



Amaia Carnicer
Fisioterapeuta
"El fisioterapeuta
debe estar presente
en los conservatorios
de Danza y Música"

30 días



Colegio Profesional de
FISIOTERAPEUTAS
COMUNIDAD DE MADRID

Nº 229 Enero 2019

de fisioterapia



Atención Temprana

Un servicio que debe mejorar

Guía de Clínicas de Fisioterapia 2019

Por tu visibilidad y por la
tranquilidad de tus pacientes

INSCRÍBETE

**Centro inscrito en la Guía
de Centros de Fisioterapia**

del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid

AÑO

2019

Para la validez de la inscripción
tendrá que acompañarse del
correspondiente certificado
acreditativo emitido por el
Colegio Profesional



Colegio Profesional de
FISIOTERAPEUTAS
COMUNIDAD DE MADRID

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

FISIOTERAPEUTA



30 días DE FISIOTERAPIA

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

Directora: Aurora Araújo Narváez.

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

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

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

Realización: ILUNION Comunicación Social

Imprime: ILUNION Retail y Comercialización.

Depósito Legal: M-23102-1998

Tirada mensual: 10.700 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.cfisiomad.org

www.fisio.tv

www.consejosdefisioterapia.org

[facebook.com/cfisiomad](https://www.facebook.com/cfisiomad)

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



4 Tribuna

La figura
del Defensor
del Ciudadano

5 Editorial

La importancia
de promover (bien)
la salud

6 Enportada

Atención
Temprana.
Un servicio
que debe
mejorar



10 Entrevista

Amaia Carnicer
Fisioterapeuta

14 Vidacolegial

16 ASAMBLEA
GENERAL ORDINARIA

22 CONOCE
TU COLEGIO

23 INVESTIGACIÓN EN
FISIOTERAPIA

24 Lavozdelcolegiado

Gloria Escudero
Fisioterapeuta



28 Te interesa

31 Deviaje



32 Agenda

34 Zonamotor

La figura del Defensor del Ciudadano

La ley 25/2009, de 22 de diciembre, de modificación de diversas leyes sobre el libre acceso a las actividades de servicios y su ejercicio, modificó la Ley 2/1974, de 13 de febrero, de Colegios Profesionales, introduciendo como fin esencial de los colegios, entre otros, la protección de los intereses de los consumidores y usuarios de los servicios de sus colegiados.

Esta ley añadió un nuevo artículo 12 a la Ley Colegial, por el que los colegios profesionales dispondrán de un servicio de atención a los consumidores o usuarios. Este servicio tramitará y resolverá cuantas quejas y reclamaciones referidas a la actividad colegial o profesional de los colegiados se presenten por cualquier consumidor o usuario, así como por asociaciones y organizaciones de consumidores y usuarios, en su representación o en defensa de sus intereses.

El apartado 3 de este precepto estableció que los colegios profesionales, a través de este servicio de atención, resolverán la queja o reclamación según proceda: informando sobre el sistema extrajudicial de resolución de conflictos, remitiendo el expediente a los órganos colegiales competentes para instruir los oportunos expedientes informativos o disciplinarios, archivando o adoptando cualquier otra decisión conforme a derecho.

La anterior Junta de Gobierno de nuestro Colegio, de acuerdo con el artículo 15 de la Ley 19/1997, consideró la necesidad de la creación de la figura protectora del Defensor del Ciudadano para atender a la modificación legislativa y defender los derechos de los usuarios de los servicios profesionales de los fisioterapeutas colegiados de la Comunidad de Madrid. Ramón Bonilla fue el primer Defensor del Ciudadano del CPFCM.

La actual Junta de Gobierno me ha designado para desempeñar esta figura en la presente legislatura. Hay que recordar que la figura del Defensor del Ciudadano es independiente de la Junta en sus actuaciones y desempeña su cargo con plena autonomía y según su criterio, pudiendo hacer uso de los servicios de la Asesoría Jurídica de nuestro Colegio.

El Defensor del Ciudadano redactará una memoria anual en la que recogerá las quejas que se le formularon y las decisiones adoptadas al respecto por la Junta de Gobierno o, en su caso, por la Junta General, así como las iniciativas o peticiones que, a su propia instancia, hubiere elevado.

Los ciudadanos podrán presentar sus quejas firmadas, bien a través de correo dirigidas al Defensor del Ciudadano o entregadas directamente en la sede del Colegio. Admitida la reclamación, el Defensor promoverá la oportuna investigación para el esclarecimiento de los supuestos de esta y comunicará al usuario el trámite seguido y el resultado de las actuaciones. Podría ser el momento para permitir que el ciudadano pueda ampliar la forma de presentar sus quejas a través de nuestra página web (www.cfisiomad.org) y hacer más visible y accesible este servicio, mejorando la percepción del usuario de nuestra Institución.

Será clave en esta reciente legislatura introducir mejoras que permitan reforzar la comunicación entre usuarios, fisioterapeutas colegiados y el Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid para avanzar como colectivo. Una vez más, agradecemos vuestra aportación para aunar esfuerzos y acercarnos.

Gema Gallardo Sánchez

Defensora del Ciudadano.
Colegiada nº 154

La importancia de promover (bien) la salud

Uno de los objetivos principales de los fisioterapeutas es potenciar y fomentar la prevención de enfermedades, especialmente, aquellas en las que la Fisioterapia tiene un papel clave dentro de su área de competencia. Así se describe en la Ley de Ordenación de Profesiones Sanitarias (LOPS), como respuesta al derecho a la protección de la salud reconocido en el artículo 43 de la Constitución.

Se entiende como prevención de enfermedades aquellas medidas necesarias para evitar el progreso o desarrollo de las mismas, siendo las estrategias de prevención primaria las conocidas como promoción de la salud, y las de prevención secundaria las encargadas de frenar el desarrollo de los factores de riesgo asociados a cada proceso de enfermedad, mediante el diagnóstico precoz, pruebas de cribado, etc.

Sin embargo, es frecuente encontrar entre las pretendidas estrategias de promoción de la salud, o prevención, mensajes formados por palabras que podrían inducir miedo a la población. Con este lenguaje se busca que el ciudadano se decante por acudir a un fisioterapeuta frente a otras opciones del mercado de la salud, apelando siempre a los enormes riesgos de no hacerlo.

Estos mensajes fragilizadores, lejos de ayudar, entorpecen la labor de prevención encomendada. La evidencia más reciente sobre la eficacia en la promoción de la salud establece sus bases en el modelo de activos en salud, propuesto por Antony Morgan y Erio Ziglio, en 2007. Este modelo consiste en la promoción de mensajes positivos, tomando como punto de partida el modelo de salutogénesis de A. Antonowsky (1987) en el que se plantea cuáles son las fuentes de la salud y cuáles son las limitaciones que existen para que, en condiciones similares, esa salud esté limitada.

Además, podríamos pensar que estos mensajes fragilizadores provienen de fuentes no informadas o que poco tienen que ver con el ámbito sanitario. Sorprendentemente, en ocasiones, parten de profesionales reconocidos, difundidos en medios de alta penetración en la sociedad o son avalados por instituciones representativas de un sector de la salud. Lejos de tratarse de un inocente error, esto, a veces, encubre un posible interés espurio.

Este fenómeno ha sido descrito ampliamente en el entorno sanitario con el nombre de "Promoción de la enfermedad" o "*disease mongering*", que consiste en la introducción de ideas erróneas sobre situaciones de salud, promovidos de manera voluntaria por intereses de la industria farmacéutica o de cualquier otro sector relacionado con las Ciencias de la Salud. Este no es un problema menor del que debemos estar al margen como profesión. En 2012, una directiva europea sobre la promoción de pseudo-enfermedades, abordando la influencia sobre la salud pública de estos mensajes, recoge algunas bases para que los Estados miembros puedan generar la legislación oportuna al respecto.

En otras ocasiones, la irresponsabilidad por falta de actualización en los avances que se realizan en el conocimiento de las distintas áreas de la salud, ocasiona que se perpetúen mensajes por mera tradición, sin tomar en consideración la interpretación de ese mensaje por parte del público general. Ya en el 2002, el neurocientífico Fabrizio Benedetti, explicó mediante datos objetivos cómo las palabras de los profesionales sanitarios inducen cambios en el cerebro de los pacientes. Así, desde el propio mensaje que enviamos como profesionales estamos modificando las condiciones de salud a las que nos referimos.





Atención Temprana

Un servicio que debe mejorar

En España hay 17 servicios en Atención Temprana. Por esa razón, el Consejo General de Colegios de Fisioterapeutas de España ha decidido crear un documento que aúne unos criterios mínimos comunes para todas las comunidades autónomas y así ofrecer a los niños un servicio de calidad, que es un derecho fundamental suyo.

El mapa de la Atención Temprana (AT) en España es muy diverso, debido a la transferencia de competencias. Las comunidades autónomas ni siquiera coinciden en el organismo que ofrece este servicio: en algunas se encarga Bienestar Social, en otras Sanidad y en otras Educación. Incluso, hay territorios que no tienen regularizada por ley la AT. Esta es una de las razones por las que el Consejo General de Colegios de Fisioterapeutas de España (CGCFE) ha decidido crear un documento marco de carácter nacional sobre Fisioterapia en AT.

Javier Merino, secretario del grupo de trabajo de Fisioterapia en Atención Temprana y Educación del CGCFE, ve necesario "aunar criterios entre todas las comunidades autónomas para tener unos mínimos comunes que permitan a los profesionales de AT realizar un trabajo de calidad para los niños y sus familias, sin hacer distinción entre regiones, ya que participar en estos programas es un derecho fundamental de cada niño". Además, el Consejo General ha detectado que en algunas comunidades se exige formación específica sobre Pediatría y Atención Temprana, y en otras no. ►

► “Este nuevo documento recogerá las características mínimas que el fisioterapeuta pediátrico debe tener para poder realizar dicho trabajo de manera eficaz, eficiente y con calidad suficiente”, aclara Merino. Esto proporcionaría a los profesionales “unas bases y criterios desde los que partir”, añade la fisioterapeuta pediátrica Ana San Martín, con 17 años de experiencia en AT.

Ana M^a Barrios, fisioterapeuta que trabaja en el Centro de Atención Temprana ACEOPS, tiene claro que para prestar la atención adecuada en este ámbito tan especializado “se debería tener una formación continua de postgrado, potenciar esta formación, generalmente muy costosa, y mejorar las condiciones salariales de estos profesionales, que no se corresponden con su alto grado de especialización y responsabilidad”.

Margen de mejora

Javier Merino propone actualizar el Libro Blanco de Atención Temprana. “Sería un gran pilar para este servicio y se podría realizar a partir de todo el conocimiento científico actual y a las prácticas que se están realizando en distintas comunidades, generando un documento base a nivel estatal”, explica el fisioterapeuta.

Uno de los principales problemas en AT es que los centros se encuentran saturados, lo que provoca unas largas listas de espera “cuando la propia idiosincrasia de la AT es la intervención precoz, no solo terapéutica sino preventiva”, advierte Ana San Martín.

