.

¿Cuáles serán sus funciones?

Es una figura adscrita al área administrativa, no es una vía judicial. No voy a entrar a hacer juicios ni dictar sentencias. Simplemente voy a atender las quejas de los ciudadanos que están disconformes con el funcionamiento, bien de los profesionales o de la propia administración colegial. Voy a ser una vía de reclamación y recurso donde el ciudadano buscará protección de sus derechos, y que se esclarezcan situaciones o conflictos que hayan afectado a sus derechos o intereses con ocasión de servicios que le han prestado profesionales. Mi actuación finalizará con una propuesta de solución del conflicto al Consejo Rector para que ellos sean los que, finalmente, aborden el tema. Yo estoy sujeto a una serie de plazos y a contestar al ciudadano acusando recibo de su queja, e informándole de la gestión que realizo hasta la resolución final que propongo.

¿Y podrá evaluar conflictos que se encuentren en juicio?

Actuaré cuando no haya una vía judicial pendiente, no podemos actuar si hay un pleito pendiente. Habrá que esperar a ➤

» que se resuelva el pleito y luego, si el ciudadano lo desea, podrá formular su queja. La resolución vendrá después de una serie de indagaciones del Defensor del Ciudadano que tratarán de averiguar lo que ha sucedido en cada caso.

¿En qué consisten estas averiguaciones?

En reclamar el expediente, recabar testimonios y pedir aclaraciones tanto al paciente como a los profesionales indicados. Con todo esto, llegaré a una resolución donde realizaré mi propuesta a quien pueda resolver, es decir, a la Junta Rectora, que es quien tiene la potestad ejecutiva de sancionar y tomar medidas.

Actuaré siempre que tenga conocimiento de oficio de un hecho que entiendo que vulnera los derechos de los ciudadanos o por denuncia, a través de una queja o reclamación que me formule un ciudadano o un conjunto de ciudadanos.

¿Cómo contactarán con usted los ciudadanos?

En el reglamento se especifica que el ciudadano entregará un sobre cerrado en el que tendrá que identificarse con nombre y apellidos. El sobre, que podrá remitirlo por correo o entregarlo directamente en la sede del Colegio contendrá también la exposición clara de la queja, y todos los trámites y documentos que acompañen su queja, en el plazo máximo de 10 días hábiles tras los hechos ocurridos. El Defensor remitirá el acuse de recibo correspondiente y contestará a esa queja tras las oportunas averiguaciones. A priori, no tenemos marcado un plazo fijo de respuesta, pero yo me propongo aproximadamente un mes. En un futuro, se habilitará un espacio en la web para que el ciudadano formule y pueda escanear sus documentos, y mandar toda la información electrónicamente. Hay que tener presente que el Defensor del Ciudadano no está obligado siempre a tramitar, ya que a veces lo que se pide puede ser improcedente o que no sea la persona competente en el tema en cuestión. Lógicamente, en todas las tramitaciones se está sujeto a una confidencialidad de todos los datos que uno conoce en la tramitación de todos los expedientes.

“El Defensor del Ciudadano es una figura que tiene plena autonomía e independencia de la Junta de Gobierno”

“No voy a entrar a juicio ni a dictar sentencias, simplemente atenderé las quejas de los ciudadanos”

El Defensor del Ciudadano es una figura independiente de la Junta de Gobierno. ¿Cómo va a garantizar esa autonomía?

Efectivamente, el Defensor del Ciudadano es una figura que se crea con plena autonomía y sin dependencia jerárquica de la Junta de Gobierno, tiene independencia de funcionamiento y así se garantiza en el propio estatuto al no estar sujeto a mandato de la Junta de Gobierno.

¿Tiene alguna función más?

Sí, también estamos sujetos a realizar un resumen de la actividad, es decir, la obligación de elaborar una memoria anual. Se trata de un informe de todos los casos que han llegado al Defensor del Ciudadano, especificando las propuestas de resolución así como la fase en la que se encuentra, si el caso continúa abierto. Además, se pedirán medidas si se producen numerosas quejas del ciudadano en un solo sentido, para evitar que estas quejas vuelvan a producirse en un futuro.

Con su nombramiento, el CPFCM se convierte en la primera Institución colegial en cumplir la Ley de Transparencia, Acceso a la Información Pública y Buen Gobierno en la Comunidad de Madrid.

¿Siente mucha responsabilidad?

Una vez asuma la responsabilidad me lo tomaré muy en serio. Hablamos de los derechos de los ciudadanos, que ellos sepan que tienen esta nueva vía de protección. Espero marcar el camino como primer Defensor del Ciudadano a los que continúen esta labor, al menos, en el tema de los procedimientos. Mi formación como licenciado en Derecho me ayudará en este sentido. Crear esta figura es un compromiso con la sociedad que va a prestigiar al propio Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid si se hace una buena labor.

¿Va a desarrollar algún tipo de iniciativa para ayudar al ciudadano a distinguir a un verdadero profesional sanitario de alguien que no lo es y evitar así que ponga su salud en peligro?

Esa labor de información no es el papel del



“Tengo el compromiso de dejar hecho un camino de procedimiento para el Defensor que venga detrás”

Defensor, ya que esta no es una figura creada para defender al fisioterapeuta. Lo que sí podría suceder es que llegasen quejas sobre derechos vulnerados por el intrusismo de un fisioterapeuta, pero es raro. Pero hay que tener en cuenta que esta es una figura nueva y no sabemos la problemática que nos va a llegar, así que siempre se estudiaría cada caso. Los que sí supongo es que la queja más habitual sea acerca del tratamiento entre el ciudadano y el profesional: honorarios, trato despectivo, tratamiento o duración de los mismos.

¿Mantendrá con la Junta reuniones periódicas?

Según surjan casos o haya resoluciones, tendremos reuniones. Es necesario un contacto fluido entre ambos.

A largo plazo, ¿se ha marcado algunas prioridades o líneas de actuación?

Al ser el primer Defensor del Ciudadano tengo un compromiso de dejar un camino de procedimiento, es decir, los aspectos formales: hacer modelos de queja o formularios colgados en internet, lo que son aspectos de metodología. Esa es una de mis prioridades. También pretendo analizar y difundir la problemática entre los colegiados de cara a que no se repitan este tipo de conductas en un futuro.

Hay, además, una vertiente pedagógica entre los defensores, y es que la sociedad sepa qué es lo que está ocurriendo y cuáles son las soluciones que se proponen por parte del Defensor. Queremos que la memoria de mis actuaciones sea difundida entre todos los colegiados para que sepan de qué se quejan los ciudadanos y las soluciones que se están adoptando para resolverlo. Esa transparencia es la que tiene que primar. Que desde el principio el ciudadano vea qué es lo que hace y para qué sirve. ■

Pedro Fernández
Fotos: Jorge Villa

Vídeo consejo

Las nuevas enfermedades “tecnológicas”

La Institución colegial alerta de que el uso continuado de dispositivos electrónicos puede afectar de manera negativa a nuestra salud, generando un nuevo tipo de enfermedades que van desde la fatiga visual, a las derivadas de la adopción de malas posturas durante su utilización, tales como el “cuello de texto”.

El Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid (CPFCM) ha dedicado el vídeo-consejo del mes de octubre de su campaña ‘12 meses, 12 consejos de salud’, a las “nuevas enfermedades tecnológicas”, que son las provocadas por el uso indebido o abusivo de las nuevas tecnologías. Según explica la Institución colegial en el corto, el uso continuado de ordenadores, smartphones, tablets y dispositivos electrónicos en general, puede afectar de manera negativa a nuestra salud a diferentes niveles, ge-

nerando este nuevo tipo de enfermedades, que van desde la fatiga visual a las derivadas de la adopción de malas posturas durante su utilización, tales como el *text neck* o “cuello de texto”, patología provocada por incorrectas posturas prolongadas del cuello. A través del vídeo-consejo del mes de octubre, el Co-

legio afirma que, para evitar este problema cuando se utilice de manera frecuente una pantalla durante largo tiempo sin necesidad de manipularla (como por ejemplo, cuando se vea una película, o se siga un curso *online* desde una *tablet* o dispositivo móvil), es recomendable colocar el dispositivo sobre una superficie plana y a

una altura que permita tener el cuello recto.

El Colegio advierte de que hay que cuidar los pulgares, que son los miembros que más sufren a la hora de chatear con el móvil o de jugar a los videojuegos y los que mayor riesgo de lesión por exigencia desmedida presentan. Para ello, es aconsejable utilizar métodos alternativos de escritura –como las notas de voz–, cuando los notemos fatigados.

Además, la Institución colegial hace hincapié en la necesidad de realizar ejercicios de elongación de los músculos

*Hay que cuidar los pulgares,
que son los miembros que más sufren
a la hora de chatear con el móvil
o de jugar con los videojuegos*



Para evitar patologías de muñeca derivadas del uso del ordenador, se aconseja utilizar una almohadilla que permita apoyarla

flexores y extensores no solo de los dedos, sino también de la muñeca, cuando esta se vea sometida al uso repetido y prolongado del ratón. En este sentido, para evitar patologías de muñeca derivadas del uso del ordenador, se aconseja utilizar una almohadilla que permita apoyarla. Además, es recomendable apoyar los antebrazos tanto cuando se escriba en el teclado como cuando se use ratón, así como situar ambos dispositivos en un nivel inferior a la altura del codo, para que se mantengan los hombros y muñecas en una posición relajada.



Presentación de la campaña escolar.

El 20 por ciento de los escolares lleva sobrepeso en la mochila

Así lo recoge un estudio realizado por el Colegio y que se dio a conocer durante la presentación de la campaña de prevención de lesiones en escolares 2015/2016. Al acto asistieron el consejero de Sanidad, Jesús Sánchez Martos, y el director general de Educación Infantil, Primaria y Secundaria, Juan José Nieto.

El Colegio presentó su campaña de prevención escolar en un acto en el que estuvieron presentes el consejero de Sanidad, Jesús Sánchez Martos; el director general de Educación Infantil, Primaria y Secundaria, Juan José Nieto; y el secretario general y el decano del CPFCM, José Santos y José Antonio Martín Urrialde, respectivamente.

José Santos recordó que la carga "nunca debe superar el 15 por ciento del peso del niño, ya que llevar un peso excesivo puede provocar escoliosis o alteraciones posturales de columna, entre otros trastornos musculoesqueléticos". Aun así, según la encuesta pre-

sentada por el Colegio, y en la que participaron 395 padres y madres de alumnos de entre seis y nueve años de la Comunidad de Madrid, durante el pasado curso, aunque el 51 por ciento de los progenitores es consciente de que los hábitos posturales de sus hijos pueden generar futuros problemas de espalda, un 15 por ciento dice no saber cuánto peso cargan sus hijos en la mochila. Además, el estudio revela que el 46,6 por ciento de los niños madrileños utiliza carrito, aunque un 96 por ciento no lo lleva de forma adecuada. De los que utilizan mochila, solo un 5,7 por ciento la lleva de forma incorrecta.



En cuanto a hábitos posturales, el 42,5 por ciento de los escolares adopta una mala postura al levantarse de la cama; un 50 por ciento al sentarse en una silla y otro 50 por ciento al levantar peso desde el suelo. Además, el 29,4 por ciento de los padres manifiesta que en algún momento sus hijos han sufrido dolor de espalda, señalando que la zona en la que con mayor frecuencia se localiza el dolor es en la cervical (36,2 por ciento), seguida de la dorsal (26,7 por ciento) y de la lumbar (14,7 por ciento). Sin embargo, solo un 2,3 por ciento de los escolares ha sido diagnosticado de dolencias de espalda por un médico.

Error de la sociedad

Por su parte, el consejero de Sanidad defendió que el hecho de que los niños padezcan dolor de espalda sabiendo la causa, es "un gran error de la sociedad". En este sentido, recordó que si se atajara este problema harían falta menos tratamientos médicos y consultas, "por lo que, además de en salud, ahorraríamos dinero". Por último, Juan José Nieto manifestó su intención de seguir colaborando con el Colegio para "facilitar el desarrollo de iniciativas de esta naturaleza, ya que la mejor forma de evitar problemas de salud es una adecuada educación". El Colegio enseñará por sexto año consecutivo a niños de entre tres y nueve años a llevar a cabo sus actividades diarias de la manera más saludable posible gracias a esta iniciativa. Desde 2009, se han beneficiado de esta campaña, que es gratuita, un total de 72.438 niños madrileños.

Un foro sobre acoso escolar alerta sobre el número de niños en peligro

Entre el cinco y el 10 por ciento de los menores sufre acoso escolar grave en España. Esta es una de las principales conclusiones del Foro sobre acoso escolar que se celebró el 24 de septiembre en Servi-

cretario general del Defensor del Menor, José Antonio Luenego; y la representante de la FAPA Giner de los Ríos, Arancha Ventura, José Santos apostó por la educación en valores: “Creemos

tió que muchos padres tienen problemas para demostrar el acoso de sus hijos porque desde los centros se les dice que es solo algo puntual. “Sin embargo, el acoso escolar crece como una bola de nieve y, si no



Foro sobre acoso escolar celebrado en Servimedia.

media y en el que participaron el secretario general del Colegio, José Santos; el presidente de la Asociación Nacional para la Prevención del Acoso Escolar, Enrique Pérez-Carrillo; el psicólogo y ex se-

creta que el autoconocimiento del cuerpo y el fomento de la actividad física puede favorecer tanto la confianza en sí mismo como la integración dentro de un grupo”. Por su parte, Enrique Pérez-Carrillo advir-

se ponen medios, se incrementa”, explicó, añadiendo que, además, “este aumenta entre los seis y los 10 años hasta un 40 por ciento porque no es tan visible, ya que no es tan físico, y es más difícil de detectar”.



Foto cedida por Cruz Roja.

El Colegio ofrece ayuda para atender a los refugiados

El decano del CPFCM, José Antonio Martín Urrialde, ha enviado una carta a la alcaldesa de Madrid, Manuela Carmena, en la que ofrece la colaboración del Colegio para “la coordinación de las necesidades de Fisioterapia que pueden llegar a tener los refugiados sirios que sean acogidos en la Comunidad de Madrid”.

La Institución colegial está a la espera de conocer las necesidades del Ayuntamiento y, en función de las mismas, enviará un comunicado a los colegiados informándoles sobre la iniciativa. En las últimas semanas, han sido varios los centros de fisioterapia que han contactado con el Colegio mostrando su disposición a colaborar de forma altruista.

La Comunidad de Madrid trabaja con la previsión de acoger unos 2.400 refugiados sirios.



COMISIÓN DE FISIOTERAPEUTAS JUBILADOS

Recordamos a todos los jubilados del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid que pueden formar parte de esta Comisión, manteniendo su antiguo número de colegiado.

