



**Álvaro Galán**  
Exdeportista paralímpico  
"El fisioterapeuta  
es una figura clave  
en el equipo  
paralímpico"

# 30 días



Colegio Profesional de  
**FISIOTERAPEUTAS**  
COMUNIDAD DE MADRID

Nº 223 Mayo 2018

de fisioterapia



**Humanización del Sistema Sanitario**

**Abordaje integral  
del paciente**

# Certificación de calidad en Fisioterapia

Obtener el sello que avala la **excelencia en tu desempeño profesional** es sencillo. **Y todo son ventajas.**



Es una garantía de **seguridad** para tus pacientes

Te hará destacar frente a la **competencia**

Se compone de procesos de **calidad** elaborados por y para fisioterapeutas

No es un examen ni exige hacer **inversiones**

Pone en **valor** lo que ya haces muy bien

Te ayudará a **mejorar** y a que tus pacientes estén más satisfechos

Es **voluntario** y está a disposición de cualquier profesional o clínica de Fisioterapia



## 30 días DE FISIOTERAPIA

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

**Director:** José Antonio Martín Urrialde.

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

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

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

**Realización:** ILUNION Comunicación Social

**Imprime:** ILUNION Retail y Comercialización.

**Depósito Legal:** M-23102-1998

**Tirada mensual:** 10.150 ejemplares

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

### Síguenos en:

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

[www.fisio.tv](http://www.fisio.tv)

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

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

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



## 4 Tribuna

No es oro todo lo que reluce

## 5 Editorial

¿Un órgano nuevo del cuerpo humano?

## 6 Enportada

Humanización del sistema sanitario



## 10 Entrevista

Álvaro Galán  
Exdeportista paralímpico

## 14 Vidacolegial

25 FORMACIÓN  
26 BIBLIOTECA  
27 CONOCE TU COLEGIO

## 30 Te interesa

## 32 Zonamotor

## 33 Deviaje



## 28 Lavozdelcolegiado

José Javier López Marcos  
Fisioterapeuta



## 34 Agenda

# No es oro todo lo que reluce

**Tomás Gallego Izquierdo**

Fisioterapeuta  
Colegiado n.º 125

Un año más llega el final del curso y muchos de los que van a salir con el título de Graduado en Fisioterapia quieren seguir formándose. Unos, por profundizar en algún campo; algunos, para seguir avanzado en su formación académica para alcanzar los siguientes títulos de Máster y Doctorado, y otros, por diferentes causas.

A veces, la búsqueda se complica ante la oferta universitaria plagada de cursos, cursillos y cursitos de toda índole y condición. Hay cursos propios, de especialista, de experto, másters propios, formación superior, formación continua, y más. Y hay estudios oficiales como los máster oficiales. De todos los máster, los oficiales son los únicos que pasan por un filtro institucional: los denominados procesos de verificación y acreditación que realizan alguna de las agencias de la calidad existentes en España. Son los únicos que, cada tres o cuatro años, se someten a una revisión de vigilancia para comprobar si lo verificado se cumple y en qué grado.

Los máster oficiales tienen que tener controlada documentalmente la asistencia, si son presenciales, y, si no lo son, deben presentarse sus métodos de seguimiento de los alumnos. Las agencias obligan a presentar guías docentes que funcionan como contratos con los alumnos. En ellas, deben figurar: las competencias, los contenidos, los métodos de enseñanza y los de evaluación a los que se deben sujetarse y seguir a rajatabla los profesores. Se deben custodiar los exámenes, los TFMs, las actas y todo lo relacionado con el máster.

En el otro tipo de estudios "oficiales" bajo el paraguas de "propios", nada de esto es necesario, y por ello es más fácil que se produzca un marasmo de situaciones incontroladas.

Los currículum de los docentes, a veces, no son ciertos, incluyendo formación que no está avalada por ningún organismo que garantice la calidad de la misma. En muchos, yo diría en la mayoría, con la asistencia es suficiente para obtener el título de especialista, de profesional avanzado en alguna

cosa y otras denominaciones, cuanto más grandilocuentes, mejor.

Los posgraduados que buscan realizar una formación continua deben procurar analizar y reflexionar sobre qué título quieren, deben y les merece la pena realizar. Es conveniente saber que todos estos "títulos y certificados", a excepción del máster universitario, no dan acceso al doctorado y que la normativa permite convalidar hasta un máximo de un quince por ciento.

En cuanto a la coherencia de los contenidos, en la mayoría de los casos, es una suma de talleres que, a veces, son demasiado técnicos sin ningún tipo de cohesión interna.

Para conseguir inscripciones, algunos, en su publicidad, aseguran que se basan en la "evidencia científica", palabras mágicas para atraer a estudiantes, un bien cada vez más preciado y por los que todo el mundo lucha para llevárselos a sus aulas en un panorama donde hay demasiada oferta en este negocio de la formación.

La verdad es que, en numerosos casos, esa "evidencia científica" se sustancia en que el profesor hace referencia a algunos artículos científicos que hablan de las bondades, o no, de los procedimientos y métodos que exponen en su clase. Pero muy pocos de estos cursos enseñan a los alumnos a localizar, diferenciar y seleccionar la evidencia científica existente y, mucho menos, forman a los estudiantes para generar evidencia científica de calidad, algo que necesita y que se espera de una disciplina científica como la Fisioterapia.

En definitiva, un entorno complicado y confuso donde los más espabilados hacen su agosto todos los septiembreres.

Futuros alumnos: conviene estar atentos y dedicar un tiempo a buscar y comparar entre la oferta existente para elegir la mejor formación de calidad y con expectativas de futuro. Porque no es oro todo lo que reluce.

## ¿Un nuevo órgano del cuerpo humano?

El pasado mes de marzo, numerosos medios se hicieron eco de una publicación de la revista de alto prestigio "Nature Scientific Reports", sobre una nueva visualización (in vivo) de lo que denominan un nuevo órgano del cuerpo: "el intersticio".

En primer lugar, ¿qué es el intersticio? Al parecer, los investigadores creyeron durante mucho tiempo que la red de tejidos que rodeaba nuestros órganos era una capa gruesa y compacta. Es un tejido que se encuentra entre las células y los tejidos del organismo. Esta red de cavidades de proteínas del tejido conectivo fuertes (colágeno) y flexibles (elastina) rellenas de líquido, que recubre órganos y se sitúa debajo de la piel, podría aglutinar más de un quinto de todo el fluido de nuestro organismo, ya que estas capas están interconectadas entre sí a través de compartimentos llenos de líquido. Se podría convertir en uno de los órganos más grandes del cuerpo humano junto a la piel.

La anatomía y composición del espacio intersticial entre las células se entiende cada vez mejor, si bien su localización y estructura es descrita vagamente en la literatura científica. De esta manera, nos debemos de preguntar: ¿Es el intersticio un órgano autónomo? ¿Es un tejido al que no se le ha dado importancia? Según Neil Theise, uno de los autores del estudio, el intersticio tiene funciones y estructuras propias y específicas, lo que permite hablar de órgano por méritos propios.

Los científicos de la University School of Medicine de Nueva York (EEUU) observaron el intersticio realizando un estudio usando tintes fluorescentes y una vanguardista tecnología denominada "endomicroscopia confocal láser", basada en sondas, que ofrece una vista microscópica de los tejidos vivos.

Hasta ahora, este tejido no se ha podido ver a través de los métodos estándares de visualización que tenemos, por la tendencia a examinar el tejido fijo en un microscopio y porque los procesos de preparación para el estudio microanatómico conllevaban cierta deshidratación celular que desdibujaba la estructura.

Gracias a los grandes avances tecnológicos, principalmente en la endomicroscopia "in vivo", mientras examinaban el conducto biliar de un paciente encontraron un patrón de cavidades que no encajaba con la anatomía conocida del conducto biliar. Se dieron cuenta de que lo que había era una compleja red de compartimentos interconectados rellenos de líquidos demostrando que forma parte de la submucosa y que es un espacio intersticial lleno de fluido no apreciado con anterioridad.

Analizando las posibles funciones del intersticio, se le podría atribuir el papel de amortiguador de movimientos de las vísceras, músculos y vasos sanguíneos, de tal forma que evita que los tejidos se desgarran a medida que los órganos, músculos y vasos se comprimen, bombean y laten. También es productor de líquido que refuerza el sistema linfático, encargado de mantener las defensas del organismo. Incluso podría servir como una potente herramienta de diagnóstico porque podría incluirse la posibilidad de tomar muestras de los fluidos intersticiales. Por ende, juega un papel en la función general de muchos órganos y en el comportamiento de muchas enfermedades.

Los investigadores creen que esta "estructura anatómica" puede ser importante para explicar la metástasis del cáncer, el edema, la fibrosis y el funcionamiento mecánico de muchos o todos los tejidos y órganos de nuestro cuerpo, como también contribuir a las arrugas de la piel, la rigidez de las extremidades y a la progresión de las enfermedades escleróticas e inflamatorias.

Órgano o no, descubrimiento o no, el artículo es interesante y tiene, posiblemente, un potencial para impulsar grandes avances en la Medicina. La comunidad biomédica responde con moderación y cautela a este descubrimiento, pero es importante que dentro de nuestra profesión los fisioterapeutas estemos expectantes ante los nuevos aportes sobre este tema y, por qué no, abrir también vías de investigación sobre este "nuevo órgano", tan interesante pero que siempre estuvo ahí.

# Atención integral al paciente

El concepto de “humanización de la Sanidad” hace referencia al abordaje integral del paciente, y no solo de su enfermedad. Ello requiere respetar a las personas en su conjunto, con sus emociones, y establecer una adecuada comunicación entre el paciente y el personal sanitario.

La humanización de la Sanidad ha recibido recientemente en la Comunidad de Madrid un impulso con la creación de una Viceconsejería de Humanización de la Asistencia Sanitaria, la elaboración de un protocolo de más de 30 estrategias y un Plan de Humanización de la Asistencia Sanitaria 2016-2019. El Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid quiere también contribuir a este giro positivo de la asistencia sanitaria con iniciativas que contribuyan al debate, entre ellas, por ejemplo, la organización de cursos de formación. Cuando se habla de humanización de la asistencia sanitaria hay que dejar claro que “no se trata de ser edu-

cado, amable, correcto o de sonreír al paciente”, asegura el doctor Fernando Bandrés, catedrático de la Facultad de Medicina de la Universidad Complutense. A veces, este término se superficializa. “Humanizar es incorporar elementos de valor”. En los últimos 40 años el cambio en el sistema sanitario ha sido enorme. “Es humano y es muy bueno, pero tiene elementos de deshumanización”, aclara Bandrés. “La presión asistencial –continúa el doctor–, las innovaciones tecnológicas, las políticas sanitarias y el modelo de gestión, a veces, deshumanizan. No estamos descubriendo que hay que humanizar, es que ahora hay que hacerlo con el paciente crónico, con alta tecno- ▶





► logía, con modelos de gestión sanitaria, con costes efectivos, con un entorno nuevo y con trabajo multidisciplinar. Todo eso genera un alejamiento del concepto de humanización que, teóricamente, debemos tener”.

Antonio Vega, director del Instituto de Humanidades y Ciencias de la Salud Gregorio Marañón, advierte que “al vivir más y mejor, nuestras dolencias se cronifican y el profesional sanitario ya no es el sanador de la enfermedad, sino que acompaña al paciente en esa cronificación de determinadas dolencias con las que debe convivir con una calidad de vida”. Partimos de unas cotas de bienestar muy altas en los últimos 40 años, “pero el sistema sanitario tiene que readecuarse a la nueva situación”, advierte Vega. Bandrés lamenta que “la excelencia científica y técnica nos ha centrado demasiado en el avance tecnológico, la precisión, la exactitud... pero en el ámbito de las relaciones humanas con el paciente, con el anciano y con el niño, no ha sucedido lo mismo”. Por esa razón, Bandrés aclara que no es tanto “deshumanización”, sino un “apartamiento de lo que sería la norma de equilibrio y equidad entre lo tecnológico y lo humano”.

