

30 DÍAS

Nº 198. Diciembre 2015



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



JUAN CARLOS FERRERO

Extenista

“El tenis necesita el trabajo constante del fisioterapeuta”



Balance de un año de legislatura



Colegio Profesional de
FISIOTERAPEUTAS
COMUNIDAD DE MADRID

DESEA A TODOS

**FELICES
FIESTAS**



en este número

6

EN PORTADA
Balance del primer año de legislatura de la Junta de Gobierno



12

ENTREVISTA
Juan Carlos Ferrero
"El tenis necesita el trabajo constante del fisioterapeuta"



16

VIDA COLEGIAL
Beneficios de la fisioterapia tras un episodio de ictus



4 **TRIBUNA**

5 **EDITORIAL**

16 **VIDA COLEGIAL**

- 18 Foro sanitario
- 20 Jornada Interhospitalaria
- 22 Jornada con FEDER
- 25 Biblioteca

26 **VOZ DEL COLEGIADO**

28 **AL DÍA**

31 **FORMACIÓN**

32 **MOTOR**

33 **DEVIAJE**

34 **AGENDA**

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.cfsiomad.org cpfm@cfsiomad.org **Editor:** CPFCM

Realización: Servimedia S.A. **Imprime:** ILUNION Retail y Comercialización **Depósito Legal:** M-23102-1998
Tirada mensual: 9.025 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.

La Fisioterapia en las nuevas competencias profesionales



José Santos. Colegiado número 918

Estamos viviendo una época de grandes cambios en cuanto a la forma de concebir el Estado de Bienestar, con estrategias sobre la actividad física pensada como una actividad de prevención y promoción de la salud.

Debido a su actualidad, en el Consejo General se ha debatido cómo orientar este tema: en el CPFCM tenemos claro que se debe apostar por el desarrollo de la prescripción del ejercicio terapéutico por parte del fisioterapeuta como lo que es, una de las herramientas que más evidencia científica tiene para aminorar el dolor y el tratamiento de la discapacidad.

Además, la fisioterapia debe estar siempre presente en todos los foros de desarrollo del fomento de la actividad física y deporte. Es cierto que debemos recalcar la necesidad de trabajar en equipo con el licenciado o grado en Actividad Física y Deporte, pero nunca debemos olvidar la realidad: que esta figura no es un profesional de la salud, según lo contemplado en la Ley de Ordenación de Profesiones Sanitarias. Por tanto, si el objetivo es mejorar o paliar una sintomatología es el fisioterapeuta el que debe encargarse del paciente.

Para ello, es necesario que los programas de pregrado de los centros sanitarios cuenten con materias dedicadas a la actividad física y el deporte para que el fisioterapeuta pueda prescribir ejercicios al paciente, que variarán según su patología y características. Además, también se debería desarrollar formación de postgrado, másteres oficiales e, incluso, doctorados, para contribuir aún más a aumentar su evidencia científica.

El fisioterapeuta cuenta con más herramientas que antes para luchar contra el dolor, como la actividad física y/o el deporte, tal y como hemos comentado; pero hay que destacar que también se desarrollan evidencias sobre técnicas reflejas, tal y como se aclara en la Orden CIN y en las funciones del fisioterapeuta de los Estatutos colegiales. Una de estas técnicas es la punción con agujas de acupuntura siguiendo un protocolo establecido de estimulación refleja. Al igual que nuestra Institución consensuó un número mínimo de horas formativas para técnicas como la punción seca, ahora se pretende delimitar el campo de actuación del fisioterapeuta con el uso de este tipo de técnicas reflejas y establecer un número mínimo de horas formativas para poder desarrollarlas con las mínimas garantías de seguridad y eficacia para el pa-

ciente. En este sentido, en la Asamblea General se presentó un trabajo realizado por la Comisión de Acupuntura del CPFCM, quedando para la siguiente reunión la presentación de un texto con formato de resolución para que conste como regulación de la profesión, al igual que ya ha pasado con la definición de Acto de Fisioterapia u Osteopatía, entre otras.

Por último, es hora de conseguir pactos profesionales con los veterinarios, con el fin de desarrollar de manera institucional lo que ya está ocurriendo en el mercado, es decir, un trabajo en equipo entre el veterinario y el fisioterapeuta en el tratamiento de los animales. Entendemos que, por el bien del usuario, en este caso el animal, y por la lucha contra el intrusismo, podemos llegar a acuerdos concretos para regular esta actuación profesional.

Es por ello que, seguramente, varios colegios profesionales de fisioterapeutas, entre ellos, los de la Comunidad de Madrid y Cataluña, lideremos un proyecto para la publicación de un dictamen sobre todas estas competencias profesionales, por parte de un prestigioso despacho de abogados.

Un modelo que apuesta por la autonomía del fisioterapeuta



En abril, Sanitas implantó el modelo de pago por procesos en todos sus centros de fisioterapia colaboradores de la Comunidad de Madrid, dejando atrás el obsoleto sistema de pago por sesión, aún vigente en la mayoría de aseguradoras.

Los objetivos del nuevo modelo implantado por Sanitas son mejorar la calidad técnica de los tratamientos, aumentar la satisfacción del paciente, capacitar al fisioterapeuta en todas sus competencias, controlar el gasto por parte de la compañía de seguros y, también, aumentar la capacidad de gestión de los centros de fisioterapia.

El modelo se basa en facturar el proceso una vez tramitado el alta de tratamiento, por curación o por cumplimiento de los objetivos terapéuticos, independientemente de las sesiones realizadas. El fisioterapeuta es el profesional que pauta el tratamiento, dosifica el número e intensidad de las sesiones, realiza las modificaciones de tratamiento oportunas según la evolución del proceso y, finalmente, tramita el alta. Por la gran autonomía profesional que conquista el fisioterapeuta, este modelo está avalado por el Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid (CPFMC).

La autonomía del fisioterapeuta es inherente a su profesionalidad. En este sentido, se debe responsabilizar del proceso, asumiendo decisiones asistenciales y actuando como gestor de cada caso. No solo debe cumplimentar la historia clínica sino también

cuantificar resultados con escalas funcionales y realizar el informe de alta.

Después de seis meses de vigencia, aún es pronto para realizar valoraciones definitivas porque los indicadores todavía son pocos y no homogéneos. Además, la temporalidad determinada por el periodo vacacional es un factor que distorsiona el análisis. Es evidente que todavía tiene mucho margen de mejora, como cualquier cambio de este calado, pero deberíamos visualizar que las bondades de este modelo bien gestionado superan a los posibles inconvenientes de su implantación.

“Es evidente que, aunque tiene mucho margen de mejora, las bondades de este modelo bien gestionado superan a los posibles inconvenientes de su implantación”

La evolución de este nuevo modelo debería avanzar hacia un sistema de gestión de calidad; es decir, a la creación de indicadores cualitativos y cuantitativos, al análisis de estos indicadores y a la mejora continua. Para ello, se deben implementar metodología, herramientas de gestión, sistemas de información comunes y auditorías.

Como colectivo, deberíamos reconocer la oportunidad que se nos ofrece para avanzar en un modelo que apuesta por la autonomía del fisioterapeuta y que, si conseguimos progresar en una línea de gestión de calidad, contribuirá claramente a la puesta en valor de la fisioterapia.

Balance del primer año de legislatura

La Junta de Gobierno ya **ha cumplido** más de la mitad de su programa electoral

En solo un año desde su toma de posesión y a tres de que concluya la legislatura, la Junta de Gobierno ha cumplido el 54 por ciento de los objetivos fijados en su campaña electoral.

Tan solo han pasado 12 meses desde que la Junta de Gobierno tomó posesión democráticamente al frente del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid; en este primer año la Junta ha cumplido el 54 por ciento de los objetivos que propusieron en su programa electoral. “Este primer año se cierra con un resultado muy prometedor en cuanto a logros a corto plazo”, asegura José Antonio Martín Urrialde, decano del CPFCEM.

En cuanto a la receta de este éxito, Urrialde asegura que se basa en “trabajo, dedicación, opinión crítica y gestión eficaz de los recursos económicos que los colegiados nos encomendaron, los cuales han sido utilizados de forma certera por el área de Tesorería”. Para hacer un balance del Decálogo Programático de la Junta hay que tener en cuenta que este periodo ha estado marcado por los cambios políticos que se han producido en la Comunidad de Madrid. Para Urrialde, “si bien las relaciones son excelentes y fluidas, sobre la mesa hay aspectos muy importantes en Atención Especializada y Educación, que se desarrollarán en el próximo año,



54%



Entre otras acciones, el CPFCM homenajeó la labor de las empresas, continuó con su campaña escolar y la de consejos de salud, abrió un nuevo local, firmó acuerdos con 'Correcolari es correr' y con FAMMA, y destinó ayudas a proyectos sociosanitarios.

por lo que habrá que trabajar duro con todo el arco parlamentario”.

Modelo de gestión asistencial

El recambio de los modelos de gestión asistencial, tanto en la Sanidad Pública como Privada, es uno de los principales ejes estratégicos del decálogo. En la Sanidad Privada el Colegio acaba de participar en el cambio el modelo de una de las principales aseguradoras españolas, Sanitas, que ha pasado del pago por sesión al pago por proceso, lo cual brinda mayor protagonismo al fisioterapeuta. “Es una alianza estratégica encomiable”, califica el decano. Urrialde confía en que este paso “será seguido por otras compañías, pues demuestra bondades tanto para el asegurado como para el proveedor de servicios”.

En este sentido, se ha diseñado y puesto en marcha un plan estratégico y operativo para propiciar un cambio de gestión en el contrato de concertación con el resto de mutuas y aseguradoras, al tiempo que han retomado las reuniones con la Consejería de Sanidad.

Aunque se ha avanzado en continuar con la labor de creación de especialidades en Fisioterapia y en promover la aplicación de un código deontológico auto-regulador en España, aún queda pendiente promover la creación de una Sociedad Científica Madrileña de Fisioterapia; coordinar y liderar la Certificación de Calidad de los procesos asistenciales en los centros de fisioterapia; desarrollar un Observatorio de Buenas Prácticas en la Sanidad Privada, y desarrollar y promocionar una Guía de Buenas Prácticas Clínicas.