La Comisión se reúne todos los martes (no festivos) a las 18 horas, en la sede del Colegio, situada en la calle José Picón nº 9.

La Comisión programa actividades a lo largo de todo el año, pero, para ello, es necesaria la participación de todos.

**Pásate por el Colegio,
¡Te esperamos!**



El bolso de mano no debe superar el cinco por ciento del peso de la persona

La Institución colegial ha alertado de que cargar excesivamente el bolso de mano o llevarlo de manera incorrecta, puede originar patologías cervicales, contracturas de trapecios, problemas de movilidad en los hombros y/o complicaciones en codos y muñecas.

El Colegio aconseja que el peso del bolso no exceda el cinco por ciento del de la persona, y que se lleve de manera apropiada según su forma y tamaño. El bolso bandolera es el mejor para evitar dolores, siempre y cuando no pesen demasiado, sea de asa ancha, a ser posible acolchada, y se lleve pegado al cuerpo para evitar balanceos.

A quien no le guste este tipo de bolsos, debe elegir uno que pueda llevarse al hombro, con un asa ancha o dos asas "enrolladas" e irlo cambiando de hombro a lo largo del día. Según destaca el secretario general del CPFCM, José Santos, si se carga siempre el bolso sobre el mismo hombro, los músculos de este lado del cuerpo acaban por "alargarse" y provocar problemas de cuello, hombros y brazos. Además, la persona adquirirá la costumbre de te-

ner el hombro elevado de manera inconsciente aunque no esté cargado, y adoptará una postura incorrecta para compensar este desequilibrio".

Los mejores materiales

En cuanto al material, el nylon o la lona son más recomendables que la piel porque son más ligeros. Sin embargo, Santos explica que, si se escoge la piel, "es muy importante que el peso se lleve cerca del cuerpo".

También se desaconseja utilizar bolsos cartera o que se lleven sobre el antebrazo. Si se llevaran, y aunque pesen poco, recomienda ir cambiándolos de brazo o mano cada 10 o 15 minutos. En cualquier caso, siempre conviene aligerar lo máximo posible el peso y mantener los objetos pesados al fondo.

En un estudio realizado por la empre-



sa Pavofrío, más del 78 por ciento de las mujeres encuestadas se confesó incapaz de permanecer un día sin su bolso y casi el cien por cien afirmó llevar en él, como mínimo, el móvil, las llaves, la cartera y las gafas.

Nuevo acuerdo de colaboración con Howden Iberia

El Colegio ha renovado su acuerdo de colaboración con el mediador de seguros Howden Iberia, con el objetivo de dar el máximo respaldo a los colegiados, facilitándoles el acceso a todos los servicios precisos de asesoramiento y mediación para la suscripción de seguros de todo tipo en las mejores condiciones. En virtud de este convenio, la correduría actuará en calidad de corredor de seguros oficial del Colegio y gestionará para él todos los servicios y prestaciones que las partes estipulen a través de una plataforma on-line denominada 'Servicio Colegial de Previsión y Seguros'.

Los supervisores piden una mesa multidisciplinar para mejorar el servicio de rehabilitación

Los supervisores de las unidades de Fisioterapia de más de una veintena de hospitales públicos de la Comunidad de Madrid han acordado solicitar, de manera conjunta a la Consejería de Sanidad, la creación de una mesa de trabajo paritaria en la que intervengan todos los profesionales implicados en el servicio público de rehabilitación.

Así lo declararon durante un encuentro celebrado el 22 de octubre y organizado por el Colegio, cuyo objetivo era identificar las principales debilidades y necesidades de la Fisioterapia en estos centros y buscar medidas de mejora. Con la creación de esta mesa, pretenden agilizar los tiempos de espera, optimi-

respeten las particularidades de cada hospital. Además, consideran fundamental la implicación de la Administración en la creación de un sistema de registro unitario para todos los hospitales, que facilite el intercambio de información y el traspaso de pacientes en función de los recursos de cada centro.

ser tratado en el hospital cuyos recursos se adaptaran mejor a sus necesidades.

Transformar el sistema

La jornada, que fue inaugurada por el decano José Antonio Martín Urralde, y la directora general de Planificación, Investigación y Formación de la Comunidad de

orientado hacia un mejor tratamiento de la cronicidad.

La gerente apostó por fomentar y mejorar la comunicación entre los centros ya que, según explicó, “existe mucho conocimiento pero distribuido en islas: Atención Primaria, hospital y escuela”. Además, destacó la necesidad de trabajar de forma estratificada con el paciente, de manera que no se aplique a todos el mismo tipo de tratamiento ya que, además, “la sostenibilidad del sistema pasa por darle a cada paciente el recurso que necesita”. En este sentido, señaló que “el coste de un ingreso varía según el centro y los recursos que este tenga, por lo que habría que hospitalizar a cada paciente en el centro que necesitara según el tipo de asistencia que requiriera”.

Para ello –añadió–, hay que conocer las necesidades de las personas y conseguir un paciente activo que permita aplicar tratamientos por objetivos, pero en los que él mismo tenga que participar. En este sentido, recordó que la enseñanza del autocuidado y conseguir que el paciente participe es competencia del profesional sanitario, y que este dispone de estrategias de empoderamiento de los pacientes.

Carmen Ferrer concluyó asegurando que las unidades de Fisioterapia deben convertirse en una entidad dentro de las organizaciones, ya que aportan una especificidad “que el fisioterapeuta debe identificar y utilizar para hacerse fuerte”.



zar el sistema de derivaciones de pacientes, revisar su rol dentro de los equipos multidisciplinarios y homogeneizar protocolos y procesos, de manera que haya unas directrices comunes a todos los centros, aunque se

También coincidieron en que, para ofrecer un mejor servicio y optimizar costes, habría que apostar por la estratificación de los pacientes más allá de la división entre crónicos y agudos, de manera que cada paciente pudiera

Madrid, Emilia Sánchez, también contó con la presencia de Carmen Ferrer, fisioterapeuta y gerente del Hospital de Guadarrama, quien planteó la necesidad de transformar el sistema sanitario de manera que esté

Regulación de los diplomas de acreditación de los profesionales sanitarios

El 28 de julio de 2015 apareció publicado en el BOE el Real Decreto nº 639/2015, por el que se regulan los diplomas de Acreditación y los diplomas de Acreditación Avanzada.

De esta forma, se da desarrollo al artículo 36 de la Ley 44/2003, de ordenación de las profesiones sanitarias, para certificar el nivel de formación alcanzado por un profesional en un área funcional específica de una determinada profesión o especialidad, en función de las actividades de formación continuada acreditada desarrolladas por el interesado en el área funcional correspondiente.

Los diplomas de Acreditación y los diplomas de Acreditación Avanzada serán valorados como mérito en los sistemas de provisión de plazas cuando así se prevea en la normativa correspondiente. A este respecto, serán las Administraciones públicas las competentes para su expedición, teniendo carácter oficial y validez en todo el territorio nacional.

Según la norma, el diploma de Acreditación certifica la competencia profesional en un área funcional específica para un período determinado de tiempo (cinco años), y el de Acreditación Avanzada lo mismo, pero además admite y requiere una práctica profesional de mayor cualificación. En ningún caso estos diplomas podrán inducir a confusión con la denominación de otros títulos ni con las funciones de cada especialidad que corresponda ejercer a los titulados especialistas en Ciencias de la Salud.