En este sentido, Ana M^a Barrios lamenta que esta lista de espera “se dilata en el tiempo entre la solicitud de plaza y el comienzo de la atención, de manera que apenas llegan niños a los centros durante el primer año de vida, obviándose la parte de temprana y de precoz”.

Hay que tener en cuenta que son los servicios sanitarios los que detectan que el menor tiene algún trastorno en su desarrollo o riesgo de padecerlo. “Esta detección precoz, a veces, se retrasa, así como las derivaciones a otros especialistas, las pruebas diagnósticas... Estos

servicios son los que elaboran un informe imprescindible para poder solicitar la valoración de la necesidad de AT”, informa Barrios.

Curiosamente, con el paso de los años, en lugar de conseguir reducirse los plazos diagnósticos han aumentado. Anteriormente, las familias acudían a los Centros de Atención Temprana (CAT) con el informe de derivación para iniciar inmediatamente la atención o situarse en lista de espera. Paralelamente, solicitaban la valoración de la necesidad de AT y del certificado de minusvalía, que se realizaba en el centro base correspondiente. En definitiva, la atención era precoz.

A partir de 2015, comenzó a funcionar el Centro Regional de Coordinación y Valoración Infantil (CRECOVI) como único organismo para la valoración de la necesidad de AT y del grado de discapacidad en el rango de edad de 0 a 6 años.

Proceso interminable

Barrios explica el interminable proceso al que se enfrentan ahora las familias: “La valoración en este organismo tiene que ser previa a la solicitud de plaza y se tarda meses. Después, tienen que esperar a recibir la resolución para poder solicitar la plaza en un CAT, y hay largas listas de espera. Esta demora hace que se pierda un tiempo muy valioso, ya que el primer año de vida es fundamental en todas las áreas del desarrollo de los lactantes”. Todo esto trae consecuencias. “En el área motora, el niño comienza a interactuar con su entorno como puede, muchas veces con patrones patológicos y alteraciones posturales, lo que puede llevar a desarrollar deformidades musculoesqueléticas. En algunos casos, sobre todo los más graves, a veces, se asume el tratamiento de fisioterapia en los servicios de rehabilitación de algunos hospitales, hasta que el menor obtiene la plaza en un CAT. Pero en la mayoría de los casos se quedan sin recibir ninguna atención y, si la familia tiene conocimiento de la importancia de una atención lo más precoz posible y se lo puede permitir, suele iniciar la atención en centros privados.



Los fisioterapeutas lamentan las largas listas de espera en un servicio que debería ser precoz

¿Quiénes son los beneficiarios de este servicio? Según el Libro Blanco de Atención Temprana, “se entiende por AT el conjunto de intervenciones dirigidas a la población infantil (0-6 años), a la familia y al entorno, que tiene por objetivo dar respuesta lo más pronto posible a las necesidades transitorias o permanentes que presentan los niños con trastornos en su desarrollo o que tienen el riesgo de padecerlo”.

Es decir, niños con retraso madurativo o psicomotor, alteraciones cromosómicas, enfermedades metabólicas, trastornos del movimiento o de la postura de origen central o periférico (parálisis cerebral, PBO, espina bífida, etc.), niños de alto riesgo por prematuridad, bajo peso, partos múltiples, antecedentes perinata-



les de riesgo, etc. En ocasiones, se inicia la atención antes de que se confirme un diagnóstico médico”, aclara San Martín.

Bebés sanos

Los bebés sanos no tienen por qué precisar de una estimulación, “más allá de la que le proporciona su entorno familiar y la escuela infantil, en el caso de acudir”, apunta San Martín. Sí es recomendable acudir a un fisioterapeuta experto “en caso de percibir un enlentecimiento o asimetría a la hora de adquirir los hitos del desarrollo, o cuando existen situaciones de salud que puedan comprometerlo, como es el caso de las bronquiolitis o los cólicos”, añade la fisioterapeuta. Tampoco hay que olvidar que situaciones normales pueden perturbar el desarrollo del bebé, como el uso intensivo y de manera inadecuada de hamacas, andadores o saltadores. “En estos casos, el fisioterapeuta experto en desarrollo infantil podría realizar un seguimiento y guía adecuados para favorecer un desarrollo motor sin alteraciones posturales”, aconseja Barrios.

El fisioterapeuta y la familia se escuchan mutuamente para, juntos, consensuar los objetivos del niño

Merino considera imprescindible la prevención. De ahí que invite a las familias a acudir a “la multitud de charlas y talleres para los padres que organizan los servicios de AT”.

Beneficios y papel de la familia

El principal beneficio de la AT es “facilitar la evolución de los niños en todos los aspectos de su desarrollo, respetando el ritmo de cada uno”, afirma San Martín. Según Merino, “los beneficios van desde la mejora de los patrones motores a nivel de motricidad gruesa y fina, de la comunicación, de las funciones ejecutivas y del procesamiento lógico, hasta en lo que se traduce lo anterior, que es la mejora de la funcionalidad y de la participación

en las distintas rutinas y en los distintos entornos en los que el niño y su familia se encuentra. Además, el apoyo familiar es muy importante por parte de todos los profesionales de los equipos”.

El papel de la familia ha cambiado mucho en los últimos años. Según Laura Calvo, fisioterapeuta durante más de 10 años en el Centro de Atención Temprana AFANDEM, “hemos pasado de que los padres lleven a sus hijos a las terapias y aguarden en las salas de espera a ser un pilar clave con un papel activo en AT”.

“Ahora –añade Calvo–, el fisioterapeuta y la familia se escuchan mutuamente para, juntos, consensuar los objetivos a corto, medio y largo plazo. La familia es el único elemento que va a permanecer constante en la vida del niño. Por eso, es importante que los profesionales que trabajamos con ellos seamos capaces de promover y fortalecer sus competencias para crear oportunidades de aprendizaje y experiencias que mejoren el desarrollo de sus hijos”.

Pedro Fernández
Fotos: Archivo.

Amaia Carnicer lleva
15 años trabajando en
musicales.





Amaia Carnicer

Fisioterapeuta especializada en Artes Escénicas

“El fisioterapeuta debe estar en todos los conservatorios de Danza y Música”

Tras 15 años trabajando con artistas, Amaia Carnicer, figura clave en el desarrollo de la especialidad de Fisioterapia en Artes Escénicas en España, desvela el duro trabajo que realizan los fisioterapeutas en las compañías de teatro, al tiempo que reclama su mayor presencia en los conservatorios de Danza.

¿Qué ha cambiado en la Fisioterapia en las Artes Escénicas desde el año 2003, cuando empezaste a ejercer?

En 2003, cuando terminé la carrera, era algo totalmente desconocido, no se valoraba que existiese una Fisioterapia especializada en Artes Escénicas. No es solo el tratamiento asistencial, sino la prevención de lesiones, el trabajo en el entrenamiento, la educación postural... Hoy en día, estamos en cuatro musicales y en varios conservatorios de Danza y Música. Estamos pasando de ser artículo de lujo a formar parte del equipo técnico, a integrarnos dentro del día a día del artista.

¿Qué engloba la Fisioterapia en las Artes Escénicas?

La supervisión de los movimientos escénicos, ya sea un músico, un actor, un bailarín o un cantante. El fisioterapeuta

debe valorar, entender y saber qué es lo que está haciendo el artista a nivel biomecánico. Tenemos que verlos ensayar y entender qué es lo que necesitan porque, si no lo sabes, como fisioterapeuta te llevas al artista a tus parámetros de normalidad, que no tienen nada que ver con lo que ellos hacen o necesitan.

También nos ocupamos del mantenimiento de las compañías y los artistas, es decir, el día a día. Es importante conocer el número de funciones que realizan, sus gestos repetitivos... todo eso implica que van a sufrir una serie de consecuencias a medio o largo plazo. Hay que trabajar en la prevención. Por eso, nuestra labor se realiza conjuntamente con el coreógrafo y el director artístico.

¿Te sientes orgullosa de haber contribuido al avance de la profesión?

Mucho, pero ha sido un trabajo muy ▶

► duro y difícil, porque no te abren puertas fácilmente. Se ha conseguido tras mucho trabajo, discurso de prevención y doble concienciación. Me refiero a los artistas, para que entiendan que hay fisioterapeutas especializados y, por otro lado, a los productores, que es lo más difícil.

¿Cuál ha sido el punto de inflexión en ese trabajo?

El Rey León. Es una producción que trajeron de Estados Unidos y allí la Medicina de las Artes es una especialidad. Desde mi primer día de ensayos, el productor y el jefe técnico me dejaron hacer lo que creía oportuno. Calentaba todos los días con la compañía, podía revisar

conservatorios de Danza es la prevención de lesiones y la educación para la salud, que aprendan herramientas que les acompañen el resto de su carrera. Esas herramientas provienen de la Fisioterapia, la Nutrición y la Psicología. A nivel profesional, nos volcamos en la preparación física, el mantenimiento y el trabajo con los profesores. Uno de los logros principales, gracias a mi compañera María Jesús Peces-Barba, es conseguir que los planes de estudio en Danza en determinadas escuelas cambien o varíen porque no está hecho de la mejor manera para los alumnos. Que un fisioterapeuta opine sobre un plan de estudios en una escuela de Danza es muy importante.

“Todavía tenemos muchísimo por hacer en las compañías de teatro pero, para eso, necesitamos fisioterapeutas especializados en Artes Escénicas, y no los hay”

el trabajo de las marionetas, hablar directamente con los coreógrafos... Tener ese espacio es fundamental. El Rey León fue un comienzo de cómo se tiene que hacer un trabajo dentro de un teatro. Eso me ha permitido llevarlo a otras compañías, adaptándolo, obviamente. Todavía queda muchísimo por hacer pero, para eso, necesitamos fisioterapeutas especializados, y no los hay.

¿Necesitan los artistas una atención especial?

Trabajo en equipos multidisciplinares, con psicóloga, nutricionista y preparador físico, porque los fisioterapeutas no somos capaces de resolverlo todo. Son deportistas de élite con un altísimo nivel de exigencia, entrenamiento y rendimiento.

¿Qué tipo de abordaje se realiza con los músicos, bailarines o cantantes?

Difiere mucho dependiendo de la especialidad y del momento artístico. Por ejemplo, nuestro objetivo en los

Si hablamos de cantantes todo es diferente, incluso, del tipo de cantante. Dependiendo del ámbito en que trabajen hay que adaptarlo todo.

¿Cómo se trabaja la lesión de un artista que tiene función al día siguiente?

Tienen una fortaleza especial, no quieren ni pueden estar de baja. Por eso, el fisioterapeuta debe empatizar. Aunque lo fácil es decir que paren, tenemos que acompañarles hasta donde podamos y, después, resolver el problema. Hay ocasiones en que en un minuto el fisioterapeuta debe valorar, tratar y conseguir que el artista vuelva al escenario porque el *show* debe continuar.