#### Humanizar en fisioterapia

Ana Navarro, fisioterapeuta en la Fundación Instituto San José y profesora en la Universidad Pontificia de Comillas, afirma que “como fisioterapeuta, no solo les ayudamos a superar los obstáculos físicos y motores sino también le prestamos atención y acom-

pañamos durante el proceso”. La fisioterapeuta no cree que “el profesional esté deshumanizado”, aunque reconoce que, a veces, “encontramos barreras para llevar a cabo nuestra labor de la mejor manera posible, como la falta de tiempo, de recursos humanos o económicos”.

Vega cree que podemos estar orgullosos de la calidad de nuestro sistema sanitario, uno de los mejores del mundo, pero “es muy bueno que nos anticipemos a los problemas que se nos vienen encima a consecuencia de esa pirámide poblacional invertida. Prevenir es un síntoma muy saludable de nuestro sistema”. Para explicar este cambio de modelo asistencial, Vega cita a Gregorio Marañón: “No hay enfermedades sino enfermos. Ya no hay usuarios de las prestaciones sanitarias sino personas que utilizan las prestaciones sanitarias para vivir mejor, de manera más plena”.

#### Peculiaridades

Para Bandrés el fisioterapeuta cuenta con unas peculiaridades respecto al resto de profesiones sanitarias. Según el médico, “es un motivador del esfuerzo del paciente, un ejecutor de su proyecto de vida, y tiene la capacidad de hacer que el paciente comparta con él hechos relevantes, ya que maneja los tiempos de manera distinta que en otros entornos sanitarios”.

**“Ya no se acude al fisioterapeuta por un problema puntual; su figura se ha convertido en un acompañante a lo largo de la vida”**



En este sentido, Vega considera que la Fisioterapia ha vivido una revolución en los últimos años. “Actualmente, ya no se acude a fisioterapeuta por una contractura. Se ha convertido en un acompañante de todos nosotros a lo largo de la vida, y sí tiene mucho que ver con la humanización”.

Ana Navarro comparte esta idea: “Con el paciente establemos una relación especial porque no solo nos cuenta lo relacionado con su

patología sino los conflictos que tiene con la familia, las buenas noticias o cómo se siente con nosotros o con el tratamiento”.

¿Existen pautas para la humanización? Ana Navarro las resume en “el respeto al paciente, sus creencias religiosas y su forma de vida. En colaboración con un equipo multidisciplinar y en la medida de lo posible, debemos satisfacer las necesidades que el paciente presenta a nivel biológico, espiritual, emocional y social, pero siempre dentro de un marco ético”.

Actualmente, con un paciente trabajan cuatro o cinco profesionales y, si no están coordinados, no son empáticos, se perjudica a ese paciente. “Esta





situación era impensable a finales del siglo XIX”, asegura Bandrés.

¿En qué se beneficiaría el paciente? Para Bandrés, “si el sanitario tiene una actitud empática, reconoce lo que le pasa al enfermo, identifica su problema y lo ve en un

sentido global, el paciente se siente comprendido y considerado como persona, en el sentido más integral del término. Y eso es un gran beneficio ya que, seguro, mejora la actitud terapéutica y el pronóstico”.

Para Navarro, “el paciente

sentirá que el fisioterapeuta empatiza con él, le presta más atención, el tratamiento está dirigido a sus necesidades y se siente comprendido y escuchado, con lo que depositará mayor confianza”.

Una de las claves de la humanización es la participa-

ción del paciente. Bandrés asegura que “el paciente participa en la medida en que se siente comprendido”. Según el médico, “si se le explica e informa, a él y a su familia, de una manera continuada y comprensible, si se ve que el comportamiento del profesional es humano, el paciente se integra y participa, porque es el primer interesado cuando comprende que desarrollar una actividad mejora su salud”.

Por su parte, Vega cree que “hay muchas dolencias que reflejan o generan estados emocionales, de manera que es muy importante esa capacidad de interconexión entre el profesional y el paciente. Y ahí, el paciente debe ser un elemento activo”.

### **Asociaciones de pacientes**

Además, hay que tener en cuenta a las asociaciones de pacientes. “Será un elemento relevante en un futuro”, asegura Bandrés. “Son un factor decisivo en la adopción de políticas de salud, con los motores de gestión. No podemos olvidar que en el futuro de nuestro país y de Europa los pacientes con un perfil crónico y de edad avanzada serán cada vez más numerosos. Es un perfil que hasta ahora no conocíamos, porque no existía hace 50 años”.

Tanto el paciente bien informado que participa en su propia actividad de curación como sus representantes en asociaciones van a ser la clave de los modelos asistenciales en el siglo XXI. ■

Pedro Fernández

## **El Colegio organiza un curso de humanización**

El Colegio ha organizado para los días 25 y 26 de mayo, y 1 y 2 de junio, ‘Humanización de la asistencia sanitaria y ejercicio profesional de la Fisioterapia’, un curso gratuito dirigido a los colegiados. El objetivo es que los colegiados conozcan aspectos troncales de

la humanización sanitaria, tanto en el ámbito asistencial y docente como investigador.

El curso desarrolla una metodología apoyada en el estudio de casos prácticos y resolución de problemas, en los que se pueda reconocer y aplicar en la práctica

asistencial, los conflictos, análisis y soluciones relacionadas con las cuestiones éticas, deontológicas y de responsabilidad, que determinan los diferentes protocolos para mejorar la humanización de la atención sanitaria en términos de calidad y excelencia profesional.

## Álvaro Galán

Ex deportista paralímpico y presidente de ASPACE Madrid

# “El fisioterapeuta es una figura clave en el equipo paralímpico”

Álvaro Galán ganó una medalla de Plata en los Juegos Paralímpicos de Sidney 2000 y, posteriormente, fue entrenador en el equipo de Pekín 2008. Actualmente, es presidente de la Asociación de Parálisis Cerebral de Madrid (ASPACE Madrid) aunque, desde que dejó de competir, no ha parado de formarse. Le interesa la política, la economía social y defender los derechos de las personas con discapacidad y sus familias. En esta entrevista, habla de todo ello y del papel que juega en su vida la fisioterapia.

**Exdeportista paralímpico, entrenador, presidente de ASPACE Madrid, amplia formación... Revisando su currículum uno se pregunta, ¿de dónde saca tiempo Álvaro Galán?**

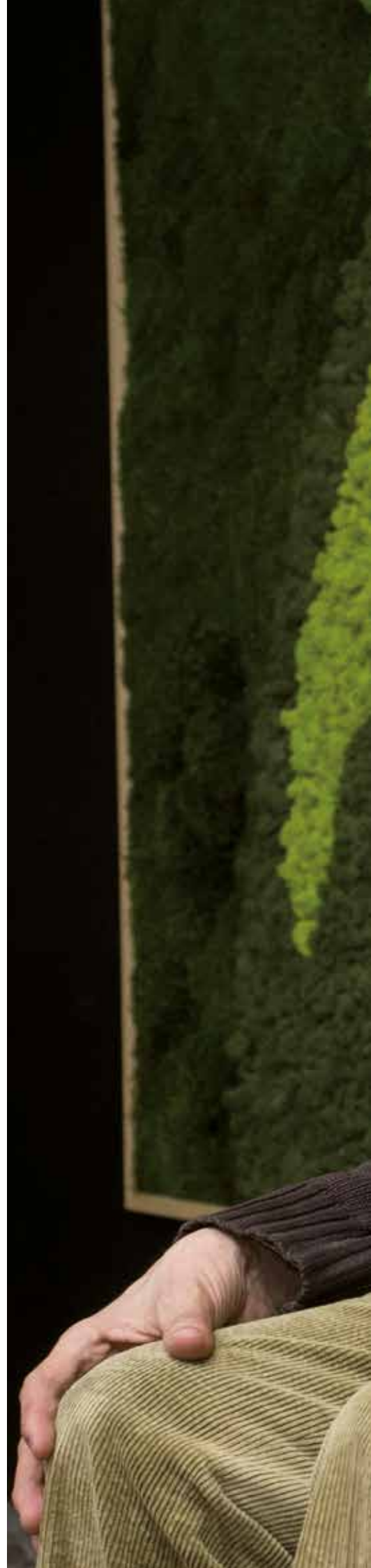
El secreto es contar con mucho apoyo de la familia y de los amigos. También, ir gestionando, en mi caso de manera inconsciente, a personas y equipos para sacar todos estos objetivos adelante.

**Conseguiste una medalla de Plata en Boccia en los Juegos Paralímpicos de Sidney 2000. ¿Fue tu mejor momento deportivo?**

Para cualquier deportista, el simple hecho de acudir a unos Juegos Olímpicos o Paralímpicos es un sueño cumplido. Es lo máximo a lo que se aspira. Si encima tienes la suerte, aunque en este nivel no existe la suerte sino el trabajo y el talento,

y ganas una medalla, no existen palabras para describir esos sentimientos.

Sin embargo, de mi experiencia en Sidney conservo dos momentos muy intensos, tanto en lo positivo como en lo negativo. El recuerdo más positivo fue, sin lugar a dudas, la ceremonia de inauguración. Sentir un cosquilleo cada vez mayor cuando guardaba la fila esperando el turno para entrar en la pista de tartán en el Estadio Olímpico y la explosión de emociones al realizar la vuelta de honor. En cambio, el peor momento ocurrió una semana después, al perder la final de Boccia por equipos contra Corea. Cuando uno tiene unas expectativas tan altas y trabaja para el Oro, y durante cuatro años eres el número uno del ranking y luego no cumples el objetivo por una bola, la decepción y la tristeza es mayúscula. No había persona que me ▶





## | ENTREVISTA |

► consolara. Empiezas a valorar la Plata al aterrizar en España y ver el recibimiento y el reconocimiento social y familiar, y de las Administraciones. Entonces, es cuando te das cuenta de que has hecho algo grande.

### **Quisiste trasladar tu experiencia en los Juegos y te convertiste en seleccionador nacional en Pekín 2008. ¿Qué diferencia hay entre las vivencias como jugador y como técnico?**

Guardo mejor recuerdo de mi experiencia en Pekín. Disfrute más esos Juegos. Contaba con una experiencia importante y, además, con un máster en Psicología de la Actividad Física y el Deporte. Pude facilitar conocimiento a los jugadores, cosa que yo no tuve cuando competí.

### **También fuiste presidente de la Federación Madrileña de Deportes de Parálisis Cerebral y ahora eres presidente en ASPACE Madrid. ¿Son muchas las necesidades de este colectivo a nivel deportivo?**

Las personas con parálisis cerebral que practican deporte tienen varias necesidades. Una es rodearse de buenos profesionales que ayuden a mejorar el rendimiento, como licenciados o graduados en Fisioterapia, Ciencias de la Actividad Física, Psicología... La profesionalización es otra necesidad. Me explico: hay un grupo de deportes, como la natación, el atletismo o el fútbol, que cuentan con profesionales cualificados y con un papel importante del entrenamiento, la seguridad y la higiene. En cambio, existen otros deportes asociados al movimiento asociativo de personas con discapacidad, como el Boccia, que cuenta con un entrenamiento muy artesanal, de experiencias propias, de ensayo y error.

