



**Gema Gallardo**  
Defensora del Ciudadano  
"El ciudadano debe  
saber que el Colegio  
puede atenderle"

# 30 días



Colegio Profesional de  
**FISIOTERAPEUTAS**  
COMUNIDAD DE MADRID

Nº 230 Febrero 2019

**de fisioterapia**



**Día Mundial  
de la Lucha  
contra la  
Depresión**

**A más  
fisioterapia,  
menos pastillas**

# 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@cfsiomad.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.cfsiomad.org](http://www.cfsiomad.org)

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

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

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

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



## 4 Tribuna Oposiciones: un camino a la gestión

## 5 Editorial La lucha contra el intrusismo

## 6 Enportada

### A más fisioterapia, menos pastillas



## 10 Entrevista

**Gema Gallardo**  
Defensora del Ciudadano

## 14 Vidacolegial

21 INVESTIGACIÓN EN FISIOTERAPIA

22 CONOCE TU COLEGIO

## 24 Lavozdelcolegiado

**Irina Villamizar**  
Fisioterapeuta



## 27 Teinteresa

## 31 Deviaje



## 32 Agenda

## 34 Zonamotor

# Oposiciones: un camino a la gestión

La selección del personal estatutario y la provisión de plazas de las instituciones sanitarias de la Seguridad Social se efectúan mediante los sistemas y procedimientos establecidos en el Real Decreto-Ley 1/1999, de 8 de enero, sobre selección y provisión de plazas en instituciones sanitarias de la Seguridad Social. Estas pruebas se ajustan a los principios constitucionales de igualdad, mérito y capacidad.

Sus bases generales determinan los requisitos de los aspirantes, el procedimiento de selección y las pruebas a superar para el acceso a una determinada categoría o especialidad. Corresponde a los Tribunales las funciones relativas a la determinación concreta del contenido de las pruebas y a la calificación de los aspirantes:

- **Pruebas selectivas por el sistema de oposición:** la selección de personal supone la realización por parte de los aspirantes de los ejercicios previstos en la convocatoria, en orden a determinar su aptitud para el desempeño de la plaza: pruebas de conocimientos generales o específicos, entrevistas y cualesquier otro sistema que resulte adecuado para asegurar la objetividad y racionalidad del proceso selectivo y su adecuación a las funciones a realizar.
- **Pruebas selectivas por el sistema de concurso oposición:** consisten en la celebración de cada una de dichas fases, a fin de determinar la aptitud y méritos de los aspirantes y de fijar el orden de prelación de los mismos para la selección.

Si bien este sistema se lleva desarrollando desde la publicación de este Real Decreto-Ley, la adaptación de los contenidos evaluados en las pruebas selectivas no guarda relación con las competencias adquiridas por los fisioterapeutas en base al desarrollo profesional alcanzado: Libro Blanco del Título de Grado de Fisioterapia (ANECA, 2004) y Orden CIN 2135/2008. Con todo ello, surge de nuevo la necesidad de considerar una revisión de los contenidos de las pruebas de selección y la necesidad de establecer un sistema de acceso a la formación de especialidades dentro de nuestra profesión.

También es importante abordar el tema de la gestión. Con la publicación de la Ley 11/2017, de 22 de diciembre, de Buen Gobierno y Profesionalización de la Gestión de los Centros y Organizaciones Sanitarias del Servicio Madrileño de Salud, se reconoce la necesaria profesionalización de la función directiva en el sistema sanitario madrileño y se establecen los procedimientos de selección que permiten garantizar el mérito y la capacidad en el acceso a los puestos directivos. También los sistemas de evaluación del desempeño de la función directiva sanitaria.

Todo esto debería permitir a los fisioterapeutas de Atención Primaria (AP) el acceso a los puestos de coordinación, gestión del personal directivo de la Dirección Gerencia o Dirección Territorial de AP, a la Junta Técnica Asistencial, a la Junta de Gobierno, a las comisiones técnicas consultivas... y salir de la función asistencial a la que han sido relegados desde hace 30 años, con anterioridad a la publicación Circular 4/91.

**Daniel Acha**  
Colegiado 420,  
Fisioterapeuta  
del CS Almendrales

## Luchar contra el intrusismo para proteger la salud pública

Desde la fundación de este Colegio, allá por 1997, la lucha contra el intrusismo y la competencia desleal ha sido uno de los ejes de actuación de las distintas Juntas de Gobierno que han pasado por él. Se recoge como uno de los fines en los Estatutos colegiales y, en las encuestas que se han ido realizando entre el colectivo, el intrusismo aparece siempre como una preocupación para el colegiado.

Pero, ¿qué entendemos por intrusismo? El delito de intrusismo es aquel que se comete por el que ejerciere una profesión sin poseer el correspondiente título académico expedido o reconocido en España. Según se indica en la Ley de Ordenación de las Profesiones Sanitarias (LOPS, Ley 44/2003), cualquier persona que no tenga titulación no podrá realizar tratamientos preventivos, curativos o paliativos en un paciente. Es decir, comete intrusismo todo aquel que ejerce de fisioterapeuta sin poseer la titulación de Diplomado/ Graduado en Fisioterapia. Esto puede agravarse, además, con el concepto de competencia desleal, que puede darse entre sanitarios o entre no sanitarios, aplicando tratamientos propios de la fisioterapia bajo otros nombres.

Además, el Real Decreto que establece las bases para la autorización de centros sanitarios recoge que "solo los centros, servicios y establecimientos sanitarios autorizados podrán utilizar en su publicidad, sin que induzca a error, términos que sugieran la realización de cualquier tipo de actividad sanitaria, limitándose aquella a los servicios y actividades para los que cuenten con autorización".

En principio, esta normativa debería ser suficiente, pero la experiencia nos enseña que no lo es. Lamentablemente, las sentencias actuales están interpretando que dicho mandato va dirigido al

control de los centros y servicios sanitarios pero no a aquellos establecimientos no sanitarios.

En la actualidad, la Comisión de Intrusismo se encarga de valorar las denuncias que se reciben y de determinar el trámite a seguir con cada una de ellas. Las vías de denuncia que se utilizan en este momento son múltiples. Cuando llega una denuncia en la que se habla claramente de tratamiento de lesiones o patologías se puede enviar a la Consejería de Sanidad para que la inspección sanitaria certifique que se están llevando a cabo actos sanitarios sin la correspondiente licencia sanitaria. En otras ocasiones, contactamos con la Dirección General de Consumo y tratamos de coordinarnos con asociaciones de consumidores y usuarios para que estas denuncias tengan más fuerza. Otra de las vías más importantes es la denuncia de centros de formación que realizan cursos dirigidos a profesionales no sanitarios con el claro objetivo de formarles en actividades propias de la fisioterapia. Esto supone un claro engaño hacia aquellos que reciben la formación ya que se creen habilitados para tratar patologías sin estarlo legalmente.

El objetivo fundamental del Colegio en la lucha contra el intrusismo siempre será proteger la salud pública y velar porque sean los profesionales sanitarios los que se encarguen del cuidado y la atención de las personas con patología.

A pesar de todo, somos conscientes de que la jurisprudencia actual es muy escasa, y de que las sentencias, a menudo, son favorables solo cuando un paciente ha sufrido una lesión a manos de un intruso y a la pena impuesta por el delito de lesiones se le añade el delito de intrusismo. Seguir trabajando para que esto cambie es parte del trabajo de cada fisioterapeuta y nuestra responsabilidad como Institución.

## Día Mundial de la Lucha contra la Depresión

# A más fisioterapia, menos pastillas

La depresión se convertirá en 2030 en la primera causa de discapacidad en España. El ejercicio terapéutico, que no tiene efectos secundarios como el tratamiento con antidepresivos, se posiciona como una herramienta muy efectiva para mejorar la calidad de vida de estos pacientes.

**S**egún datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS), la depresión afecta a más de 300 millones de personas en todo el mundo, más a mujeres que a hombres, siendo España el cuarto país de Europa donde más personas la padecen. El incremento de casos de depresión es tan alarmante que la OMS estima que será la primera causa de discapacidad en el año 2030.

¿A qué se debe esta prevalencia? A los altos niveles de estrés de la sociedad actual, los ámbitos profesionales cada vez más duros y competitivos y el consumo de sustancias tóxicas, así como entornos y relaciones sociales cada vez más aislados y digitalizados. Otros factores, según Daniel Catalán, presidente de la Asociación Española de Fisioterapeutas en Salud Mental (AEF-SM), son

“el aumento de la esperanza de vida, ya que en población mayor la depresión es muy elevada”. A esto se une “la pobreza, el aislamiento, la discapacidad, y factores socioeconómicos y de estilo de vida, como la falta de actividad física o una mala alimentación”, añade la fisioterapeuta experta en depresión Maite Cenoz.