El órgano competente para la



creación de los diplomas es la Comisión de Formación Continuada del Sistema Nacional de Salud (CFC), que fijará la denominación, las profesiones sanitarias que puedan acceder y obtenerlos, los requisitos de obtención, los programas, etc., así como su renovación.

Para acceder a la obtención y/o renovación de los diplomas de acreditación se exige de forma alternativa o acumulativa:

a) Acreditar un mínimo de dos años de práctica profesional, dentro de los últimos diez años, en el conjunto de las tareas incluidas en las competencias objeto de acreditación.

b) Aportar evidencias científicas en los últimos cinco años de las competen-

cias definidas en el diploma de Acreditación.

c) Aportar aquellas otras evidencias que se determinen por cada comunidad autónoma en cuanto a la adquisición de competencias definidas en el diploma: estancias formativas, docencia, tutorías, ponencias, tesis y/o proyectos de investigación.

Para acceder a la obtención y/o renovación de los diplomas de Acreditación Avanzada, se exige de forma alternativa o acumulativa:

a) Acreditar un mínimo de tres años, dentro de los últimos cinco años, de práctica profesional con el diploma de Acreditación en esa área funcional y con evaluación del

desempeño positiva y certificada en el Sistema Nacional de Salud, por la institución sanitaria o científica correspondiente.

b) Aportar evidencias de adquisición en los últimos cinco años de las competencias definidas en el diploma de Acreditación con acciones formativas acreditativas relacionadas con las competencias de dicho diploma.

c) Aportar aquellas otras evidencias que se determinen por cada comunidad autónoma en cuanto a la adquisición, en los últimos cinco años, de competencias definidas en el diploma de Acreditación Avanzada: estancias formativas, docencia, tutorías, ponencias, tesis y/o proyectos de investigación.

Para proceder a su obtención, se habrá de cursar la solicitud en el servicio de salud donde el profesional ejerza su profesión, debiendo ir acompañada de la documentación que acredite el cumplimiento de los requisitos exigidos.

Para proceder a su renovación, se habrá de cursar la solicitud en los tres meses inmediatamente anteriores a la fecha final de vigencia del diploma que, al igual que en el caso de la obtención, se habrá de presentar al servicio de salud donde se prestan los servicios, acompañando la documentación establecida en el acuerdo de creación del diploma.

En el Registro Estatal de Profesionales Sanitarios se harán constar estos diplomas en la ficha de los profesionales que los ostenten.

Asesoría Jurídica

Ayuda a resolver las dudas de los ciudadanos y participa en 'El fisioterapeuta responde'

El CPFCM anima a todos los colegiados a participar en la sección 'El fisioterapeuta responde', del Canal FisióTV. En ella, y mediante vídeos protagonizados por expertos en cada una de las especialidades de Fisioterapia, se resuelven todas las dudas relacionadas con la profesión y los tratamientos de Fisioterapia que plantean los ciudadanos a través de las redes sociales de la Institución colegial o de la Secretaría colegial.

Todos los colegiados que estén interesados en participar en esta sección pueden ponerse en contacto con Secretaría por medio del correo electrónico **cpfm@cfisiomad.org**, para ofrecer su conocimiento y sus clínicas como lugar de grabación. En el mail deben indicar su especialidad.

La Institución colegial puso en marcha el canal de televisión (www.fisio.tv) hace unos meses, para emitir consejos de salud y difundir las especialidades de la Fisioterapia entre la ciudadanía, así como las últimas novedades de la profesión.



5ª Jornada Interhospitalaria de Fisioterapia

El decano del Colegio, José Antonio Martín Urrialde, participará en la inauguración del encuentro, que tendrá lugar el próximo viernes, 13 de noviembre.

Durante la jornada, se celebrarán tres mesas redondas: la primera sobre investigación e innovación; la segunda sobre gestión y docencia, y, la última, sobre práctica clínica. Además, se impartirá un taller práctico sobre nuevas estrategias de intervención para el diagnóstico y control de las alteraciones del movimiento.

La jornada se celebrará en el Hospital Universitario de Fuenlabrada, en horario de las 9.00 a las 18.30 horas. La participación en la misma es gratuita, previa inscripción y hasta completar el aforo.



Acto de presentación del libro.

Un libro analiza los beneficios y tratamientos de la terapia acuática

El pasado mes de octubre se presentó en la Fundación Instituto San José de los Hermanos de San Juan de Dios "Terapia Acuática. Abordajes desde la Fisioterapia y la Terapia Ocupacional", la primera obra en español dedicada íntegramente a abordar esta temática, editada por la editorial científica Elsevier.

A lo largo de sus cinco partes, esta obra orientada a profesionales sanitarios que desarrollan su labor asistencial en el medio acuático, trata desde aspectos básicos hasta métodos específicos de intervención. La terapia acuática se aplica en diversas patologías,

como el espectro autista o la esclerosis lateral amiotrófica. Sin embargo, actualmente, no está muy extendida en nuestro país.

César Fernández de las Peñas, del departamento de Fisioterapia, Terapia Ocupacional, Medicina Física y Rehabilitación de la Universidad Rey Juan Carlos, y uno de los autores de esta obra, lamentó durante la presentación la "falta de conocimiento sobre lo que hacemos y los beneficios que tienen en sus pacientes", por lo que considera necesario "que se extienda su práctica, pues aún existe largo camino entre la investigación y la práctica clínica diaria".

Éxito de recaudación en la carrera solidaria de FAMOF

La Fundación Actualfisió recaudó más de 6.000 euros en su III Carrera Popular Solidaria, celebrada el domingo 25 de octubre, en Valdemoro, y en la que, como en años anteriores, participó, como patrocinadora y colaboradora, la Institución colegial.

La Fundación destinará el

dinero recaudado a tratamientos de Fisioterapia para más de 150 personas de Valdemoro afectadas por patologías y en situación de exclusión social.

El decano del Colegio, José Antonio Martín Urrialede, participó en la entrega de premios a los ganadores de cada categoría.



El Colegio es noticia

Durante el mes de octubre, a raíz del envío de una nota de prensa, el secretario general del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid, José Santos, fue entrevistado en la COPE, RNE, el programa Saber Vivir de TVE, Telecinco y La Información.com, entre otros medios, sobre la mejor manera de llevar el bolso de mano para no dañarse la espalda.

Además, se enviaron sendas notas de prensa sobre las recomendaciones de las campañas de prevención de lesiones en escolares y de "12 meses, 12 consejos de salud", que en esta ocasión estuvo dedicada a los riesgos de las nuevas tecnologías y de la que se hicieron eco Europa Press, Telecinco, PR Noticias y ConSalud, entre otros.

Asimismo, se recogieron en nota de prensa las conclusiones de la II Jornada de Supervisores de Unidades de Fisioterapia de los Hospitales Públicos de Madrid, a la que acudieron más de una veintena de profesionales. También se reforzó la convocatoria y la nota de prensa enviada por la Fundación FAMOF sobre una carrera solidaria y cuyo premio entregó el decano, José Antonio Martín Urrialede.