Hay que transmitir al joven y a la familia que, del mismo modo que se paga por recibir un apoyo de logopedia o de fisioterapia, también tienen que pagar al profesional que le ayuda a entrenar en las mejores condiciones posibles. Las entidades no reparan en que, por medio del deporte, pueden ampliar sus líneas de

negocio. Como entidad social, te interesa dar la oportunidad de tener un servicio de deporte de calidad para tener detectadas cuáles son sus necesidades de asistencia personal y de fisioterapia.

### **¿Es beneficioso el deporte para las personas con parálisis cerebral?**

Como para todo el mundo. Pero cuidado: tengo una amiga que, cuando le detectaron dos hernias discales, el médico rehabilitador le dijo que nadar le beneficiaría. Pero fue autodidacta y nadó sin tener en cuenta las compensaciones, y, a la semana, la ingresaron por urgencias. Se necesitan unas pautas de entrenamiento,

**“Voy al fisioterapeuta dos días a la semana, aunque mi cuerpo me está dando toques de atención para ampliar a tres días”**

alguien que supervise. Al ser ejercicio terapéutico se necesita un profesional que controle la higiene postural, las compensaciones musculares...

### **También participas en el programa Trainers Paralímpicos.**

Gracias a mi experiencia como deportista de élite paralímpico tuve la suerte de entrar en un programa de Fundación ONCE que se llama Trainers Paralímpicos. Somos entrenadores de vida. Este programa lo que pretende es acercar a la ciudadanía los valores que hemos ido integrando en nuestra doble experiencia de persona con discapacidad y deportista de alto nivel. Somos expertos en gestión del tiempo, trabajo en equipo, planificación de objetivos. Todo ello con unos valores humanos. La Fundación ONCE y el grupo de empresas Ilunion, además del Comité Paralímpico Español, nos brindan esta oportunidad.





Abajo, a la derecha, Álvaro Galán, junto al resto de Trainers Paralímpicos.

### ¿Acudes a un fisioterapeuta periódicamente?

Dos días a la semana, pero mi espalda y mi cadera están dándome toques de atención para que lo amplíe a tres días. Los apoyos que recibo de fisioterapia contemplan dos líneas: terapia Vojta e hidroterapia. La fisioterapia mejora, y mucho, mi calidad de vida. Mi fisioterapeuta y yo nos marcamos un objetivo: reducir el dolor y mejorar el tono muscular. Cuando hablo de dolor me refiero a dolor muscular y articular. Si consigo ambas, soy feliz. La semana que trabajamos bien juntos lo noto. Ahí sí que hay calidad de vida. Y si, por algún motivo, no puedo ir al fisioterapeuta en una o dos semanas la industria farmacológica se hace más rica a mi costa. Voy tanto que puedo asegurar que uno de mis fisioterapeutas es, hoy en día, uno de mis mejores amigos. Me lleva tratando muchos años. Me dice que parece que es mi psicólogo porque en la camilla le cuento muchas cosas.

### ¿Has probado muchos tratamientos?

Con los fisioterapeutas me he dejado llevar a la hora de recibir tratamientos. Principalmente, Bobath y Vojta.

### ¿El fisioterapeuta era una figura clave en el equipo paralímpico?

Y tanto. No me acuerdo bien de la cifra, pero fueron en torno a diez o doce fisioterapeutas para una delegación de unos 200 deportistas, en Sidney.

### Como deportista paralímpico, ¿nota el cuerpo ese esfuerzo de competición?

Cuando era deportista iba, más o menos, con la misma asiduidad al fisioterapeuta

**“El deporte de alta competición no es salud. El deporte de salud requiere otros canales. Yo he llegado a competir con dolor”**

que actualmente. Es verdad que sometía al cuerpo a un trabajo mucho más intenso pero, claro está, tenía 18 años menos. En aquella época, mi fisioterapeuta realizaba tanto trabajo de trauma para las contracturas musculares, el sobreesfuerzo y la sobrecarga de trabajo como rehabilitación neurológica.

### ¿Se llega a competir con dolor?

Sí, y te lo callas. El deporte de alta competición no es salud. El deporte de salud requiere otros canales. Solamente tenemos que ver a grandes exdeportistas, como Vicente del Bosque, que cojea, por ejemplo. Un corredor de 100 metros, un atleta o un ciclista, que se juega toda la temporada en un día, aunque tenga dolor siguen compitiendo.

### ¿Dónde te ves dentro de unos años?

En la economía social o en la política. La política me seduce mucho. Ahora que colaboro y trabajo codo con codo con los políticos y con las Administraciones Públicas para mejorar la calidad de vida de las personas con parálisis cerebral y sus familias, o discapacidades afines, me doy cuenta de que, en algunas ocasiones se toman decisiones con criterios un poco alejados de la persona y de la realidad. Me apetece cambiar todo esto. Tengo mucho que aportar.

### ¿Qué proyectos tienes en mente de cara al futuro?

A título personal, irme a vivir con mi pareja. A título profesional, tengo varios proyectos. Vamos a poner en marcha en los próximos días un proyecto de investigación con células madre para ver su influencia en las lesiones de niños con parálisis cerebral. Quiero dar un salto adelante y crear mi consultoría sobre desarrollo personal e institucional, aprovechar mi experiencia y mi formación en el desarrollo de personas o equipos. Tengo muchas cosas en mente.

Pedro Fernández  
Fotos: Jorge Villa



# Cómo manejar el equipaje para evitar lesiones

Las maletas tipo “trolley” de cuatro ruedas son más adecuadas para la espalda que las de dos ruedas pues, a diferencia de estas que requieren una mayor extensión del hombro y rotación interna, las de cuatro se deslizan junto a nosotros mientras caminamos, minimizando el riesgo de lesión. Así lo ha explicado el CPFCM en el videoconsejo del mes de abril de su campaña “12 meses, 12 consejos de salud”.

**A** la hora de viajar es importante tener en cuenta el tipo de maleta, mochila o bolso que vamos a utilizar para llevar nuestro equipaje, así como la forma en la que lo transportamos, ya que una buena elección del tipo de maleta y una forma correcta de transportar el equipaje, puede evitar lesiones.

Es importante tener en cuenta la posición de las maletas en la cabina del avión o en los estantes de los trenes, si elegimos estos medios de transporte.

En este sentido, los fisioterapeutas recuerdan que, tanto los objetos como las maletas, se deben colocar usando las rodillas y sin flexionar, rotan-

do nuestro cuerpo para no lesionar la espalda.

Asimismo, para evitar lesiones al coger las maletas desde el suelo, se deberán colocar las rodillas próximas y flexionando las mismas, y con una apertura de los brazos nunca superior a los 35 grados sobre el plano frontal. “Si podemos levantar las maletas entre

dos personas, mucho mejor, pues repartimos el peso y evitamos, así, una posible lesión en el cuello, el hombro o la zona lumbar”, aconseja el secretario general del Colegio, José Santos.

Si se utilizan mochilas, los fisioterapeutas recomiendan que sean de un tamaño adecuado a nuestro cuerpo y que

se adapten a la envergadura de nuestra espalda. “La forma correcta de colocarla es apoyando los tirantes sobre la zona anterior de nuestros hombros y abrochándola a la cintura, para evitar oscilaciones que produzcan lesiones en la espalda o en los hombros” explica Santos.

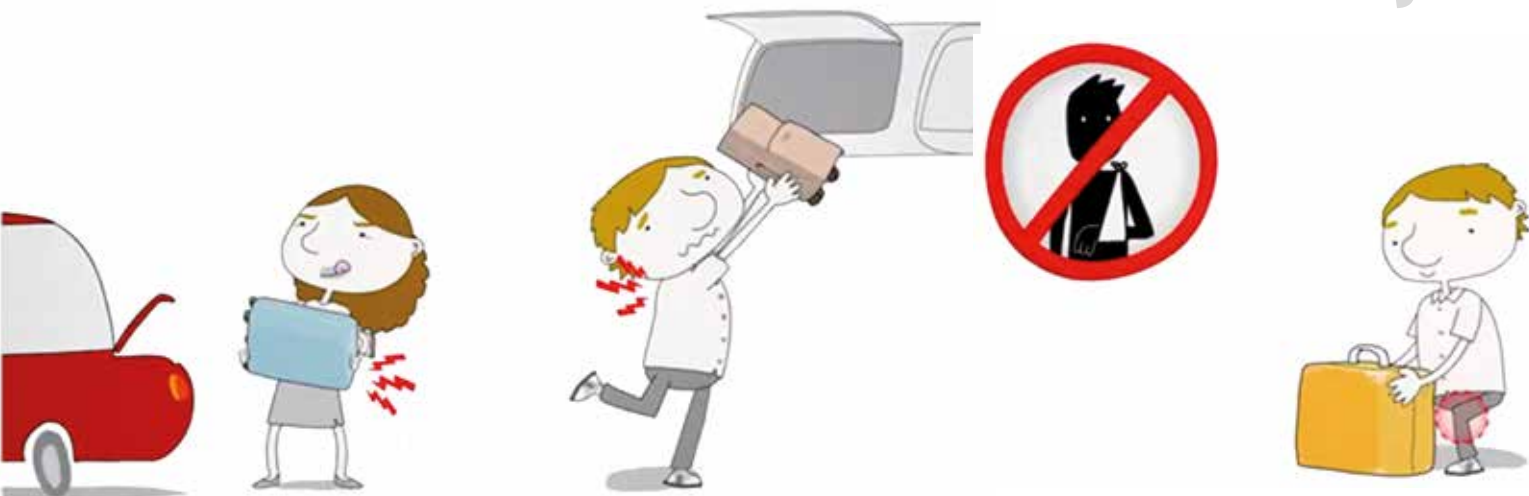
## El equipaje en el coche

Según un estudio publicado por RACE, cuando se viaja en coche, el 21,4 por ciento de los encuestados transporta equipaje dentro del habitáculo del vehículo. Además, el 35 por ciento de los conductores ordena el equipaje por peso; el 25 por ciento, por tamaño, y el 25 por ciento restante, en función de criterios de funcionalidad.

Además, “es fundamental que el equipaje se coloque de forma que permita una buena visibilidad al conductor, no solo para evitar accidentes, sino también para impedir que se produzcan lesiones derivadas de las malas posturas adquiridas para poder ver de forma adecuada por los retrovisores”, señala el secretario general.



## Videoconsejo



Para evitar no solo lesiones, sino también accidentes, la forma correcta de transportar el equipaje en el coche es, en primer lugar, colocar todo el equipaje en el male-

tero. Además, los bultos más pesados deben distribuirse en primer lugar y las maletas más grandes y rígidas al fondo, introduciendo después el equipaje ligero encima.

También es importante no poner objetos en la bandeja trasera. Un choque puede provocar que estos se conviertan en proyectiles y provoquen daños, no solo al

conductor, sino también a los pasajeros, pues, a una velocidad media de 60 km/hora, la inercia multiplica el peso de los objetos por 56, haciéndolos muy peligrosos.

## La Asamblea General aprueba por mayoría las cuentas colegiales de 2017

En la reunión, que tuvo lugar el pasado 14 de abril, se presentaron y aprobaron la Cuenta General de Pérdidas y Ganancias y el Balance de Situación de 2017. También se aprobó destinar el excedente presupuestario de 108.803,23 euros a la formación continuada.

La Asamblea General empezó recordando que ese mismo día, un 14 de abril, se promulgó la Ley 10/1997 de la creación del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid (CPFCM), por lo que la Institución cumple ya 21 años de existencia.

En la Asamblea General, el decano, José Antonio Martín Urrialde, pudo repasar los acontecimientos más relevantes de 2017, entre otros los avances en el derecho de petición, la publicación del reglamento de Ley del Deporte, la resolución del conflicto con el Consejo General de Colegios de Fisioterapeutas de España, los resultados de satisfacción obtenidos por los servicios colegiales, la formación propuesta por la Institución colegial y los actos convocados con motivo del 20º Aniversario.