Ante esta situación, y aprovechando la celebración del Día Mundial de la Lucha contra la Depresión, el Colegio recordó, el pasado 13 de enero, que la fisioterapia es uno de los tratamientos con mejores resultados para tratar la depresión. “El fisioterapeuta dispone de varias intervenciones terapéuticas basadas en la evidencia científica que son dirigidas a paliar los síntomas y mejorar la calidad de vida en personas con depresión”, asegura Catalán. ▶



► “La intervención que más efectividad clínica ha demostrado es el ejercicio terapéutico, con efectos similares a los medicamentos antidepresivos. Si tenemos en cuenta que la medicación antidepresiva puede producir efectos secundarios cardiometabólicos, altos costes farmacéuticos y aumento en el riesgo de caídas en población mayor, el ejercicio terapéutico supervisado por un fisioterapeuta se posiciona como una alternativa muy eficaz en el abordaje de la depresión”, añade el experto.

Maite Cenoz es de la misma opinión: “En los casos de depresión, leve o moderada, el efecto del ejercicio se podría comparar a la medicación antidepresiva y a la psicoterapia. Para los casos de depresión severa, el ejercicio parece ser una preciada terapia complementaria a los tratamientos tradicionales”.

#### Evidencia científica

Está demostrado científicamente que el ejercicio terapéutico tiene un efecto positivo en prevenir la aparición de depresiones y evitar futuras recaídas, y mejora la calidad de vida y autoestima de las personas. Cenoz explica que “la Fisioterapia ofrece una abundante variedad de herramientas de observación y evaluación, así como un abanico de intervenciones para los problemas de salud física y mental del paciente. Todo ello, basado en más de 50 años de historia clínica y formación”.

En definitiva, “la fisioterapia debe ser considerada como una intervención efectiva en salud mental evitando los efectos secundarios de la hipermedicación. Como solemos decir, a más fisioterapia menos pastillas en salud mental”, asegura Miguel Muñoz-Cruzado, vicepresidente de la Asociación Española de Fisioterapeutas en Salud Mental.

Muñoz-Cruzado explica que está demostrado “por infinidad de investigadores, que el ejercicio terapéutico es un tratamiento eficaz para el trastorno depresivo mayor, y ello se entiende porque la tendencia a la inactividad, la tristeza, la actitud de desinterés por las cosas, el

aislamiento social y el nihilismo, entre otras características de la depresión, pueden verse mejorados”. Y es que la fisioterapia mejora los órdenes físicos, psicológicos y sociales.

Físicamente, reduce y previene declinaciones funcionales asociadas a la depresión; mantiene y mejora la función cardiovascular; ayuda en la pérdida y control de peso; mejora la función de los sistemas hormonal, metabólico, neurológico, respiratorio y hemodinámico, y altera el

### El tratamiento con fisioterapia tiene unos efectos similares a los medicamentos antidepresivos

metabolismo de carbohidratos y lípidos, dando lugar a un aumento favorable de las lipoproteínas de alta densidad. Además, reduce los factores de riesgo de la enfermedad, mejora la capacidad funcional, y mejora la función inmunológica, entre otros muchos beneficios.

En cuanto a las mejoras sociales, contribuye a la integración del enfermo. Finalmente, entre los principales beneficios psicológicos destaca, según Muñoz-Cruzado, que “preserva la función cognitiva, alivia los síntomas y comportamientos propios de la depresión, mejora la conciencia de sí mismo, promueve la sensación de bienestar y mejora el patrón de sueño y la autoestima personal”.

Además del ejercicio terapéutico, otros abordajes han mostrado efectividad clínica en salud mental, como la terapia de la conciencia corporal basal, la masoterapia, la fisioterapia psicomotora o la estimulación multisensorial, entre otras.

#### Falta de prescripción

Un dato alarmante es que entre los años 2000 y 2013 las prescripciones de antidepresivos aumentaron un 200 por ciento. Sin embargo, Daniel Catalán lamenta que “la prescripción de ejercicio terapéutico supervisado por un fisio-

terapeuta continúa siendo nula en España”. Y eso teniendo en cuenta que, según Catalán, “la sanidad pública podría ahorrar gran cantidad de gasto farmacéutico si se incluyera la fisioterapia en las unidades de salud mental, tanto en Atención Primaria como Hospitalaria”.

La Comunidad de Madrid apenas cuenta con fisioterapeutas en los hospitales psiquiátricos y, si nos referimos a los equipos comunitarios de salud mental, la existencia del fisioterapeuta es nula. “El fisioterapeuta debe ser un profesional que forme parte de manera estándar en todas estas unidades, como sucede en otros países de nuestro entorno cercano, como en Reino Unido, Bélgica, Holanda, y en todos los países nórdicos”, lamenta Catalán.

Para mejorar esta situación, Maite Cenoz cree que se debería trabajar en tres factores a la vez: “dar a conocer a otros colegios profesionales la existencia y los beneficios de incorporar en los equipos multidisciplinares a fisioterapeutas en

Uno de los beneficios de la Fisioterapia en Salud Mental es que mejora el patrón de sueño.



el área de salud mental; divulgar esta área entre los propios fisioterapeutas e instaurar la asignatura de Fisioterapia en Salud Mental en todas las universidades (actualmente, solo está en alguna), y legislar partidas económicas para que haya fisioterapeutas en el área de salud mental del sistema de salud público, de cara a que se integren al trabajo del equipo multidisciplinar existente”.

### **Disciplina desconocida**

Miguel Muñoz-Cruzado coincide y lamenta que la salud mental sea un ámbito “muy desconocido por muchos fisioterapeutas. Es lamentable que, a día de hoy, la Fisioterapia en Salud Mental no se contemple en todas las programaciones docentes de las facultades universitarias”. Tampoco se tiene en cuenta la participación del fisioterapeuta en los equipos de Atención a la Salud Mental, “como en el protocolo de aplicación del Programa Marco de Atención Integral a Enfermos Mentales en Centros Penitenciarios

(PAIEM) y en los Programa de Atención a la Salud Mental de las distintas comunidades autónomas”, específica.

### **Trabajo con la depresión**

Lo primero que realiza el fisioterapeuta con el paciente con depresión es una correcta anamnesis para identificar la situación del problema y el posible origen de la enfermedad. A partir de ahí, se elaborará un programa de intervención con objetivos a corto, medio y largo plazo. “En dicho programa incluimos tanto las sesiones de fisioterapia que el paciente va a recibir como otras actividades físicas o corporales que va a desarrollar en su entorno personal o profesional”, aclara Daniel Catalán.

Por otro lado, el fisioterapeuta debe establecer una estrategia motivacional con el paciente ya que, según el experto, “los pacientes con trastornos mentales presentan niveles bajos de adherencia al tratamiento”.

Por su parte, Maite Cenoz expone una

serie de recomendaciones para el ejercicio físico terapéutico en pacientes con depresión: “ejercicio aeróbico tres veces por semana, entre 45 y 60 minutos con una intensidad de entre el 50 y el 85 por ciento del máximo de la frecuencia cardíaca, en un mínimo de cuatro semanas”. Además, de cara a superar las barreras de adherencia que presentan y optimizar los efectos, “se recomienda adaptar el ejercicio a las habilidades físicas, estado de entrenamiento del paciente y objetivos. Se sabe que las técnicas de relajación que tienen eficacia para la depresión son: el entrenamiento progresivo de Jacobson y el entrenamiento autógeno”, finaliza Cenoz.

### **Salud física**

Otro de los aspectos a tener en cuenta es que la salud física y la salud mental sean estudiadas de forma conjunta, desde su concepción biopsicosocial. Para Muñoz-Cruzado, “no existe enfermedad somática que no comporte afectación psíquica como no hay trastorno psíquico sin

## **La prescripción de ejercicio terapéutico supervisado por un fisioterapeuta en España continúa siendo nula**

expresión somática, y son precisamente estas muestras corporales de los trastornos psíquicos las que llevaron a pensar en el efecto reversible; es decir, trabajar sobre el cuerpo para mejorar la mente”.