¿Conoce el artista profesional la importancia del fisioterapeuta?

No depende de su nivel profesional sino de su formación. En el conservatorio de Danza la asignatura de Anatomía la tiene que impartir un fisioterapeuta, y en el de Música tiene que haber asignaturas específicas sobre el cuidado de





su herramienta de trabajo, que es su cuerpo. Y eso no está instaurado. Ahí es donde está el problema. En el artista amateur cuesta más.

Cats, Mamma Mia, La Bella y la Bestia, El Rey León, Billy Elliot... ¿Qué retos te quedan por cumplir?

Que la figura del fisioterapeuta se integre en la formación en todos los conservatorios y en las compañías nacionales. El fisioterapeuta debería estar presente en todos los conservatorios de Danza. Por otro lado, me encantaría que hubiera más compañeros concienciados de lo que implica trabajar en Artes Escénicas. Queda muy bien poner en el currículum que has trabajado en El Rey León, pero hay que aguantar los ritmos de trabajo, las nocturnidades, los horarios... Es un trabajo muy duro con un nivel de exigencia muy alto y en el que el fisioterapeuta está a merced del artista. No se le puede decir a un violinista que cambie su postura al tocar, porque esa postura tiene que ver con la pieza que interpreta, su técnica, sus 20 años de estudio y experiencia, su gestualidad y su manera de hacer arte. ¿Quién soy yo como fisioterapeuta para cambiar todo eso a un músico? Tenemos que adaptarnos, no ser rígidos ni cuadrículados. Tenemos que entender al artista y empatizar con él.

¿Hay muchas diferencias al tratar a niños o adultos?

No tiene nada que ver. En Billy Elliot, por ejemplo, los niños no sabían bailar, cantar, ni interpretar. Fue un *casting* muy complicado porque llevan todo el peso de la función y había que formarles en diferentes especialidades durante un año. Nosotros nos encargamos de realizar valoraciones, según gestos y posturas, para prevenir posibles problemas.

¿Qué importancia tiene la prevención de lesiones en este ámbito?

Están los accidentes, que pasan, pero hay que analizar el *show*. No tiene nada que ver llevar la fisioterapia en Los Mi-

serables, que es muy vocal y con mucho movimiento y escenografía, que en La Bella y la Bestia o El Rey León, que trabajan con *puppets*. Tenemos que analizar la escenografía, el vestuario, el momento escénico, la partitura vocal... Todo, de forma individual con cada artista.

¿Qué tipo de lesiones suelen ser las más corrientes?

Lo más común son las lesiones musculoesqueléticas por cansancio muscular, por la exigencia física y por el movimiento repetitivo. También algún traumatismo, debido a los accidentes.

Tienes una clínica, Cuídate Artista. ¿Qué diferencia hay con cualquier otra clínica de fisioterapia?

Cuídate Artista no es una clínica, es un proyecto, es una manera de entender la salud en el campo de las Artes Escénicas. Aunque físicamente tenga tres años, Cuídate Artista es el resultado de 15 años de evolución. Es un proyecto multidisciplinar que engloba el trabajo de distintos profesionales de la salud, no solo de fisioterapeutas.

Además, sigues siendo miembro de la Comisión de Artes Escénicas del Colegio.

Sí, y este año continuaremos este trabajo tan bonito que hacemos con los niños en las escuelas de música, porque es vital comenzar la prevención desde la base.

Has aparecido en programas de televisión, como, recientemente, en OT. ¿Es importante este tipo de acciones para concienciar a la sociedad sobre la importancia de vuestro trabajo?

Desafortunadamente, tenemos que buscar esa visibilidad. Con la televisión llegas a personas a las que sería imposible llegar de otra manera. Los fisioterapeutas tenemos que estar ahí para llegar a gente que aún piensa que hacemos masajes. ■

Pedro Fernández
Fotos: Jorge Villa

El ejercicio terapéutico, siempre pautado por un fisioterapeuta

Dentro de la campaña “12 meses, 12 consejos de salud”, el videoconsejo del pasado mes de diciembre trató sobre la importancia del ejercicio terapéutico pautado por los fisioterapeutas.

El ejercicio terapéutico pautado por un fisioterapeuta es una de las técnicas más indicadas para mejorar la salud de aquellas personas con patologías o lesiones que requieren de seguimiento profesional, según recuerdan los fisioterapeutas madrileños en el marco de su campaña “12 meses, 12 consejos de salud”, que el pasado mes de diciem-

bre se dedicó a concienciar sobre la importancia de esta práctica.

Aunque realizar una actividad física contribuye a mantener un buen estado de salud, en algunas ocasiones puede aparecer dolor o, incluso, alguna patología, por lo que acudir a un fisioterapeuta que pautе una serie de ejercicios adaptados a la situación de cada paciente

es fundamental para evitar estos posibles riesgos.

Por último, la Institución colegial recordó que cuando se precisa la práctica del ejercicio terapéutico este solo puede ser prescrito, administrado y pautado por un profesional sanitario, que en este caso es el fisioterapeuta. “El uso del movimiento como herramienta terapéutica es, y solo debe ser, de uso exclusivo del

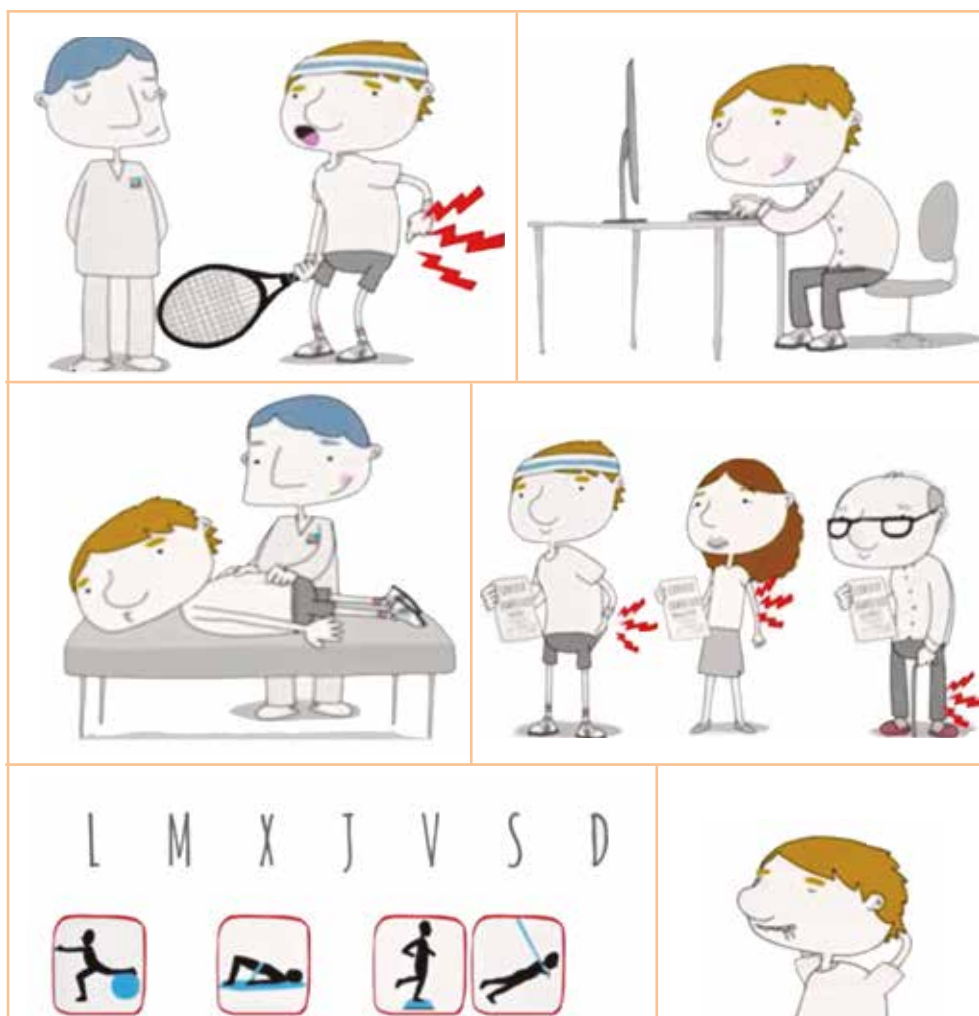
fisioterapeuta”, afirmó el fisioterapeuta Néstor Requejo, vocal del CPFCM y licenciado también en Actividad Física y Deporte.

Nuevo año

Además, para las pasadas Fiestas Navideñas, el CPFCM realizó una serie de recomendaciones. Así, la Institución colegial alarmó de que en estas fechas se añaden algunos excesos que, si se suman a algunos factores del día a día, como el estrés, la falta de movimiento, el bajo estado de forma física o las posturas mantenidas, pueden ocasionar molestias o, incluso, lesiones.

En estos casos, los fisioterapeutas recomendaron acudir a un profesional que, tras una exploración y valoración, se encargue de prescribir el ejercicio más adaptado para cada persona, en función de su dolencia o lesión.

En el videoconsejo, el Colegio explicó que el ejercicio terapéutico sería similar a una pastilla que tiene su indicación concreta, una frecuencia específica y una dosis justa para una determinada dolencia. Al igual que no se toman determinados medicamentos sin el seguimiento de un médico, no se puede realizar determinados ejercicios terapéuticos sin la prescripción y control de un fisioterapeuta.



El Colegio dona el 0,7 por ciento de sus ingresos a la Asociación PROSAN

La ayuda servirá para financiar un proyecto social que desarrolla la entidad y que proporciona atención sanitaria en Fisioterapia, Psicología y Logopedia a personas que no tienen acceso a un tratamiento en el Sistema Público de Salud, facilitando así una continuidad asistencial.

El Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid (CPFCM) ha donado durante el último trimestre de 2018, el 0,7 por ciento de sus ingresos al desarrollo de un proyecto socio sanitario destinado a mejorar la calidad de vida de las personas sin recursos económicos y en riesgo de exclusión social, a través de las aportaciones trimestrales que realiza la Institución colegial.

Durante el último trimestre del año, estas aportaciones fueron destinadas al Proyecto Social de Atención al Necesitado de la Asociación PROSAN, entidad sin ánimo de lucro dedicada a mejorar la calidad de vida de las personas con menos recursos a través de iniciativas socio sanitarias y socio educativas. En concreto, el proyecto se desarrolla en la localidad de Casarrubuelos, en la zona Suroeste de la Comunidad de Madrid y en las poblaciones de la provincia de Toledo pertenecientes a la comarca de la Sagra.

Se trata de una iniciativa de tipo social enmarcada dentro del ámbito de la salud y que comprende aquellos métodos y cometidos propios de la Psicología/Neuropsicología, la Fisioterapia y otros tales como técnicas logopédicas y la psicomotricidad, con el fin de mejorar el estado de salud de sus usuarios y su calidad de vida. Este proyecto está dirigido a personas que por diversos motivos no

tienen acceso a tratamiento en el Sistema Público de Salud, facilitando así una continuidad asistencial. Lo que se pretende, en definitiva, es cubrir un déficit existente y reforzar o incrementar las coberturas del Sistema Público de Salud.