TABLÓN DE ANUNCIOS

Se alquila despacho profesional
situado en una zona inmejorable,
calle Goya, número 57, junto al
metro de Velázquez. Dispone de
cuarto de baño propio, bomba
de frío/calor y dos salas de espe-
ra. Persona de contacto: José Vi-
cente León.
E-mail: jvleon5@hotmail.com



FISIOTERAPEUTA. SERVICIO DE SALUD DE LA COMUNIDAD DE MADRID (SERMAS). TEMARIO ESPECÍFICO I

Año: 2015 ISBN: 978-84-676-8865-8
Editorial MAD



FISIOTERAPEUTA. SERVICIO DE SALUD DE LA COMUNIDAD DE MADRID (SERMAS). TEMARIO ESPECÍFICO II

Año: 2015 ISBN: 978-84-676-8851-1
Editorial MAD



FISIOTERAPEUTA. SERVICIO DE SALUD DE LA COMUNIDAD DE MADRID (SERMAS). TEST

Año: 2015. ISBN: 978-84-676-8804-7
Editorial MAD

Estos tres manuales, los dos volúmenes y el libro de test, están concebidos para la adecuada preparación de las pruebas de acceso a la categoría de Fisioterapeuta del Servicio de Salud de la Comunidad de Madrid, según la Resolución de 22 de mayo de 2015, de la Dirección General de Recursos Humanos del Servicio Madrileño de Salud, por la

que se convocan pruebas selectivas para el ingreso en la condición de personal estatutario fijo, publicadas en el BOCM nº 132, de 5 de junio de 2015.

El primer volumen contiene los primeros 16 temas del programa, mientras que el segundo abarca desde el 17 hasta el 45, correspondientes a la parte específica del temario, con-

venientemente desarrollados y actualizados. A la hora de solicitarlos en Secretaría, están registrados con los números 2017 y 2019, respectivamente. El volumen de test contiene exclusivamente los test de todos los temas de la parte general y específica del temario, de forma que ayuda a la preparación del examen. Su número de registro es el 2016.

El acuerdo con el centro FormaAula 3 Madrid ha dejado de estar vigente por causas ajenas a la Institución colegial.

Boriana Gueorguieva Pantcheva**Fisioterapeuta y terapeuta psicomotriz**

“La terapia psicomotriz aporta a la Fisioterapia una mirada global del paciente”

La colegiada Boriana Gueorguieva, especializada en Fisioterapia Neurológica, explica cómo su formación complementaria en terapia psicomotriz le ha servido para mejorar la calidad de atención y el éxito terapéutico de los tratamientos que aplica.



Su primer contacto con la terapia psicomotriz tuvo lugar mientras estudiaba Fisioterapia en la Universidad Complutense de Madrid (UCM). Hizo una práctica sobre esta disciplina y le gustó “esa calidad, esa mirada humana y global que aporta”. Tras terminar la carrera, decidió complementar su formación con un Máster de Experto en Terapia Psicomotriz y, ahora, esta técnica forma parte de todos los tratamientos fisioterapéuticos que realiza.

¿Por qué decidiste especializarte en el tratamiento de personas con patologías de origen neurológico?

Porque me apasiona y porque son personas y familias que necesitan y merecen ser acompañados y apoyados. Además, creo que desde la Fisioterapia hay una labor importante a realizar y que queda muchísimo por investigar en ese campo.

¿Cuál es el perfil de tus pacientes y qué técnicas utilizas para tratarlos?

En general, son personas con dificultades sensoriomotoras, intelectuales y de relación, de todas las edades. Utilizo la terapia psicomotriz de forma transversal, es decir, está presente en todos los tratamientos. También utilizo todas las técnicas propias de Fisioterapia y, especialmente, las específicas de Fisioterapia Neurológica.

Tienes formación complementaria en Terapia Psicomotriz. ¿En qué consiste esta técnica?

La psicomotricidad contempla a la persona como una

unidad cuya actividad está articulada por diferentes sistemas neurofisiológicos, psicológicos y sociales, que interactúan entre sí. Esta disciplina decodifica la significación que el cuerpo y el movimiento generan en su relación. Considero el cuerpo desde una perspectiva integradora donde se contemplan los deseos, las motivaciones y las carencias, y donde el acto motor está tomado en cuenta no desde la segmentación, sino desde la significación en la globalidad.

¿Qué objetivos persigues al aplicarla?

Sobre todo, favorecer el desarrollo de las potencialidades de la persona. Desde el punto de vista de lo motriz, favorecer el desarrollo emocional para llegar a la comunicación y, de ahí, a la relación; y favorecer la creatividad y el desarrollo intelectual.



¿Esta técnica ha incidido en la calidad de la atención o en el éxito terapéutico?

Esta técnica forma parte del tratamiento fisioterápico de todos mis pacientes, también por la calidad de la relación que se establece con el paciente, sus familiares, los profesionales que le acompañan y todo su entorno. Esta formación me ha capacitado para observar al paciente en

“Me apasiona la Fisioterapia Neurológica. Creo que queda muchísimo por investigar en este campo”



su globalidad, para escuchar cómo se relaciona con el mundo, con las personas de su entorno y consigo mismo. Esa mirada sobre la globalidad de las personas es lo que aporta a la fisioterapia. Desde esta sensibilidad, realizo el tratamiento fisioterápico y puedo valorar cómo lo recibe el paciente, qué es capaz de integrar y cómo cambia su manera de relacionarse. A partir de ahí, evalúo las técnicas fisioterápicas de elección en cada fase de su tratamiento. También define mi lugar como profesional que acompaña a esa persona y facilita sus posibles relaciones en la vida, tal

y como él las vaya construyendo. Como objetivo general, para mí define el poder facilitar a la persona que se relacione con su entorno desde el 'quiero, puedo y soy competente en mi vida'.

En cuanto al pronóstico, ¿supone alguna mejora?

Sí, porque concreta las capacidades, las carencias y las motivaciones del paciente.

También concreta y organiza la elección de las técnicas de tratamiento fisioterápico que utilizo, así como el ritmo óptimo de trabajo con cada persona, que es diferente. Además, posibilita el trabajo desde una mirada global.

¿En qué pacientes obtienes mejores resultados?

Clínicamente, observo que se obtienen beneficios importan-

tes en todo tipo de pacientes. Yo me dedico sobre todo a trabajar con pacientes neurológicos pero, si me preguntas por mejores resultados, no puedo dejar de mencionar la gran importancia de la psicomotricidad en el área de la prevención. En todos los ámbitos, tanto en el educativo como en el reeducativo. También obtiene buenos resultados en el ámbito terapéutico, es decir, al tratar a personas con dificultades y patologías.

Impartes cursos en psicomotricidad a profesionales sanitarios. ¿En qué consiste esta formación?

Soy formadora en los másteres de psicomotricidad, que es una formación para profesionales de área de la salud, la educación y lo social. La formación trata de abrir esa otra mirada hacia las personas. Trata de lograr que todos los que se forman puedan adquirir estrategias y herramientas para desarrollar e integrar esa mirada en su práctica profesional habitual. Es una formación teórico-práctica; con una metodología vivenciada se trabaja lo relacional.