Para Muñoz-Cruzado, “una de las expresiones más frecuentes de los trastornos mentales son las actitudes corporales que adquieren estos pacientes, habiendo sido tipificadas muchas de ellas. La corrección de esos cambios de la imagen corporal a través del movimiento, principio rector de la Fisioterapia, ha demostrado científicamente que pueden ayudar a estos pacientes”.

Pedro Fernández  
Fotos: Archivo.



**Gema Gallardo**  
Defensora del Ciudadano

# “El ciudadano debe saber que el Colegio puede atenderle”

**Gema Gallardo sucede a Ramón Bonilla como Defensora del Ciudadano para los próximos cuatro años. Este cargo, independiente de la Junta de Gobierno, vela por los intereses de los usuarios. La fisioterapeuta explica las principales funciones de esta figura, que media entre los fisioterapeutas colegiados y los pacientes.**

Diplomada en Fisioterapia por la Universidad Complutense de Madrid en 1993 y Graduada por la Universidad Rey Juan Carlos en 2012, Gema Gallardo trabaja, principalmente, en el área de Atención Hospitalaria. Actualmente, trabaja en el Hospital de Fuenlabrada y realiza función docente en la Universidad Rey Juan Carlos. Su experiencia en este campo y en el trato con el paciente, su conocimiento personal y sus inquietudes por la profesión, es lo que ha impulsado a la Junta de Gobierno a designarla como Defensora del Ciudadano durante esta legislatura.

**¿Es el Defensor del Ciudadano una figura dependiente de la Junta de Gobierno?**

Aunque es la propia Junta de Gobierno quien elige al Defensor del Ciudadano, basándose en una serie de criterios y requisitos que están marcados en el reglamento, no forma parte de la Junta. Se trata de un cargo totalmente independiente en sus funciones, acciones y decisiones.

**¿Por qué cree que la Junta ha decidido nombrarla Defensora del Ciudadano?**

A esta figura puedo aportar mi expe- ►►



► rancia en el trato con el paciente. Llevo más de 25 años tratando de forma directa al paciente en Atención Hospitalaria. Esto me permite entender por qué un paciente puede reclamar o tener una queja con respecto a la actuación del fisioterapeuta que le está tratando. La experiencia en el campo ofrece un conocimiento con el que puedes llegar a resolver un conflicto.

### ¿Qué puntos valoró a la hora de aceptar el cargo?

Lo que me propuse es participar en el Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid, ser un miembro activo de la Institución que nos defiende. También es una posibilidad para conocer mejor nuestro Colegio.

### ¿Cuáles van a ser sus funciones?

Esta figura tiene como objetivo atender las reclamaciones o las quejas de cualquier usuario que sienta que el trato recibido por parte del profesional colegiado fisioterapeuta en la Comunidad de Madrid no es el adecuado. Es una vía de comunicación entre el usuario de nuestros servicios y el CPFCM. Recibiré esas quejas y trataré de intentar solventar el conflicto.

### ¿Qué le parece que la Junta de Gobierno apueste por la figura del Defensor del Ciudadano?

La figura del Defensor del Ciudadano aporta a la Ventanilla Única que haya una persona con nombres y apellidos que sea quien se va a encargar de atender esa queja de forma personal. De acuerdo a la legislación vigente, podríamos atender la reclamación, queja o sugerencia, a través de la Ventanilla Única pero, con esta figura, se personaliza y se humaniza este proceso y la vía de comunicación entre el usuario del servicio fisioterápico y esa persona a la que dirigirse para resolver su preocupación en el trato. El ciudadano sabe a quién se dirige.

### ¿Cuál es la forma en la que deben ponerse en contacto los ciudadanos?

Los ciudadanos pueden ponerse en

contacto con el Defensor del Ciudadano a través del correo ordinario o asistiendo personalmente a la sede colegial entregando una carta o un modelo de reclamación o queja en mano. También, a través de la página web del Colegio, en el área de 'Ciudadanos', pueden encontrar un apartado específico para las reclamaciones donde ya existe un modelo de reclamación. Asimismo, a través de la app CFISIOMAD.

**“La figura del Defensor del Ciudadano mejora la relación directa con el paciente y la visión que el usuario tiene de nuestra profesión”**

### ¿Cómo se puede informar a la sociedad de que el Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid tiene la finalidad de servir a los ciudadanos y no solo a los colegiados?

Es bueno que el ciudadano sepa que nuestro Colegio puede atenderle, que tiene otro entorno donde se le puede escuchar si tiene alguna queja, sugerencia o reclamación con respecto al tratamiento que ha recibido por parte de los fisioterapeutas colegiados, y que no solo sirve a los fisioterapeutas. Es una forma más de ampliar la comunicación con el usuario y demostrarle que el Colegio se preocupa por su satisfacción y que queremos que reciba el trato más óptimo posible. Además, mejora la relación directa con el paciente y la visión que el usuario tiene de nuestra profesión. También nos servirá a nosotros, como grupo de profesionales, conocer de qué se quejan los usuarios del servicio y en qué solemos fallar más.

### ¿Cuándo se recibe una queja, una reclamación o una sugerencia de los

El Defensor del Ciudadano es una figura totalmente independiente de la Junta de Gobierno en sus funciones, acciones y decisiones.



### ciudadanos, ¿de qué forma actúa el Defensor del Ciudadano?

Debo estudiar el caso, informarme sobre lo que ha ocurrido, preguntar a ambas partes para conocer ambas versiones e intentar resolver el conflicto de una forma extrajudicial. Solamente si viese o comprendiese que hay una actuación que puede ser delictiva tendría que comunicar a la Junta de Gobierno o podría actuar de oficio. Si no, se trata de llegar a un acuerdo entre las partes. Es una figura que es mediadora, hablamos siempre de conciliación. Incluso podría estudiarse que la Junta,



posteriormente, tome medidas contra el colegiado. Entendemos que cuando contacten conmigo, principalmente, será por problemas en los tiempos de demora, por no tratar a tiempo al paciente, por dedicarle menos tiempo en cada sesión... Si hablamos de algo más serio, como, por ejemplo, una fractura, la queja debería ir por otra vía, la judicial.

#### **¿Cuáles son los casos más comunes en los que el usuario se pondría en contacto con usted?**

Por ejemplo, que el paciente reclamase en su centro sanitario en el que está

siendo atendido y no le hicieran caso o no le diesen una contestación que a él le satisfaga.

#### **¿Qué implica que las resoluciones no tengan un carácter extrajudicial?**

Las vías extrajudiciales son más rápidas, baratas y, en algún caso, pueden resolver el conflicto, aunque carecen de eficacia vinculante. Si se considera que existen motivos de sanción según nuestros Estatutos, se informará a la Junta de Gobierno para que tomen decisiones sobre si es necesario sancionar al colegiado o abrir un expediente. Además, si viese que la

actuación del fisioterapeuta puede ser llevada a través de una vía judicial para reclamar una indemnización se le aconsejaría sobre qué pasos debe seguir.

#### **Legalmente, ¿cuenta con apoyo del Colegio?**

Si tengo dudas, puedo acceder al gabinete jurídico del CPFCM para realizar consultas. Tengo una experiencia en el trato, pero, si hay dudas, hay un gabinete jurídico que me puede ayudar a resolver el conflicto.

#### **¿Reciben muchas reclamaciones?**

Las reclamaciones que se reciban deben quedar recogidas en una memoria que se redacta de forma anual, en la que se

**“Las reclamaciones recibidas quedarán recogidas en una memoria que se redactará de forma anual y que incluirá todo sobre cada caso”**

incluiría por escrito todo sobre el caso. En la memoria de 2018 no nos constan reclamaciones recibidas por parte de ningún ciudadano al Defensor, que sí al Colegio, pero esto no nos garantiza que los usuarios no tengan ninguna queja de nuestro servicio. Quizás sería el momento de mejorar esta vía de comunicación y saber por qué el ciudadano no utiliza el Colegio para tramitar y hacernos saber sus quejas.