La Asociación atiende a todo aquel que no disponga de recursos económicos, a colectivos desfavorecidos, personas en riesgo de exclusión social, con discapacidad y a otras entidades, asociaciones, agrupaciones y colectivos sin ánimo de lucro que no dispongan de medios económicos o humanos para facilitar atención terapéutica a sus beneficiarios.

Ayudas del Colegio

Además, en 2018 el CPFCM ha destinado recursos a la mejora de la calidad de vida de las personas, aportando en el primero, segundo y tercer trimestre del año el 0,7 por ciento de sus ingresos a proyectos de: Asociación Parkinson de Madrid (APM), Asociación de Enfermedades Raras D' Genes en Madrid y Murcia, y Abenin.

Con estas ayudas, el Colegio continúa con su compromiso de apoyar a aquellos colectivos sociales más necesitados en los que la labor de la Fisioterapia, así como otras disciplinas sanitarias, pueden ayudar a conseguir una mejora de la calidad de vida de las personas.



El Colegio, presente en un foro sociosanitario

La tesorera del Colegio, Olga Cures, intervino como ponente en el VIII Foro Sociosanitario del Grupo Senda, celebrado en el Centro Alzheimer Fundación Reina Sofía, encuentro en el que se abordó la relación entre la Fisioterapia y el envejecimiento activo.

Durante su intervención, Olga Cures recordó que en la definición de lo que es el acto fisioterápico se señala que “se realiza mediante procedimientos manuales, instrumentales y dirigidos como la indicación de ejercicio terapéutico (CGCFE, Resolución nº 1/2018). Por lo que el ejercicio terapéutico constituye una de nuestras armas para trabajar conjuntamente con el resto de profesionales, en el ámbito del envejecimiento activo”.

Cures destacó que, en la Comunidad de Madrid, más de un millón y medio de habitantes son mayores de 60 años. Y es, precisamente hacia ellos, a quienes se dirigen las acciones que en la Comisión de Geriatria del Colegio se hacen conjuntamente con la Agencia Madrileña de Asuntos Sociales (AMAS). “El programa ‘Más calidad de vida’ ha llevado el trabajo de la Comisión a gran cantidad de Ayuntamientos de nuestra Comunidad”, destacó Cures. ww



Momento de la Asamblea General Ordinaria, celebrada el pasado 19 de diciembre de 2018.

Aprobados por mayoría los presupuestos generales del Colegio para el ejercicio 2019

Los presupuestos para el ejercicio 2019 del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid (CPFCM) fueron aprobados, por mayoría, en la Asamblea General Ordinaria celebrada el pasado 19 de diciembre.

Tras la designación de dos interventores para firmar el acta de la reunión, tomó la palabra la tesorera del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid (CPFCM), Olga Cures, que comenzó su intervención señalando que los presupuestos son "continuistas" con el trabajo realizado por el equipo anterior. "Si algo está bien hecho y bien estructurado, hemos decidido continuar con él", señaló Cures. Posteriormente, la tesorera explicó de forma detallada la

cuenta de ingresos y gastos de los presupuestos. Según señaló Olga Cures, en el presupuesto de 2019 se mantendrán tanto la cuota colegial como todos los

servicios al colegiado, entre ellos, el seguro de responsabilidad civil, asesorías, becas y ayudas, sistema de comunicación con el colegiado, Portal de Transparencia, Por-

tal E-Learning, certificación profesional, etc. También las prestaciones sociales a los colegiados, con una dotación de 73 euros por nacimiento de hijo.

Además, se seguirá fomentando la investigación y la cooperación con la asignación del 0,7 por ciento de los ingresos colegiales a proyectos de cooperación al desarrollo.

Contra el intrusismo

Asimismo, según destacó la tesorera, el Colegio también continuará con su política de



El Colegio falla los premios de Investigación y Mejor Trabajo Fin de Grado

El Premio al Mejor Proyecto de Investigación, dotado con 6.000 euros, ha ido a parar a un proyecto sobre dolor lumbar crónico inespecífico. Por su parte, el del Mejor Trabajo Fin de Grado, dotado con 1.500 euros, a un estudio que beneficia a pacientes con esclerosis múltiple.



El Colegio otorgó, el 19 de diciembre, el Premio al Mejor Proyecto de Investigación 2018, dotado con 6.000 euros, al proyecto 'Efectividad de una técnica de electroestimulación percutánea muscular ecoguiada como complemento a un protocolo de ejercicios de control motor en pacientes con dolor lumbar crónico inespecífico'.

Su autor, Alberto Arribas, explicó que se trata de un proyecto "que ha permitido comprobar que este tipo de electroestimulación sería el complemento perfecto a lo que es la terapia principal del dolor lumbar, que es el ejercicio, y que puede darle un impulso muy bueno a la eficacia del tratamiento lumbar".

Además, Arribas indicó que este trabajo, que ha realizado a través del Hospital Príncipe de Asturias, "requiere de material específico, como ecógrafos o dispositivos que inserten electro punción al músculo", por lo que ha agradecido al Colegio este premio que "además de un reconocimiento al trabajo, ayuda económicamente a llevar a cabo esta investigación".

Mejor Proyecto de Fin de Grado

Por otra parte, el CPFCM falló también el premio al Mejor Proyecto de Fin de Grado 2018, dotado con 1.500 euros. El galardón fue concedido a un trabajo sobre la relación existente

entre la funcionalidad de la marcha y suelo pélvico en pacientes con esclerosis múltiple. El premio fue recogido por Celia Vidal.

Vidal indicó que el tema escogido para el proyecto fue debido al interés por las peculiaridades de esta enfermedad, y al que lleva vinculada desde que realizó las prácticas en el Hospital de Torrejón de Ardoz, este tipo de reconocimientos por parte del Colegio son "muy importantes porque suponen una motivación más para seguir trabajando en una profesión que, en mi caso, me apasiona, y, además, son un impulso económico para poder llevarlo a cabo".

lucha contra el intrusismo. "Es importante continuar con esta política, asignando una importante partida presupuestaria a campañas publicitarias de información y difusión de los problemas que pueden derivarse de

acudir a profesionales sin titulación oficial", señaló. Tras finalizar la exposición de Olga Cures, se procedió a la votación de los presupuestos para el ejercicio 2019 y los asistentes los aprobaron por mayoría.

Posteriormente, tuvo lugar un turno de ruegos y preguntas.

Retransmitida en directo

La Asamblea fue celebrada en el salón de actos de la sede colegial. Para aquellos

colegiados que no pudieron asistir, tanto la entrega de premios como la Asamblea fueron íntegramente retransmitidos en directo a través de nuestras redes sociales, donde también se puede visualizar en diferido.

La nueva Junta de Gobierno se presenta ante sus colegiados en un acto previo a la Asamblea General

La nueva decana, Aurora Araújo, agradeció al equipo humano de la nueva Junta su disposición y ganas de trabajar, y puso en valor la diversidad de un equipo que “está dispuesto a sumar ideas y ofrecer dedicación para cambiar las cosas en la profesión”.

La presentación oficial de la nueva Junta de Gobierno de la Institución colegial tuvo lugar el 19 de diciembre, antes de la Asamblea General Ordinaria.

Durante su intervención, la recién elegida decana del Colegio, Aurora Araújo, puso de manifiesto la importancia de continuar trabajando en la dirección correcta para “seguir aportando la mejor visión de la fisioterapia en la sociedad, haciendo hincapié en que nuestra profesión juega un papel fundamental en la calidad de vida de las personas”. De la misma forma, evidenció la necesidad del Colegio de ser “una entidad dinámica que sepa acercarse y adaptarse a las necesidades de los colegiados, en definitiva, un Colegio transparente y un Colegio fuerte”.

Tras el acto tuvo lugar el nombramiento de Tomás Pérez como Defensor del Colegiado, de Daniel Catalán, como Adjunto al Defensor del Colegiado, y de Gema Gallardo como Defensora del Ciudadano.



Defensor del Colegiado y Defensora del Ciudadano



Tomás Pérez, a la izquierda, continúa como Defensor del Colegiado en esta nueva etapa. Su objetivo es proteger los derechos de los profesionales y esclarecer acciones administrativas cuando se lesionen los intereses de los fisioterapeutas. Esta figura actúa

con independencia de la Junta de Gobierno y no está sujeta a mandato alguno, de manera que ejerce sus funciones con completa autonomía. Gema Gallardo, a la derecha, es la nueva Defensora del Ciudadano. Esta figura se creó en 2015 para proteger los



derechos de los usuarios, ayudando a esclarecer las acciones administrativas que impliquen lesión de derechos e intereses particulares de los mismos con ocasión del uso y consumo de los servicios profesionales de los fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid.



Reconocimiento a los colegiados jubilados

Previo a la Asamblea General Ordinaria, Aurora Araujo, decana del CPFCM, hizo entrega de los diplomas de reconocimiento al trabajo y entrega a la profesión de los fisioterapeutas colegiados jubilados. Para la decana, es un reconocimiento "a los fisioterapeutas que durante décadas han luchado por poner en valor la profesión, una profesión que creció a base de trabajar duro".

La decana recordó durante el acto que estos colegiados jubilados "tienen las puertas del Colegio abiertas para seguir aportando su experiencia a la sociedad".



Firma del acuerdo entre el Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid y la Unión de Federaciones Deportivas Madrileñas (UFEDEMA).

Los equipos deportivos multidisciplinares contarán con fisioterapeutas

Vicente Martínez Orga, presidente de UFEDEMA, y Aurora Araujo, decana del CPFCM, firmaron, el pasado 5 de diciembre, un convenio para la prestación de servicios a las 61 federaciones afiliadas y a sus clubes. En la firma también estuvieron presentes el director general de UFEDEMA, Pedro Gironés, y la secretaria general del Colegio, Montserrat Ruiz-Olivares.

Asimismo, con este acuerdo se facilita la formación e incorporación al mercado laboral deportivo de los colegiados madrileños. También se establece un marco de prestación de servicios de los colegiados para federaciones, técnicos, clubes, deportistas, árbitros, comisarios y cualquier otro colectivo de profesionales del deporte que requieran los mismos.



CERTIFICADO DE CONFORMIDAD DE LA MEMORIA.- Ignacio Rodríguez, de IMQ Ibérica, entregó, el pasado 29 de noviembre, el certificado de conformidad de la Memoria de Sostenibilidad del Colegio a su gerente, María del Carmen San Frutos.