Por su parte, la tesorera, M<sup>a</sup> Dolores Reboredo, presentó las cuentas del Colegio, dando un resultado del ejercicio 2017 con un cumplimiento de ingresos sobre el presupuesto del 99,30 por ciento, y con un cumplimiento del gasto sobre el presupuesto del 93,30 por ciento, siendo el excedente de un 7,40 por ciento. Por ello, el resultado del ejercicio se cierra con un superávit de 108.803,23

euros, quedando aprobado por mayoría de los colegiados asistentes.

También se aprobó por unanimidad la propuesta de una colegiada de destinar el excedente del último ejercicio a la formación continuada. Esta propuesta iba en la línea de la realizada por la Junta de Gobierno en su última reunión, celebrada el pasado 21 de marzo, con lo cual se aprobó destinar 108.803,23 euros a subvencionar la oferta de

ofertadas, se establecerá un sorteo entre los preinscritos. Además, se solicitó que se tenga en cuenta a aquellos colegiados que ya han sido agradecidos para que pueda recaer la subvención de la formación en el resto de colegiados que lo soliciten.

Una vez finalizado el curso, y tras acreditar el 80 por ciento de las horas de asistencia al mismo, se procederá al reintegro de ese 50 por ciento de la prescripción. Si no se cum-

ple con ese requisito mínimo de asistencia no se devolverá el dinero.

Al terminar la Asamblea General se procedió a realizar el sorteo de seis becas para formación continuada dotadas con 300 euros.

Por último, la Junta de Gobierno convocó la Asamblea en fin de semana a petición de varios colegiados en la última Asamblea General, celebrada en diciembre de 2017, y con el fin de facilitar la pre-



Sobre estas líneas, un momento de la Asamblea. A la derecha, el decano, José Antonio Martín Urrialde, durante su intervención.

curso de formación continuada.

Para la formación presencial, tal y como se viene haciendo, se establecerá un periodo de preinscripción y, si hay más demanda de plazas que las

asistencia de quienes no pueden asistir entre semana. Sin embargo, en lugar de aumentar la participación, tanto en 2017 como en esta ocasión, se ha constatado menor asistencia que haciéndolo entre semana, por lo que la Junta de Gobierno volverá en un futuro a valorar convocarla entre semana como en ocasiones precedentes.







## El Colegio advierte del intrusismo en internet

La CPFCM ha advertido de los riesgos de utilizar internet como única fuente de referencia para informarse sobre posibles patologías, ya que las páginas consultadas pueden no estar respaldadas por un profesional sanitario. La advertencia la realizó durante la celebración, el pasado 17 de abril, de la II Edición del Día de las Profesiones, en la que participaron un total de 25 colegios profesionales de la Comunidad de Madrid. Así lo puso de manifiesto Luis Bernal, fisioterapeuta del

Hospital de Fuenlabrada, durante la ponencia 'Salud en internet: ¿falsas verdades?'

Este encuentro, organizado por la Unión Interprofesional y celebrado en la sede del Colegio Oficial de Arquitectos de Madrid, sirvió para reivindicar la importancia de la colegiación y dar a conocer la función de estas instituciones.

El Colegio también patrocinó una ponencia sobre consejos de prevención en el hogar en el espacio denominado 'Rincón del Ciudadano'.

## Premiado un estudio sobre el ejercicio de control motor

En el marco de la celebración del IX Foro de Fisioterapia Respiratoria, celebrado el pasado mes de abril, la Institución colegial concedió una beca de formación a un trabajo de Fin de Grado sobre los efectos del ejercicio de control motor en la región abdominal sobre la capacidad pulmonar en sujetos sanos.

Se trata de un trabajo elaborado por Celia Bonilla Penedou que fue defendido durante el Foro, que se celebra cada año en el marco del Congreso Neumomadrid y está organizado por Neumomadrid, en colaboración con el Colegio.

En su proyecto, la fisioterapeuta concluye que los ejercicios de control motor mejoran, entre otras cosas, la estabilidad lumbar en pacientes sanos, pero que "se necesitan más estudios para comprobar esta

sintomatología en pacientes no sanos". Bonilla Penedo, que terminó sus estudios en el año 2017, agradeció al Colegio la concesión de esta beca de formación.

Además, la premiada aseguró que trabajar en este proyecto "me ha abierto las posibilidades de dedicarme a la investigación, algo que antes no me planteaba y que, ahora, aunque considero que se trata de un campo complicado, sí me planteo como una posibilidad a tener en cuenta en el futuro".

El Colegio afianza con esta entrega el Premio Neumomadrid, que recompensa los mejores trabajos de Fin de Grado y Fin de Máster dedicados a temas de investigación en Fisioterapia Respiratoria, y muestra de nuevo su decisión de impulsar la formación y el desarrollo de esta disciplina.



## Deportistas paralímpicos destacan la labor de los fisioterapeutas en los Juegos de Pyeongchang

El CPFCEM organizó, el pasado 24 de abril, el foro informativo 'Los retos de la Fisioterapia en el deporte paralímpico', encuentro que contó con la participación de los medallistas paralímpicos Astrid Fina y Álvaro Galán; el jefe del equipo de Fisioterapia del Comité Paralímpico Español, Francisco Santomé; el fisioterapeuta especialista en Fisioterapia Neurológica, Ismael Sanz, y el secretario general del CPFCEM, José Santos.

La deportista paralímpica Astrid Fina aseguró que "sin el fisioterapeuta, el entrenador físico, la psicóloga deportiva y el resto del equipo, no habría vuelto de los Juegos Paralímpicos de Pyeongchang con la medalla de bronce".

Para la deportista, la labor del fisioterapeuta ha marcado un antes y un después y "supone una pieza fundamental del equipo, no solo en el momento en el que tienes una lesión, optimizando y acelerando los tiempos de recuperación, sino también a la hora de prevenir que se produzcan durante la competición".

En esta línea se pronunció Ismael Sanz, quien también puso en valor la figura del fisioterapeuta, al que considera fundamental a la hora de trabajar con el deportista. "Es vital conocer al deportista, a la persona que hay detrás, con quién vas a trabajar. Además de por la lesión, nos tenemos que preocupar por infinidad de cosas y, por eso, trabajamos con psicólogos, familiares y readaptadores, uniendo todas las herramientas que permiten llegar al éxito".

Por su parte, el medalla de plata en boccia en los Juegos de Sidney y también ex

seleccionador nacional en Pekín, Álvaro Galán, recordó que "la evolución del trabajo del fisioterapeuta ha sido muy importante en cuanto a su reconocimiento por parte de los directivos y esto se ve reflejado en el deporte a pie de calle, con equipos modestos que destinan parte de su presupuesto a contratar un profesional fisioterapeuta".

En este sentido, el secretario general del CPFCEM, José Santos, hizo hincapié en la necesidad de apostar por la asistencia de calidad, ya que "aunque se ha avanzado mucho y ya no se considera la fisioterapia

como un artículo de lujo, es fundamental que esos equipos multidisciplinares que están presentes en el deporte de élite, estén presentes también en las escuelas base de categorías inferiores".

Al respecto se pronunció Francisco Santomé, quien aseguró que "los fisioterapeutas españoles están en un nivel muy alto. El conjunto del servicio médico del Comité Paralímpico Español es referente para otros países y sorprende que miembros de Alemania o Francia acudan a visitar la villa olímpica española para conocer nuestro trabajo".

# La Junta de Gobierno convoca elecciones para el próximo 6 de octubre

La Junta de Gobierno del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid (CPFCM), por acuerdo de 18 de abril de 2018, ha convocado elecciones, por el plazo estatutario. La votación tendrá lugar en la sede colegial (calle José Picón, 9, Madrid) el próximo día 6 de octubre, sábado, en horario de 9.00 a 18.00 horas. Los requisitos estatutarios para ser elector o ser candidato, así como el calendario electoral, se encuentran expuestos en el tablón de anuncios del Colegio desde el 23 de abril de 2018. También, desde el 23 de abril, se encuentra expuesto el censo electoral en el tablón de la sede colegial para su consulta y/o reclamaciones. El 22 de agosto finaliza el plazo de presentación de candidaturas para la Junta de Gobierno, siendo un día después, el 23 de agosto, la proclamación oficial de candidatos.

## CALENDARIO ELECTORAL

<b>18/04/18</b>	Convocatoria de elecciones por la Junta de Gobierno.
<b>23/04/18</b>	Inserción en el tablón de anuncios del Colegio de la convocatoria de elecciones y lista de colegiados con derecho a voto.
<b>30/04/18</b>	Publicación de la convocatoria en dos periódicos.
<b>Mayo 18</b>	Inserción de la convocatoria en el primer boletín "30 Días de Fisioterapia" e inserción en el boletín electrónico "Notici@s de fisioterapia".
<b>23/05/18</b>	Comienzo del plazo de presentación de candidaturas.
<b>23/05/18</b>	Finaliza el plazo para reclamaciones de las listas de colegiados con derecho a voto.
<b>26/05/18</b>	Finaliza el plazo de resolución de reclamaciones contra el censo de colegiados.
	Exposición del censo definitivo.
<b>28/05/18</b>	Finaliza el plazo para notificación a reclamantes de la lista de colegiados.
<b>22/08/18</b>	Finaliza el plazo de presentación candidaturas.
<b>23/08/18</b>	Proclamación de candidatos. Notificación e inserción en el tablón de anuncios.
<b>26/08/18</b>	Finaliza el plazo para presentar recurso ante la Comisión de Recursos las candidaturas excluidas.
<b>31/08/18</b>	Finaliza plazo de la Comisión de Recursos para resolver los recursos de las candidaturas excluidas.
<b>24/08/18</b>	Suministro de papeletas y etiquetas. Primer día de campaña electoral. Comienza el plazo para solicitar por escrito ejercer el voto por correo.
<b>15/09/18</b>	Finaliza plazo de solicitud del ejercicio del voto por correo y comienza la remisión de papeletas a los colegiados que lo han solicitado.
<b>03/10/18</b>	Finaliza el plazo de admisión de votos por correo.
<b>04/10/18</b>	Finaliza la campaña de propaganda electoral.
<b>06/10/18</b>	Celebración de elecciones.

## Jornadas de orientación a estudiantes

El CPFCM participó en el mes de abril en tres nuevas jornadas de orientación a los estudiantes de Fisioterapia, que se celebraron en la Universidad

San Rafael-Nebrija, en la 'Salus Infirmorum' de la Universidad Pontificia de Salamanca y en la Escuela Universitaria de Fisioterapia CEU San Pablo.

Con esta iniciativa, se persigue acercar la Institución colegial a los futuros profesionales de la Fisioterapia y orientarles sobre los pasos a seguir y las distintas alterna-

tivas que tienen a su disposición tras finalizar sus estudios, analizando la situación laboral y las medidas del Colegio para fomentar el empleo, entre otros temas.



## Adolescentes aprenden a prevenir lesiones gracias a un juego de estrategia del Colegio

Se trata de una iniciativa gratuita que la Institución colegial está desarrollando en centros de enseñanza secundaria desde el pasado mes de abril. El proyecto da continuidad a la campaña de prevención de lesiones en menores que el CPFCEM realiza cada curso escolar desde 2009.