#### **¿Se pueden poner en marcha herramientas para dar a conocer la figura del Defensor del Ciudadano?**

Sería importante dar a conocer esta figura y que el ciudadano sepa de estos servicios. El objetivo final es mejorar la atención del fisioterapeuta en la Comunidad de Madrid y que el ciudadano sepa que puede utilizarnos para comunicar cualquier queja, por lo que debe saber que este servicio existe. ■

Pedro Fernández  
Fotos: Jorge Villa

# Consejos para que un buen 'gamer' no se juegue la salud

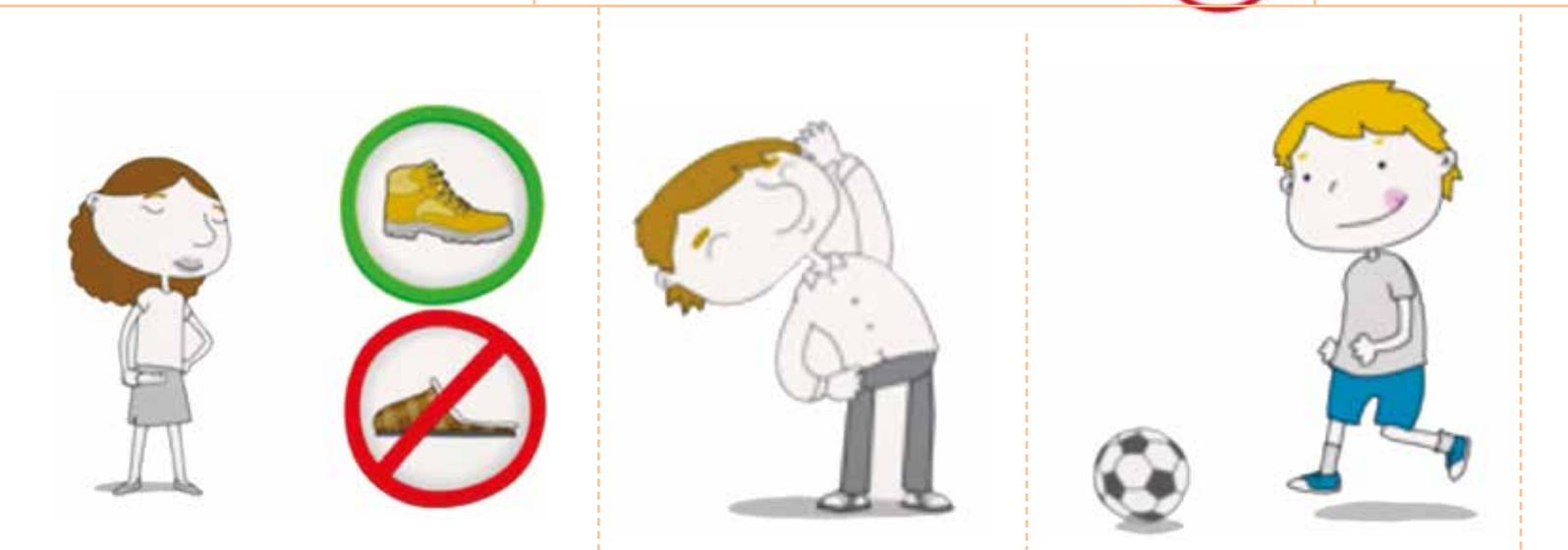
La campaña '12 meses, 12 consejos de salud' del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid se centró en el pasado mes de enero en enseñar la mejor forma de disfrutar de los juegos de realidad virtual de la forma más saludable y evitando posibles riesgos.



**C**ambiar de postura con frecuencia y complementar el tiempo de juego con actividad física y otras alternativas de ocio, son los mejores aliados para ser un buen 'gamer' y evitar el sedentarismo y los problemas musculoesqueléticos que esta actividad acarrea, según recuerda el Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid (CPFCM) en el primer videoconsejo del año de la campaña '12 meses, 12 consejos de salud'. Además, antes de comenzar a jugar es recomen-

dable realizar unos estiramientos musculares. Estas son algunas de las pautas del videoconsejo, que lleva por título "Cómo ser un *gamer* y no morir en el inten-

to", y que ha sido elaborado conjuntamente por los colegios profesionales de fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid, Cataluña, País Vasco, Navarra, Galicia,



Comunidad Valenciana y Cantabria.

Según informan los fisioterapeutas, es importante no pasar muchas horas sentado frente a la pantalla y, en caso de que la partida se alargue más de la cuenta, además de cambiar de postura con frecuencia es conveniente utilizar la tecla de "pause game" cada hora y media y así cambiar de actividad por unos minutos y aprovechar para moverse. Por otro lado, para disfrutar de esta afición sin dar la espalda a la salud, los fisioterapeutas aconsejan que en las modalidades de simu-

## Los fisioterapeutas recomiendan parar de jugar cada cierto tiempo para hacer ejercicio y evitar lesiones musculoesqueléticas

lación de movimientos se use un calzado adecuado para no resbalar.

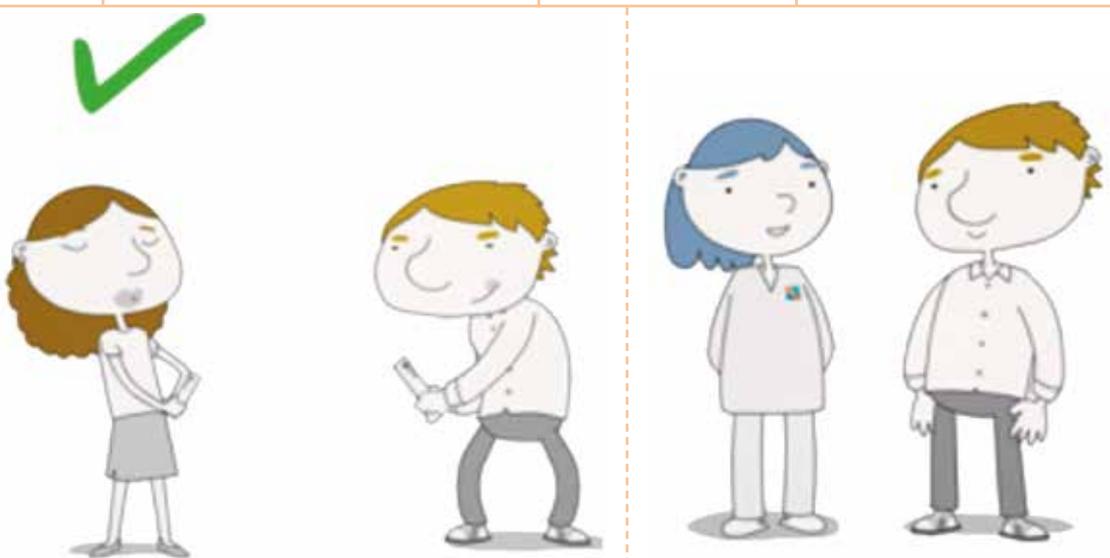
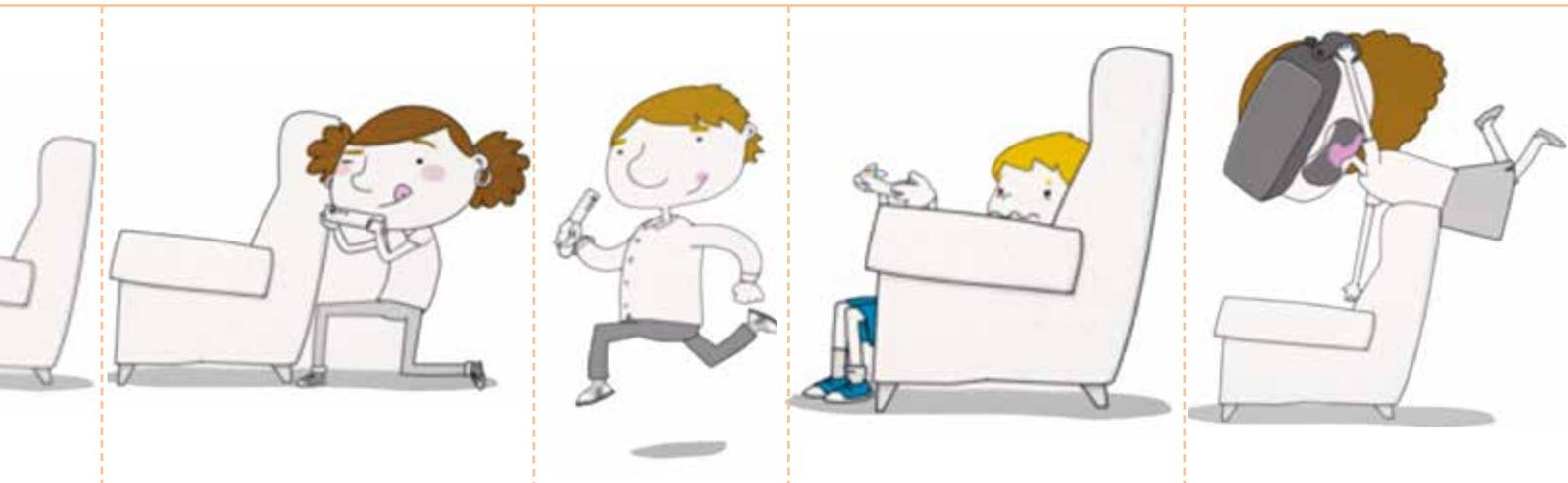
### Realidad virtual

Los juegos de realidad virtual son cada vez más populares entre la población pero, a veces, si no se tienen en cuenta algunos sencillos trucos, pueden jugar malas pasadas.