Campaña de hábitos posturales en niños en Galapagar

El Colegio y el Ayuntamiento de Galapagar colaborarán en una campaña informativa y educativa en los centros educativos de Educación Infantil y Primaria de la localidad madrileña. Este convenio pretende concienciar sobre los buenos hábitos posturales y de movimiento, así como la prevención de lesiones de espalda en los niños.

el Colegio editará y distribuirá paquetes educativos con diferentes materiales divulgativos e impartirá talleres en cada centro que se haya inscrito en la campaña, a través de fisioterapeutas colegiados. Por su parte, el Ayuntamiento de Galapagar colaborará distribuyendo estos materiales en los centros públicos de Edu-



Momento del acuerdo entre el Ayuntamiento de Galapagar y el CPFCM.

Según los datos de la Institución colegial, se estima que la mitad de los jóvenes en edad escolar padecen problemas de espalda, en la gran mayoría de los casos ocasionados por el uso de malas posturas. Además, este porcentaje aumenta hasta un 75 por ciento en el caso de niños entre 12 y 15 años. Durante esta campaña,

cación Infantil y Primaria que participen. Además, el consistorio ofrecerá el apoyo de los servicios técnicos de la Concejalía de Salud Pública para la coordinación de estos talleres. Con este convenio, la Institución extiende la campaña de concienciación a los centros educativos de Galapagar para el curso 2018/2019.



La actividad física es esencial para prevenir deformaciones en las personas con espina bífida

En edades tempranas, la actividad física supervisada por un fisioterapeuta es clave para prevenir algunos de los síntomas de esta patología, como retracciones y deformaciones.

El CPFCM recordó, con motivo del Día Mundial de la espina bífida, la importancia de la figura del fisioterapeuta en el tratamiento de esta patología, producida por un defecto de cierre del tubo neural en el embrión durante las primeras fases del embarazo. Tal y como explica la profesora de Fisioterapia de la Universidad Europea de Madrid y fisioterapeuta de la Fundación DACER, Vanesa Abuín, "aunque el papel del fisioterapeuta en el tratamiento de los pacientes con espina bífida depende, entre otros factores, de la edad y

nivel de lesión, el movimiento es fundamental y los fisioterapeutas somos los profesionales del movimiento, por lo que debemos fomentarlo de forma activa".

La Fisioterapia, clave

La fisioterapia debe estar presente en el tratamiento de esta patología en todas sus fases, promoviendo la actividad física y los buenos hábitos posturales en niños y adolescentes, y trabajando en la prevención del dolor en la edad adulta.

Por ello, aunque el tratamiento con fisioterapia desde el momento del nacimiento puede

ayudar a prevenir ciertos síntomas que esta enfermedad puede producir a medio y largo plazo, "la labor del fisioterapeuta se extiende durante toda la vida del paciente, acompañándole, a él y a su familia, durante todo el proceso, conscientes de que será un proceso con mucha actividad y ejercicio terapéutico", afirma Abuín. Asimismo, el fisioterapeuta actúa con problemas de movilización con ejercicios específicos y trabajo multidisciplinar para conseguir que la persona que padece espina bífida sea más activa.



#YaSomosFuturo

El CPFCM, presente en un evento sobre profesionales

El Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid (CPFCM) ha colaborado en la organización del encuentro #YaSomosFuturo, evento impulsado por Fundae e Iberinform y organizado por La Neurona, cuyo objetivo era apoyar, impulsar y conectar a los profesionales y luchar por dar a conocer la importancia de estos como motores de la economía, el empleo y la sociedad.

La inauguración, el pasado 27 de noviembre en IFEMA, contó con la presencia de la ministra de Trabajo, Migraciones y Seguridad Social, Magdalena Valerio, quien destacó los principales avances que se lograrán con el consenso. En este sentido, la ministra hizo referencia, entre otros, a la universalización de las coberturas de contingencias profesionales y a la simplificación en la tramitación del cese de actividad, que en la actualidad es muy complejo. "Actualmente es tan difícil de demostrar, que la mayoría de las peticiones son denegadas", señaló. Tras el acto de apertura, se impartieron un conjunto de ponencias de expertos en las que se abordaron temas como el emprendimiento, la contratación con la Administración Pública y las ayudas a los pequeños autónomos y emprendedores.

El Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid fue noticia por varios motivos durante el pasado mes de diciembre.

- La Institución colegial firmó un convenio de colaboración con el Ayuntamiento de Galapagar para incluir la campaña escolar en los centros educativos de esta localidad. De este acuerdo se hicieron eco diversos medios de comunicación, entre los que destacan El Economista, Madrid Actual y Acta Sanitaria.
- La entrega a colegiados madrileños de los premios al Mejor Proyecto de Investigación y el Mejor Proyecto de Fin de Grado, antes de la celebración de la Asamblea General Ordinaria del Colegio, fue otro de los principales temas de este mes. Esta información fue recogida por Acta Sanitaria y el generalista PR Noticias, entre otros.
- Además, el anuncio de las viñetas informativas de la Institución colegial por Navidad en las pantallas de la madrileña Plaza del Callao también ocupó un espacio en diarios digitales, como la agencia Servimedia.
- Destaca, también, la repercusión obtenida con el video-consejo mensual, dedicado en esta ocasión al ejercicio terapéutico. Los medios que se hicieron eco de estas recomendaciones fueron El Economista, Acta Sanitaria o Siglo XXI.
- Por último, Cuídate Plus publicó una entrevista a Guido Gómez, miembro de la Comisión de Actividad Física y el Deporte, sobre lesiones en corredores.

Conoce tu Colegio

Cómo acceder a la Plataforma de Conocimiento Compartido

Desde la página web del Colegio se puede acceder a la Plataforma de Conocimiento Compartido, cuya base de datos dispone de casi 800 revisiones clínicas, cerca de 100 instrumentos de investigación, información de AHFS sobre más de 11.700 medicamentos y sus fabricantes, más de 9.800 imágenes, manuales de referencia clave, 3.000 temas relevantes sobre educación del paciente en inglés y español, y actualizaciones clínicas relevantes.

Para facilitar el acceso a los colegiados, a continuación se explican los pasos a seguir para obtener las ventajas de este centro de datos tan potente que tienen a mano.

Desde la página web del Colegio, www.cfisiomad.org, hay que acceder a la zona de colegiados, cumplimentando las casillas de 'Usuario' y de 'Contraseña'.



Se desplegará un menú al que solo podrán acceder los colegiados. De todas las opciones, hay que hacer 'click' en 'Servicios colegiales'.



A continuación, se abrirá una nueva página con una serie de botones de color marrón con letras en blanco. Hay que hacer 'click' sobre 'Biblioteca'.



Aparecerá una explicación sobre los servicios que ofrece la Biblioteca. Al final del texto hay que pinchar encima de la pestaña titulada 'Conocimiento Compartido'.



Y, ya está. La parte superior cuenta con un buscador y justo debajo de la imagen se encuentra desplegado el menú de la Plataforma de Conocimiento Compartido.



Un nuevo programa de ejercicio mejora la calidad de vida de los pacientes con EPOC

La directora de la Escuela Universitaria de Fisioterapia de la ONCE, Ana Varas, ha publicado en la revista "Physiotherapist Research International" un artículo sobre la efectividad de un programa de ejercicio en comunidad para pacientes con EPOC.

Las dos principales líneas de investigación del estudio han sido "el ejercicio autoadministrado en pacientes con EPOC y el mantenimiento o la duración de los efectos del entrenamiento físico en estos pacientes", aclara Varas.

El proyecto consistió en aplicar a 35 sujetos un programa de ejercicio físico basado en caminar de forma autoadministrada. Varas lo explica: "El programa consta de ocho semanas de duración. En la primera, al paciente se le adiestra para que, en las siete siguientes, realice los ejercicios por su cuenta cumpliendo unas pautas y manteniendo un seguimiento telefónico semanal".

Los resultados se evaluaron a los tres y a los 12 meses, una vez finalizado el programa. El objetivo era medir a medio y largo plazo los datos de una serie de variables, como el nivel de actividad física, la calidad de vida, la sensación de

Inauguramos esta nueva sección en la que se informará sobre investigaciones y artículos publicados en revistas científicas por los colegiados madrileños. La fisioterapeuta Ana Varas demuestra que un programa sencillo de ejercicio es muy beneficioso para las personas con EPOC.



Ana Varas, directora de la Escuela Universitaria de Fisioterapia de la ONCE.

disnea, la capacidad de ejercicio y el número de exacerbaciones.

Conclusiones

Según el estudio, el programa mejora la capacidad de ejercicio, la calidad de vida y el nivel de actividad física, resultados que se mantienen durante 12 meses de seguimiento, sin interrupción.

Por otra parte, este ejer-

cicio no consiguió modificar los efectos de la disnea ni el número de exacerbaciones.

Un programa sencillo

"Queríamos evaluar si un programa sencillo puede conseguir cambios ya que los complejos no consiguen la adhesión del paciente", asegura Varas.

En este programa, al paciente se le pautaba

simplemente la duración y la intensidad de las caminatas. "Mediante controles mensuales, observamos una fuerte adhesión de la mayoría de los pacientes, los cuales seguían entrenando". Está demostrado que la rehabilitación pulmonar es una parte más del tratamiento de estos pacientes, al nivel que el tratamiento farmacológico o con oxigenoterapia.

Sin embargo, "cuando estos pacientes dejan el tratamiento se pierden los efectos a partir de los seis meses, y no contamos con suficiente estructura logística para repetir periódicamente estos tratamientos", lamenta Varas.

Investigación

Actualmente, la investigación en este campo va orientada a diseñar estrategias que sean más costo-eficaces, más extensibles a la población y que no estén necesariamente vinculadas a centros hospitalarios en los que los programas de educación pulmonar requieren una infraestructura y un coste económico mayor y que, además, los efectos que se consiguen se mantengan en el tiempo.

"Este programa permite hacer un seguimiento a bajo coste, asumible desde Atención Primaria o desde cualquier centro privado", concluye la fisioterapeuta.

Para Ana Varas, su artículo puede ayudar a "diseñar estrategias que permitan ser dirigidas desde el ámbito de la Fisioterapia en Atención Primaria y en privado, y que consigan que los programas se mantengan en el tiempo".

"Este sencillo programa, que se basa en caminar de forma autoadministrada, mejora la capacidad de ejercicio y el nivel de actividad física"

Gloria Escudero

Fisioterapeuta, cooperante internacional

“Es un regalo de la vida poder hacer un voluntariado”

La fisioterapeuta ha sido cooperante internacional en un proyecto que la Fundación Vicente Ferrer tiene en Anantapur, India, gracias a una beca concedida por el Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid.

¿Por qué has decidido ser cooperante internacional?

Consideré que era una buena oportunidad para ayudar a poblaciones desfavorecidas, además de ser una oportunidad profesional y personal para crecer.

¿Y por qué en la India?

Necesita mucha ayuda. Quería aportar mi granito de arena por sí, poco a poco, se pueden ir cambiando las cosas.

Has sido voluntaria en un proyecto que la Fundación Vicente Ferrer lleva a cabo en Anantapur. ¿En qué consistía?