**E**l Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid presentó, el pasado 6 de abril, en el Instituto Valdelasfuentes, una iniciativa que da continuidad a la campaña de prevención de lesiones en menores que la Institución colegial desarrolla en los centros educativos de la Comunidad de Madrid desde 2009. Se trata de un juego de estrategia que permite a los adolescentes de 13 y 14 años aprender a prevenir lesiones musculoesqueléticas derivadas de los malos hábitos posturales, a través de la resolución de diferentes enigmas. Según el secretario general del CPFCEM, José Santos, "las lesiones más frecuentes en adolescentes de esta edad son las cervicalgias, en muchos casos por dormir boca abajo, o las lumbalgias, producidas por utilizar el tronco y no las rodillas a la hora de coger objetos". Por este motivo,

"en este tipo de talleres les explicamos cómo flexionar las rodillas correctamente a la hora de agacharse y que la mejor postura para dormir es siempre de lado". El Colegio también recordó la importancia de ponerse la mochila correctamente, ya que en Secundaria el peso de los libros

y los materiales es mayor y los riesgos de lesionarse aumentan.

Según Santos, "el peso de la mochila debe ir pegado al centro de gravedad del cuerpo. Además, llevar la mochila apoyada en un solo hombro favorece la aparición de lesiones".

### Juego de pistas

La actividad es una dinámica de estilo *escape room* a través de un juego de cartas. Los alumnos jugarán por grupos y tendrán que resolver cinco casos con ayuda de varias pistas para, posteriormente, compartir sus conclusiones con el resto de sus compañeros y un fisioterapeuta.



Para José Santos, la ampliación de estos talleres a alumnos de Secundaria es “una apuesta importante ya que, captar la atención de este tipo de público y transmitirles la importancia de las buenas posturas es más complicado, aunque lo cierto es que con este taller hemos conseguido que se interesen por la dinámica del juego y asimilen la importancia de una buena higiene corporal”.

### Servicio gratuito

Los fisioterapeutas madrileños han visitado desde 2009 los colegios de la Comunidad de Madrid que solicitan este servicio gratuito, para formar a los escolares de entre tres y ocho años en hábitos posturales, a través de materiales adaptados a las distintas edades (marionetas, cómics, canciones, etc.).

Santos señaló que “con esta campaña hemos conseguido que los más pequeños conozcan la labor preventiva que realizamos los fisioterapeutas”.



Desde abril, estos talleres se amplían a los jóvenes de edades comprendidas entre 13 y 14 años con la correspondiente adaptación de los materiales didácticos.

En este sentido, el secretario general del CPFCEM explicó que “a pesar de que, cuanto más temprana es la edad, más fácil resulta la tarea, hemos decidido ampliar nuestro proyecto a los adolescentes dado que el 51 por ciento de los chicos y el 69 por ciento de las chicas menores de 15 años ya han padecido dolor de espalda”.



## Expertos abordan el papel de la fisioterapia en los pacientes con cáncer

La sexualidad, el ejercicio en pacientes con cáncer o la Fisioterapia Pediátrica Oncológica, fueron algunos de los temas que se trataron durante la Primera Jornada sobre Fisioterapia Oncológica y Cuidados Paliativos, organizada por el Colegio el pasado 5 de abril.

En su intervención, el miembro de la Comisión de Fisioterapia Oncológica y Cuidados Paliativos del Departamento de Salud y Rendimiento Humano de la Universidad Politécnica de Madrid, Alejandro San Juan, destacó la importancia del deporte para reducir los efectos secundarios del cáncer.

La experta en Fisioterapia Oncológica Marta Gómez habló sobre la prevalencia del cáncer de cabeza y cuello y sobre sus factores de desarrollo, y la fisioterapeuta experta en Pelviperineología Marta Fontanet advirtió del “desconocimiento” que existe sobre el papel del fisioterapeuta en la sexualidad, clave “en el estado de los tejidos que influyen en la sexualidad”.

Por otra parte, la doctora Ángela Río González, presidenta de la Asociación Española de Linfedema, explicó las claves de esta patología; Amparo Hurtado, de la Unidad de lidefemas del Hos-

pital Gregorio Marañón, trató los aspectos relativos a la aparición de esta dolencia en pacientes con cáncer; y el fisioterapeuta Borja Recuenco destacó la labor del fisioterapeuta en el tratamiento de los niños con cáncer, a fin de paliar los efectos perjudiciales que la enfermedad y los tratamientos ocasionan.

Además, la coordinadora de programas de Fisioterapia Oncológica de la AECC, Raquel Pérez, hizo un llamamiento a la especialización en Fisioterapia Oncológica; Yolanda Robledo, fisioterapeuta del Hospital Universitario del Henares, compartió una ponencia sobre el masaje oncológico que “busca conseguir una relajación que conduzca al paciente a un estado de bienestar”, y las fisioterapeutas Ana Navarro e Inés Suárez, de la Unidad de Cuidados Paliativos en Adultos de la Fundación Instituto San José, y Ana Serrano, presidenta de la Comisión de Trabajo de Fisioterapia Oncológica y Cuidados Paliativos del Colegio, dedicaron sus ponencia a detallar la aportación de la fisioterapia en la etapa final de la vida de los pacientes y la importancia de promocionar, divulgar y concienciar sobre la Fisioterapia Oncológica en Cuidados Paliativos”.



## Novedades en la aplicación Cfsiomad Pro

El Colegio ha actualizado su aplicación para colegiados Cfsiomad Pro, mejorando la interfaz y añadiendo nuevas funcionalidades. Esta app, que se puede descargar de forma gratuita, tiene como objetivo facilitar a los colegiados sus gestiones. Las nuevas funcionalidades son las siguientes:

- Posibilidad de incorporar el carnet colegial.
- Incorporación de la opción 'ver detalle' en la imagen de una noticia, mostrando la misma en una pantalla exclusiva a mayor tamaño.
- Notificación de novedades, vía PUSH, en las noticias y en los nuevos servicios para colegiados. Esta opción no requiere acciones por parte del usuario, al que le llegarán las notificaciones de forma automática.
- Actualización a las nuevas versiones de sistemas operativos, tanto Android como iOS.
- En relación a la reserva de libros para la biblioteca, se ha centralizado el servicio a través de la Plataforma del Conocimiento Compartido.

## Puesta en marcha de un microsite sobre certificación de calidad

El Portal fue presentado en la sede colegial en un acto en el que estuvieron presentes el secretario general del Colegio, José Santos; Enrique Cortés, auditor técnico; Alfredo Rodríguez, de la Agencia para la Certificación de la

Calidad y el Medio Ambiente (ACCM), ha desarrollado una serie de normas específicas para los centros de fisioterapia, cuyo cumplimiento garantiza una gestión de calidad que permitirá distinguir los centros

mera del ámbito de la Fisioterapia en España, se compone de 15 ítems, entre los que destacan el análisis de los procesos administrativos y de intervención en fisioterapia, el estado de las instalaciones, la gestión de recursos humanos y la atención al paciente.

Su ámbito de aplicación es la Fisioterapia Ambulatoria desarrollada en un centro con acreditación sanitaria, así como la ejercida por un centro o un fisioterapeuta en un domicilio y/o empresa.

Existen dos niveles de certificación, en función del grado de cumplimiento de los protocolos de calidad: Calidad Certificada y Calidad Certificada+. La certificación tiene una validez de dos años. Transcurrido el primero, el centro deberá realizar una auditoría de seguimiento.



Calidad y el Medio Ambiente (ACCM), empresa que avala la certificación de calidad, y Jesús Magaz, auditor técnico de Qualia, en la fotografía.

El CPFCEM, en colaboración con la Agencia para la Certificación de la

excelentes de aquellos que no lo son.

El objetivo final de la certificación es garantizar la máxima seguridad del paciente, luchando contra el intrusismo y la competencia desleal.

La certificación, la pri-

## La fisioterapia ayuda a controlar los síntomas del párkinson

A pesar de que la fisioterapia no tiene efectos curativos en el tratamiento de esta enfermedad, sí contribuye activamente a reeducar los patrones de movimiento que se ven alterados o disminuidos por esta patología que, entre otros efectos, produce temblor, acinesia y rigidez. "El trabajo del fisioterapeuta está encaminado, principalmente, a mejorar la movilidad corporal general necesaria para que el paciente pueda realizar las actividades de la vida diaria", explicó el

secretario general del Colegio, José Santos, con motivo del Día Mundial del Párkinson, celebrado el pasado 11 de abril. La fisioterapia ayuda al paciente a preservar la elasticidad, el tónus, la fuerza y el tono muscular, así como a estimular la circulación sanguínea.

Según Santos, "es fundamental que el tratamiento con fisioterapia ayude al paciente a reeducar la postura para contribuir así a prevenir dolores derivados de las malas posturas".



## El seguro de Responsabilidad Civil sigue siendo el servicio más valorado por los colegiados

Le siguen, como los servicios o actividades del Colegio más apreciados, las campañas de promoción de la profesión, los servicios de biblioteca y hemeroteca, los servicios de asesoría, el canal de Youtube y las publicaciones colegiales.

Según esta encuesta, en 2017, el grado de satisfacción promedio con los servicios y actividades prestados por el Colegio fue de 6,54, la más alta de las alcanzadas hasta la fecha. Esa valoración fue de 6,22 en 2009; 6,24 en 2011; 6,21 en 2013 y 6,54 en 2015.

Se trata de una valoración muy positiva teniendo en cuenta que el Colegio ha venido incrementando sucesiva y sustancialmente su paquete de servicios y actividades, pasando de 12 servicios/actividades en 2009 a los 23 que hay actualmente.

De todos los servicios y actividades que ofrece la Institución, el más valorado es el seguro de Responsabilidad

Civil, con una puntuación de 8,57. Le siguen las campañas de promoción de la profesión y los servicios de biblioteca y hemeroteca, con un 7,24; los servicios de asesoría, con un 6,91; los vídeos de Youtube, con un 6,89; y las publicaciones colegiales, con un 6,79 de

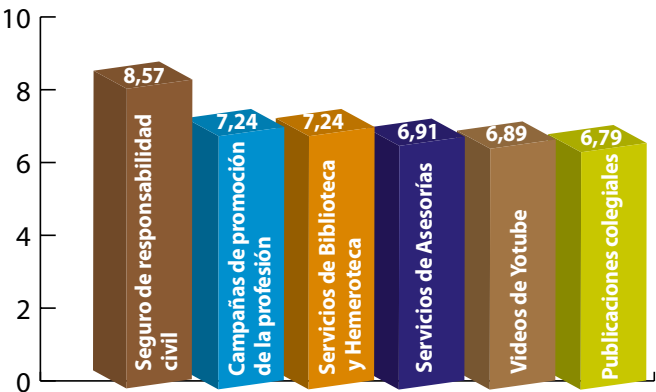
nota media. El servicio que obtiene la menor valoración, aunque alcanza el aprobado, es la Bolsa de Empleo, con 5,46.

En términos generales, la encuesta refleja un incremento en el grado de satisfacción respecto a todos los servicios

y actividades del Colegio en comparación con muestras anteriores.

El estudio también aporta datos sobre el grado de satisfacción de los colegiados con las actuaciones que lleva a cabo el Colegio. A este respecto, la valoración media es de 6,66 sobre 10, lo que supone un ligero aumento respecto a los estudios anteriores (6,30 en 2009; 6,27 en 2011; 6,23 en 2013, y 6,63 en 2015).

Hay que destacar, especialmente, el incremento de la valoración en el caso de 'Trabajar para la mejora del reconocimiento social de la profesión', que obtiene en 2017 un 8,57, cuando su nota precedente era de 6,97.





## Más de un millar de atletas recibieron asistencia en la 'Rock&Roll Maratón'

El CPFCM ha vuelto a colaborar con la organización del EDP Rock'n'Roll Madrid Maratón & 1/2, ofreciendo servicios de fisioterapia gratuitos a los participantes de la 41ª edición de esta carrera madrileña organizada por MAPOMA, que este año ha congregado a más de 35.500 fondistas.