Contra el intrusismo

El Colegio aborda la amenaza del intrusismo y la competencia desleal a través de campañas de promoción y difusión en medios, y de una estrategia concertada con la Dirección General de Ordenación e Inspección. Se ha depurado el mecanismo de ‘Ventanilla única’ por el que llegan las comunicaciones y se han logrado alianzas con la Guardia Civil, “pero el CPFCM sigue sin lograr una sentencia modélica, que marque una línea de aviso”, advierte Urrialde. Además, aún se debe intensificar más el trabajo en las labores de vigilancia, animación e incentivación de la denuncia, como primer eslabón de la cadena de actuaciones, ya que, según reconoce el decano, “es el área de trabajo que nos deja, a veces, sinsabores por la laxitud del ordenamiento jurídico”. >>

DECÁLOGO DE OBJETIVOS ESTRATÉGICOS

Exigir a la Consejería de Sanidad, desde el marco legal que nos regula y ampara, la autonomía profesional que corresponde al fisioterapeuta, y apremiarla a la instauración de un nuevo modelo de gestión, tanto en la Sanidad Pública como Privada



Potenciar aún más la lucha contra el intrusismo y la competencia desleal, reforzando al mismo tiempo nuestra identidad profesional



Acompañar a los colegiados en su reivindicación de unas condiciones laborales dignas, tanto en su condición de empleado por cuenta ajena como de autónomo



Profundizar en el compromiso de afianzamiento de una gestión colegial transparente en todos los aspectos



Fomentar el desarrollo de un programa de formación colegial continuada de la máxima calidad



Respalidar a los empresarios de la fisioterapia en la consecución de un nuevo modelo de gestión en el concierto con las empresas aseguradoras



Extender nuestra presencia en los campos de la atención socio-sanitaria, y en las áreas de cooperación y el voluntariado



Impulsar el acercamiento de la Fisioterapia y de la Institución colegial a los ciudadanos



Ampliar la oferta de nuevos servicios de valor para el colegiado y sus familias



Desarrollar un modelo de Colegio cada vez más accesible y adaptado a las TICs, para desde sus capacidades elevar y facilitar la comunicación y el grado de participación del conjunto de los colegiados en los planes de actuación de la entidad



>> El Colegio también ha trabajado en desarrollar una labor de concienciación de los aspectos legales en el ámbito universitario; perseguir a los centros de formación que ofrecen títulos con publicidad engañosa y colaborar con el Colegio de Licenciados en Actividad Física y Deporte.

El empleo digno como objetivo

El CPFCEM se marca una serie de objetivos con respecto a las condiciones laborales de los fisioterapeutas, tanto en su condición de empleados

EL COLEGIO CONVOCA LA ASAMBLEA GENERAL

La Junta de Gobierno del CPFCEM ha convocado una Asamblea General Ordinaria de Aprobación de Presupuestos 2016 para el próximo 16 de diciembre. La reunión tendrá lugar en el Salón de Actos de la sede colegial a las 21.00 horas, en única convocatoria.

Anteriormente, a las 20.30 horas, se entregarán los galardones de la 'III Edición del Concurso de Fotografía del Colegio Profesional de la Comunidad de Madrid' y los Premios al Mejor Proyecto de Investigación y Mejor Trabajo Fin de Grado de las Escuelas/Facultades de Fisioterapia de la Comunidad de Madrid.

Tanto los premios como la Asamblea serán retransmitidos en directo *vía streaming* a través del canal Fisio.tv.

El orden del día de la Asamblea General Ordinaria, convocada en cumplimiento del artículo 44 de los vigentes Estatutos colegiales, es el siguiente:

1. Designación de dos interventores para firmar el acta de la reunión.
2. Presentación por parte de la tesorera, M^º Dolores Reboredo, discusión posterior y, si procede, aprobación del Presupuesto del ejercicio 2016.
3. Informe sobre presentación de candidaturas a la Comisión de Control Presupuestario de la institución, toma de decisión y nombramiento.
4. Informe sobre situación actual del Consejo General de Colegios de Fisioterapeutas de España. Debate y toma de decisiones.

por cuenta ajena como autónomos. En este primer año, ha puesto en marcha el Servicio de Orientación Laboral y el Servicio de Orientación Académica. Aún falta por crear un servicio de *mentoring*, basado en acompañar la actividad profesional del colegiado en lo que a su situación laboral se refiere.

Transparencia

Uno de los aspectos en los que más incide la Institución colegial es la transparencia como valor. Dentro de los criterios de valoración de dicho apartado, el CPFCEM ya ha conseguido tres de cuatro objetivos.

Es el primer colegio profesional de la Comunidad en publicar el Portal de Transparencia, "el más exigente dentro del panorama colegial, para seguridad de nuestros colegiados, de los ciudadanos y de la Administración", informa Urralde.

Además, se invita a dos colegiados a la reunión mensual de la Junta de Gobierno, y se ha plasmado en un documento detallado el Plan Estratégico del CPFCEM 2014-2018.

Por último, este mes se pondrá la creación

54%

ORDINARIA PARA EL 16 DE DICIEMBRE

5. Sorteo público de seis becas de formación.

6. Ruegos y Preguntas.

Habrà un pequeño turno de preguntas al final de la Asamblea, teniendo preferencia los colegiados que asisten. Después, si diera tiempo, se responderán las preguntas enviadas al correo de secretaria cpfm@cfisiomad.org.

Sorteo de seis becas

Al finalizar la Asamblea General Ordinaria se realizará un sorteo entre los asistentes de seis becas de 300 euros cada una para formación continuada. Para optar a ellas, es necesario cumplir los siguientes requisitos:

1. Estar colegiado y al corriente de pago en el Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid.

2. Estar presente en el momento del sorteo, el cual se realizará al finalizar la Asamblea General.

3. La beca podrá ser efectiva, tanto para formación organizada por la Institución colegial como por otras entidades, pero solo para temas en relación a la profesión.

4. Será efectiva dentro del ejercicio económico 2016 y para su abono deberá presentarse en contabilidad la factura del pago realizado de la formación inscrita durante el 2016 que se quiere compensar con la beca otorgada, junto con un certificado de asistencia o diploma acreditativo.

5. La beca es personal y no puede transferirse a otro colegiado. Posteriormente, habrá una invitación a una copa de Navidad.



El Colegio ha continuado con su campaña contra el intrusismo, además de poner en marcha 'Fisiotv' e impulsar su presencia en las redes sociales.

de la Comisión de Control Presupuestario, que surge del compromiso de participación del colegiado en la gestión. Urrialde aclara que "puede ser miembro cualquier colegiado en activo, siendo un órgano consultivo, ya que los órganos de decisión son la Asamblea General y la Junta de Gobierno, según nuestros estatutos".

Formación continuada

La actual Junta se implica en la formación de sus colegiados, impulsando una formación transversal y actualizada, que permita una Acreditación Profesional Continuada, como garantía de calidad y con validez en cualquier bolsa de empleo público. También trabaja para ofrecer becas de formación; establecer ayudas para la conciliación de su vida familiar con la participación en cursos; o la puesta en marcha de la Competencia de la Certificación Profesional Continuada.

Presencia profesional

En este primer año de legislatura, el Colegio ha ampliado la presencia de la Fisioterapia en el campo de la atención sociosanitaria y en las áreas de

la cooperación y el voluntariado. Según el decano del CPFCM, "la sensibilidad social es elevada y haremos que se plasme en ayudas directas, establecidas en los presupuestos anuales a proyectos sociosanitarios en los que la Fisioterapia tenga una presencia definida".

En concreto, el Colegio ha potenciado la ayuda a los proyectos de cooperación sociosanitarios, principalmente en la Comunidad de Madrid, pero también en los países aquejados de enfermedades que conllevan minusvalías, discapacidades o disfunciones físicas. También ha colaborado con colectivos que ayudan a personas desfavorecidas, como comedores sociales, y en el reparto de comida para personas sin hogar.

Además, el CPFCM ha demostrado su sensibilidad con los refugiados sirios, ha donado 6.000 euros a la Asociación Síndrome de Dravet en su labor de investigación y ha continuado extendiendo la labor social de acercar la Fisioterapia, mediante consejos de salud.

Todo este trabajo también obtiene recompensas, como el premio otorgado por la Fundación Ad >>

» Qualitatem por la campaña de escolares. Algunos de los objetivos que se encuentran en fase de cumplimiento son impulsar un Plan de Fisioterapia para el paciente crónico y el paciente con disfunción funcional, así como el apoyo de proyectos de desarrollo sociosanitarios mediante actividades de docencia, gestión e investigación en el campo de la Fisioterapia.

Cerca de los ciudadanos

Uno de los propósitos de la Institución colegial es impulsar el acercamiento de la Fisioterapia y del Colegio a los ciudadanos, manteniéndose como una entidad ejemplar, y cumpliendo con los más altos estándares de calidad y de excelencia al potenciar la estrategia de responsabilidad social corporativa. En este sentido, en el primer semestre del 2016, el CPFCEM publicará la segunda Memoria bianual de RSC, correspondiente al periodo 2014-2015.

Además, se mantiene una política de excelencia de calidad y el proceso de mejora continua con la implantación de los más reconocidos sellos de calidad certificados bajo los estándares de los modelos UNE ISO9001 y EFQM. Según Urrialde, se trata de “un compromiso como proveedor de servicios con los ciudadanos madrileños, con los colegiados y con las instituciones, que nos sitúan en una posición de liderazgo a nivel nacional”.

En próximas fechas se abordarán otras acciones como promover entre los colegiados la cultura de la calidad como componente profesional diferenciador, así como el desarrollo de un plan estratégico para la creación, gestión y dinamización de las comisiones del Colegio, comités de expertos y grupos de interés.

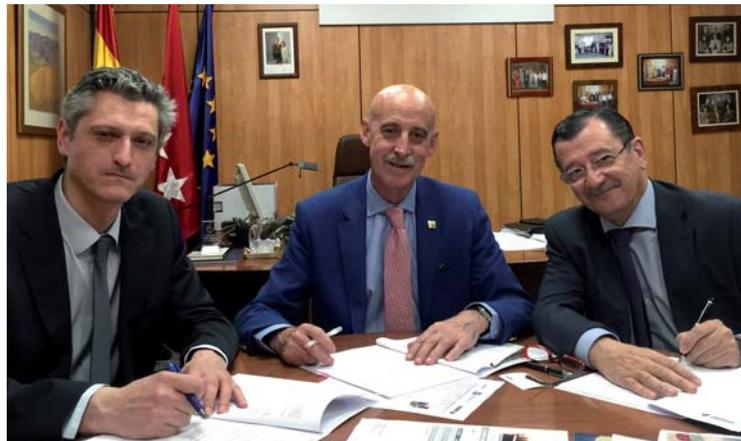
Servicios para el colegiado

En lo que respecta al objetivo de incrementar la oferta de nuevos servicios de valor para el colegiado y sus familias, el Colegio ha institucionalizado la figura del Defensor del Colegiado.

Por otra parte, ha creado la figura del Defensor del Ciudadano, dentro de la modalidad de arbitraje y garante de los intereses de los usuarios del servicio que prestan los fisioterapeutas.

Entre los objetivos fijados para lo que resta de legislatura se encuentran, entre otros, la posibilidad de realizar la declaración de la renta a través de la asesoría; la creación de una red de bibliotecas de fisioterapia con los colegios de fisio-

El CPFCEM acordó con Sanitas un nuevo modelo de atención; firmó acuerdos de colaboración con Asisa, Zurich Seguros, la Federación Española de Hemofilia o FEDER; organizó un foro sobre los beneficios del deporte; participó en la I Jornada Empezar en Fisioterapia y en la de prevención de riesgos laborales para autónomos; puso en marcha la campaña contra el intrusismo en los taxis y los videoconsejos en los centros comerciales, y recibieron el Premio Ad Qualitatem.