El proyecto ha sido llevado a cabo por el Colegio Profesional de Fisioterapeutas de Andalucía, en colaboración con la Fundación Vicente Ferrer. Al venir a vivir a Madrid y colegiarme en el CPFCM, tuve la suerte de recibir la beca de voluntariado internacional Lorena Enebral. El objetivo del proyecto era formar al fisioterapeuta indio y, por supuesto, colaborar con la Fundación.

¿Conocías la labor de la Fundación Vicente Ferrer?

Tenía cierto conocimiento de la Fundación pero no sobre

cómo se podía ayudar. Nuestro papel en el proyecto fue ayudar de manera asistencial y formar al fisioterapeuta, especialmente, en el área respiratoria y a nivel postparto y periparto, porque son áreas menos trabajadas. Otros cooperantes se centraban en otras áreas, de manera que, entre todos, completábamos su formación. La figura del fisioterapeuta en la India es muy importante.

¿Cuál es la situación de la Fisioterapia en la India?

Los hospitales son todos privados y cuentan, generalmente, solo con un fisio-

terapeuta para todos los pacientes. Además, suele ser una figura masculina, lo cual es un problema porque los hombres no pueden entrar en el área de Obstetricia, por ejemplo. Hay que fomentar la figura del fisioterapeuta en el postoperatorio, en todas las intervenciones quirúrgicas y en todas las áreas, como Pediatría, por ejemplo.

¿Qué conclusiones sacas de esta experiencia?

Ha sido una experiencia increíble, indescriptible y enriquecedora. A nivel personal, he conseguido entender mejor su cultura y me llevo

de vuelta miradas muy profundas y mucho humor. A nivel profesional, he aprendido mucho. He trabajado con radiografías y lesiones por accidentes de tráfico muy impactantes, y he tenido la posibilidad de estar presente en partos. En cuanto a los sanitarios de allí, tenemos un trabajo profundo de concienciación porque muchas veces tienen los conocimientos y el material, como unos guantes o mascarillas, pero no siempre los utilizan.

¿Qué problemas de salud tienen en la India rural?

Los principales problemas de salud son la escasez de agua, debido a la sequía, y una falta de higiene alarmante, con un índice de salubridad bajísimo. Además, al estar en la zona rural está el peligro de enfermedades como la malaria, el dengue y el sida. Hay mucha falta de información. También nos hemos encontrado a niños con picaduras de escorpión, serpientes... Todo esto aumenta el índice de morbilidad. En cuanto al hospital, es increíble lo que ha hecho la Fundación. En atención y estructura parecen hospitales europeos, y



La fisioterapeuta voluntaria Gloria Escudero, acompañada de dos enfermeras durante el tratamiento de un paciente en el hospital de Anantapur.



la formación de los médicos es muy alta. En este caso, no parece un país en vías de desarrollo.

¿En qué consistía vuestra ayuda en el día a día?

He trabajado en el área hospitalaria y he entregado

todo el amor que he podido, pero ellos me han aportado mucho más cariño y amor. A nivel hospitalario, hemos contribuido a formar a enfermeras del hospital y al fisioterapeuta. Pero, repito, el papel clave de concienciarles para seguir creciendo.

¿Qué tratamientos son los que más demandan?

En la sala de fisioterapia el tratamiento más demandado es la terapia manual. Cuentan con electroestimulación para trabajar las parálisis faciales, un destacable trabajo de rehabilitación, debido a la cantidad de accidentes de tráfico, y una gran labor en el tema respiratorio y en Maternidad, Obstetricia y Ginecología. En este último caso, la fisioterapia es clave para aliviar los dolores de la mujer que va a dar a luz y la recuperación postparto. Hay que tener presente que el parto es un poco agresivo, por lo que necesitan una rehabilitación considerable y unas medidas de higiene para que no sufran infecciones.

becas a cooperantes internacionales?

Me parece muy destacable y necesaria la labor del CPFCM en ayudar a los fisioterapeutas a que hagan este tipo de colaboración internacional. Es muy interesante que se pongan en marcha este tipo de becas para ayudar a poblaciones tan desfavorecidas, como la India. Además, sin la ayuda del Colegio y de la Fundación Vicente Ferrer yo no hubiera podido colaborar. Estoy muy agradecida.

¿Recomendarías solicitar una beca de cooperación?

Lo recomiendo porque a nivel profesional y a nivel personal te hace crecer, abrir los ojos y salir de esta burbuja en la que

“He trabajado con radiografías y lesiones por accidentes de tráfico muy impactantes, y he tenido la posibilidad de estar presente en partos”

¿También dais pautas a los pacientes para continuar su rehabilitación en casa?

A algunos pacientes se les dan una serie de pautas, similares a las que daríamos en España, pero más sencillas. Sobre todo, a los pacientes con trauma, de rehabilitación postcirugía, a los hospitalizados en respiratorio y a las mamás, para que pudieran trabajar con los pequeños. Realizamos algunos folletos esquematizados para que se pudiera explicar y entender fácilmente.

¿Qué te parece que haya entidades como el Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid que otorguen

vivimos. Con el estrés diario de la familia y el trabajo no valoramos muchas cosas. Es también una lección de honestidad y humildad. Es un regalo de la vida poder hacer un voluntariado.

¿Es altruista el fisioterapeuta?

Casi todos los fisioterapeutas tenemos ese sentido de querer ayudar a los demás. Es un profesional que se puede sentir muy identificado con la figura del voluntariado. En nuestro día a día y en nuestra profesión, de algún modo, hacemos en muchos momentos una acción de voluntariado.

Pedro Fernández
Fotos: Jorge Villa

Cursos y jornadas

Del 25 de enero al 28 de abril de 2019

Fisioterapia manual e invasiva y procedimientos ecoguiados en el manejo del dolor de origen musculoesquelético. III Edición

Dirigido a: 24 colegiados.

Docentes: Daniel Pecos y Alejandro Garrido.

Precio: 300 euros.

Objetivos: conocer la evolución del tratamiento manual y de la punción seca dentro de la Fisioterapia; aprender las diferentes técnicas que se pueden utilizar dentro del tratamiento manual e invasivo con punción seca, y explicar los posibles efectos mecánicos y fisiológicos relacionados con el tratamiento del dolor de origen musculoesquelético.

Más información en
tu dispositivo móvil:



Del 1 al 3 de febrero de 2019

Razonamiento clínico en Fisioterapia. I Edición



Dirigido a: 20 colegiados.

Docentes: Pablo César García.

Precio: 135 euros.

Objetivos: aumentar los conocimientos del Profesional Clínico de la Salud (PCS) sobre razonamiento clínico, intuición y toma de decisiones y funcionamiento del cerebro en estas actividades, y aplicar estrategias que mejoren el razonamiento con los pacientes. También, comprender la mejor evidencia disponible sobre razonamiento clínico y cómo aplicarla con los pacientes sobre cognición, metacognición y comprender cuál es el papel de la intuición en la toma de decisiones y cómo optimizarla. Por último, saber cómo razona el cerebro para sacarle el máximo rendimiento, identificar qué tipo de estrategias de razonamiento se utiliza y descubrir qué errores se cometen a la hora de razonar y aprender estrategias para eliminarlos.

Más información en
tu dispositivo móvil:



Del 8 al 10 de febrero de 2019

Control motor-ejercicio terapéutico en la zona cervical-cintura escapular. IV Edición

Dirigido a: 24 colegiados.

Docente: Pablo Vera.

Precio: 125 euros.

Objetivos: conocer la evidencia científica en la aplicación de ejercicio terapéutico en patología musculoesquelética de la zona cervical y escapular; exposición de los nuevos paradigmas biomecánicos necesarios para la correcta evaluación y aplicación de ejercicio terapéutico en esta zona; ser capaz de relacionar los hallazgos en el examen clínico con los síntomas del paciente, y reconocer la existencia de subclasificaciones clínicas necesarias para la mejora de resultados terapéuticos, entre otros.



Más información en tu dispositivo móvil:



Del 1 de febrero al 3 de marzo de 2019

Valoración y tratamiento del sistema fascial

Dirigido a: 20 colegiados.

Docente: Óscar Sánchez.

Precio: 235 euros.

Objetivos: 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 estrategias más adecuadas y precisas, si es el caso.

Del 8 al 10 de marzo de 2019

Estrategias cognitivo-conductuales para el manejo del paciente con dolor crónico en Fisioterapia. IV Edición.



Dirigido a: 24 colegiados.

Docentes: Gloria González.

Precio: 145 euros.

Objetivos: Conocer los mecanismos básicos del dolor y su relación con procesos psicoemocionales; aprender a conectar y crear un vínculo paciente-terapeuta que facilite la intervención terapéutica; conocer las dificultades emocionales del paciente con dolor crónico y aprender las técnicas de comunicación efectivas; cono-

cer los principios básicos de la terapia cognitivo conductual y su adecuada aplicación en Fisioterapia; aprender a observar y a detectar dificultades en el proceso y a derivar, en caso necesario, al psicólogo, y planificar los objetivos del tratamiento por parte del paciente y por parte del terapeuta.

Más información en tu dispositivo móvil:



La dieta grasa daña el cerebro adolescente

Un estudio de la Universidad CEU San Pablo relaciona el consumo de los adolescente de comida rápida, con alto contenido en grasas saturadas, con el deterioro de funciones cerebrales, como el aprendizaje y la memoria.



El consumo de dietas con alto contenido en grasas saturadas tiene efectos nocivos en el cerebro adolescente y, en concreto, sobre los procesos vinculados al apren-

dizaje y la memoria. Algunos de los alimentos ricos en grasas saturadas son el aceite de coco, la mantequilla, la carne de vaca y de cerdo, o la manteca de cerdo, entre otros.

Esta es una de las conclusiones de un estudio realizado por Mariano Ruiz-Gayo y Nuria Del Olmo, investigadores de la Facultad de Farmacia de la Universidad CEU San Pablo. El estudio ha sido publicado en la revista científica "Frontiers of Cellular Neuroscience".

En la revista científica también se describen los procesos por los que los alimentos conocidos como comida rápida influyen en el Sistema Nervioso Central e inducen deterioros "importantes" en la conducta de humanos y roedores.



La mayoría de los médicos usan WhatsApp con sus pacientes

El 61 por ciento de los médicos en España habla con sus pacientes a través de WhatsApp, según datos facilitados por el director ejecutivo y cofundador de Mediquo, Guillem Serra. Mediquo es una aplicación móvil que facilita la comunicación instantánea entre pacientes y profesionales sanitarios. Serra ofreció estos datos en el encuentro del ciclo 'Ageing Nomics, el futuro de la salud en el mundo conectado', organizado por Mapfre y Deusto Business School, el pasado mes de diciembre. El director de Salud Digital de Mapfre, Pedro Díaz, cree que se está produciendo "una revolución en los hábitos de uso y consumo de las tecnologías", y que el usuario "empieza a buscar una experiencia de cliente para convertirse en pieza clave en el desarrollo del producto o servicio".