Meritxell Tizón Gutiérrez

Fotos: Jorge Villa

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

“La terapia psicomotriz concreta y organiza la elección de las técnicas de tratamiento fisioterápico que utilizo”

La limpieza de tu clínica como tu gran aliado

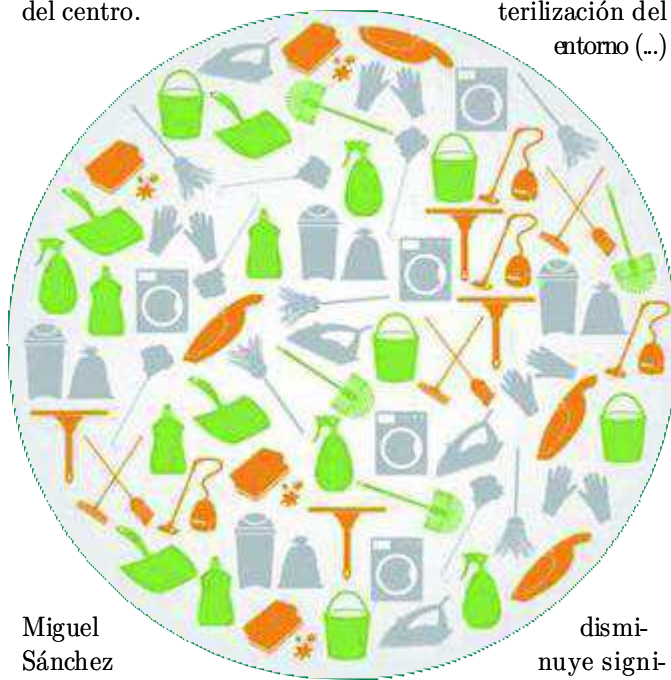
Multitud de foros aconsejan sobre cómo poner en funcionamiento un centro de Fisioterapia en el sector privado. Sobre lo que no se encuentra asesoramiento es acerca del mantenimiento del mismo, sobre la limpieza y la higiene de nuestra clínica.

En España tenemos poca cultura higiénica, pensamos que cualquiera está capacitado para realizar la limpieza de una instalación y, lo que es peor, para supervisarla. Además, como clientes damos por hecho que la limpieza e higiene de los establecimientos a los que vamos es correcta. Nos fijamos en aspectos como el olor, el brillo o que esté barrido. Sin embargo, a lo más dañino y que no se ve, los gérmenes, no le damos la importancia real.

La escasa legislación que regula los centros de Fisioterapia no concreta en ningún caso las condiciones de limpieza. Como mucho, según la Orden del 25 de agosto de 2009, de la Consejería de Salud y Bienestar Social de Castilla-La Mancha, de los requisitos técnicos sanitarios de los centros y servicios de Fisioterapia, en un anexo se especifican las características que deben cumplir las superficies: suelos impermeables, lisos, fácilmente lavables, resistentes a la mayoría de los productos químicos que se empleen y antideslizantes. Un apartado del anexo dice que se deben mantener unas condiciones de temperatura, humedad, ventila-

ción e iluminación adecuadas. Sin embargo, no se incluyen requisitos sobre la realización de la limpieza. Por lo tanto, dejan en nuestras manos la responsabilidad del nivel bacteriano del centro.

infecciones". Además, Sánchez afirmó que "la limpieza de los aparatos de asistencia terapéutica tras su uso con alcohol al 70 por ciento, además de la frecuente desinfección y esterilización del entorno (...)



Miguel Sánchez escribió en 2012, en *eFisioterapia.net*, un artículo sobre las infecciones nosocomiales en el entorno del fisioterapeuta. En las conclusiones podemos leer que "los principales métodos de prevención en los que se tiene en cuenta a los fisioterapeutas marcan el frecuente lavado de manos como la mejor, más barata y sencilla actuación para evitar la propagación de las

disminuye significativamente el riesgo de infección." Todos tenemos pacientes inmunodeprimidos con los que debemos tener mucho más cuidado ante infecciones. Recientemente, ha salido al mercado en la Comunidad de Madrid un Certificado de Higiene independiente que ayuda con este control de la limpieza e higiene. A diferencia de otros certificados de calidad, este se

orienta al resultado del proceso de limpieza en lugar de al procedimiento. Es decir, en función de la actividad, se realizan inspecciones a lo largo del año en las que se toman parámetros físicos, químicos y microbiológicos para determinar el nivel de higiene.

Por este motivo, el esfuerzo de incorporación del Certificado de Higiene a nuestra clínica, tanto económico como de adaptación, es asumible. Y en caso de resultado negativo, se emite un informe con medidas correctivas. Estos certificados se basan en normas y legislación relacionadas, tanto españolas como de otros países avanzados en este campo, como Noruega, para realizar un control ajustado a las necesidades higiénicas de cada actividad.

Otra ventaja añadida es que es una herramienta fácilmente incorporable a las estrategias de comunicación y marketing: página web, publicidad en la recepción, puerta o ventanales, anuncios, publicidad, *flyers*, etc. Con los certificados de calidad fidelizamos a nuestros clientes y favorecemos el boca a boca para conseguir más. Todo aquello por lo que nos diferenciamos es un valor añadido.

Por otro lado, con el apoyo del CPFCM a este tipo de iniciativas se crean barreras al intrusismo laboral. Cuanto más valor añadido le demos a la profesión, más se valorarán nuestras actividades.

Carlos Lorenzo, CEO & Founder de Hygiene Plus



Nueva Junta de Gobierno de la Unión Interprofesional.

Sonia Gumpert, reelegida presidenta de la Unión Interprofesional

Sonia Gumpert, decana del Ilustre Colegio de Abogados de Madrid, ha sido reelegida como presidenta de la Unión Interprofesional de la Comunidad de Madrid, tras las elecciones celebradas a la Junta de Gobierno.

El equipo de Gumpert estará formado por dos vicepresidentes: Miguel Ángel Carrillo, decano del Colegio de Ingenieros de Caminos, Canales y Puertos; y José María Ezquiaga, decano del Colegio de Arquitectos de Madrid. Además, contará con Eladio Acevedo, presidente del Ilustre Colegio Central de Titulados Mercan-

tiles, como tesorero; Luis J. González, presidente del Colegio Oficial de Farmacéuticos de Madrid, como contador; y Sonia López, presidenta del Ilustre Colegio Oficial de Médicos de Madrid, como vicesecretaria.

Unión Interprofesional es una entidad sin ánimo de lucro que agrupa a los colegios de la Comunidad de Madrid y a aquellos nacionales con sede en la misma, y en la que se inscriben cerca de 300.000 profesionales de las áreas de ciencias, economía, jurídica, sanidad, social y técnica.

El ejercicio previene la diabetes gestacional

Un trabajo de la Universidad Politécnica de Madrid y del Hospital Universitario Puerta de Hierro ha demostrado que el ejercicio previene la aparición de la diabetes gestacional.

Según el estudio, publicado en la revista "Medicine and Science in Sports and Exercise", una adecuada pauta preventiva es la mejor forma de evitar los efectos

de esta complicación metabólica.

Los científicos llevaron a cabo un ensayo clínico aleatorizado, en el que participaron 257 mujeres gestantes sanas: 101 de ellas se integraron en un programa de ejercicio físico inmediatamente después de su primera ecografía prenatal (semana 10-12 de embarazo) hasta el final del mismo (se-

mana 38-40), mientras que las 156 mujeres restantes permanecieron en el grupo de control recibiendo los cuidados habituales.

Los resultados muestran un porcentaje significativamente mayor de desarrollo de diabetes gestacional en el grupo de control (mujeres que no participaron en el programa) que en el grupo de ejercicio físico.

El estrés en los niños influye en su salud adulta

Los niños que durante su infancia están sometidos a situaciones de estrés tendrán peor salud cardiovascular y mayor riesgo de diabetes cuando sean adultos. Así se desprende de una investigación de la Universidad de Harvard realizada durante 45 años a 7.000 personas nacidas en 1958 en Gran Bretaña.