54%

JORNADA PROFESIONAL PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES PARA AUTÓNOMOS DEL ÁMBITO DE LA SALUD

Sábado, 23 de mayo de 2015



Unión Interprofesional
Comunidad de Madrid

Colegio Profesional de
FISIOTERAPÉUTAS
COMUNIDAD DE MADRID



terapeutas del resto de comunidades autónomas; impulsar la creación de un plan de pensiones propio e impulsar la creación y consolidación de comisiones de trabajo.

Modelo de E-Colegio

El CPFCEM continúa la labor de poner a la disposición del colegiado los canales de comunicación de mayor calidad y eficacia posibles, y en mejorar el servicio prestado por las APP y las redes sociales. “Ofertamos una ‘urbanización’ de Fisioterapia a la que el público puede acceder a través de múltiples portales, como nuestra página web, con unas 600.000 visitas mensuales, confirmándose como referencia de Fisioterapia en internet en España y en Hispanoamérica”, afirma José Santos, secretario general del CPFCEM.

Además, cuenta con la aplicación CFISIOMAD PRO, un blog institucional y el portal saludable www.consejosdefisioterapia.org.

Actualmente, el Colegio cuenta con unos 8.500 seguidores en Twitter, alrededor de 4.200 “me gusta” en Facebook, y una media anual de 5.500 personas que visitan las publicaciones del CPFCEM, con picos de hasta 15.000 personas.

Además, está en vías de consolidar el liderazgo en la creación y divulgación de material audiovisual para informar al ciudadano de los diferentes ámbitos asistenciales del fisioterapeuta en nuestro canal de Youtube, con 890 suscriptores y 202.132 visualizaciones.

Por último, el Colegio ha creado el canal de televisión “Fisio.tv”, para la retransmisión vía *streaming* de eventos formativos, asambleas generales, charlas y jornadas divulgativas, entrevistas de interés, vídeos bajo demanda creados por el propio Colegio y la divulgación de la labor que realiza la Institución.

Sensaciones positivas

Aunque queda el 46 por ciento de los objetivos por lograr, el decano del Colegio cree que podrán cumplir al completo el compromiso electoral. Según Urrialde, “conseguidos los objetivos marcados a corto plazo, afrontaremos los de medio y largo plazo, muchos de indudable carga política que obligarán al uso de la negociación con varios interlocutores, tanto políticos como sociales, por lo que es de prever que el ritmo de consecución de logros sea menor”.

Pedro Fernández

Juan Carlos Ferrero

Extenista y número uno del mundo de la ATP

“EL TENIS NECESITA EL TRABAJO CONSTANTE DEL FISIOTERAPEUTA”

Ha colgado la raqueta, pero dedica parte de su tiempo libre a subirse a la bici y calzarse unas zapatillas de correr. Mientras practica deporte, no se olvida de que la prevención sigue siendo la llave para evitar lesiones y que si se producen, debe acudir a un fisioterapeuta.

Juan Carlos Ferrero, uno de los mejores tenistas españoles de todos los tiempos, llegó a ser número uno del mundo. En estas páginas el extenista español repasa su exitosa trayectoria deportiva, destacando la importancia de la figura del fisioterapeuta, tanto durante los entrenamientos como después de disputar un partido, además de su trabajo en la rehabilitación tras sufrir una lesión.

Pasará a la historia por ser uno de los tres tenistas españoles que alcanzaron el número uno del mundo en el ranking ATP. ¿Cuál es el mejor momento profesional que recuerda?

Desde el año 2000 hasta la final de Roland Garros, en 2003, estuve haciendo muy buenas temporadas. Podríamos decir que esa final que disputé contra Martin Verweke fue el clímax del trabajo que llevaba haciendo desde hacía ya un tiempo, tanto por el Roland Garros como por el número 1.

Cuando se retiró de las pistas le arrojaron David Ferrer y el actual número uno del mundo, Djokovic.

Lo de Londres, durante el Máster mundial, fue algo increíble. Ya me habían hecho una despedida con la Selección y en el Valencia Open. Todas con un montón de sorpresas, jugadores y amigos, ahí presentes.

Pertenece a una generación que nos hizo disfrutar durante años, con Feliciano López y Tommy Robredo. También, otros grandes tenistas como Corretja, Costa, Moyá, Bruguera y Berasategui ya han dejado el circuito. ¿Tienen relevo esas generaciones? ¿Se ha puesto el listón muy alto?

Una época como esa, con varios años con dos o tres jugadores en el Top10 y muchos más en el TOP100, creo que es algo irrepetible.

Ha probado como comentarista. ¿Cómo se vive el deporte desde el otro lado?

Al principio es un poco raro, pero te >>





»acostumbras. Sigo dedicándome al tenis y al deporte, que es lo que me gusta, aunque, como dice, ahora sea desde el otro lado. No solo de comentarista, también dirigiendo el Valencia Open y, a diario, en la JCFerrero-Equelite Sport Academy.

El junio ganó el torneo de leyendas de Roland Garros haciendo pareja con Carlos Moyá. ¿Le cuesta desprenderse de la raqueta?

Volver a jugar al tenis en un torneo tan especial, y junto a Carlos, estuvo muy bien, pero ahora estoy en otra etapa de mi vida. No estoy todo el día con la raqueta pero tengo las pistas de la academia en la misma puerta de mi casa. También puedo centrarme más en mi familia, estar con Eva y mi hija Vega.

Para estar en forma, mantiene unos hábitos de vida saludables?

Sí, tras dejar el deporte me he seguido manteniendo en forma. Hago mucho ejercicio, como sano pero sin privarme de nada, utilizo el gimnasio y la clínica de fisioterapia de la Academia para recuperarme bien... Se podría decir que llevo una vida bastante sana.

¿Cuál ha sido el papel del fisioterapeuta durante sus años de profesional?

Muy importante. Primero, a través de Víctor, y luego, con Juanjo. Curiosamente ambos se apellidan Moreno. El tenis es un deporte en el que necesitas tratamiento constante por parte de tu fisioterapeuta. Si pasa por el vestuario, ves que el cien por cien de los jugadores dedican mucho tiempo al fisioterapeuta tras entrenar o después de jugar un partido.

¿Considera imprescindible en el deporte de élite contar con un buen equipo de fisioterapia para lograr el éxito?

Sí. Sin duda.

¿Cuál ha sido la peor lesión a la que se ha enfrentado y qué tratamiento le aplicaron?

La peor lesión fue una tendinitis del rotuliano de la que, finalmente, me tuve que operar. Antes, me trataron de todas las formas posibles, pero no tuve suerte: desde





“El cien por cien de los jugadores dedican mucho tiempo a acudir al fisioterapeuta tras entrenar o jugar un partido”

“Para lograr el éxito en el deporte de élite es imprescindible contar con un buen equipo de fisioterapia”

parches de nitroglicerina a EPI, factores de crecimiento...

¿Y ahora, que sigue subiéndose durante horas en una bici, corre bastante o que participa en competiciones de pádel, sigue acudiendo a un fisioterapeuta?

Sí, tengo gran confianza en Juanjo Moreno, quien, tras ser mi fisioterapeuta personal, dirige la clínica de mi academia y me sigue tratando cuando tengo algún problemilla.

En la Academia Juan Carlos Ferrero acaba de abrir una clínica de fisioterapia. ¿Qué servicios ofrece?

Es una sala muy luminosa y agradable que ofrece diferentes tratamientos. Entre ellos, destaca la máquina INDIBA, que ofrece muy buenos resultados y, además, en diferentes ámbitos. También incorporaremos en breve un sistema de crioterapia.

Recientemente, acaba de participar en el programa ‘Capacitados’. En el mismo, se puso en la piel de una persona en silla de ruedas. ¿Cómo fue la experiencia?

La experiencia fue muy buena. Ponerte en esa situación, pasar un día y jugar un partido en silla de rueda, y, sobre todo, ver a Roberto Chamizo, subcampeón nacional de tenis en silla de ruedas, y comprobar de cerca cómo afronta su día a día, te hace darte cuenta de la capacidad de superación que tienen las personas con este tipo de discapacidad.

¿Cree que todos nos deberíamos poner en el lugar de las personas con movilidad reducida para darse cuenta de las dificultades a las que se enfrentan?

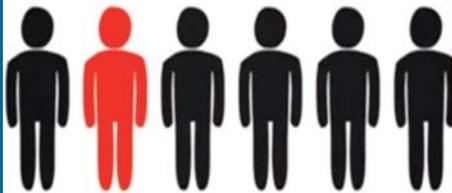
Lo recomiendo. Lo ves y sabes que es duro, pero al ponerte en la piel del otro, ahí es cuando empiezas a hacerte una idea de lo que realmente es.

¿Le gustaría llegar a ser capitán de la Copa Davis?

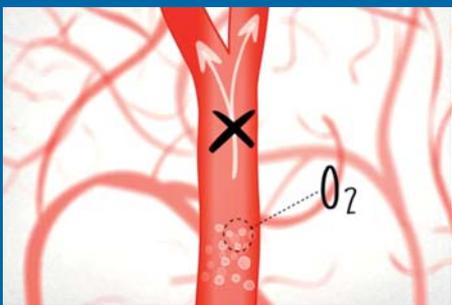
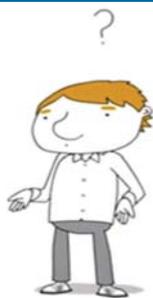
A todo el que ha jugado en el equipo nacional le gustaría, y para mí, que tuve el honor de ganar la primera Ensaladera para España, y otras dos más, sería lo máximo a nivel deportivo. ■

Pedro Fernández

Vídeo Consejo



16,66%



Beneficios de la fisioterapia tras un episodio de ictus

El Colegio ha dedicado el vídeo-consejo del mes de noviembre de su campaña '12 meses, 12 consejos de salud' a la prevención del ictus y a los beneficios que puede aportar la Fisioterapia Neurológica a los pacientes que lo hayan sufrido.

El accidente cerebrovascular es la primera causa de mortalidad entre las mujeres españolas y la segunda en los varones. Se calcula que uno de cada seis españoles sufrirá un ictus a lo largo de su vida y el 40 por ciento de quienes lo padezcan sufrirá como secuela

la diabetes, la obesidad, la vida sedentaria, las dietas ricas en sal y en grasas y las enfermedades del corazón.

Por este motivo, el secretario general del Colegio, José Santos, asegura que "la prevención del ictus se basa en la identificación y



una discapacidad que le impedirá valerse por sí mismo.

Sin embargo, el Colegio recuerda que los ictus se pueden prevenir. Algunos de los factores de riesgo como la edad, los antecedentes familiares, el sexo y la raza no se pueden modificar, pero otros sí son corregibles. Los factores de riesgo modificables más importantes son el tabaquismo, el consumo excesivo de alcohol o drogas, la hipertensión arterial, los niveles de colesterol elevados en sangre,

corrección de estos factores de riesgo, relacionados en su mayoría con los hábitos de vida".