La fisioterapia puede reducir el abuso a los opioides

Los pacientes que recibieron fisioterapia poco después de tener un diagnóstico de dolor en el hombro, el cuello, la espalda baja o la rodilla registraron de un siete a un 16 por cien-

to menos probabilidades de tomar opioides, según un estudio realizado por investigadores de las universidades de Duke y de Stanford, en Estados Unidos, con el profesor Steven

George como autor principal. Para los pacientes, la terapia física temprana se asoció con una reducción del cinco al 10 por ciento en la cantidad de medicamento que utilizaron.

Estos hallazgos proporcionan evidencia de que la terapia física puede ser un enfoque útil, no farmacológico, para controlar el dolor musculoesquelético severo.

Identificadas nuevas variantes genéticas implicadas en el cáncer colorrectal

Un estudio internacional publicado en la revista "Nature Genetics", en el que han colaborado investigadores españoles del Centro de Investigación Biomédica en Red (Ciber), ha identificado 40 nuevas variantes genéticas implicadas en la predisposición germinal al cáncer colorrectal, lo que permite avanzar en el conocimiento de

la arquitectura genética de este cáncer. Ciertas alteraciones en el ADN germinal, presente en todas nuestras células al nacer, pueden predisponer a la enfermedad. La identificación de estas nuevas 40 variantes, junto con las 60 halladas anteriormente, hace aumentar a 100 el número de variantes genéticas conocidas.



Las mujeres padecen más las enfermedades inflamatorias

Las enfermedades inflamatorias inmunomediadas son más prevalentes en mujeres y adultos de entre 40 y 60 años, según los resultados del "Estudio de prevalencia de las enfermedades inflamatorias inmunomediadas (IMID) en la población española", dirigido por el catedrático de Medicina Preventiva y Salud Pública de la Universidad Rey Juan Carlos, Ángel Gil de Miguel. Los resultados del trabajo, realizado sobre una muestra de 8.000 personas mayores de 16 años, señalan que estas enfermedades afectan al 4,06 por ciento de las mujeres, frente al 2,7 por ciento de los hombres.

Patologías como la artritis psoriásica, la artritis reumatoide, la colitis ulcerosa, la enfermedad de Crohn, la espondilitis anquilosante, la hidradenitis supurativa, el lupus eritematoso sistémico y la uveítis, tienen una mayor prevalencia en mujeres. Por el contrario, la psoriasis y la sarcoidosis afectan más a los hombres. Estas patologías de carácter crónico están originadas por alteraciones del sistema inmunológico y afectan a más de 2,5 millones de personas en España. El estudio muestra que las IMID son más prevalentes en la edad adulta, con una prevalencia del 2,92 por ciento entre los 41 y 60 años, y del 2,08 por ciento entre 61 y 80 años. Además, esta investigación concluye que la prevalencia de todas las patologías IMID sigue una tendencia similar, aumentando gradualmente con la edad y alcanzando su pico entre los 40 y 60 años.



España realiza 300 trasplantes cardiacos al año

El número de trasplantes de corazón que se realizan en España se ha estabilizado en torno a los 300 procedimientos anuales. Así lo indica la "Revista Española de Cardiología", que ha publicado los últimos datos del Registro Español de Trasplante Cardíaco de la Sección de Insuficiencia Cardíaca de la Sociedad Española de Cardiología (SEC). Según dicho registro, el pasado ejercicio se realizaron 304 trasplantes de corazón, 23 de los cuales fueron trasplantes pediátricos llevados a cabo en menores de 16 años. Aproximadamente, tres de cada cuatro pacientes intervenidos fueron varones.

Asocian la progresión de la EPOC a la diversidad de la flora

La aparición de la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) se asocia a la colonización del árbol bronquial por microorganismos potencialmente patógenos desde los primeros estadios de esta dolencia respiratoria. Sin embargo, recientemente, se ha constatado que su progresión y las exacerbaciones se asocian a una pérdida de la diversidad de la flora bacteriana (microbioma) en el árbol broncopulmonar, así como a la colonización por microorganismos patógenos. Estos hallazgos han sido publicados en Archivos de Bronconeumología, la revista científica de la Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica (Separ).

Así, los estudios que han examinado el microbioma broncopulmonar en pacientes con EPOC estable han observado diferencias claras respecto a la flora propia de las personas sanas.

Convocatoria para los Premios San Juan de Dios

La Escuela de Enfermería y Fisioterapia 'San Juan de Dios' de la Universidad Pontificia de Comillas ha convocado una nueva edición de sus premios en cuatro modalidades: Trabajo de Investigación, con un premio de 3.000 euros, Proyecto de Investigación, con 4.000 euros para el ganador, Trabajo Fin de Grado, que dota al ganador de 500 euros, y Trabajo Fin de Máster, premiado con 1.000 euros. El plazo de entrega expira el próximo 20 de febrero de 2019.

Los proyectos o trabajos deberán versar sobre el ejerci-

cio profesional de la Fisioterapia. Se tendrá en especial consideración el interés científico del contenido, la originalidad, el valor de la investigación y sus posibilidades de aplicación.

Los proyectos deberán presentarse en lengua española, portuguesa o inglesa y deberán ser inéditos, no siendo aceptados los presentados en otras jornadas o congresos. Todas las modalidades deberán enviarse *online* a la siguiente dirección de correo electrónico: certamen.fisioterapia@comillas.edu.

Las jornadas anuales de la Escuela de la ONCE tratan sobre el ejercicio terapéutico

Ejercicio Terapéutico es el título de las 29 Jornadas de la Escuela Universitaria de Fisioterapia de la ONCE, que se celebrarán los días 1 y 2 de marzo de 2019, y cuyo plazo de inscripción se encuentra abierto.

En estas jornadas, en las que se darán cita importantes expertos nacionales e internacionales, se expondrán las últimas investigaciones sobre la influencia de esta modalidad terapéutica en diferentes campos clínicos, como los trastornos y lesiones del sistema musculoesquelético, las afecciones cardiorrespiratorias, los



procesos oncológicos, los trastornos de salud mental y el dolor crónico.

Manuel Arroyo, Elisa Benito, Daniel Catalán, Antonio Cuesta, Miguel Ángel Galán, Francisco García, Paula Kinde-
delan, Michel Le Métayer, Jo

Nijs, Gustavo Plaza, Ángela Río, Alejandro San Juan, Francisco Santomé, M^a Dolores Sosa, Julia Treleaven o Ana B. Varas, entre otros, son algunos de los ponentes de estas jornadas.

Entre los temas a tratar

destacan los beneficios del ejercicio terapéutico sobre la lesión del deportista de alto rendimiento adaptado y paralímpico, sistematizar la prescripción óptima de ejercicio terapéutico en Fisioterapia o el ejercicio terapéutico y educación en neurofisiología del dolor.

Además, se abordarán otros aspectos, como los programas cognitivo-conductuales que incluyen el ejercicio físico en el tratamiento de la migraña, el ejercicio terapéutico en pacientes con dolor crónico y la efectividad del ejercicio terapéutico en pacientes con fibromialgia.



VAL D'ARAN

La esencia de los Pirineos

La Val d'Aran, con una extensión de 620 kilómetros y con el 30 por ciento de su territorio por encima de los 2.000 metros de altitud, cuenta con una riqueza cultural y una oferta turística de alta calidad, gracias a su orografía, con valles colgados, sus nieves perpetuas y sus maravillosos pueblos. Geográficamente, limita al norte con Francia, al sur con la Alta Ribagorza y Aragón, al este con el Pallars Sobirà y al oeste, de nuevo, con Aragón y Francia.

NO TE PIERDAS...

Iglesia de Sant Miquèu

La iglesia configura el centro de Vielha, junto al edificio porticado del Ayuntamiento, la Oficina de Turismo y el edificio de Correos que, en su interior, cuenta con el preciado Cristo de Mijaran.

La Val d'Aran está formada por 33 pueblos, con algo más de 10.000 habitantes, con unas características muy peculiares: están hechos de piedra, madera y pizarra, y todos cuentan con unas románicas iglesias muy singulares.

Baqueira

En esta época de nieve no podemos pasar por alto visitar la estación invernal de Baqueira, declarada Centro de Interés Turístico Nacional. Dispone de más de 150 kilómetros esquiables en montañas que superan en algún punto los 2.500 metros. Pero en Baqueira no todo es esquí. En invierno, además de practicar este deporte, se puede realizar senderismo y raquetas de nieve.

La capital, Vielha

El 40 por ciento de la población del valle se encuentra en Vielha, capital de la Val d'Aran. Es una pequeña ciudad pirenaica rodeada de cumbres en cuyas

calles contrastan las grandes y nuevas avenidas con las calles estrechas y las casas antiguas de su casco viejo, ideal para degustar variadas ofertas culinarias en sus muchos restaurantes.

MÁS INFORMACIÓN

Ayuntamiento de Vielha

Carrèr Sarriulèra, 2, 25530 Vielha, Lérida
Tel. 973 64 00 18
Página web: www.vielha-mijaran.org/ar/

GASTRONOMÍA

La gastronomía local cuenta con platos contundentes, como las sopas o los estofados de aves y caza, sin olvidarnos de la conocida olla aranesa. Este plato consiste en un cocido compuesto por diferentes carnes y



embutidos (gallina, ternera, panceta, butifarra y huesos de jamón), verduras (zanahorias, patatas, col, puerro, cebollas y apio), judías blancas y fideos.

FISIOTERAPIA INFANTIL

Fisioterapia Respiratoria

Pediátrica. 5ª edición

Organiza: ARIS Atención Temprana. Centro Concertado con la Comunidad de Madrid

Lugar: ARIS. C/ Antonio Leyva 25, Madrid (presencial)

Duración: 67 horas lectivas teórico-prácticas (4 módulos)

Fecha: del 16 de marzo al 19 de mayo de 2019

Precio: 920 €. Consultar descuentos. Pago fraccionado

Información: 91 462 62 22
<http://grupo-aris.es/formacion/matriculate/fisioterapia-respiratoria-5a-edicion/formacion@grupo-aris.es>

Dirigido a: Fisioterapeutas

Neurorrehabilitación basada en la evidencia en Atención Temprana y Pediatría

Organiza: Terapia Manual Formación

Lugar: Centro DACER. Calle Francisco Ayala, 10, San Sebastián de los Reyes, Madrid

Duración: 100 horas lectivas

Fecha: Seminario 1 (23 y 24 de febrero), Seminario 2 (16 y 17 de marzo), Seminario 3 (27 y 28 de abril), Seminario 4 (18 y 19 de mayo) y Seminario 5 (22 y 23 de junio)

Precio: 1.100 €

Información: 687 71 60 14
<https://terapia-manual.com/especialidad/neurologia/299-at4mdr>
[cursos@terapia-manual.com](mailto: cursos@terapia-manual.com)

Dirigido a: Fisioterapeutas

PILATES TERAPÉUTICO

Pilates Marwork (suelo) para fisioterapeutas. Ed. 22 Madrid

Organiza: Terapia Manual Formación

Lugar: Kapalua Fisioterapia.