Por este motivo, los fisioterapeutas madrileños inciden en la importancia de revisar el entorno antes de "ponerse las gafas" de realidad virtual. De esta forma, se puede evitar que nos golpeemos con objetos reales con los que podemos chocar o caer. Además, en los juegos que simulan actividades depor-

tivas, lo ideal es evitar muchos movimientos bruscos, pues no debemos olvidar que estamos golpeando al aire y podemos acabar haciéndonos daño", explica la secretaria general del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid (CPFCM), Montserrat Ruiz-Olivares.

Además, en el corto los fisioterapeutas recomiendan no perder de vista el entorno por el que se camina en aquellos juegos de búsqueda en el móvil que implican movimiento en la calle y que pueden producir tropiezos con personas



o cosas si solo se está pendiente de la pantalla. Por último, los fisioterapeutas recuerdan que, aunque los juegos son una forma de ocio estupenda, la vida real está fuera del juego, por lo que hacer ejercicio, comer de forma saludable y acudir al fisioterapeuta para prevenir y tratar las posibles lesiones, son algunas de las claves para disfrutar de esta forma de ocio cuidando la salud.

# El Colegio destinó en 2018 más de 13.000 euros a proyectos sociosanitarios

Las entidades beneficiarias han sido la Asociación Párkinson Madrid (APM), la Asociación de Enfermedades Raras D´ Genes en Madrid y Murcia, respectivamente, la ONG Abenin y la Asociación PROSAN.

El Colegio ha donado durante 2018 un total de 13.192 euros (3.298 euros por trimestre) al desarrollo de proyectos sociosanitarios de apoyo a personas sin recursos o en riesgo de exclusión social, tanto en España como en países en vías de desarrollo, a través de aportaciones trimestrales del 0,7 por ciento de sus ingresos anuales. Durante

ayudas, la Institución colegial continúa con su compromiso de apoyar a aquellos colectivos sociales más necesitados en los que la labor de la Fisioterapia pueden ayudar a conseguir una mejora de la calidad de vida.

#### **Asociación de Párkinson**

Una las entidades con las que el CPFCEM ha colaborado en 2018 es la Asociación

cuidado, focalizándose en la formación y entrenamiento de habilidades de los enfermos para que puedan ser lo más autónomos posible en la realización de tareas cotidianas, como la alimentación, la movilidad o el aseo personal.

La Asociación trabaja con personas afectadas por esta enfermedad y sus familiares desde hace 24 años.

de y de mobiliario específico. A través de este proyecto, el CPFCEM contribuye a la realización del diseño de una sala de fisioterapia equipada donde se ofrecerán los servicios de atención directa a los usuarios del centro. Además, el centro buscará profesionales con el perfil y el conocimiento necesarios para realizar el trabajo fisioterapéutico a las personas que sufren algún tipo de enfermedad poco frecuente.

#### **ONG Abenin**

Por su parte, la ONG Ben por la Infancia (Abenin) es una asociación sin ánimo de lucro que, asentada en el municipio de Alcobendas (Madrid), desarrolla iniciativas y proyectos de concienciación de cooperación al desarrollo, enfocados a mejorar la vida de la infancia, con especial énfasis a la problemática de este colectivo en la Comunidad de Madrid y en Latinoamérica.

#### **Asociación PROSAN**

En 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 mejorar la calidad de vida de las personas con menos recursos a través de iniciativas socio sanitarias y socio educativas.



Las personas con alzhéimer son algunos de los colectivos beneficiados de la ayuda del CPFCEM.

el pasado año, el CPFCEM colaboró con la Asociación Párkinson Madrid (APM), la Asociación de Enfermedades Raras D´ Genes en Madrid y Murcia, respectivamente, la ONG Abenin y la Asociación PROSAN. Con la concesión de estas

Párkinson Madrid (APM), que recibió la ayuda de la Institución colegial por su proyecto "Autocuidados para enfermos de párkinson: promoción y entrenamiento". Esta iniciativa, que beneficia a 250 personas, pretende promover el auto-

#### **Enfermedades Raras**

La donación efectuada por el CPFCEM a la Asociación de Enfermedades Raras D´Genes ha sido destinada a un proyecto de carácter sociosanitario que tiene como objetivo proveer de equipamiento rehabilita-

## El uso de una terapia tiene que estar vinculado a la evidencia

En un escrito presentado ante el Ministerio de Sanidad, con motivo de la consulta pública sobre el proyecto de real decreto contra las pseudoterapias, el Colegio señala que "realizar una intervención con un objetivo diferente al que marca el conocimiento científico convertiría la misma en una pseudoterapia". El CPFCM defiende que "el uso de una terapia tiene que estar vinculado a la mayor evidencia disponible y estar basado en principios de plausibilidad biológica", al tiempo que recuerda que "realizar una intervención con un objetivo diferente al que marca el conocimiento cien-

tífico convertiría la misma en una pseudoterapia". El Colegio quiere remarcar que, para proteger a la población, las actividades sanitarias tienen que estar en manos de los profesionales sanitarios, por lo que cualquier terapia, incluso aquellas avaladas por la evidencia, puesta en manos de un profesional no sanitario, pierde completamente su aval científico.

Por este motivo, la Institución colegial seguirá defendiendo la importancia de la lucha contra el intrusismo como herramienta fundamental para defender la Salud Pública.

## El Colegio participará en el Día de las Profesiones

La Institución colegial volverá a estar presente en este evento organizado por la Unión Interprofesional de la Comunidad de Madrid (UICM) y cuyo objetivo es dar a conocer la esencia de las profesiones a la sociedad y poner en valor el trabajo y la labor social que realizan los colegios profesionales. La tercera edición del Día de las Profesiones tendrá lugar el próximo 23 de abril en el Colegio Oficial de Arquitectos de Madrid, situado en la calle Hortaleza, número 63.



**Total Ausencia de Citotoxicidad\* y de Irritación Dérmica Primaria\***

**La Venda Neuromuscular Más Equilibrada Del Mercado**

TEMTEX® es una Venda Neuromuscular de **Alta Porosidad\***, esencial para el mantenimiento de una piel sana

La **Elasticidad\*** es una de las características más importantes del TEMTEX® Kinesiology Tape, con una elasticidad entre 150-160%

TEMTEX®, Producto Sanitario Clase I

\* Datos Certificados por el Instituto Tecnológico Textil Aitex



# El Colegio tramitó más de 100 denuncias por intrusismo en 2018

En total, se tramitaron 18 denuncias a centros formativos y 90 a centros de tratamiento. La mayoría de las denuncias vuelven a responder a casos de personas que ejercían sin la titulación necesaria o a publicidad engañosa.



El Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid (CPFCM) tramitó en el año 2018 un total de 108 denuncias contra falsos profesionales bien porque ejercían diferentes técnicas de fisioterapia sin titulación sanitaria, en muchos casos, o incurrieran en delitos de publicidad engañosa, en otros. Se trata de 18 denuncias más que en el año 2017. Aunque las técnicas de Fisioterapia solo pueden ser aplicadas por un profesional con la titulación correspondiente, existen múltiples casos de falsos profesionales que ofrecen tratamientos sin titulación o con una formación insuficiente con cursos de varias horas o, incluso, que han sido impartidos a distancia.

El CPFCM ofrece diferentes recursos al

ciudadano, como pueden ser la Ventanilla Única de la página web colegial o la aplicación Cfsiomad, a través de la cual se puede enviar también un formulario que permita al Colegio comprobar si se trata de un centro sanitario autorizado y proceder a tramitar la denuncia ante Sanidad o Consumo, en caso de que el centro no cuente con esta autorización. Además, en su compromiso en la lucha contra el intrusismo, la Institución colegial lleva a cabo diferentes iniciativas que permiten acabar con estos falsos profesionales, como es la creación del Observatorio de la Profesión con los colegios profesionales de odontólogos, farmacéuticos y médicos de la Comunidad de Madrid.