Beneficios de la fisioterapia

Cuando se produce, el ictus suele dejar secuelas importantes. Según la Sociedad Española de Neurología, un 45 por ciento de los afectados presenta hemiparesia, un 15 por ciento afasia del habla, un 20 por ciento no podrá caminar y un 55 por ciento precisará ayuda. La Fisioterapia Neurológica pue-

de mejorar y, en algunos casos, devolver la movilidad normal a aquellas personas que hayan sufrido trastornos sensitivo-motores como consecuencia de un ictus, ayudándoles a que estos problemas no les obliguen a renunciar a la vida personal.

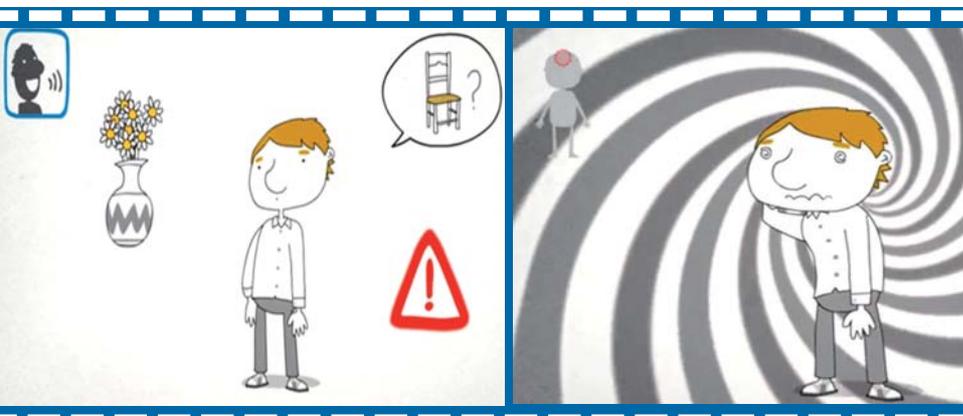
Tras una valoración inicial, el fisioterapeuta determinará los problemas susceptibles de tratamiento para, a continuación y de manera consensuada con el paciente y/o familiares, plantear unos objetivos. Después, irá aplicando una serie de técnicas con la intención de mejorar las capacidades físicas y las alteraciones que sufre el paciente para, de este modo, recuperar o mejorar la calidad y eficacia de sus movimientos y de su postura. Esto repercute en el día a día, la calidad

de vida y el bienestar del paciente. El fisioterapeuta puede trabajar el equilibrio y la reeducación de la marcha, mejorando la estabilidad, la velocidad y el ritmo, y disminuyendo el riesgo de caídas. Además, consigue una mayor autonomía en los desplazamientos y cambios posturales, reduce la espasticidad y disminuye el dolor. También aporta una mayor funcionalidad de los miembros superiores.

char que una persona está sufriendo un ictus si presenta debilidad, entumecimiento o parálisis de una parte del cuerpo; si tiene dificultad para hablar o comprender, muestra pérdida súbita de visión o ve borroso; si tiene vértigos, problemas de equilibrio o descoordinación de movimientos; si presenta dolor de cabeza muy intenso y repentino, sin razón aparente y diferente al habitual, y si tiene alguna dificultad en la marcha.

Cómo actuar

En caso de que se presenten alguno de estos síntomas, se le debe pedir al afectado que levante los dos brazos de manera que, si no puede elevar uno ellos o lo hace claramente de manera más débil, puede ser una señal de peligro. Además, se le debe pedir que son-



ría porque, si la comisura de los labios se tuerce hacia uno de los lados, hay riesgo también de que esté padeciendo un ictus. También puede haber peligro si se le pregunta qué es un determinado objeto y, al responder, cambia el orden de las sílabas o pronuncia mal el nombre del objeto. Si la persona presenta alguno de estos síntomas, se debe de llamar inmediatamente al 112 y aflojarle el cinturón u otras prendas que le opriman, durante la espera.

de vida y el bienestar del paciente. El fisioterapeuta puede trabajar el equilibrio y la reeducación de la marcha, mejorando la estabilidad, la velocidad y el ritmo, y disminuyendo el riesgo de caídas. Además, consigue una mayor autonomía en los desplazamientos y cambios posturales, reduce la espasticidad y disminuye el dolor. También aporta una mayor funcionalidad de los miembros superiores.

Vídeo Consejo





Imagen de los participantes en el foro.

Los partidos políticos coinciden en que el intrusismo debe ser abordado y vigilado por la Administración

Así lo señalaron los representantes de PP, PSOE, UPyD, Ciudadanos y Podemos en un Foro sobre 'El futuro del modelo sanitario español', organizado por Servimedia y en el que estuvo presente el secretario general de la Institución colegial, José Santos.

Al encuentro, que tuvo lugar el 4 de noviembre en la sede de Servimedia, asistieron el secretario de Sanidad y Asuntos Sociales del PP, José Ignacio Echániz; el portavoz socialista de la Comisión de Sanidad y Servicios Sociales del Congreso, José María Martínez Olmos; el portavoz de UPyD en la Comisión de Sanidad del Congreso, Julio Leonart; la diputada de la Asamblea de Madrid por Podemos, Mónica García, y el diputado de Ciudadanos Daniel Álvarez.

En su intervención, Daniel Álvarez re-

cordó que, aunque el código penal sanciona el intrusismo con penas de multa o de cárcel, es "labor de la Administración realizar inspecciones y perseguir penalmente a aquel que incurra en estos su-

Todos los políticos destacaron el importante papel del fisioterapeuta en el sistema sanitario

puestos, así como distribuir a la población información veraz sobre los riesgos que corre si se pone en manos de alguien que no está formado para aplicar las técnicas sanitarias que realiza".

Por su parte, el portavoz de UPyD, Julio Leonart, destacó la necesidad de "realizar una vigilancia oficial y controlar el intrusismo profesional y la publicidad sobre la salud para regular estrictamente la comercialización de ciertos medicamentos o productos que se venden como 'curas milagrosas' y que no tienen eficacia y po-

nen en riesgo la salud de los pacientes”. En este sentido, la diputada de Podemos, Mónica García, apostó por realizar “una evaluación de las nuevas técnicas con una agencia potente que señale qué terapias, farmacológicas o no tienen evidencia científica y por hacer que quien practique aquellas con evidencia científica asuma las re-

por el secretario general, José Santos. Echániz añadió que, en el ámbito de la estrategia sociosanitaria, la fisioterapia “es una de las profesiones que más futuro tiene a corto plazo, ya que se va a integrar plenamente en las estrategias que en el futuro deseamos, puesto que el nuevo paciente añoso y con problemas

propuso que se garantice que esta se desarrolle de forma protocolizada. Además, señaló que “existe una diferencia muy importante en cuanto a la carga de trabajo que tienen los fisioterapeutas en Atención Primaria y en Especializada”, matizando que, “sin duda, hacen falta fisioterapeutas en el sistema público”.



José Ignacio Echániz
“El problema de la fisioterapia pública es el ‘embudo’ que genera el servicio de rehabilitación”

Mónica García
“En la Comunidad de Madrid, los fisioterapeutas han sido uno de los colectivos que más ha sufrido en recortes”

J.M^a Martínez Olmos
“Es necesario un plan estratégico que dé respuesta a las necesidades de los pacientes y a las reivindicaciones de la profesión”

Julio Leonart
“La fisioterapia debe estar incluida dentro de la orientación preventiva de la Sanidad”

Daniel Álvarez
“Sin duda, hacen falta fisioterapeutas en el sistema público”

glas del juego que tenemos en sanidad”. Los representantes del PP y el PSOE coincidieron en señalar que toda sociedad necesita un sistema de garantías en las prestaciones de los servicios y que el intrusismo y la competencia desleal son problemas que hay que abordar.

El “embudo” de la rehabilitación

En el Foro también se abordó el papel de los fisioterapeutas en la Sanidad. A este respecto, José Ignacio Echániz reconoció que el problema del servicio público de fisioterapia es que “deriva en su mayor parte desde los servicios de rehabilitación, lo que genera un embudo muy importante que está limitando la potencialidad de los fisioterapeutas”. El representante popular hizo estas declaraciones ante la pregunta formulada

del aparato locomotor y neurológico va a necesitar de manera muy intensa los servicios de estos profesionales”.

A este respecto, el diputado de UPyD, Julio Leonart, defendió que “la fisioterapia no puede ser entendida únicamente como un mecanismo de rehabilitación, sino que debe estar dentro de la orientación preventiva de la Sanidad”.

Por su parte, el diputado de Ciudadanos Daniel Álvarez declaró que “los fisioterapeutas hacen una labor indudable” y

La diputada de Podemos Mónica García señaló, en este sentido, que existe un problema en el servicio dado que “los pacientes son tratados de sus patologías agudas pero, luego, se dejan a su suerte y también su tratamiento de fisioterapia, y, por tanto, en algunos casos acceder a este tipo de servicio depende de si tienen dinero para pagar un fisioterapeuta privado”. Asimismo, recordó que “en la Comunidad de Madrid, los fisioterapeutas han sido uno de los colectivos que más ha sufrido en recortes”.

Por su parte, el portavoz socialista de la Comisión de Sanidad y Servicios Sociales del Congreso, José María Martínez Olmos, planteó la necesidad de crear un plan estratégico “para poder dar respuesta a las necesidades de los pacientes y a las reivindicaciones de la profesión”.

Los representantes políticos reconocieron que existe un problema en el servicio de rehabilitación



Los fisioterapeutas reclaman una nueva legislación que reconozca su autonomía

En su intervención durante la inauguración de la V Jornada Interhospitalaria de Fisioterapia, celebrada el 13 de noviembre, el vicedecano del Colegio, Ricardo Urrez, recordó que, a pesar de que los fisioterapeutas tienen competencias suficientes para ser profesionales autónomos, en la práctica, no se ejerce.

La inauguración de la jornada, que congregó a más de 300 profesionales, también contó con la presencia de la directora general de Planificación, Investigación y Formación de la Consejería de Sanidad de Madrid, Emilia Sánchez Chamorro; el director gerente del Hospital Universitario de Fuenlabrada, Carlos Mur de Viu Bernad, y la supervisora de la Unidad de Fisioterapia y el director de Enfermería del hospital, Elena Díaz y Jesús Ramos, respectivamente.

En su intervención, el vicedecano, Ricardo Urrez, recordó que, pese a tener las competencias profesionales suficientes, el trabajo del fisioterapeuta en la Sanidad Públi-

ca “se rige por una legislación preconstitucional que es necesario reformar y actualizar”. En este sentido, señaló que el Colegio apuesta por una derivación directa del paciente sin necesidad de pasar por el médico rehabilitador, de manera que el servicio vea reducidas sus listas de espera. “Al disminuir los tiempos de espera, disminuirán también los costes sanitarios”, afirmó.

Urrez explicó que “es imprescindible que todos los profesionales implicados en el pro-

ceso de salud del paciente trabajen de manera conjunta y aportando lo mejor de sí mismos”. Por este motivo, añadió, “los fisioterapeutas queremos que nos reconozcan como lo que somos: profesionales necesarios en el cuidado del paciente que trabajan según la evidencia científica y capaces de investigar, de ser docentes, y de aportar conocimiento al equipo multidisciplinar”.