Varias carpas instaladas por el Colegio junto a la llegada de la

prueba permanecieron abiertas varias horas y atendieron a un total de 1.008 participantes, dirigiendo ejercicios colectivos de estiramientos de recuperación y tratando molestias y pequeñas lesiones musculares típicas de estas pruebas de gran recorrido. Por otro lado, el Colegio también instaló un stand en 'Expodepor-Feria del Deporte'.

## El Consejo aprueba una definición del acto fisioterápico

La Asamblea General Ordinaria del Consejo General de Colegios de Fisioterapeutas (CGCFE), celebrada el pasado 24 de marzo, debatió y aprobó la nueva resolución de 'Acto de Fisioterapia', acordando ser publicada en el Boletín Oficial del Estado (BOE). Esta nueva definición viene a actualizar la que se aprobó en su día el 24 de marzo de 2012, en la resolución 06/2012.

En la reunión, también se aprobó por unanimidad la propuesta presentada por el CPFCM de integrar a los 17 colegios que conforman el Consejo General en la Plataforma de Conocimiento Compartido. Además, se aprobó por unanimidad la cuenta de gastos e ingresos y el balance de situación, así como la memoria para ser publicada en la página web del Consejo.

Por otro lado, se abordó la propuesta de creación de un Libro Blanco de Uroginecología, con un largo debate sobre elegir el perfil profesional para participar en su redacción.

Asimismo, se acordó por mayoría la presentación al Ministerio sobre una certificación avanzada en Fisioterapia Respiratoria, así como reactivar el grupo de trabajo de Atención Temprana del Consejo.

## El CPFCM reivindica campañas públicas para prevenir los riesgos de las pseudoterapias

El Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid pidió, el pasado mes de abril, a la Administración el desarrollo de campañas de información y concienciación para advertir a la población sobre los riesgos que implican las pseudoterapias.

El decano de la Institución

colegial, José Antonio Martín Urrialde, recordó que "el último barómetro del Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS) revela una gran confusión al respecto entre la población y el riesgo real de que los pacientes abandonen terapias efectivas por prácticas que carecen de valor curativo, ocasionandoles, así, graves problemas de salud e, incluso, la muerte, como se ha demostrado en muchos casos".

El decano aseguró que, aunque la Institución colegial lleva años desarrollando campañas informativas y de lucha contra el intrusismo, es indispensable la intervención de

la Administración en este terreno. "Las pseudoterapias son actividades que se ofrecen como alternativas terapéuticas para el tratamiento de determinadas patologías, pero no constan de resultados científicos demostrados ni de evidencia positiva que las soporte", añadió Urrialde.

la Administración en este terreno.

"Las pseudoterapias son actividades que se ofrecen como alternativas terapéuticas para el tratamiento de determinadas patologías, pero no constan de resultados científicos demostrados ni de evidencia positiva que las soporte", añadió Urrialde.



# Cursos y jornadas

Del 25 al 27 de mayo

## Estrategias cognitivoconductuales para el manejo del paciente con dolor crónico en Fisioterapia. III Edición



**Dirigido a:** 24 colegiados.  
**Fecha de inscripción:** Abierto.  
**Docente:** Gloria González.  
**Precio:** 150 euros (comprobar bonificación del CPFCM).

**Objetivos:** Conocer los mecanismos básicos del dolor y su relación con procesos psicoemocionales; aprender a conectar y crear un vínculo paciente-terapeuta que facilite y ayude en la intervención

terapéutica, y planificar los objetivos del tratamiento por parte del paciente y por parte del terapeuta.

Más información en tu dispositivo móvil:



Del 25 de mayo al 2 de junio

## Humanización de la asistencia sanitaria y ejercicio profesional de la Fisioterapia. I Edición

**Dirigido a:** 20 colegiados  
**Fecha de inscripción:** Abierto.  
**Docente:** Fernando Bandrés, Antonio López y

Sara Bandrés.  
**Precio:** Gratuito.  
**Objetivos:** conocer aspectos troncales de la humanización sanitaria, tanto

en el ámbito asistencial y docente, como investigador, y desarrollar una metodología apoyada con el estudio de casos prácticos

y resolución de problemas, entre otros.

Más información en tu dispositivo móvil:



Del 27 al 4 de junio

## Control motor en ejercicio terapéutico de la zona cervical-cintura escapular. III Edición

**Dirigido a:** 24 colegiados.  
**Fecha de inscripción:** Abierto.  
**Docente:** Pablo Vera.  
**Precio:** 150 euros (comprobar bonificación del CPFCM).

**Objetivos:** Conocer las bases teóricas actuales sobre el ejercicio terapéutico y modelo de la función, y reconocer e identificar la existencia de una clasificación muscular dividida según la

función: estabilizadores locales, estabilizadores globales y movilizadores globales, entre otros.

Más información en tu dispositivo móvil:



Del 14 de junio al 14 de julio del 2018

## Valoración y tratamiento del sistema fascial. V Ed.

**Dirigido a:** 20 colegiados.  
**Fecha de inscripción:** Hasta el 25 de mayo.  
**Docente:** Óscar Sánchez.  
**Precio:** 260 euros (comprobar bonificación del CPFCM).

**Objetivos:** Principalmente, determinar la localización de las lesiones fasciales más restrictivas en el momento de la consulta; establecer la lesión primaria y sus relaciones

patológicas con otras estructuras; desarrollar varias estrategias de tratamiento sobre dichas restricciones, evaluar la efectividad del tratamiento y establecer nuevas es-

trategias más adecuadas y precisas si es el caso.

Más información en tu dispositivo móvil:



# Biblioteca

## MASAJE DEPORTIVO

Alfredo Córdova Martínez

Madrid: Síntesis, 2012. 256 p. 23 cm.

ISBN 978-84-975681-8-0 (R. 2140) 615.8:796

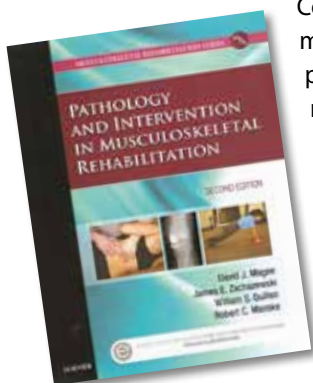
El masaje deportivo es el mecanismo físico que se ejecuta, en la mayoría de los casos, con una técnica manual en diferentes momentos de la preparación y competición: mantenimiento, precompetición, postcompetición y recuperación. En esta obra se abordan todos los aspectos relacionados con él, desde los fundamentos del masaje y la descripción de las técnicas más importantes desarrolladas para una buena recuperación del deportista, hasta otros factores complementarios que facilitan la aplicación del masaje.



## PATHOLOGY AND INTERVENTION IN MUSCULOSKELETAL REHABILITATION

David J. Magee

Missouri: Elsevier, 2016. 1219 p. 28 cm. ISBN 978-0-323-31072-7 (R. 2141) 616.74



Con la ayuda de esta obra, el usuario podrá diseñar e implementar un programa de rehabilitación por su cuenta. El texto proporciona la dirección clara en la gerencia del paciente con respecto a la patología, la herida y la enfermedad musculoesquelética específica, todo basado en una comprensión sana de la ciencia básica y de los principios de la práctica. Se centra en las patologías específicas más frecuentemente vistas en la clínica y discute los mejores métodos de intervención para las diferentes áreas del cuerpo en el contexto del modelo de cicatrización de tejidos. Cada intervención presenta una justificación, junto con la patología y el problema presentado; etapa de curación; evidencia en la literatura; y consideraciones de razonamiento clínico.

## Tablón de Anuncios

**Se alquila sala de Fisioterapia** a fisioterapeuta especializado en suelo pélvico u osteopatía pediátrica para complementarnos. Ignacio Sanz. Tel: 678629055

**Se traspasa clínica** funcionando al 100 por 100, por 300.000 euros negociables. Lamberto (627845384) o Ricardo (647857618).

La presencia mediática del CPFCM ha sido constante durante el pasado mes de abril.

- Destaca la celebración de las jornadas de Fisioterapia y Oncología, que organizó el CPFCM, y cuyas ponencias aparecieron reseñadas en medios como "Telecinco", "Europa Press" e "Infosalus".
- Además, el Colegio informó sobre la aportación de la fisioterapia en patologías como el párkinson, recogida en "Bolsamanía" y "ConSalud".
- "La Vanguardia", "ABC" y "EFE" se hicieron eco de la reacción del CPFCM sobre la publicación de la primera encuesta del CIS sobre pseudoterapias, y la nueva campaña de prevención de lesiones en escolares para alumnos de Secundaria de la Institución colegial fue publicada en "Europa Press" y "El Economista".
- Asimismo, durante este mes la participación de la Institución en la II edición del Día de las Profesiones fue cubierta por medios como "RTVE", "La Sexta" y "Telemadrid", entre otros.
- El CPFCM también participó en la maratón 'Rock 'n Roll Madrid', acción que se recogió en "Acta Sanitaria" y "Servimedia".
- Por último, el Colegio organizó un foro informativo en el que los medallistas paralímpicos Astrid Fina y Alvaro Galán, compartieron la importancia de la fisioterapia en su trayectoria. A este encuentro acudieron medios como "Vidas Insuperables", "EFE", "Madrid se Mueve" o "Marca".

# Campaña de la Declaración de la Renta

El pasado 4 de abril comenzó la campaña de la Declaración de la Renta. El plazo de presentación finaliza el 2 de julio, tanto para las declaraciones a ingresar como para aquellas con resultado a devolver. No obstante, en las declaraciones a ingresar, si se opta por realizar el pago mediante domiciliación bancaria, el plazo de presentación abarcará hasta el 27 de junio. La atención presencial en oficinas comenzará el 10 de mayo. Para resolver dudas, hablamos con Pedro Martos, asesor fiscal del Colegio.

### Comienza el periodo para presentar la Declaración de la Renta. ¿Qué aspectos deberían tener en cuenta los colegiados?

Como todos los años, aquellos profesionales de la Fisioterapia que trabajen por cuenta propia y no tengan obligación de presentar declaraciones trimestrales del Modelo 130 deben hacer una recapitulación de los ingresos y de los gastos del ejercicio 2017. El capítulo de gastos incluye: cuotas de autónomo, cuota colegial, compras de material diverso, alquileres de inmuebles o salas, amortización fiscal de las inversiones realizadas, cursos relacionados con la actualización y formación de la profesión, etc. Y, sobre todo, no hay que olvidar los gastos de difícil justificación, teniendo en cuenta el límite de 2.000 €/año. Respecto a los ingresos, hay que intentar recopi-

lar todos los certificados de las retenciones soportadas en las facturas de aquellas entidades mercantiles o personas físicas empresarias, que hayan aplicado el IRPF en el pago de sus facturas. Para aquellos que trabajan por cuenta ajena, no hay que

en funcionamiento de la APP de la AEAT para la campaña de Renta, el tratamiento de las preferentes y las acciones del Banco Popular, las cláusulas suelo, el aumento del límite en las compensación de pérdidas y el tratamiento de los cursos de capacitación

do, porque siempre se basan en los datos que nos transmite el colegiado sin matizaciones, que en la mayoría de los casos son muy significativas. Además, ponemos a su disposición, mediante un acuerdo firmado con el Colegio el año pasado, todos nuestros



olvidar que pueden deducirse la cuota colegial, aunque no estén desarrollando actividad profesional por cuenta propia.

### Una parte importante de los colegiados son autónomos. En su caso, ¿qué novedades fiscales tiene la nueva campaña?

Que afecten concretamente a los colegiados fisioterapeutas, ninguna. Aunque cabe resaltar varias novedades que pueden influirles con respecto al ejercicio 2016. Las principales son la puesta

o reciclaje del personal abonado por las empresas a sus trabajadores.