## Renovado el Sello de Excelencia Europeo EFQM +400

La Institución colegial ha conseguido la renovación del sello de Excelencia Europea EFQM +400, un nivel de certificación que consiguió hace dos años y le convirtió en la primera institución colegial de España en contar con tal nivel de reconocimiento.

En el acto de entrega de la certificación al Colegio estuvieron presentes la decana, Aurora Araújo, José Antonio Martín Urrialde y José Santos, anteriores decano y secretario general, respectivamente, de la Institución colegial, y Juan Ignacio Herrán, director comercial de SGS, la empresa encargada

de la certificación de superación del proceso.

Juan Ignacio Herrán resaltó la importancia de contar con este sello que acredita

la calidad de la gestión y el compromiso en la mejora continua de un modelo de excelencia muy exigente.

Según señaló, "este mode-

lo es la referencia a nivel de excelencia en la gestión. Está reconocido a nivel europeo y a nivel mundial y este trabajo supone que, una vez más se consolida el trabajo del equipo en pos de conseguir un nivel de excelencia de referencia en España, ya que no hay ningún Colegio que esté a este nivel, ni siquiera que esté incluido en el propio modelo de excelencia".

La nueva Junta de Gobierno continuará trabajando por consolidar este reconocimiento y seguir avanzando en el camino de la excelencia.



Miembros de la actual y la anterior Junta de Gobierno del CPFCM, recogiendo el Sello de Excelencia Europeo EFQM +400.



## Regalos para fomentar el ejercicio físico

La Institución colegial recomienda adquirir regalos que favorezcan la actividad física y el movimiento, con el objetivo de promover una vida saludable y luchar contra el sedentarismo de los más pequeños.

Patines, patinetes, cuerdas, pelotas o bicicletas, son algunos de los regalos que, además de fomentar el movimiento, contribuyen al juego en grupo y a la socialización. De este modo, se pretende reducir el tiempo de ocio ante opciones más ligadas a la tecnología que, de alguna manera, hacen que el usuario se encuentre más tiempo parado.

Asimismo, la Institución colegial señala la importancia de prevenir lesiones ante la práctica de ejercicio físico, tanto por parte de adultos como por menores. Por ello, recomienda realizar pausas y dejar el juego en el momento adecuado, así como hidratarse suficientemente. También aconseja realizar un calentamiento previo y estiramientos de las zonas más trabajadas para evitar problemas posteriores, como posibles lumbalgias.

## Mejoras en la póliza de Responsabilidad Civil de Zurich

Desde el inicio de 2019, los colegiados pueden beneficiarse de nuevas y mejores condiciones en su póliza de Responsabilidad Civil con la aseguradora Zurich.

El Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid renovó, con efecto desde el pasado 1 de enero, la póliza de Responsabilidad Civil con la aseguradora Zurich, a través de la correduría de seguros Howden Iberia. A partir de ahora, los colegiados se podrán beneficiar de una mejora de las condiciones.

Respecto a las garantías que contempla y a los límites de suma asegurada, se trata de una póliza muy completa y competitiva, con amplias coberturas. Gracias a este acuerdo, los colegiados podrán disfrutar de las ventajas de contar con un seguro completo y de calidad, y con unas condiciones exclusivas. En cuanto a las condiciones, estas son las mejoras que se han producido:

- Se eleva la cobertura de inhabilitación profesional de 3.000 a 4.000 € y el periodo de indemnización, de 18 a 24 meses.

- Se eleva la cobertura para infidelidad de empleados de 50.000 a 75.000 €.

El resto de condiciones y coberturas quedan sin variación.

Esta póliza, ya de por sí muy competitiva, ha mejorado aún más sus prestaciones y sigue otorgando la cobertura de una aseguradora, Zurich, de primera línea en el sector asegurador, tanto a nivel nacional como internacional, y con mucha capacidad y experiencia, en particular, en el sector de la Fisioterapia. Resumimos las principales coberturas/garantías y límites de esta póliza en el siguiente cuadro:

### RESUMEN DE CONDICIONES

COBERTURAS	
Responsabilidad Civil Profesional	1.500.000 € por siniestro
Responsabilidad Civil Explotación	1.500.000 € por siniestro
Responsabilidad Civil Patronal	1.500.000 € por siniestro. (Sublímite por víctima 300.000 €)
Junta de Gobierno	1.500.000 € por siniestro
Defensa Jurídica	Incluida
Daños a Expedientes	60.000 € €
Responsabilidad civil por Protección de Datos	500.000 € por siniestro y año de seguro
Responsabilidad Civil Locativa	300.000 € por siniestro y 500.000 € por año de seguro
Infidelidad de empleados	75.000 € por siniestro
Prestación de fianzas judiciales	Incluidas
Subsidio por inhabilitación profesional	4.000 € / máximo 24 meses
FRANQUICIAS	
	Sin franquicia, salvo 3.000 € para la cobertura de Protección de Daños
COSTE DEL SEGURO	
	Se fija una prima total anual de 4,875 € por colegiado

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

- Para luchar contra el sedentarismo entre los más pequeños, el Colegio enseñó a los Reyes Magos cómo hacer regalos que fomentaran el movimiento y la socialización, como bicicletas, patinetes o la clásica pelota de los más pequeños. Estas recomendaciones fueron incluidas en medios radiofónicos como Onda Cero y COPE, además de en portales digitales como El Economista, SIGLO XXI o La Verdad. También se hicieron eco medios especializados en sanidad, como Acta Sanitaria e InfoSalus.com.
- Asimismo, de gran relevancia fue la celebración del Día Mundial de la Depresión, que tuvo lugar el 13 de enero, y que el Colegio trató de poner en valor el papel de la Fisioterapia dentro del tratamiento de pacientes con depresión. Lo recogieron tanto medios generalistas, como El Heraldillo y PRNoticias, que incluyeron piezas informativas al respecto, como medios especializados, como Saludadiario.es o ConSalud.es.
- Por otra parte, el Colegio dio a conocer el número de denuncias tramitadas por intrusismo durante el ejercicio de 2018. Esta información apareció en Servimedia y en la versión digital de El Economista.
- Por último, el videoconsejo del mes de enero, dedicado a las recomendaciones que se deben tener para disfrutar del uso de los videojuegos, tuvo una amplia repercusión, apareciendo en medios como Acta Sanitaria, Siglo XXI o Servimedia.

## Novedades en la Plataforma de Conocimiento Compartido

La Plataforma de Conocimiento Compartido del Colegio, primera red de recursos compartidos para fisioterapeutas de toda España, ha mejorado su contenido. Esta red virtual de bibliotecas de Fisioterapia permite a los colegiados, de forma gratuita, consultar y compartir conocimientos y publicaciones, favoreciendo así el desarrollo de la inteligencia colectiva de la profesión.

Tras las últimas negociaciones entre la Institución colegial y el Consejo General de Colegios de Fisioterapeutas de España, este es el contenido disponible:

- Material divulgativo, trípticos sobre educación de la salud.



- Apoyo a la Investigación.
- Biblioteca.
- Revistas divulgativas colegiales.
- Revistas *open access*.
- Eureka, ebooks Panamericana.
- Revistas científicas Elsevier.

## Abierto el plazo para propuestas de servicios en asesoramiento de protección de datos

Ante la aprobación de la Ley Orgánica de Protección de Datos y Garantías de los Derechos Digitales (LOPDGDD), y tras la incorporación de la aplicación del Esquema Nacional de Seguridad (ENS), el Colegio abre un proceso hasta el 15 de fe-

brero para que puedan presentarse propuestas de servicios de protección de datos, de forma abierta y transparente. El ENS es una normativa que persigue establecer una serie de reglas y principios que aseguren el acceso, integridad,

disponibilidad, autenticidad, confidencialidad, trazabilidad y conservación de los datos, informaciones y servicios utilizados en medios electrónicos que gestionen en el ejercicio de las competencias de las Administraciones Públicas.

### Tablón de Anuncios

**Se alquila** una cabina de Fisioterapia (con todo el material, camilla y últimas máquinas) en una clínica en la zona noroeste de Madrid y con servicio de secretaría. Los interesados deben ponerse en contacto con Carlos García Valcarcel, en el teléfono 91 059 56 01.

**Se alquila** una sala de fisioterapia equipada a tiempo completo, de lunes a viernes, o por 2 días. En zona de Retiro. Además, **se vende** camilla azul de fisioterapia neurológica en 600 euros. Interesados, comunicarse con Pilar en el teléfono 636 38 50 09.