Urrez destacó que estos equipos ya funcionan como profesionales autónomos en la sa-

nidad privada española, en el 50 por ciento de los países europeos, en Australia y en 46 de los 50 estados de EEUU. Añadió, además, que “las evidencias científicas apoyan la implementación del acceso directo al fisioterapeuta, demuestran viabilidad económica y clínica y la disminución del uso de los servicios sanitarios y, por tanto, del coste”.

Barreras

El vicedecano denunció que existen barreras para la implantación de este sistema como algunas exigencias reguladoras y la resistencia de otros colectivos profesionales. Además, propuso la creación de grupos de trabajo a nivel nacional sobre la autonomía del fisioterapeuta y la derivación directa, que recaben datos y evidencias sobre su efectividad para demostrar resultados con cifras. “Esa sería la mejor forma de que los responsables de la Administración vean la necesidad de instaurar cambios”, dijo.

La directora general de Planificación, Investigación y Formación, Emilia Sánchez Chamorro, también reconoció la necesidad de que los fisioterapeutas dispongan de la autonomía que les corresponde, destacando las competencias que los fisioterapeutas tienen atribuidas como profesión de grado universitario.

Asimismo, recordó la importancia del colectivo para el correcto funcionamiento del sistema público de salud y reconoció que “podemos tener muy buenas estructuras pero si el profesional no está a la altura, no habrá resultados, por lo que hay que ponerlos en valor”.

La Jornada Interhospitalaria congregó a más de 300 profesionales de la fisioterapia

Tercera Jornada Técnica de Docencia en Fisioterapia

El próximo 11 de diciembre tendrá lugar en la sede colegial esta jornada, organizada por el CPFCM con el objetivo de establecer un foro de debate para los fisioterapeutas docentes.

El encuentro, que es gratuito previa inscripción, será inaugurado por el decano, José Antonio Martín Urrialde. A continuación, tendrán lugar dos mesas redondas, la primera de ellas titulada 'Nueva situación de los estudios de tercer grado'. Estará moderada por Tomás Gallego, profesor de la Universidad de Alcalá de Henares y contará con

una ponencia de María Jesús Alonso, catedrática de la Universidad Rey Juan Carlos I.

La segunda mesa redonda versará sobre 'El futuro de las especialidades en Fisioterapia' y estará moderada por Sofía Laguarda, vicedecana de Estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Rey Juan Carlos I. En ella intervendrán Antonia Gómez, presidenta de la Asociación Española de Fisioterapeutas, y Fausto José Barbero, presidente de la Conferencia Nacional de Decanos de Facultades de Fisioterapia.



Nueva campaña en los autobuses madrileños

El Colegio continúa con sus campañas en la red madrileña de transporte y, desde el próximo 9 de diciembre hasta mediados de enero, 10 autobuses de la EMT y tres interurbanos mostrarán una publicidad con un importante mensaje: "El fisioterapeuta que necesitas, a mano con la app CFISIOMAD".

El Colegio y FEDER reanudan sus jornadas universitarias de sensibilización

Ambas entidades celebraron el 13 de noviembre una jornada de sensibilización al alumnado de la Escuela de Fisioterapia de la ONCE y los estudiantes de Medicina, Psicología y Enfermería de la Universidad Autónoma de Madrid. El objetivo es llegar a los 14 centros universitarios que imparten Fisioterapia.

La iniciativa, organizada por el Colegio y la Federación Española de Enfermedades Raras (FEDER), tiene como objetivo acercar a los estudiantes a la realidad de este colectivo y concienciar a los futuros profesio-

terapia y terapia en agua de la Fundación.

José Santos destacó que “la fisioterapia puede ayudar a más del 80 por ciento de las personas con enfermedades raras a recuperar o mantener movilidad”. Por eso, resaltó la

dependencia de si tenemos dinero para acceder a servicios privados”, señaló.

Un largo “peregrinar”

El representante de FEDER explicó que las personas con enfermedades raras y sus familias se ven

obligados a hacer una verdadera “peregrinación” de profesional en profesional durante los cinco primeros años hasta que reciben diagnóstico y una derivación.

La psicóloga de FEDER, Carmen Laborda, centró su intervención en la importancia de trabajar con la familia y/o el cuidador.

Por su parte, Álvaro Bargués señaló que “cuando los profesionales nos

enfrentamos a este tipo de patologías, no sabemos lo que son y surge un miedo por parte del profesional y también del paciente”. Sin embargo, recordó a los alumnos que “no hay que tener miedo porque, aunque las patologías sean poco frecuentes, los problemas motores que les generan no lo son, por lo que solo hay que saber relativizar y adaptar los tratamientos”.



En la Escuela de Fisioterapia de la ONCE se celebró una jornada de sensibilización al alumnado.

sionales sanitarios sobre los problemas que sufren los afectados por estas patologías.

En la jornada participó el secretario general del Colegio, José Santos; Justo Herranz, miembro de la junta directiva de FEDER; Carmen Laborda, psicóloga de FEDER, y Álvaro Bargués, director técnico de la Fundación Ana Carolina Díez Mahou y responsable del proyecto de fisio-

necesidad de que estos pacientes inicien su tratamiento en atención temprana mientras se confirma el diagnóstico.

Justo Herranz lamentó que el servicio público de Fisioterapia esté pensado para accidentes y no para enfermedades crónicas. “Ni el apoyo psicológico ni fisioterapéutico está contemplado en la Sanidad Pública, por lo que nuestro estado de salud



Éxito de los premios de investigación

Las convocatorias para los premios al Mejor Proyecto de Investigación y al Mejor Trabajo Fin de Grado de las Escuelas y Facultades de Fisioterapia de la Comunidad de Madrid, han obtenido un éxito de participación, con ocho y 14 trabajos presentados, respectivamente.

Los ganadores se conocerán en un acto público anterior a la Asamblea General del 16 de diciembre, al que asistirá la directora general de Planificación, Investigación y Formación de la Comunidad de Madrid, Emilia Sánchez Chamorro.

El objetivo del Premio al Mejor Proyecto de Investigación, que este año celebra su 11ª edición y está dotado con 6.000 euros, es promover los trabajos de investigación en Fisioterapia y estimular las iniciativas que contribuyan al avance de la profesión. El Premio al Mejor Trabajo Fin de Grado está dotado con 1.500 euros y valora los proyectos con aportaciones relevantes e innovadoras relacionadas con la actividad profesional de la Fisioterapia y que hayan obtenido una nota mínima de nueve.

Horario de Secretaría

El horario de atención de Secretaría cambiará los días 24 y 31 de diciembre. En estas fechas navideñas, será de las 8 a las 15 horas. El resto de días se mantendrá el horario habitual, de lunes a viernes, de 9 a 20 horas.

Novedades en los Portales de Formación y de Transparencia

Con el objetivo de mejorar los servicios que presta, el CPFCM ha introducido importantes novedades en sus Portales de Formación y Transparencia.

En el Portal de Formación se ha añadido la pestaña 'Servicio de alquiler de aula', a través de la cual se explica cómo realizar el alquiler de la sala de formación. También se han introducido mejoras en la gestión interna del Portal, con nuevos avisos sobre la disponibilidad de la descarga de certificados de asistencia y la inscripción en los cursos.

Asimismo, el Colegio ha iniciado los trabajos para incluir en este Portal el servicio de formación a distancia, dando así respuesta a la propuesta realizada por un grupo de colegiados en la última Asamblea y que, a pesar de no ser la más votada, sí ha sido tenida en cuenta por la actual Junta de Gobierno. Estará disponible en el segundo trimestre de 2016.

Por otra parte, en el Portal de Transparencia se ha

incluido la pestaña 'Solicitud de información'. A través de la misma, se informará al ciudadano de su derecho a acceder a la información pública que obre en poder del Colegio sobre las actividades su-



jetas a derecho administrativo, cualquiera que sea el formato o soporte de los contenidos o documentos, en los términos previstos en la Ley 19/2013 y siempre que esté dentro de los límites que establecen las normas para la adaptación de sus disposiciones.

Con esta mejora, y una vez más, el CPFCM se adelanta al plazo marcado por la ley para adecuar esta información pública, convirtiéndose en el primer Colegio de Fisioterapeutas de España en proporcionar esta información y en uno de los primeros colegios profesionales de todo el país que la publica.

Nueva campaña en los cines

Como en años anteriores, el Colegio aprovechará las fechas navideñas para dar a conocer su labor y difundir hábitos saludables entre los ciudadanos emitiendo spots en los cines madrileños. En esta ocasión, lo hará coincidiendo con el estreno, el 18 de diciembre, de la que, sin duda, es una de las películas del año: 'Star Wars: El despertar de la fuerza'

Desde el 18 de diciembre y durante cuatro semanas, se

proyectará en los cines de Madrid capital y de otras localidades de la región, un spot del CPFCM en el que se dará a conocer la labor de los fisioterapeutas y se darán consejos sobre hábitos saludables. El vídeo se emitirá justo antes de la proyección de la película.

Con esta iniciativa, el Colegio quiere aprovechar el tiempo de entretenimiento y ocio familiar para dar a conocer la importante labor que realiza.

Mejoras en la aplicación para ciudadanos 'CFISIOMAD'

La Institución colegial ha introducido algunas novedades en la aplicación 'CFISIOMAD', que tiene como objetivo ayudar al ciudadano a identificar a los verdaderos profesionales de la Fisioterapia.

Por un lado, se ha incluido la opción '3D touch' con las funcionalidades para entrar en clínicas y en el Canal de televisión Fisio.tv (solo para iPhone 6s), y se ha realizado la integración nativa de este canal, con un listado de sus vídeos, el título y la duración, así como la posibilidad de *streaming* con reproductor multimedia nativo.

Además, se han llevado a cabo modificaciones en la actualización de datos de los centros y se han realizado diversos cambios para mejorar la compatibilidad

con las versiones 9.2 IOS y Android 6.0.

La aplicación para ciudadanos 'CFISIOMAD' se puede descargar de forma gratuita tanto en la Apple Store como en Google Play.



El Colegio es noticia

En noviembre, el Colegio envió a los medios de comunicación siete notas de prensa. La primera de ellas, anunciaba la celebración de una jornada divulgativa sobre la importancia de la Fisioterapia en el tratamiento de las enfermedades raras, que fue celebrada en la Escuela de Fisioterapia de la ONCE. Tras el encuentro, se mandó además otra nota de prensa con sus conclusiones.

Ese mismo día, se celebraron las V Jornadas Interhospitalarias del Hospital de Fuenlabrada. Se envió una nota de prensa para informar de su celebración y de la participación del vicedecano de Colegio, Ricardo Urrez. También se difundió otra nota con el resumen de su ponencia, que trató sobre la importancia de dotar al fisioterapeuta de la Sanidad Pública de una mayor independencia.