Calle Laurel, 18, Madrid

Duración: 20 horas lectivas

Fecha: 23 y 24 de febrero de 2019

Precio: 200 €

Información: 687 71 60 14
<https://terapia-manual.com/especialidad/pilateshipo/307-psuelo22mdr>
[cursos@terapia-manual.com](mailto: cursos@terapia-manual.com)

Dirigido a: Fisioterapeutas

Instructor de fisiopilates.

Ed. 5. Madrid

Organiza: Terapia Manual Formación

Lugar: Kapalua Fisioterapia, calle Laurel, 18, Madrid

Duración: 120 horas lectivas

Fecha: 23 y 24 de febrero; 9 y 10, 30 y 31 de marzo; 13 y 14, 25 y 26 de abril, y 8 y 9 de junio de 2019

Precio: 1.250 €

Información: 687 71 60 14
<https://terapia-manual.com/especialidad/pilateshipo/383-instpilates5mdr>
[cursos@terapia-manual.com](mailto: cursos@terapia-manual.com)

Dirigido a: Fisioterapeutas

TERAPIA MANUAL

Hypopressive Fitness System (HFS)® Estáticos. Ed. 12. Madrid

Organiza: Terapia Manual Formación

Lugar: Kapalua Fisioterapia.

Calle Laurel, 18, Madrid

Duración: 20 horas

Fecha: 2 y 3 de marzo de 2019

Precio: 285 €

Información: 687 71 60 14
<https://terapia-manual.com/especialidad/pilateshipo/408-hipopressive12mdr>

[cursos@terapia-manual.com](mailto: cursos@terapia-manual.com)

Dirigido a: Fisioterapeutas

Articulación sinovial temporomandibular dentaria.

Razonamiento, diagnóstico

y tratamiento eficaz de la Fisioterapia

Organiza: CESADEBI (Luis A. Herrera Gil)

Lugar: Calle Salvador Dalí, 4, Local 7, esquina Calle Gran Capitán. 28933, Madrid

Duración: 16 horas

Fecha: 2 y 3 de marzo de 2019

Precio: 150 €

Información: 650 70 77 26
www.cesadebi.com
[formacion@cesadebi.com](mailto: formacion@cesadebi.com)

Dirigido a: Fisioterapeutas

VARIOS

Máster online en Electroterapia en Fisioterapia

Organiza: Universidad Cardenal Herrera

Lugar: <https://cursosmedicina.com/masters/master-electroterapia-fisioterapia>

Duración: 1 año

Fecha: del 3 de enero de 2019 al 2 de febrero de 2020

Precio: 3.900 €

Información: 902 10 34 35
<https://cursosmedicina.com/masters/master-electroterapia-info@cursosmedicina.com>

Dirigido a: Fisioterapeutas

Punción seca en el síndrome del dolor miofascial (puntos gatillo miofasciales)

Organiza: Fisiofocus, SL

Lugar: Calle Saturnino Calleja, nº 6, 1º A, 28002, Madrid

Duración: 40 horas lectivas

Fecha: del 2 de marzo al 7 de abril de 2019

Precio: 460 €

Información: 615 85 25 76

<https://www.fisiofocus.com/es/curso/puncion-seca-madrid-2>

secretaria@fisiofocus.com

Dirigido a: Fisioterapeutas

Neurodinámica: movilizaciones del sistema nervioso periférico

Organiza: Fisiofocus, SL

Lugar: Calle Saturnino Calleja, nº 6, 1º A, 28002, Madrid

Duración: 20 horas lectivas

Fecha: del 9 al 10 de marzo de 2019

Precio: 230 €

Información: 615 85 25 76

<https://www.fisiofocus.com/es/curso/fisioterapia-neurodinamica-madrid-1>

secretaria@fisiofocus.com

Dirigido a: Fisioterapeutas

Tratamiento de la extremidad superior en el paciente neurológico

Organiza: Fisiofocus, SL

Lugar: Calle Saturnino Calleja, nº 6, 1º A, 28002, Madrid

Duración: 20 horas lectivas

Fecha: del 9 al 10 de marzo de 2019

Precio: 250 €

Información: 615 85 25 76

<https://www.fisiofocus.com/es/curso/tratamiento-extremidad-superior-paciente-neurologico-madrid>

secretaria@fisiofocus.com

Dirigido a: Fisioterapeutas

Kinesiotaping (Vendaje Neuromuscular)

Organiza: Fisiofocus, SL

Lugar: Calle Saturnino Calleja, nº 6, 1º A, 28002, Madrid

Duración: 15 horas lectivas

Fecha: del 16 al 17 de marzo de 2019

Precio: 180 €

Información: 615 85 25 76

<https://www.fisiofocus.com/es/curso/kinesiotape-vendaje-neuromuscular-madrid>

secretaria@fisiofocus.com

Dirigido a: Fisioterapeutas

Técnicas manipulativas y de energía muscular de columna, pelvis y extremidad superior e inferior

Organiza: Fisiofocus, SL

Lugar: Calle Saturnino Calleja, nº 6, 1º A, 28002, Madrid

Duración: 40 horas lectivas

Fecha: del 16 de marzo al 28 de abril de 2019

Precio: 450 €

Información: 615 85 25 76

<https://www.fisiofocus.com/es/curso/tecnicas-manipulativas-1>

secretaria@fisiofocus.com

Dirigido a: Fisioterapeutas

Valoración y tratamiento de la ATM: Disfunción craneomandibular

Organiza: Fisiofocus, SL

Lugar: Calle Saturnino Calleja, nº 6, 1º A, 28002, Madrid

Duración: 20 horas lectivas

Fecha: del 23 al 24 de marzo de 2019

Precio: 240 €

Información: 615 85 25 76

<https://www.fisiofocus.com/es/curso/fisioterapia-atm-madrid>

secretaria@fisiofocus.com

Dirigido a: Fisioterapeutas

Neurofisioterapia en lesiones del lóbulo frontal: de la neuroanatomía a la práctica clínica

Organiza: Fisiofocus, SL

Lugar: Calle Saturnino Calleja, nº 6, 1º A, 28002, Madrid

Duración: 16 horas lectivas

Fecha: del 29 al 31 de marzo de 2019

Precio: 220 €

Información: 615 85 25 76

<https://www.fisiofocus.com/es/curso/neurofisioterapia-lesiones-lobulo-frontal-madrid>

secretaria@fisiofocus.com

Dirigido a: Fisioterapeutas

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

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

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

Toyota C-HR

Un SUV para que circules libremente por Madrid

Toyota fue la marca pionera en el lanzamiento al mercado de vehículos híbridos. Hace más de 20 años, en 1997, nació el primer Prius. A diferencia de los automóviles eléctricos y de los híbridos enchufables, no era necesario conectarlo a la red eléctrica, sino que funcionaba con gasolina, como cualquier otro vehículo. Las baterías eléctricas eran autorrecargables al frenar o, simplemente, al dejar de acelerar. El coche

siempre arrancaba en modo eléctrico y circulaba así hasta los 50 km/h o durante dos kilómetros, siempre que se acelerase con suavidad.

Más tarde, comenzó a funcionar el motor gasolina para propulsar al C-HR. Siempre que las condiciones sean las adecuadas el C-HR circulará en modo eléctrico pudiendo, en ocasiones, alcanzar los 90-100km/h de manera eléctrica, con el consiguiente ahorro de gasolina.

Hasta ahora, los híbridos se limitaban a utilizar el modo eléctrico en ciudad pero, con este nuevo motor de 122 CV de potencia, su uso es más

habitual. Incluso el conductor suele adaptarse para exprimir el rendimiento de su motor eléctrico al máximo posible, ahorrando gasolina y conduciendo de una manera más suave, tranquila y segura.

Estos vehículos cuentan con la etiqueta ECO de la DGT, lo que les permite circular por Madrid central en casi todos los protocolos de medidas por alta contaminación. Además, cuenta con un 50 por ciento de descuento en el Servicio de Aparcamiento Regulado.

El C-HR es un SUV compacto con un diseño espectacular que no dejará indiferente a nadie. Posee unas

cotas interiores bastante generosas. Aunque dé la sensación de falta de espacio posterior, debido al tamaño de sus ventanillas traseras, cosas del diseño, con el metro en mano se puede comprobar que son suficientemente generosas. Todos los híbridos Toyota llevan una caja de cambios automática de variador continuo, lo que consigue una conducción sencilla y cómoda, al no tener que cambiar de marchas.

No es un coche rápido y es verdad que hay SUV con 122 CV de potencia que aceleran mejor, pero ninguno de estos podrá disponer de la etiqueta ECO, ni circular gastando tan poco.

Sin duda, es una gran compra, más ahora con las restricciones de circulación del Ayuntamiento de Madrid.

Guillermo Mielgo
Colegiado nº 1517





Colegio Profesional de
FISIOTERAPEUTAS
COMUNIDAD DE MADRID

Colegiarse tiene muchas ventajas

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

¡Infórmate!

SEGURO DE RESPONSABILIDAD CIVIL

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

ASESORÍAS

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

FORMACIÓN

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

PUBLICACIONES REMITIDAS AL COLEGIADO

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

BIBLIOTECA PRESENCIAL Y VIRTUAL

- Servicio de préstamo y consulta. Acceso a más de 2.200 volúmenes, asesoramiento y consulta de revistas
- Biblioteca virtual
- Acceso a Atlas de Anatomía 3D, Histología y Radiología
- Acceso a la Plataforma de Conocimiento Compartido

VENTANILLA ÚNICA

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

COMUNICACIÓN 2.0

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

AYUDAS ECONÓMICAS POR NACIMIENTO DE HIJOS DE COLEGIADOS

12 BECAS DE FORMACIÓN PARA ASISTIR CURSOS RELACIONADOS CON LA FISIOTERAPIA

AYUDAS ECONÓMICAS PARA COLABORACIONES EN PROYECTOS DE VOLUNTARIADO Y COOPERACIÓN

PARTICIPACIÓN EN LAS COMISIONES DE TRABAJO DEL COLEGIO

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

CONVENIOS CON ENTIDADES COLABORADORAS de los sectores bancario, agencia de viajes, sociedades médicas, residencias y empresas de servicios

Más información: www.cfisiomad.org

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



¡IMPLÍCATE CON LA PROFESIÓN!

La unidad de acción es clave para avanzar.

Solamente desde la unidad de acción podemos hacer avanzar a nuestra profesión; solamente con la colaboración de todos podremos superar los problemas a los que nos enfrentamos, tanto en el sector privado como en el público.

Si te importa la profesión, comprométete, y colabora dentro de tus posibilidades en alguna de las actividades que buscan su progreso. Comunícate con el Colegio por teléfono o correo electrónico y pide información.

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

Con tu ayuda seremos más y mejor reconocidos.

Con tu colaboración venceremos al intrusismo.



Colegio Profesional de
FISIOTERAPEUTAS
COMUNIDAD DE MADRID