**Se alquila** un despacho equipado para consulta sanitaria en clínica multidisciplinar, en Príncipe de Vergara, con los permisos en regla y 14 años de experiencia. Cuenta con servicio de recepción, gestión de llamadas, sala de espera, aire acondicionado y portero físico. Interesados, contactar con Sónsoles (619 25 99 08) o Patricia (609 08 99 59).

## Un estudio ensalza el valor de la comunicación como tratamiento de Fisioterapia

El fisioterapeuta Daniel Pecos ha publicado recientemente un estudio que demuestra que una comunicación positiva con el paciente sobre los efectos de un tratamiento influye en los resultados del mismo.

Uno de los temas más candentes en el ámbito de la investigación en las Ciencias de la Salud, incluida la Fisioterapia, es lo relacionado con el manejo y los posibles mecanismos involucrados en la modulación del dolor.

Sobre este tema, Daniel Pecos Martín, profesor de la Unidad Docente Asistencial de Fisioterapia de la Universidad de Alcalá y decano adjunto de los Estudios de Grado de Fisioterapia en dicho centro, acaba de publicar un estudio en la revista 'Pain Practice', que puede consultarse en la base PubMed. En concreto, sobre la influencia de las expectativas sobre el tratamiento en los resultados clínicos y los niveles de cortisol en pacientes con dolor cervical crónico. En él, se valoraron aspectos de dolor, movilidad y discapacidad, a parte de la concentración de cortisol en saliva.

### Objetivo del estudio

¿Qué se pretende con este estudio? Determinar cómo puede influir someter a un paciente a una infor-

mación de diferente naturaleza.

Esta puede ser positiva, neutra y negativa. ¿Qué diferencia hay? En la positiva se le comunica al paciente que se trata de una técnica muy efectiva en el tratamiento del dolor de cuello y que se espera reducir su experiencia de dolor; en la neutra se informa al paciente que se trata de una técnica utilizada en el tratamiento del dolor de cuello pero que se desconoce el efecto sobre su percepción del dolor. La negativa consiste en que se informa al paciente que es una técnica ineficaz en el tratamiento del dolor de cuello y se espera un empeoramiento temporal de su dolor, antes de la aplicación de un tratamiento de Fisioterapia Manual.

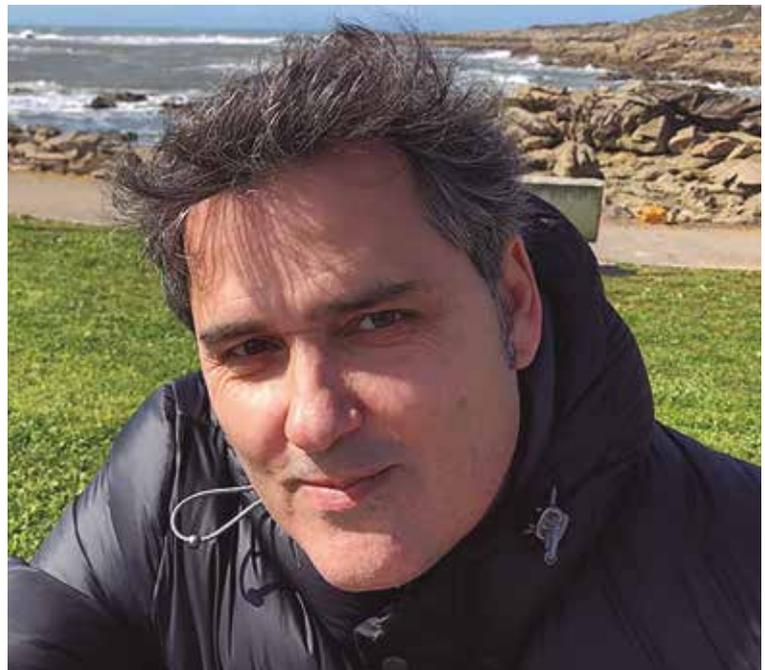
### Resultados

Las conclusiones del estudio fueron sorprendentes. Los pacientes que recibieron previamente una información positiva/neutra a

la aplicación de las técnicas de tratamiento respondieron con una mejoría significativa en el dolor de cuello y una mejoría de la me-

En conclusión, la generación de expectativas positivas/neutras a la hora de informar al sujeto sobre su tratamiento produce un

si quisiera implementar esto en su práctica clínica diaria? El estudio de Daniel Pecos subraya la importancia a la hora de



El fisioterapeuta colegiado madrileño Daniel Pecos es uno de los autores del estudio.

canosensibilidad de sus tejidos. En cambio, quienes recibieron una información neutra/negativa vieron aumentada la concentración de cortisol (hormona relacionada con el estrés) en la saliva después de ser sometidos al tratamiento.

efecto positivo, tanto sobre aspectos relacionados con el dolor del paciente con problemas de cuello como en el estrés que se pueda generar con el mismo.

### Cómo implementarlo

¿Qué tendría que hacer un fisioterapeuta

transmitir la información al paciente de cara a obtener mejores resultados con el tratamiento, y que la información negativa puede condicionar el resultado.

Este trabajo se realiza de forma conjunta entre el propio Daniel Pecos, Antonio Valera, Tomás Gallego, en colaboración con el grupo de investigación belga *Pain in Motion*.

**Los pacientes que recibieron una información positiva respondieron con una mejoría significativa en el dolor de cuello y en la mecanosensibilidad de sus tejidos**

# Ayuda económica por nacimiento

El CPFCM informa a todos los colegiados que para el ejercicio 2019 se modifican los requisitos para solicitar la ayuda económica por nacimiento de hijos, una bonificación que puede solicitarse durante un plazo de tres meses, a contabilizar desde la fecha de alumbramiento del bebé. Además, desde principios de año esta ayuda se puede pedir también por correo electrónico o por correo postal.

**P**ara solicitar la ayuda por correo electrónico (a través del correo de Secretaría cpfm@cfisiomad.org) o por correo postal (escribiendo a la dirección del Colegio, C/ José Picón, 9. 28028, Madrid), hay que escanear o adjuntar copia de los documentos que se requerirán para su gestión. Estos son el libro familia, el certificado de nacimiento del bebé y el documento de solicitud debidamente cumplimentado.

La prestación también se puede solicitar personalmente en la Secretaría colegial, en horario de atención al público (de lunes a viernes, de 9.00 a 20.00 horas, de manera ininterrumpida) y adjuntando la documentación requerida. La solicitud puede ser presentada por el propio interesado o

por cualquier persona que tenga autorización expresa del colegiado y que aporte los documentos solicitados.

El Colegio aprovecha para recordar que esta prestación, cuya cuantía asciende en la actualidad a 73 euros, no está conceptualizada como ayuda por maternidad o paternidad del colegiado, sino que es una aportación que realiza la Institución por nacimiento de bebés o adopción, pudiendo solo ser duplicada o multiplicada en el caso de parto o adopción múltiple.

Además, aquellos colegiados que así lo deseen pueden mandar una fotografía de sus hijos para ser incluida en el resumen que se publica de forma anual en la revista colegial '30 Días de Fisioterapia', como la que ofrecemos en estas páginas.