Por otra parte, y como cada mes, también se lanzó la nota de prensa de la campaña '12 meses, 12 consejos de salud', dedicada en esta ocasión a la prevención del ictus.

Además, en Servimedia, agencia de comunicación del Colegio, se celebró un encuentro informativo con los responsables de sanidad de los principales grupos políticos. El CPFCM estuvo presente en esta jornada y aprovechó para preguntar a cada representante qué acciones emprendería contra el intrusismo sanitario, y si consideraban que el papel del fisioterapeuta en la Sanidad Pública estaba minusvalorado. Con las respuestas, se emitió también una nueva nota de prensa.



TÉCNICAS DE COMUNICACIÓN Y RELACIÓN DE AYUDA EN CIENCIAS DE LA SALUD

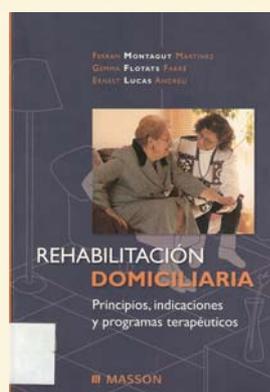
Luis Cibanal Juan, M^a del Carmen Arce Sánchez, M^a del Consuelo Carballal Balsa.- 3^a ed.

Amsterdam [etc.]: Elsevier, 2014.- XVIII, 329 p.- 24 cm.- ISBN 978-84-9022-530-1 (R. 1994) 613.7

Esta obra se ha convertido, edición a edición, en una herramienta indispensable para gran parte de los profesionales de la salud, en cuyo trabajo diario ocupan un lugar preferente la comunicación terapéutica y la relación de ayuda a los pacientes.

Sus autores consiguen una excelente combinación entre teoría y práctica y proporcionan recursos sencillos y eficaces para afrontar con éxito las complejas situaciones humanas con las que se encuentran diariamente los profesionales de la salud. En esta tercera edición, se han añadido temas como la relación de ayuda en duelos, las técnicas de relación con personas violentas o las estrategias de comunicación de diagnósticos graves. Además, se ha ampliado la colección de vídeos de *role-playing*, con ocho vídeos nuevos en los que se muestran entrevistas con pacientes que están viviendo situaciones límite, todos ellos disponibles a través de la plataforma en español www.studentconsult.es

En definitiva, se trata de un texto útil para médicos, enfermeras, fisioterapeutas y cualquier profesional o estudiante de las disciplinas de ciencias de la salud interesado en establecer una comunicación de calidad.



REHABILITACIÓN DOMICILIARIA. PRINCIPIOS, INDICACIONES Y PROGRAMAS TERAPÉUTICOS

Ferrán Montagut Martínez, Gemma Flotats Farré, Ernest Lucas Andreu. 2^a ed.

Amsterdam [etc.]: Elsevier, 2014.- XX, 359 p.- 24 cm.- ISBN 978-84-4582-583-9 (R. 1991) 615.8-053.9

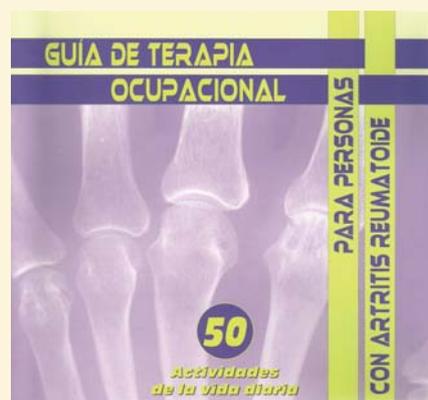
Se acaba de publicar una edición actualizada de esta original y novedosa obra que aborda la rehabilitación física de los pacientes desde un nuevo escenario: el domicilio del paciente.

El texto, acumula los 25 años de experiencia de su autor, con más de 300.000 pacientes tratados en su domicilio, y aporta a todos los profesionales de la atención domiciliaria y la rehabilitación un enfoque global basado en una perspectiva integral y multidisciplinar, justo en un momento en el que la tendencia al 'Home care' está experimentando un gran crecimiento.

El libro mantiene la estructura y el planteamiento de la anterior edición, aunque algunos contenidos se han fusionado y modificado para dar lugar a cuatro nuevos capítulos.

Algunos de los nuevos temas tratados en esta nueva edición son la rehabilitación del enfermo crónico a domicilio, la rehabilitación de los pacientes que padecen enfermedades raras, o poco frecuentes, la tele-rehabilitación y la evidencia científica en el ámbito de la rehabilitación domiciliaria.

Libro cedido por la Asociación Madrileña de Pacientes con Artritis Reumatoide



GUÍA DE TERAPIA OCUPACIONAL PARA PERSONAS CON ARTRITIS REUMATOIDE

Asociación Madrileña de Pacientes con Artritis Reumatoide

Esta guía está pensada para ayudar a mejorar la calidad de la vida de las personas con artritis reumatoide y que puedan conservar su independencia. Diseñada para que sea práctica y fácil de manejar, explica conceptos que son importantes para los afectados, como qué es un terapeuta ocupacional y de qué forma puede ayudarles; qué es la economía articular y la simplificación del trabajo o el ahorro de energía. También incluye recomendaciones generales.

Álvaro Bargues

Director técnico de la Fundación Ana Carolina Díez Mahou

“El objetivo es el tratamiento gratuito de los niños con enfermedades neuromusculares”

El director técnico de la Fundación Ana Carolina explica las técnicas que se usan en la rehabilitación neurológica pediátrica, el destacable papel de los padres y las diferencias entre la neuroplasticidad en los niños y los adultos.

¿Qué objetivos se plantean en la Fundación Ana Carolina?

Nos hemos marcado cuatro pilares fundamentales: Dar formación a otros compañeros y a padres, pues son los que pasan más horas con los niños y se convierten en los verdaderos terapeutas; estar al día de los nuevos avances, sobre todo, en enfermedades mitocondriales; organizar encuentros para los niños y las familias, para que jueguen y se diviertan; y gestionar el servicio de fisioterapia para dar a nues-

tros peques las sesiones de manera gratuita, en sala y piscina. En resumen, el objetivo es el tratamiento fisioterápico gratuito de todos aquellos niños comprendidos entre los 0 y los 14 años afectados por cualquier tipo de enfermedad neuromuscular.

¿Qué le aporta trabajar con niños con enfermedades neuromusculares?

Es un verdadero privilegio formar parte de este proyecto. Me hace feliz ayudar de manera altruista a personas que

lo necesitan, ver sus pequeños avances, reírte con ellos; pero hay que recordar que el ámbito de la Fisioterapia Neurológica Infantil tiene su lado desagradable, pues mucho niños, a veces, tienen una esperanza de vida corta. Se aprende mucho de ellos.

¿Qué técnicas utilizan en la Fisioterapia Neurológica Pediátrica?

Las técnicas más utilizadas son Bobath, Vojta, Le Metayer, Perfetti... pero nos gusta coger lo mejor de cada método y hacer nuestras propias sesiones de tratamiento. Para ello, valoramos a los peques y decidimos qué es lo que más nos interesa trabajar para lograr una mayor autonomía; pero, al final, buscamos una estimulación mediante juegos, ganarnos su confianza y que tengan ganas de volver.

¿A qué pacientes están dirigidas estas técnicas?

A todos los que tengan problemas neuromusculares. Siempre podremos ayudarles, no solo mediante las técnicas específicas de la Fisioterapia Neurológica, si-

no de todos los conocimientos aprendidos. Solo debemos adaptarnos a la situación y a la persona.

Dentro del tratamiento multidisciplinar, ¿en qué consiste su trabajo?

El trabajo de todas las personas que estamos alrededor del niño es fundamental, es tan importante el del logopeda, el del terapeuta ocupacional, el del psicólogo, el del médico o el del fisioterapeuta. Nuestro trabajo no solo es fundamentalmente con los niños, tenemos una gran labor de educación con los familiares.

¿Cuál es el papel de la familia en todo el proceso?

Escucharles es fundamental para saber qué es lo que hace el niño cuando no está con nosotros. Son personas con gran fortaleza, luchadores y que

Bargues también es director de Valle36, un centro de preparación al parto en el que imparte clases de pilates, acupuntura, rehabilitación de lesiones y da cursos de primeros auxilios para bebés y niños. Además, está formado en Osteopatía y en la medicina tradicional china y es co-creador de la técnica AMIOS.



siempre buscan lo mejor para sus hijos. Debemos enseñar a manejarlos y técnicas de una manera adecuada, así como darles pautas para que el niño esté en las mejores condiciones. A veces, incluimos a los padres en los tratamientos para que aprendan o adoptamos el papel de consejero.

La neuroplasticidad es la capacidad del sistema nervioso central para compensar lesiones, ¿hay diferencia entre adultos y niños?

La neuroplasticidad permite una mayor readaptación y hace que aumenten las conexiones entre neuronas. Esto se consigue mediante la estimulación sensorial y cognitiva, la repetición de patrones de movimiento y la propia experiencia vital. La recuperación de lesiones cerebrales está influida por la edad en la que apare-

“Debemos enseñar técnicas a los padres y darles pautas para que el niño esté en las mejores condiciones”

ce el daño, el grado de tejido afectado, la localización de la lesión, la situación psicosocial y un factor ambiental. La diferencia entre el cerebro de los adultos y el de los bebés es que el de los segundos está en proceso de maduración, con lo cual la neuroplasticidad es mayor.

¿Hacia dónde va dirigida la investigación?

No estoy metido en el mundo de la investigación, pero creo que se están probando terapias que no se usaban en el ámbito de la Neurología, como la punción seca (en el hombro doloroso de pacientes que han sufrido un ictus), la elec-

troestimulación (en el caso de niños con hipotonía) o la acupuntura (para reducir la espasticidad o las crisis convulsivas).

¿Se investiga lo suficiente en España?

La mayoría de los fisioterapeutas que realizan investigación lo hacen porque les gusta y en su tiempo libre, por lo que no les podemos pedir más. Es una vía que se debe explorar.

Es co-creador de la terapia AMIOS, un método integral.

¿En qué consiste y en qué tipo de pacientes y patologías se utiliza?

La terapia AMIOS la creé en Valle36, donde también traba-

jo, gracias a mi larga experiencia en tratamientos en medio acuático, junto a la fisioterapeuta del centro Elena Nei. Las siglas de esta terapia corresponden a AquaMIOfacialStretching, una terapia de liberación corporal mediante técnicas de fisioterapia, estiramientos musculares e inducción miofascial en el agua. La terapia se puede enfocar únicamente a la relajación o podemos realizar un tratamiento más físico de una patología concreta. Uniendo ambos enfoques obtenemos un tratamiento de fisioterapia integral en una situación de máxima relajación. Es idónea para embarazadas y pacientes con problemas musculoesqueléticos que afectan al raquis. El beneficio es que nos permite liberar mucho mejor la musculatura de la espalda y, en general, del resto de articulaciones, cuando están flotando en el agua que en la camilla o en las sillas de masaje. A esto se suma, en el caso de las embarazadas, el que conecten con el bebé que llevan en su interior y disfruten sentir algo similar a lo que sienten sus peques dentro del útero. ■

Pedro Fernández

La voz del colegiado

Esta 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



Los expertos pronostican una epidemia de diabetes entre los jóvenes españoles debido a las altas tasas de obesidad

España es el país europeo con mayores tasas de obesidad y sobrepeso entre niños y jóvenes, algo que ha llevado a la Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI) a augurar “a corto plazo una epidemia de diabetes en pacientes jóvenes”, ya que el 50 por ciento de los casos de esta enfermedad se deben a la obesidad o al sobrepeso.