### ¿Cuál es la labor de la Asesoría Fiscal del CPFCM? ¿Qué servicios presta con respecto a la declaración de la Renta?

La labor de la Asesoría Fiscal del CPFCM es dar respuesta a las dudas que les suscitan a los colegiados. Estas respuestas son concisas y puntualizadas por dos motivos. Primero, porque a través del mail no podemos dar un asesoramiento integral y, segun-

servicios con unas tarifas acordadas al colectivo y con el único afán de darles apoyo y seguridad en un campo que a la inmensa mayoría les horroriza.

### ¿Son muchos los fisioterapeutas que en estas fechas solicitan asesoría fiscal?

Sí, en estas fechas, sobre todo a partir de que la campaña de Renta da comienzo, anunciada en los medios de comunicación, aumentan notablemente los mails y consultas telefónicas de colegiados.

## José Javier López Marcos

Fisioterapeuta del Servicio de Promoción de la Salud de Sanitas

# “La salud digital es el futuro”

**La autonomía del fisioterapeuta y la salud digital son dos de los aspectos que más destaca José Javier López, fisioterapeuta de un servicio de Sanitas que promociona la salud online.**

### **Actualmente trabajas en el Servicio de Promoción de la Salud de Sanitas. ¿Cuál es la labor de este servicio?**

El servicio se propone elaborar programas personalizados de salud. Partiendo del estado actual de salud del paciente conociendo sus hábitos y antecedentes, se intenta ayudar a prevenir factores de riesgo interviniendo en la implantación de un estilo de vida saludable. Cuenta con la ayuda de un equipo multidisciplinar compuesto por personal de enfermería, psicología, nutrición, matronas y el área en el que me encuentro, de ejercicio, compuesto por fisioterapeutas y licenciados en Actividad Física. Nosotros ayudamos a prolongar la realización de ejercicio tras un proceso patológico o de rehabilitación, consiguiendo mejores resultados por la progresión a largo plazo. Además, junto con el equipo de entrenadores trabajamos con personas sa-

nas que quieren adoptar hábitos de vida saludables.

### **¿Son muchos los pacientes que lo utilizan?**

Es un servicio con un crecimiento continuo por los resultados que ofrece y por la comodidad de acceder a las asesorías desde el propio domicilio del paciente. El hecho de que el paciente nos conozca como consecuencia de un proceso agudo es el paso clave para que quiera seguir recibiendo nuestros consejos y conseguir unos hábitos de vida saludables que le ayuden a prevenir otros procesos patológicos relacionados con la edad y el sedentarismo, principalmente. Desde que comenzó el Servicio, en 2010, el número de llamadas realizadas es de 2,2 millones y los planes realizados han sido 281.000.

### **¿Cuáles son las áreas de trabajo de los fisioterapeutas?**

El mayor porcentaje de in-



tervenciones o asesorías son de traumatología y geriatría. Cada vez buscan asesoramiento nuevos perfiles de pacientes de otras áreas de salud. Un ejemplo es el trabajo multidisciplinar con matronas que está potenciando mucho la prevención de problemas de suelo pélvico. En muchas ocasiones servimos de refuerzo para el trabajo que las pacientes comienzan en sus clases de preparación al parto. Tras dar a luz, la ayuda telefónica les permite reforzar

online conceptos olvidados de esas clases.

### **¿Tenéis los fisioterapeutas plena autonomía para pautar el ejercicio?**

Por supuesto. La única limitación que nos encontramos es la patología del paciente. No solo tenemos libertad para trabajar de forma autónoma sino también para derivar a otros especialistas del equipo si creemos que el paciente puede obtener beneficios en otras áreas de

## La voz del colegiado



José Javier López, atendiendo una llamada online de un paciente que requiere sus conocimientos de fisioterapia.

salud, como la nutrición, la psicología o la enfermería, ya que en Sanitas trabajamos bajo un modelo integrado de salud en el que se da respuesta a todas las necesidades del paciente.

### ¿Puede un fisioterapeuta ayudar desde la distancia?

Claro que se puede ayudar, y más desde el punto de vista del ejercicio terapéutico. Todos hemos pautado ejercicio en rehabilitación presencial a nuestros pacientes y todos

sabemos que, en muchas ocasiones, lo deja porque ya no notan evolución con la pauta prescrita. Nosotros, gracias al seguimiento puntual, le enseñamos al paciente a evolucionar con sus ejercicios, a seguir mejorando y progresando y a conseguir resultados mejores por un trabajo a largo plazo.

### ¿Es importante que se reconozca esta autonomía en los fisioterapeutas?

No solo es importante que sea reconocida por la sociedad, sino también por otros profesionales sanitarios que aún desconocen todo lo que podemos realizar dentro de campos o áreas sanitarias muy variadas. Un ejemplo es el uso del ejercicio terapéutico como complemento en patologías metabólicas en donde una intervención de fisioterapia fomentando una vida más activa y menos sedentaria es fundamental, siempre bajo esa supervisión de salud.

### ¿Qué te parece la idea de la salud digital?

Creo que es el futuro. Todo se está digitalizando, ¿por qué no la Sanidad? Cuántas veces no revisas tu salud por no tener que invertir tiempo en desplazamientos y salas de espera, solo por recibir unos resultados y unas pautas de tratamiento. Se puede ir al

centro sanitario a realizarse las pruebas y luego, desde cualquier sitio (trabajo, casa, calle), recibir los resultados, los consejos y las pautas aprovechando esos dispositivos móviles que todos tenemos en nuestro bolsillo. Está claro que hay tratamientos que no son sustituibles pero otros muchos sí, y, en caso de pacientes con dificultades de movilidad y de transporte, en los que debe primar la comodidad y la calidad de vida, es un argumento de peso para avanzar en esta digitalización. En ese aspecto, la fisioterapia se puede nutrir de muchas pruebas de imagen para dar recomendaciones de salud, ejercicios, estiramientos, forma de dormir o de sentarse, y el paciente puede darnos la información a través de este canal y nosotros darle sus herramientas para mejorar. Además, los seguimientos al paciente asociados a la comodidad de la digitalización contribuyen a la adherencia y compromiso del paciente y, lo más importante, al resultado de salud que buscamos.

**“Gracias al seguimiento puntual, enseñamos a los pacientes a evolucionar con sus ejercicios”**

Pedro Fernández  
Fotos: Jorge Villa

## Avances en el diagnóstico de cáncer

Científicos del Programa de Investigación Traslacional del Hospital Vall d'Hebron Instituto de Oncología (VHIO) de Barcelona han demostrado que la biopsia en líquido cefalorraquídeo (LCR) permite un diagnóstico más preciso de los gliomas o tumores cerebrales.

## Freno a la obesidad y a la diabetes

Investigadores de la Universidad Complutense de Madrid (UCM) y del Centro de Investigación Biomédica en Red de Diabetes y Enfermedades Metabólicas Asociadas (Ciberdem) han publicado un estudio en la revista "Journal of Nutritional Biochemistry", en el que se confirma que las dietas ricas en grasa alteran la regulación de la proteína PASK, mientras que su bloqueo podría frenar la obesidad, una enfermedad cuya prevalencia está aumentando y que trae consigo numerosas complicaciones asociadas, entre ellas, la diabetes.

## Riesgos en gestantes con anemia

El riesgo de mortalidad materna se duplica en mujeres embarazadas con anemia grave. Esta es la principal conclusión de un estudio de un equipo de científicos del Hospital Ramón y Cajal de Madrid y del Centro de Investigación Biomédica en Red de Epidemiología y Salud Pública (Ciberesp), cuyos resultados fueron publicados en la revista "The Lancet Global Health". Este estudio recogió datos de 312.281 mujeres embarazadas de 29 países de América Latina, África, Pacífico Occidental, Mediterráneo Oriental y Sudeste Asiático.



## La ONT quiere superar los 5.500 trasplantes en España

Superar los 5.500 trasplantes y alcanzar los 50 donantes por millón de habitantes son los objetivos que se ha planteado la Organización Nacional de Trasplantes (ONT) para los próximos cinco años, según el Plan Estratégico Nacional de Donación y Trasplante de Órganos 2018-2022, presentado el pasado mes de abril en la sede del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Asimismo, la ONT anunció la puesta en marcha de un programa de recu-

peración de los órganos que eran incompatibles para el trasplante. España cuenta con el Hospital Marqués de Valdecilla de Santander, el Hospital Reina Sofía de Córdoba y el Hospital Puerta de Hierro de Madrid, para llevar a cabo estas recuperaciones. Otras líneas prioritarias de este plan contemplan ampliar la labor de los cuidados intensivos a la donación en las unidades de críticos, lo que permitiría aumentar un 10 por ciento las donaciones de órganos.

## El Sermas resuelve su OPE con 88 incorporaciones

La Dirección de Recursos Humanos de la Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid resolvió el pasado mes de abril el nombramiento de 88 personas como personal estatutario fijo en la categoría de fisioterapeuta del Servicio de Salud (Sermas) de la Comunidad de Madrid. En el documento, publicado el pasado 3 de abril en el Boletín Oficial de la Comunidad de Madrid (BOCM), aparece el destino de cada

uno de los fisioterapeutas. Estas 88 personas se han presentado por el turno libre y discapacidad. Además, una persona pasará a formar parte del equipo de fisioterapeutas del Hospital Clínico San Carlos por el turno de promoción interna. Todo el que haya obtenido plaza dispone de un mes para tomar posesión de la misma en la Unidad de Personal del centro correspondiente a la plaza adjudicada.

## Identifican genes de riesgo para la ELA

Un reciente análisis de datos genéticos, realizado el pasado 9 de abril, identificó dos riesgos genéticos no reconocidos previamente que están asociados con la ELA. En el nuevo estudio, publicado en la revista "Jama Neurology", científicos de las universidades de California y Washington descubrieron que una de las variantes genéticas recientemente identificadas como ELA también es un factor de riesgo para otra enfermedad neurodegenerativa, la demencia frontotemporal. Los científicos esperan que la identificación de mutaciones genéticas en enfermedades neurodegenerativas, junto con los procesos bioquímicos afectados por estas mutaciones genéticas, arrojará más luz sobre cómo surgen estas enfermedades y cómo podrían tratarse.



## Nueva aplicación para favorecer conductas saludables

Cruz Roja Española lanzó, el pasado 7 de abril, 'Quiérete', una aplicación gratuita para móviles cuyos fines son promover hábitos de vida saludables, con motivo del Día Mundial de la Salud.

Con esta aplicación también se podrá acceder a otras secciones, como recetas, recursos de interés o preguntas frecuentes, entre otras. Además, se ofrece información relacionada con la alimentación equilibrada, el ejercicio físico y la mente

sana, que pretende ser una guía para eliminar los hábitos nocivos y llevar una vida más saludable.

Según recordó la organización, el fomento de estos hábitos saludables responde además a los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) adoptados en 2015 como parte de una nueva agenda de desarrollo sostenible "para erradicar la pobreza, proteger el planeta y asegurar la prosperidad para todos".

## Nuevos biomarcadores permiten diagnosticar el alzhéimer años antes de su aparición



Existen nuevos biomarcadores que abren la puerta al diagnóstico de la enfermedad de Alzheimer años antes de que aparezcan los primeros síntomas cognitivos, según los resultados de una investigación en la que han participado las universidades Complutense y Politécnica de Madrid. Los resultados de este estudio internacional, que también contó con un equipo de científicos japoneses, ha sido publicado en la revista "Brain".