Durante este periodo se analizaron los datos relacionados con el estrés y la salud



mental en este grupo a las edades de siete, 11, 16, 23, 33 y 42 años. El estudio demuestra también que las enfermedades psicológicas en la infancia, incluso cuando los trastornos mejoraron en la edad adulta, se asocian con un mayor riesgo de enfermedad cardíaca y diabetes.

La investigación ha revelado que las personas con angustia persistente durante toda su vida tienen un mayor riesgo cardiometabólico en relación con las que dijeron tener bajos niveles de estrés.

El 71 por ciento de la población española valora su estado de salud como bueno o muy bueno

La percepción positiva disminuye con la edad, según se desprende de los datos de la última Encuesta Europea de Salud en España elaborada por el INE. Por sexo, el 75,1 por ciento de los hombres declara tener un buen estado de salud frente al 67 por ciento de las mujeres.

Los problemas o las enfermedades crónicas más frecuentes que padece la población mayor de 15 años y que están diagnosticados por un médico son: la hipertensión arterial (18,4 por ciento), los dolores lumbares (17,3 por ciento), el colesterol elevado (16,5 por ciento), la artrosis (16,4 por ciento), los dolores cervicales (14,7



por ciento) y la alergia (13,4 por ciento).

El estudio recoge que un 20,7 por ciento de la población mayor de

65 tiene dificultad para realizar alguna actividad básica de la vida diaria como alimentarse o afeitarse.

El porcentaje de población de 65 y más años con dependencia funcional disminuye respecto al año 2009 (20,7 frente a 26,5 por ciento).

Ejercicio físico

Tres de cada 10 encuestados (un 31 por ciento) aseguraron realizar ejercicio físico en su tiempo libre más de dos días a la sema-

na. Por sexo, cinco de cada 10 hombres y cuatro de cada 10 mujeres realizan ejercicio físico en su tiempo de ocio.

En cuanto a la actividad física realizada durante los desplazamientos, ocho de cada 10 personas declara caminar para desplazarse.

La Encuesta Europea de Salud en España 2014 (EESE- 2014) ha sido realizada por el Instituto Nacional de Estadística (INE) y el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad (MSSI).

AUDI A3 SPORTBACK E-TRON**JAQUE AL DIÉSEL**

Solo hace falta probar un vehículo eléctrico o un híbrido enchufable, como este caso, para darse cuenta de que se trata del futuro de la automoción. Su autonomía es cada vez mayor y su precio, afortunadamente, se va adecuando a la realidad. De nada sirve un híbrido a la venta si su precio es el doble que su equivalente en diésel.

El A3 Sportback e-Tron, con su carrocería de cinco puertas, apenas se distingue del resto de la gama diésel o gasolina por la ausencia del tubo de escape o de los logos que indica su versión ecológica de gama e-Tron. Su similitud exterior también se traspasa al interior, cuya excelente terminación y calidad de acabados los hereda del resto de la gama.

El A3 e-Tron no es un vehículo eléctrico puro, sino un híbrido enchufable capaz de recorrer hasta 50 kilómetros en un modo completamente eléctrico, siempre que su velocidad no excede

los 130 km/h. Dispone de dos motores: uno térmico 1.4 turbo gasolina, de 150 CV, y otro eléctrico, de 102 CV que impulsan al eje delantero. La potencia máxima de ambos motores combinados es de 204 CV, lo que le otorga unas prestaciones dignas de un deportivo con un consumo muy bajo. La conducción no difiere de cualquier otro automático, con distintos modos para gestionar la carga de la batería, según se quiera utilizar o recargar para un posterior uso. Todo se realiza de un modo completamente automático, con lo que el conductor solo tendrá que preocuparse de conducir.

Una vez agotada la carga de la batería, existe la opción de continuar circulando con total normalidad con su motor de gasolina de 150 CV.

En cuanto a la recarga, esta se puede realizar desde cualquier enchufe doméstico o desde uno de alta capacidad para reducir el tiempo de carga.

En el peor de los casos, rondará las cuatro horas.

Este coche es la movilidad de futuro; rara vez en nuestros trayectos diarios superamos los 50 kilómetros de distancia, por lo que la mayor parte del tiempo circularíamos en modo eléctrico. Pero, si se desea realizar una escapada de fin de semana, se dispone de una autonomía y capacidad de repostaje como cualquier otro gasolina, aunque con bajas emisiones.

Guillermo Mielgo
Colegiado nº 1517

FICHA TÉCNICA

Aceleración (0-100): 7,6 segundos

Velocidad Máxima: 222 km/h

Consumo Urbano / carretera / medio:
- / - / 1,6 l/100km

Emisiones CO₂: 37 gr/km

Cilindrada: 1395

Largo / ancho / alto: 4312 x 1785 x 1424



Próximos cursos y jornadas para colegiados



FIBROLISIS DIA CUTÁNEA. METODO DE KUAT-EKMANN

2ª EDICIÓN

Fecha: Del 29 de enero al 6 de marzo de 2016.

Dirigido a: 20 colegiados en activo/desempleados.

Plazo de inscripción: hasta el 14 de enero de 2016.

Docente: Pablo Fanlo.

Precio: 740 € (50 por dentro menos para desempleados).

Objetivos: Adquirir los conocimientos y destrezas del tratamiento con fibrolisis dia cutánea en las disfunciones del aparato locomotor, e identificar su etiología y el modo de plantear un tratamiento adecuado.

CODIGO
QR



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

TERAPIA MANUAL EN LA CEFALIA CERVICOGÉNICA

1ª EDICIÓN

Fecha: Inminente (consultar en el portal de Formación).

Dirigido a: 20 colegiados en activo/desempleados.

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

Docente: Miguel Mab.

Precio: 170 € (50 por dentro 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.

con FISIOTERAPIA
mejora tu CALIDAD DE VIDA

IV EDICION DEL CONCURSO DE FOTOGRAFIA

tema: Barreras arquitectónicas.

Dirigido a: colegiados y pre-colegiados.

Premios: 300 euros y diploma (1º) y 150 euros y diploma (2º).

Plazo de entrega: hasta el 15 de noviembre.

Fotografías: las instantáneas podrán ser en color o en blanco y negro, y realizadas mediante una cámara analógica o digital. No se aceptarán retoques artísticos de las imágenes más allá del brillo y del contraste. Tampoco fotomontajes o fotografías realizadas por personas distintas del autor o que no sean de su propiedad, ni aquellas que hayan sido premiadas con anterioridad.





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.

Plazo de inscripción: hasta el 23 de noviembre de 2015.

Docente: Pablo Vera.

Precio: 210 € (50 por ciento 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; y revisar las técnicas de comunicación orales, táctiles y visuales que ayuden al fisioterapeuta a mejorar la ejecución de los ejercicios por parte del paciente, aumentando su motivación.

CODIGO
QR



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

PRESCRIPCION 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 ciento 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; y proporcionar los conocimientos teóricos y prácticos necesarios, de marketing y gestión empresarial, para que el

fisioterapeuta 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.



VALORACION 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 ciento menos para desempleados).