Durante la celebración de su XXXVI Congreso Nacional, celebrado el mes pasado en Sevilla, también se destacaron otros datos alarmantes, entre



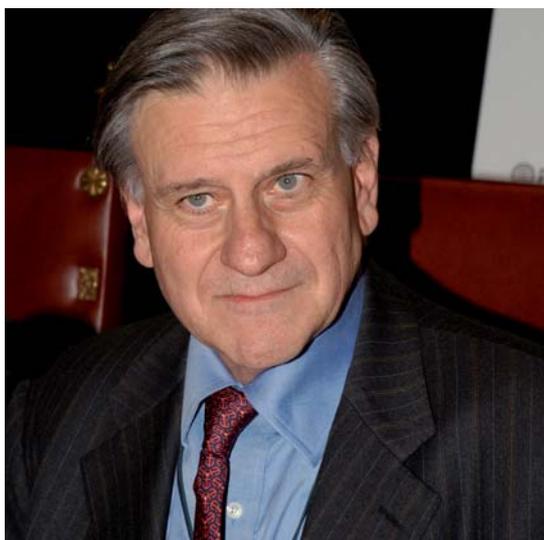
ellos que un tercio de los pacientes atendidos en Medicina Interna presentan diabetes, siendo el motivo de asistencia a la consulta enferme-

dades cardiovasculares e infecciones, íntimamente relacionadas con la diabetes.

A esto se le suma que el 60 por ciento de los adultos pre-

senta sobrepeso u obesidad, y que cerca de 14 por ciento tienen, a su vez, diabetes.

Según el doctor Ricardo Gómez Huelgas, vicepresidente segundo de la SEMI, “el incremento progresivo de la diabetes está muy ligado a la obesidad y esta, a su vez, se relaciona con estilos de vida poco saludables como el sedentarismo o la dieta inadecuada”, por lo que desde la sociedad médica se insiste en la necesidad de realizar ejercicio y mantener una dieta adecuada, así como evitar la vida sedentaria.



Éxito de un programa de salud en grupo liderado por Fuster

Un programa de intervención comunitaria de promoción de la salud integral, similar a las terapias de grupo de Alcohólicos Anónimos, ha obtenido un importante beneficio en el control de los cinco factores de riesgo cardiovascular más relevantes (tensión arterial, ejercicio, peso, dieta y tabaco), especialmente sobre el hábito tabáquico.

Según ha destacado el Centro Nacional de Investigaciones Cardiovasculares del Carlos III (CNIC), “el Programa Fifty-Fifty, el primer ensayo clínico aleatorizado y con grupo control realizado sobre 543 adultos, confirma que educar a los adultos en conocimientos, habilidades y actitudes sobre un estilo de vida saludable acompañado además de soporte y ayuda mutuos y el apoyo entre iguales, mejora los hábitos de salud cardiovascular y el autocontrol de los factores de riesgo”.

Los resultados de este estudio revelan que, al cabo de un año, el 67 por ciento de los participantes experimentó una mejoría en el índice Fuster-BEWAT, que contempla los cinco factores de riesgo cardiovascular, y casi la mitad redujo el consumo de tabaco.

El ‘Programa Fifty-Fifty’ es una iniciativa de la Fundación SHE, promovida por el doctor Valentín Fuster, director del Centro Nacional de Investigaciones Cardiovasculares del Carlos III (CNIC).

Un programa informático permite a niños con parálisis cerebral comunicarse con la mirada

La empresa donostiarra Irisbond ha desarrollado una herramienta informática que permite a personas con discapacidad cognitiva profunda, y en particular a niños con parálisis cerebral, comunicarse, desarrollar su formación escolar básica y navegar por Internet a través de la mirada.

Se trata de un ‘software’ que los responsables de Irisbond han hecho realidad con la experiencia de Gema Canales, una niña de siete años a la que conocieron a través del Hospital de Paraplégicos de Toledo.

“Teníamos la herramienta inicialmente pensada para personas con limitación de movilidad y comunicación a niveles cognitivos razonables; pero posteriormente la hemos trasladado a través de

nas a un colegio ordinario de Olías del Rey (Toledo) y se lleva con ella el dispositivo de Irisbond, con el que luego sigue “aprendiendo y jugando” por la tarde bajo supervisión de la pedagoga Sol Solís, que trabaja con la niña desde hace tres años, los últimos meses con el nuevo dispositivo.

“Ha sido un avance espectacular el que ha tenido Gema desde que tiene esta herramienta, porque le ofrece mucha autonomía



una aplicación a niños con parálisis cerebral”, explicó a Servimedia Eduardo Jáuregui, consejero delegado de Irisbond, que este miércoles presentó la herramienta, IrisbondPrimma, en una jornada con pedagogos y terapeutas organizada en el Centro de Referencia Estatal de Autonomía Personal y Ayudas Técnicas (Ceapat), en Madrid.

Gema Canales va por las maña-

“y el acceso al mundo ilimitado de Internet”, explicó Solís.

Según Ruth Galán, madre de Gema, cuando les informaron de la existencia del ‘software’ no se lo creían. “Lo probamos en el Hospital de Paraplégicos, primero a través de juegos y después con su desarrollo práctico en la comunicación y el aprendizaje de Gema, y es la mejor inversión que hemos podido hacer”, añade.

El paro en fisioterapia en mujeres multiplica por siete al de hombres

El pasado mes de septiembre la fisioterapia aumentó sus cifras de paro en un 6 por ciento con respecto a los datos del mes de agosto. Pero en cuanto a género, el desempleo femenino sufrió un crecimiento del 7,36 por ciento mientras que el masculino apenas subió un 1,22 por ciento.

En septiembre de 2014 la tendencia anual del paro en fisioterapia bajó un 13,61 por ciento, pero hace un año sí se mantuvo la igualdad entre hombres y mujeres, bajando un 13,77 por ciento los hombres y un 13,56 por ciento las mujeres.

A pesar de esta caída del paro, también se ha visto una reducción del número de contratos respecto al año anterior de un 15,93 por ciento.

Dentro de las profesiones sanitarias, el paro también subió en veterinaria, aunque apenas un 0,96 por ciento y, en mucha mayor medida, en los licencia-

dos en Medicina. En este sector el paro aumentó un 16,71 por ciento y, como en Fisioterapia, las diferencias de género son alarmantes: el número de mujeres paradas creció un 23 por ciento respecto a octubre de 2014 mientras que el de los hombres permaneció inalterado.

El resto de estas profesiones obtuvieron mejores resultados: los licenciados en odontología redujeron el paro en un 12 por ciento, los psiquiatras aumentaron el empleo un 6,78 por ciento, los enfermeros en un 20,66 por ciento y los farmacéuticos en un 6,23 por ciento. Por su parte, los licenciados en psicología también están de enhorabuena ya que su paro se redujo en un 1,88 por ciento, con 277 parados menos que en agosto.

Estas profesiones consolidan así su posición como generadoras de empleo.



Las embarazadas se olvidan de tomar ácido fólico

A pesar de que desde los años 90 las investigaciones señalan que las mujeres que toman ácido fólico antes y durante su embarazo reducen hasta un 72 por ciento el riesgo de que el bebé sufra un defecto del tubo neural, un reciente estudio publicado en el *British Medical Journal* confirma que las cifras europeas de este tipo de problemas no han variado en los últimos 20 años. El problema, según el estudio, es que mientras que en Estados Unidos los programas de suplementación son obligatorios, en Europa no es más que una recomendación. Por defecto del tubo neural se entiende una anomalía congénita del cerebro, la columna vertebral y la médula espinal, y sus dos principales tipos son la espina bífida y la anencefalia.

Próximos cursos y jornadas



FIBROSIS DIACUTÁNEA. MÉTODO DE KURT-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 ciento menos para desempleados).

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

CÓDIGO
QR



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

REHABILITACIÓN RESPIRATORIA 1ª EDICIÓN

Fecha: 11, 12 y 13 de marzo de 2016.

Dirigido a: 20 colegiados en activo/desempleados.

Plazo de inscripción: hasta el 25 de febrero de 2016.

Docentes: Ana Varas, Tamara del Corral, Roy Latouche y Luis Puente.

Precio: 180 € (50 por ciento menos para desempleados).

Objetivos: Aportar al estudiante conocimientos sobre los principios de la fisiología del ejercicio en el individuo sano; describir las implicaciones sistémicas de las enfermedades respiratorias crónicas y su influencia en la capacidad de ejercicio, así como los fundamentos fisiológicos de los programas de actividad física en estos pacientes; mostrar los aspectos básicos en la evaluación de un paciente respiratorio crónico que va a participar en un Programa de Rehabilitación Respiratoria (PRR), tales como la evaluación de la disnea, la calidad de vida, la capacidad de ejercicio y el nivel de actividad física; capacitar al estudiante en la realización e interpretación de pruebas de esfuerzo; describir los aspectos generales de los PRR (infraestructura necesaria, duración, candidatos, precauciones, efectos y tipos de programas); desarrollar los principios de las distintas modalidades de entrenamiento aeróbico y de fuerza, aplicados en los pacientes respiratorios crónicos, y preparar al estudiante en el diseño de programas de entrenamiento específicos e individualizados para cada paciente, entre otros.



CÓDIGO
QR



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

PEUGEOT RCZ R**EL LEÓN NOS
ENSEÑA SUS GARRAS**

De la marca francesa Peugeot conocemos sus cómodas berlinas diésel, sus eficientes y prácticos utilitarios, y sus fiables compactos que inundan nuestras carreteras; pero no hay que olvidarse de su larga trayectoria en el mundo de la competición. Dakar, Le Mans y el Campeonato Mundial de Rally han sido escenarios de grandes éxitos. Hace 30 años Peugeot Sport nos sorprendió a todos con su genial 205 GTI, un vehículo muy deseado por los jóvenes de la época; ahora lo vuelve a hacer con el RCZ.

Se trata de un precioso *coupé* de cuatro plazas, aunque las traseras son poco espaciosas. Eso sí, este vehículo cuenta con un maletero muy generoso para el tamaño del coche.

En cuanto a su línea exterior, destaca el techo con doble abombamien-

to superior para tener más habitabilidad, hecho que, además, le confiere un aspecto más imponente.

Peugeot Sport le ha dado una vuelta de tuerca a este *coupé* al dotarle del motor más potente montado nunca en un Peugeot de serie, con unos increíbles 270 CV, 1.6 turbo gasolina.