En el alzhéimer, se sabe que los primeros indicios se dan en torno a 20-25 años antes de la aparición de los primeros síntomas

cognitivos. Los investigadores destacaron que estas alteraciones iniciales consisten en acumulaciones anómalas de un cierto tipo de proteínas en el cerebro (placas de amiloide y ovillos neurofibrilares) que únicamente son detectables mediante técnicas muy invasivas para el paciente, como la punción lumbar o el escáner con tomografía por emisión de positrones.

Este estudio ha desarrollado una serie de biomarcadores que caracterizan las primeras alteraciones neuropatológicas que subyacen al desarrollo de la enfermedad de Alzheimer.

## Smart Fortwo Electric Drive Ushuaia Limited Edition 2018

# El eléctrico urbano

La gama Smart se compone, básicamente, de dos modelos: el Forfour y el Fortwo, para cuatro y dos plazas, respectivamente.

A no ser que se necesiten las dos plazas extras, es más recomendable el Fortwo, el coche urbano por excelencia. Un opción muy interesante en este modelo es poder disfrutarlo con el techo descubierto, en la versión Cabrio. Respecto a versiones más antiguas, este Smart es lige-

ramente más grande, por lo que ya no es posible aparcar lateralmente en aparcamientos en línea. Ello no quita que siga siendo un coche con el que uno puede aparcar en huecos imposibles.

El motor de este exclusivo modelo que hemos probado es 100 por 100 eléctrico con posibilidad de recarga trifásica o monofásica. La autonomía real mínima es de 120 kilómetros, distancia más que suficiente para

nuestros recorridos urbanos diarios.

Es importante recordar que se trata de un vehículo con etiqueta 0 emisiones, por lo que su conductor podrá circular y aparcar en Madrid a pesar de estar activado el protocolo de riesgo por alta contaminación.

La estabilidad en carretera es muy buena gracias al aumento en anchura y longitud del modelo respecto al anterior. Otras mejoras sustanciales son el inmejorable radio de giro y la calidad de los materiales.

La versión que presentamos es una unidad limitada

basada en la famosa discoteca/hotel Ushuaia Ibiza Beach Hotel. Cuenta con unos acabados específicos, entre los que se incluyen el bonito paquete deportivo Brabus, los asientos de cuero y el sistema de sonido JB, además de una infinidad de extras, como una estancia de dos noches en el hotel anteriormente nombrado y la entrada en una fiesta exclusiva.

Se puede disponer de un Smart Fortwo gasolina por poco más de 12.000 euros, y la versión eléctrica por 17.800.

A pesar de que aún faltan puntos de recarga, merece la pena pasarse al eléctrico.

**Guillermo Mielgo  
Colegiado nº 1517**







## CARTAGENA

# Una ciudad milenaria

**C**artagena, una ciudad con más de 2.500 años de historia, ofrece al viajero un sinfín de testimonios monumentales de su esplendoroso pasado histórico, recordando en todo momento que fue una ciudad púnica, romana, fortificación militar y urbe modernista.

Sobre una de las cinco colinas que resguardan la ciudad, en el Castillo de la Concepción, construcción medieval del siglo XIII, se en-

cuentra, quizás, el mejor punto de partida para comenzar la visita a la ciudad milenaria: el Centro de Interpretación de la Historia de Cartagena. Tres mil años de saber e historia y el legado de los pueblos y civilizaciones más importantes del pasado concentrados en una visita de una hora de duración.

También recomendamos conocer los orígenes de Cartagena a través de los restos de la muralla púnica, huella de la fundación de la urbe por el cartaginés Asdrúbal, en el año 227 a.C.

El monumento principal de la ciudad es el Teatro Romano, símbolo de la ciudad, construido en tiempos del emperador Augusto y, actualmente, restaurado, diferenciando claramente lo que son materiales originales de los nuevos. Es equiparable en tamaño e importancia al de Mérida, pero estuvo siglos perdido, enterrado bajo casco viejo. Fue en 1988, durante unas obras de cimentación en un solar, cuando apare-

ció un teatro entero con capacidad para 6.000 espectadores. Destaca el complejo termal y el edificio del atrio. Si se realiza en familia, recomendamos la visita teatralizada.

## NO TE PIERDAS...

### Museo Nacional de Arqueología Subacuática

Custodia el famoso "tesoro de la fragata Nuestra Señora de las Mercedes", un botín que consta de 570.000 monedas de oro y plata del siglo XVIII y XIX.

## MÁS INFORMACIÓN

### Castillo de la Concepción y Centro de Interpretación de la Historia de Cartagena

Colina de la Concepción. Parque Torres  
30202 Santa Lucía (Cartagena)  
Teléfono: 968 50 00 93. Ext. 10  
<http://www.cartagenapuertodeculturas.com>

## GASTRONOMÍA

La cocina cartagenera tiene como base fundamental los productos del mar, con pescados como la dorada, el mero, el dentón o el mujol.



También los de campo, como los guisantes (péssoles), los tomates, las alcachofas y las habas. En cuanto a postres, destacan los melones y el higo de pala-chumbo, llamado arropo.

## TERAPIA MANUAL

### Fisioterapia Manual en afecciones del aparato locomotor

**Organiza:** Escuela Universitaria de Fisioterapia de la ONCE

**Lugar:** C/ Nuria 42 (Madrid)

**Duración:** 40 créditos ECTS (300 horas)

**Fecha:** 12 seminarios distribuidos entre septiembre de 2018 y junio de 2019

**Precio:** 2.600 €, a pagar en dos plazos

**Información:** 91 589 45 00

<http://fisio.once.es>

[euf@once.es](mailto:euf@once.es)

**Dirigido a:** Fisioterapeutas

### Valoración y tratamiento de la columna lumbar y pelvis: terapia manual y ejercicio terapéutico

**Organiza:** Fisiofocus, SL

**Lugar:** Facultad de Ciencias de la Salud de la URJC: Avenida de Atenas, s/n, 28922, Alcorcón (Madrid)

**Duración:** 20 horas lectivas

**Fecha:** Del 9 al 11 de julio de 2018

**Precio:** 220 €

**Información:** 615 85 25 76

<http://www.fisiofocus.com/es/curso/entre-semana-valoracion-tratamiento-de-la-columna-lumbar-y-pelvis>  
[secretaria@fisiofocus.com](mailto:secretaria@fisiofocus.com)

**Dirigido a:** Fisioterapeutas y estudiantes de Fisioterapia de 4º curso.

## VARIOS

### Curso de fisioterapia del suelo pélvico

**Organiza:** Fisiofocus, SL

**Lugar:** Helios Electromedicina: Calle Saturnino Calleja, 6, 28002, Madrid

**Duración:** 30 horas lectivas

**Fecha:** Del 5 al 8 de julio de 2018

**Precio:** 330 €

**Información:** 615 85 25 76

<http://www.fisiofocus.com/es/curso/fisioterapia-uroginecologia-obstetricia-madrid>  
[secretaria@fisiofocus.com](mailto:secretaria@fisiofocus.com)

**Dirigido a:** Fisioterapeutas y estudiantes de Fisioterapia de 4º curso.

### Neurodinámica: movilizaciones del sistema nervioso periférico

**Organiza:** Fisiofocus, SL

**Lugar:** Facultad de Ciencias de la Salud de la URJC: Avenida de Atenas, s/n, 28922 Alcorcón (Madrid)

**Duración:** 20 horas lectivas

**Fecha:** Del 9 al 11 de julio de 2018

**Precio:** 220 €

**Información:** 615 85 25 76

<http://www.fisiofocus.com/es/curso/neurodinamia-madrid>  
[secretaria@fisiofocus.com](mailto:secretaria@fisiofocus.com)

**Dirigido a:** Fisioterapeutas y estudiantes de Fisioterapia de 4º curso.

### Fisioterapia Respiratoria en Pediatría

**Organiza:** Fisiofocus, SL

**Lugar:** Calle Saturnino Calleja, 6, 28002, Madrid

**Duración:** 20 horas lectivas

**Fecha:** Del 9 al 11 de julio de 2018

**Precio:** 240 €

**Información:** 615 85 25 76

<http://www.fisiofocus.com/es/curso/fisioterapia-respiratoria-en-pediatria-madrid-verano>  
[secretaria@fisiofocus.com](mailto:secretaria@fisiofocus.com)

**Dirigido a:** Fisioterapeutas y estudiantes de Fisioterapia de 4º curso.

### Patología de cadera, pelvis y columna lumbar: diagnóstico diferencial, tratamiento y su readaptación al deporte

**Organiza:** FisioMedit Formación

**Lugar:** Madrid

**Duración:** 16 horas

**Fecha:** 8 y 9 de junio de 2018

**Precio:** 195 €

**Información:** 91 434 01 29; 630 93 22 96

<https://fisiomeditformacion.com/curso/cadera-patologias-readaptacion/>  
[info@fisiomedit.com](mailto:info@fisiomedit.com)

**Dirigido a:** Diplomados y graduados en fisioterapia. Alumnos de 4 curso de grado de fisioterapia.

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.

## CONVOCATORIA VI EDICIÓN

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

### 1 Objeto de la convocatoria.

El Ilustre Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid convoca un premio, en su sexta edición, al Mejor Trabajo Fin de Grado defendido durante el curso académico 2017/18 por estudiantes de las Escuelas / Facultades de Fisioterapia de la Comunidad de Madrid.

### 2 Dotación del premio.

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

### 3 Candidatos.

Podrán concurrir a este premio los estudiantes de Grado en Fisioterapia de las Escuelas / Facultades de Fisioterapia de la Comunidad de Madrid que hayan defendido el Proyecto Fin de Grado en el curso 2017-2018 con aportaciones relevantes e innovadoras relacionadas con la actividad profesional del ámbito de la Fisioterapia y que hayan obtenido una nota mínima de 9,0 (SOBRESALIENTE).

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

### 4 Temática.

Temáticas centrales de los trabajos a presentarse en la VI Edición:

- Envejecimiento activo y saludable
- Fisioterapia en Enfermedades Raras
- Fisioterapia en Cefaleas
- Fisioterapia en Neurología
- Artritis / Artrosis
- Fisioterapia en lesión medular

Los trabajos cuyas temáticas no se ajusten a las descritas serán rechazados.

### 5 Condiciones de Presentación.

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

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

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

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

- El plazo límite de presentación de las solicitudes será el jueves 11 de octubre del 2018, a las 20:00 horas.

- El envío de los originales se realizará por correo certificado o personalmente en la Secretaría del Ilustre Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid (José Picón nº 9 / 28028 Madrid).

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

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

### 6 Comisión de Selección y Procedimiento.

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

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

El fallo del Jurado será inapelable, comunicándose por escrito al beneficiario de la ayuda económica, y se hará público en un acto convocado a tal efecto el mes de diciembre de 2018, 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.

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

### 7 Disposiciones finales.

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

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

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

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

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

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

DNI Nº \_\_\_\_\_ E-MAIL \_\_\_\_\_ TELÉFONO \_\_\_\_\_

C/ \_\_\_\_\_ POBLACIÓN \_\_\_\_\_ PROVINCIA \_\_\_\_\_ C.P. \_\_\_\_\_

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

En Madrid, a \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2018

Firma de solicitante

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



Colegio Profesional de  
**FISIOTERAPEUTAS**  
COMUNIDAD DE MADRID

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

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

# El Colegio es de todos

**Participa** en las próximas  
**elecciones** para la  
**Junta de Gobierno**

6 de octubre de 2018



Colegio Profesional de Fisioterapeutas  
de la Comunidad de Madrid  
C / José Picón, 9 – 28028 Madrid  
Tel.: 91 504 55 85  
[www.cefisomad.org](http://www.cefisomad.org)