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

CODIGO
QR



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

FISIOTERAPIA DEPORTIVA

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

Organiza: Fisiocus
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
info@fisiofocus.com
657125508
Dirigido a: Fisioterapeutas

Fisioterapia deportiva: actualización, valoración, tratamiento y readaptación deportiva

Organiza: Fisiocus
Lugar: Fisysport, C/Almansa 23, Aranjuez
Duración: 40 horas
Fecha: 13 y 14 de febrero, 5 y 6 de marzo de 2016
Precio: 440 €
Información: www.fisiofocus.com
info@fisiofocus.com
657125508
Dirigido a: Fisioterapeutas

NEUROLOGÍA

Curso de introducción Bobath en pediatría

Organiza: Centro Universitario de Ciencias de la Salud San Rafael Nebrija
Lugar: Pº de la Habana 70 bis, Madrid
Duración: 20 horas
Fecha: 22, 23 y 24 de enero de 2016
Precio: 240 €
Información: 91 564 1868
www.sanrafaelnebrja.com
sanrafael@nebrja.es
Dirigido a: Fisioterapeutas

ECOGRAFÍA

Curso Ecografía en Fisioterapia: Anatomía ecográfica y técnicas invasivas ecoguiadas

Organiza: Escuela Universitaria de Fisioterapia de la ONCE
Lugar: Madrid
Duración: 52 horas
Fecha: 19, 20 y 21 de febrero; 1, 2, 22 y 23 de abril; y 27 y 28 de mayo de 2016
Precio: 890 €. Pago único o hasta 3 pagos (390 € al formalizar la matrícula y 2 pagos de 250 € antes de finalizar el curso)
Información: 91 589 4500
www.once.es/euf
euf@once.es
Dirigido a: Fisioterapeutas

ANÁLISIS BIOMECÁNICO Y TRATAMIENTO DE FISIOTERAPIA

Análisis biomecánico y abordaje integrador del triatleta

Organiza: Fisiocus
Lugar: Helios Electromedicina. C/ Alfonso Gómez 38, 2º. Madrid
Duración: 34 horas
Fecha: 23 y 24 de enero; 13 y 14 de febrero de 2016
Precio: 475 €
Información: 657125508
www.fisiofocus.com
info@fisiofocus.com
Dirigido a: Fisioterapeutas

FISIOTERAPIA EN GERIATRÍA

Fisioterapia en geriatría: actualización, valoración y tratamiento terapéutico y preventivo

Organiza: Fisiocus
Lugar: Helios Electromedicina. C/ Alfonso Gómez 38, 2º. Madrid
Duración: 16 horas
Fecha: 30 y 31 de enero de 2016

Precio: 180 €
Información: 657125508
www.fisiofocus.com
info@fisiofocus.com
Dirigido a: Fisioterapeutas

FISIOTERAPIA PEDIÁTRICA

Fisioterapia respiratoria pediátrica

Organiza: Centro Kaplan
Lugar: Jose Picón 9 bajo izquierda, Madrid
Duración: 15 horas
Fecha: 28 y 29 de noviembre de 2015
Precio: 250 €
Información: 91 656 6145
www.centrokaplan.es
formación@centrokaplan.es
Dirigido a: Fisioterapeutas

JORNADAS/ 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: 91 589 4500
www.once.es/euf
euf@once.es
Dirigido a: Fisioterapeutas y estudiantes de 4º de Grado en Fisioterapia y personal sanitario

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.

UROGINECOLOGÍA

Fisioterapia perinatal: "Pelota; pelvis; biomecánica y base". (Basado en G.D.S.)

Organiza: Sane Pilates

Lugar: C. Columela 13 bajo dcha. Madrid

Duración: 30 horas (solicitada acreditación)

Fecha: 28, 29, 30 y 31 de enero de 2016

Precio: 500 € (plazas limitadas)

Información: www.sanepilates.com
sanepilates@hotmail.com
914346500

Dirigido a: Fisioterapeutas

POSTUROLOGÍA CLÍNICA

Curso de introducción a la posturología clínica: Interpretación y diagnóstico de captores posturales

Organiza: Facultad de Ciencias de la Salud, Enfermería y Fisioterapia Salus Infirmorum, U. Pontificia de Salamanca

Lugar: Madrid, Gaztambide 12

Duración: 18 horas

Fecha: 27, 28 y 29 de noviembre de 2015

Precio: 200 € (alumnos y antiguos alumnos 175 €)

Información: 91 447 7223
www.salusinfirmorum.es
secretaria@salusinfirmorum.es

Dirigido a: Fisioterapeutas

DIAGNÓSTICO DE FISIOTERAPIA

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

Organiza: Fisiofocus

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

Duración: 40 horas

Fecha: 13 y 14 de febrero, 12 y 13 de marzo de 2016

Precio: 440 €

Información: 657125508
www.fisiofocus.com
info@fisiofocus.com

Dirigido a: Fisioterapeutas



Geoparque Villuerca Ibores Jara

UN APALACHE EN EXTREMADURA

En Extremadura sobrevive al tiempo una verdadera sorpresa geológica y natural, el Geoparque Villuerca Ibores Jara, que se extiende por 19 municipios. Los geoparques son distinciones otorgadas por la UNESCO a territorios de patrimonio geológico que combinan un espacio natural único con la implicación de sus habitantes.

Lo más peculiar es su sistema montañoso, conocido como relieve apalachense, un tipo de relieve sobre materiales antiguos que toma su nombre de la formación del este de Estados Unidos. No en vano, estos montes estuvieron unidos hace miles de años y están considerados los más antiguos de Europa. La erosión diferencial ha hecho que los materiales duros, como areniscas o cuarcitas, hayan quedado elevados, y, los blandos, como esquistos, calizas o pizarras, formen depresiones alargadas.

Es interesante subir al punto más alto del Risco de La Villuerca, a

1.601 metros, que marca una división entre las dos grandes cuencas extremeñas, la del Tajo y la del Guadiana; y disfrutar de su riqueza paleontológica, con pliegues y fallas, y formas erosivas y sedimentarias de hace más de 500 millones de años.

Naturaleza y cultura

El geoparque cuenta con una gran riqueza natural y de biodiversidad silvestre, contando con siete Zonas de Especial Protección de Aves y sus ocho lugares de importancia comunitaria reconocidos en la Directiva de Hábitats de la Unión Europea. Entre sus cielos es habitual disfrutar del vuelo de las grullas, así como del buitre leonado y negro, el alimoche, la cigüeña negra, el búho real o el águila real.

Además, tiene numerosos lugares de interés cultural como el Real Monasterio de Guadalupe, Patrimonio de la Humanidad, diversos castillos o las iglesias de Berzocana y de Alía.

MÁS INFORMACIÓN

Geoparque Villuerca Ibores Jara

Paseo de Extremadura s/n.
Cañamero

[Centro de recepción de visitantes Cañamero](#)

Teléfonos: 927 15 70 47;
682 79 84 59.

Más información:

Tel.: **927 36 94 29**

Página web:

www.geoparquevilluercas.es

Twitter: [@VilluercasGPark](#)

Contacto: **Javier López**

E-mail: javier@aprodevi.com.es

GASTRONOMÍA

Para completar la escapada el visitante debe degustar algunos de los productos más

típicos de la zona

como el queso de cabra Ibores, la miel Villuerca-Ibores, los vinos de Cañamero y Alía Ribera de Guadiana, los

productos cárnicos

Dehesa de Extremadura, las cerezas, las castañas y la pastelería artesanal.



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 asistencia, 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 la 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 constancia 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, e habilitados en la Comunidad de Madrid, así como los 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 haberse 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 / 28028 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 al 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.
- Curriculum 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, centrado.
- Extensión: máxima de 35 páginas (DIN-A4) a doble espacio. Las tablas, figuras, bibliografía, fichas que aparezcan 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 en el 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 asociada 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, y. abdo Madrid
Tel: 91 504 55 85
cpfm@icfmad.org