El vehículo tiene tracción delantera y cuenta con un autoblocante mecánico para poder domar toda la potencia sin pérdidas de tracción. Su conducción es fácil y segura pero, quizás, alguna recta se haga más corta de lo habitual.

Atmósfera deportiva

Todo el coche, desde el exterior hasta el interior, respira una atmósfera *racing*. A quien le gusten los coches deportivos disfrutará, ya no solo con

su conducción, sino simplemente al encender su poderoso motor.

También existen versiones menos potentes para quienes no necesiten tanta caballería y se sientan atraídos por su estética. Estos obtendrán un vehículo con un consumo mixto homologado de 6,3 litros por cada 100 kilómetros.

En definitiva, se trata de un deportivo para los fines de semana y un coche plenamente utilizable a diario. Gracias Peugeot Sport.

Guillermo Mielgo
Colegiado nº 1517

FICHA TÉCNICA

Aceleración (0-100): 5,9 segundos

Velocidad Máxima: 250 km/h

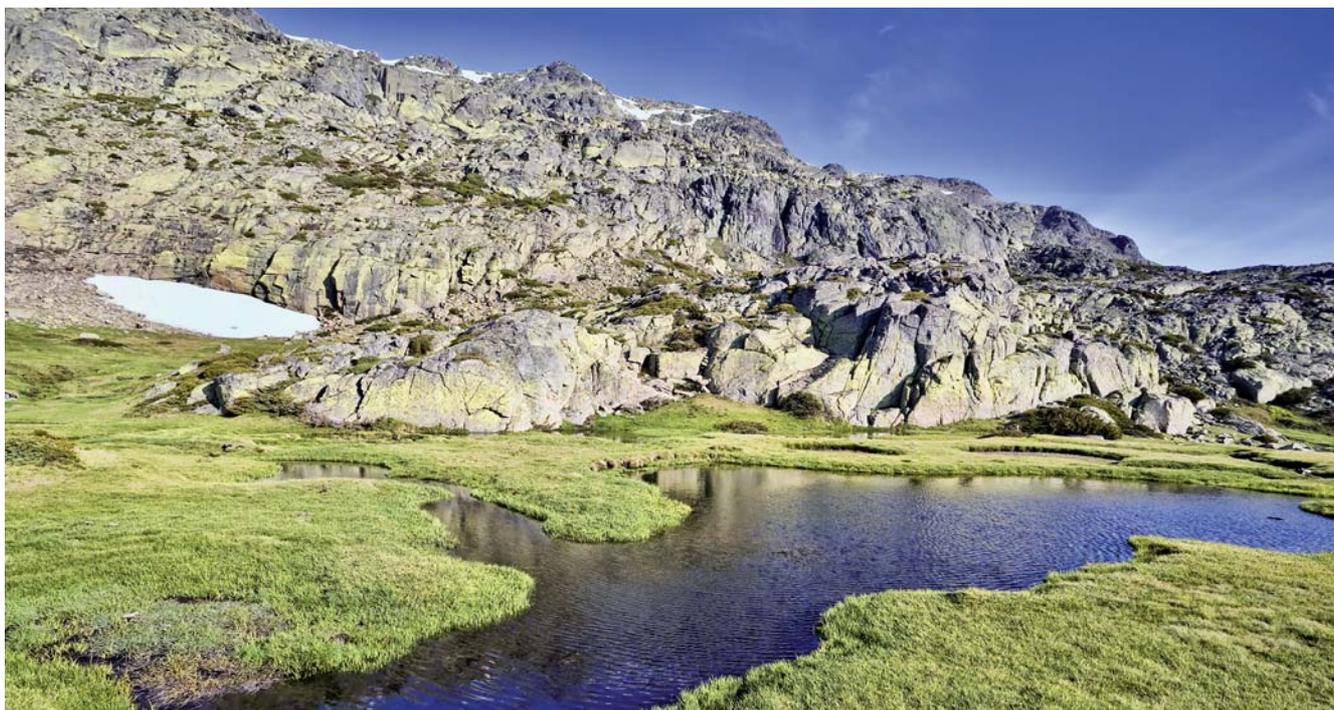
**Consumo Urbano / carretera / medio:
8,4 / 5,1 / 6,3 l/100km**

Emisiones CO₂: 145 gr/km

Cilindrada: 1598

Largo / ancho / alto: 4294 x 1845 x 1352





Parque Nacional de Guadarrama

RUTA GLACIAR POR MADRID

Desde el Puerto de Cotos hasta la Laguna Grande, la laguna glaciar más importante de la sierra de Guadarrama, hay un ruta señalizada muy recomendable.

En el mismo Puerto de Cotos, tomando el camino empedrado, se llega a la Casa del Parque, dedicada a la gestión, conservación, investigación y administración de este espacio natural. El centro dispone de una zona de información al público y una zona de exposición, con una maqueta y una serie de paneles explicativos sobre los aspectos naturales más destacados de todo el entorno.

El ascenso continúa hasta el Mirador de la Gitana, un lugar de descanso para los montañeros y senderistas que dispone de una mesa de granito con informaciones de los picos que forman la cordillera de la Cuerda Larga. Algunos de los más importantes son el Cerro de Valdemartín, la Bola del Mundo y la Cabeza de Hierro Mayor. Poco antes de abandonar el ca-

mino nos encontramos con el cobertizo del depósito, un depósito de aguas que, como su nombre indica, tiene una especie de cobertizo.

Por la senda escalonada, dejando el cobertizo en el margen derecho, el camino continúa hasta el Circo de Peñalara. Se trata de un circo glaciar, el más extenso de la sierra con sus 140 hectáreas, que se creó hace 1,8 millones de años. Consta de dos sectores: uno de ellos está situado en el nordeste del circo y alberga la Laguna Grande de Peñalara y, el otro, está en el suroeste y tiene un relieve menos abrupto. En este trayecto se camina entre pinos aunque, según se asciende, estos son más pequeños, hasta casi desaparecer.

El trayecto pasa por un chozo de piedra, a partir del cual comienza un entarimado de madera que se eleva unos centímetros sobre el suelo y por el que en apenas 500 metros llegamos a la Laguna Grande de Peñalara.

MÁS INFORMACIÓN

Casa del Parque
Puerto de Cotos. Ctra.
M-604. 28740 Rascafría
(Madrid).

Teléfonos: 918 520 857.

Más información:

Página web:

www.parquenaturalpenalara.org
Oficina de Información Turística
de Rascafría.
Tel.: 918 691 804.
www.rascafría.org

GASTRONOMÍA

Si se visita el entorno natural no hay que dejar de probar la carne de la Sierra de Guadarrama, de gran calidad, procedente de razas escogidas y alimentadas en pastos y con cereal, así como los caldos y sopas, las legumbres, los cocidos, las setas si estamos en temporada o las tortillas de patatas. Para acompañarlas, nada mejor que un vino de Madrid y pastas artesanas.



MÉTODO PILATES**Método Pilates suelo para fisioterapeutas**

Organiza: Fisiocofocus

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

Duración: 40 horas

Fecha: 4, 5 y 6 de marzo, y 8, 9 y 10 de abril de 2016

Precio: 440 €

Información: 657 125 508

www.fisiocofocus.com

info@fisiocofocus.com

Dirigido a: Fisioterapeutas

FISIOTERAPIA INFANTIL**Fisioterapia infantil 3ª Edición**

Organiza: Aris Centro de Atención Temprana

Lugar: Madrid, La Salle 10. Centro Universitario La Salle

Duración: 121 horas teórico-prácticas, más 5 horas de práctica clínica hospitalaria con paciente real

Fecha: Del 15 de enero al 29 de mayo de 2016

Precio: 550 € en el momento de la matrícula, a través de la web, más 2 pagos de 450 € en marzo y abril

Información: 914626222

http://www.grupo-aris.es/portfolio/curso-de-fisioterapia-infanti-3a-edicion

formacion@grupo-aris.es

Dirigido a: Fisioterapeutas

NEURODINÁMICA**Neurodinámica: movilizaciones del sistema nervioso periférico**

Organiza: Fisiocofocus

Lugar: Helios Electromedicina.

C/ Alfonso Gómez 38, 2º. Madrid.

Duración: 20 horas

Fecha: 5 y 6 de marzo de 2016

Precio: 220 €

Información: 657 125 508

www.fisiocofocus.com

info@fisiocofocus.com

Dirigido a: Fisioterapeutas

OSTEOPATÍA**Percutor estructural**

Organiza: Clínica Aquiles

Lugar: Madrid

Duración: 35 horas

Fecha: 23 y 24 de enero, y 13 y 14 de febrero de 2016

Precio: 350 €

Información: 913284384

http://percutoresestructural.es/cursos.html

info@percutoresestructural.es

Dirigido a: Fisioterapeutas

NEUROLOGÍA**Curso de introducción a 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: 915641868

www.sanrafaelnebrija.com

sanrafael@nebrija.es

Dirigido a: Fisioterapeutas

Equilibrio, control motor y tratamiento en el paciente neurológico

Organiza: Fisiocofocus

Lugar: Helios Electromedicina.

C/ Alfonso Gómez 38, 2º. Madrid.

Duración: 18 horas

Fecha: 27 y 28 de febrero de 2016

Precio: 220 €

Información: 657 125 508

www.fisiocofocus.com

info@fisiocofocus.com

Dirigido a: Fisioterapeutas

RESPIRATORIO INFANTIL**Fisioterapia respiratoria pediátrica. 2ª Edición**

Organiza: Aris Centro de Atención

Temprana

Lugar: Madrid, La Salle 10. Centro Universitario La Salle

Duración: 67 horas teórico-prácticas; más 5 horas de práctica clínica hospitalaria con paciente real

Fecha: Del 23 de abril al 12 de junio de 2016

Precio: 320 € en el momento de la matrícula, a través de la web, más 2 pagos de 250 € en mayo y junio.

Información: 914626222

http://www.grupo-aris.es/portfolio/curso-fisioterapia-respiratoria-pediátrica-2a-edicion

formacion@grupo-aris.es

Dirigido a: Fisioterapeutas

TRATAMIENTO DEL DOLOR CRÓNICO**Fisioterapia bioconductual en el tratamiento de pacientes con dolor**

Organiza: La Salle Centro Universitario. Facultad CC de la Salud

Lugar: Aravaca, C/ La Salle 10.

Duración: 25 horas

Fecha: 19, 20 y 21 de febrero 2016

Precio: 220 €

Información: 917401796

www.lasallecentrouniversitario.es

laural@lasallemcampus.es

Dirigido a: Fisioterapeutas

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 y 30 de enero de 2016

Precio: 500 € (plazas limitadas)

Información: 914346500

www.sanepilates.com

sanepilates@hotmail.com

Dirigido a: Fisioterapeutas

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

■ Nombre del curso: ■ Lugar: ■ Fecha: ■ Información: ■ Dirigido a:

■ Organiza: ■ Duración: ■ Precio: ■ (Teléfono, web, e-mail) ■ Sección en la que inserta el curso.

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



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, Geriatría 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, Barclays 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.