Abril, hija de Virginia Izquierdo.  
Col. 8.588



Aitor, hijo de Eva Pizarroso  
Col. 6.984



Ariadna, hija de María Bermejo.  
Col. 7.636



Candela, hija de Jorge Martín.  
Col. 5.152



Ian Aleksandar, hijo de Irene Chamón.  
Col. 8.334



Izan, hijo de Pilar López.  
Col. 2.767



Mateo, hijo de Julio González.  
Col.1.324



Miranda, hija de Arantxa Mariño.  
Col. 9.481



Alejandra, hija de Iñigo Monzón.  
Col. 744



Alex, hijo de Pedro Alba.  
Col. 3.334



Alicia, hija de Almudena Molero.  
Col. 3.417



Alma, hija Laura Sánchez.  
Col. 1.860



Ángel, hijo de David Otero.  
Col. 4.528



Carmen, hija de Miguel Ángel Alonso.  
Col. 5.237



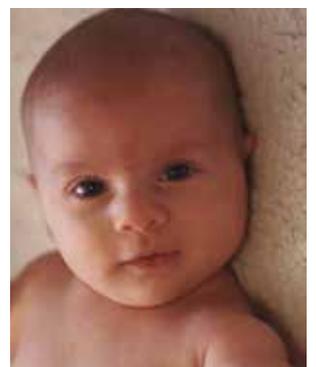
Diego, hijo de Felipe Gil.  
Col. 4.479



Eneko, hijo de Valentín Gregorio.  
Col. 9.613



Eric, hijo de María Isabel Jiménez.  
Col. 9.305



Gabriel, hijo de Lidia Rojo.  
Col. 9.155



Jimena hija de Alba Cid.  
Col. 6.269



Jorge, hijo de Alberto Muñoz.  
Col. 5.877



Luna, hija de Sandra Moreno.  
Col. 7.394



Marcos, hijo de Miriam Grande.  
Col. 5.215



Mateo, hijo de Alexandra Alonso.  
Col. 7.108



Miriam, hija de Carolina Poza.  
Col. 3.497



Miriam, hija de Patricia Gómez-Rey.  
Col. 1.525



Pablo, hijo de José Miguel Bravo.  
Col. 9.767



Sirun, hija Sara Sánchez.  
Col. 3.240



Yulian, hijo de Begoña García.  
Col. 9.624

**Irina Villamizar**

Fisioterapeuta, cooperante internacional

## “En Kenia, los diagnósticos son prácticamente inexistentes”

**Tras trabajar en España en un colegio de educación especial, Irina decidió ayudar como cooperante en Kenia en un proyecto de la ONG Kubuka y, de esta forma, ayudar y compartir su experiencia con niños con patologías del sistema nervioso. De vuelta, agradece al CPF CM su esfuerzo por poner en marcha estas becas y anima al resto de colegiados a presentar un proyecto solidario.**

### ¿Qué te empujó a cooperar en Kenia?

Llevaba años queriendo formar parte de un proyecto como este pero, por falta de tiempo, no había podido. Afortunadamente, nunca me ha faltado comida, agua, ropa, educación ni un techo donde vivir. Necesitaba aportar mi pequeño grano de arena y qué mejor manera que en este proyecto.

### ¿Qué impresión traes de Kenia?

Estuve en Nairobi y en Tala, una localidad a 60 kilómetros de la capital, organizando campamentos de juegos con los niños en un colegio que lleva la ONG Kubuka. Es una zona muy rural con muy pocos avances tecnológicos y cuya fuente de ingresos es la agricultura y la costura.

### ¿En qué situación se encuentra allí la Fisioterapia?

En situación de precariedad por varios motivos: no existen tantas universidades como aquí, no todas imparten Fisioterapia y, generalmente, la población no tiene recursos para ir a la Universidad.

### ¿En qué ha consistido tu proyecto en Kenia?

En julio de 2018 estuve en Saint Francis, un colegio en Misyani, en Tala. Este cuenta con un *small home* (pequeña casa de acogida), donde viven 23 niños con discapacidad (nueve utilizan silla de ruedas, dos andador y uno muleta). Sin embargo, al no ser un colegio de educación

especial no cuentan ni con los medios ni con los profesionales necesarios para mejorar su calidad de vida. Por ello, la ONG decidió intervenir en 2015. El objetivo era mejorar los recursos ya existentes y crear nuevos, como una sala de fisioterapia adaptada, así como generar adaptaciones individualizadas para mejorar la higiene postural de los

niños y sus traslados. Se buscaba una mayor integración de los niños.

### ¿Cuál era tu día a día en Tala?

Durante el voluntariado viví en una casa de acogida (Lisha Children's Home) construida por la ONG Kubuka hace unos años. Junto con tres compañeras profesoras voluntarias, nos trasladábamos cada día al colegio Saint Francis. Allí trabajé codo a codo con Dennis, un fisioterapeuta local. Compartimos conocimientos, métodos y valoraciones, y elaboramos ayudas técnicas de bajo coste hechas con escayola y agua. Con este material hicimos dos asientos, un bipedestador y varias férulas de miembro superior. Por las tardes, organizábamos juegos adaptados y canciones con los niños.

### ¿Cuáles son las principales lesiones o problemas que tenías que tratar en Kenia?

En Kenia los diagnósticos son prácticamente inexistentes. Muchos de los niños del colegio habían tenido problemas durante o después del parto, presentando parálisis





Irina, trabajando junto al fisioterapeuta local Denis.

cerebral. Sin embargo, había otros que fueron abandonados poco después de nacer sin un diagnóstico en concreto, presentando síndromes y enfermedades raras y poco conocidas.

### ¿Y qué tratamientos ponías en práctica?

El fisioterapeuta local trata a los niños cada día con sesiones de 30 minutos. Posteriormente, los pequeños se quedan jugando en la sala o caminando en una barras paralelas. En cuanto al trabajo con el fisioterapeuta, este se

ha basado en revisar las valoraciones que tenía hechas y añadir nuevos ítems, de manera que sean más completas y sea más sencillo pautar objetivos. También hemos intercambiado métodos de trabajo para que pautase actividades funcionales o juegos acordes con el nivel motor y la comprensión de cada niño.

### ¿Qué diferencia hay entre tratar a un paciente con discapacidad en Kenia y tratarlo en España?

Las personas con discapacidad en Kenia no tienen, por lo general, buena aceptación en las zonas rurales, aun cuando la discapacidad no llegue a ser severa. Las dificultades a las que tienen que

enfrentarse van aumentando con el tiempo, debido a que no tienen acceso ni a la atención ni a los recursos adecuados por falta de infraestructuras, tratamientos e incluso de conocimiento, por parte de los profesionales. La posibilidad de rehabilitación es muy escasa, concentrándose solo en los centros urbanos. Esto hace muy complicado o, incluso, imposible, acceder a recursos que podrían promover su independencia, facilitando mayor autonomía en su día a día y una escapatoria a la pobreza.

### ¿Qué conclusiones sacas de tu beca?

Me ha permitido cumplir una meta que tenía pendiente desde hace muchos años y que, si pudiera, volvería a solicitar. Merece la pena involucrarse en un proyecto de cooperación, ya que aportas lo mejor de ti pero, sobre todo, te enriqueces como persona y como profesional de una manera que no sabría describir con palabras.

### ¿Qué opinas sobre el esfuerzo del Colegio por invertir parte de su presupuesto en este tipo de becas?

Me parece una idea brillante invertir parte del presupuesto en proyectos de cooperación internacional. Animo a todos los fisioterapeutas a enviar sus propuestas de proyectos una vez abierto el plazo de las becas. Es una experiencia increíble que podemos vivir con la ayuda del Colegio aportando lo mejor de nosotros, tanto a nivel personal como profesional.

Pedro Fernández

**“El trabajo con el fisioterapeuta local se ha basado en revisar valoraciones y añadir nuevos ítems a los ya existentes”**

# Cursos y jornadas

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 las bases teóricas actuales sobre el ejercicio terapéutico y modelo de la función; reconocer e identificar la existencia de una clasificación muscular dividida según la función: estabilizadores locales, estabilizadores globales y movilizadores globales; identificar las zonas de hiper movilidad e hipomovilidad articular, así como el origen de la alteración del patrón de movimiento de la estructura en cuestión, e identificar la postura ideal y mejorar el sentido kinestésico.

Más información en tu dispositivo móvil:



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:**

16 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 y ayude en la intervención terapéutica, conocer las dificultades emocionales que puede presentar un paciente con dolor crónico y aprender las técnicas de comunicación efec-

tivas con este tipo de pacientes; conocer los principios básicos de la terapia cognitivo conductual y su adecuada aplicación en fisioterapia; aprender a observar y 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, con unificación de criterios.

Más información en tu dispositivo móvil:





## Un estudio relaciona el cáncer de próstata con otras patologías

El cáncer de próstata más agresivo se asocia a mutaciones de un gen relacionado también con el cáncer de mama hereditario, ovario y páncreas, entre otros, según confirma un estudio realizado por investigadores de la Unidad de Investigación Clínica de Cáncer de Próstata del Centro Nacional de Investigaciones Oncológicas (CNIO) y publicado en la revista médica "Journal of Clinical Oncology". Este hallazgo implica que los familiares de pacientes de cáncer de próstata con mutaciones en el gen BRCA2 y en otros genes de la reparación del ADN podrían tener un mayor riesgo de desarrollar cáncer.

## Identifican un gen vinculado a la diabetes gestacional

Científicos del Instituto de Genética Médica y Molecular de La Paz (INGEMM) y del Centro Andaluz de Biología Molecular y Medicina Regenerativa-CABIMER han identificado, por primera vez, un factor de riesgo genético en la aparición de diabetes durante la gestación. El hallazgo ha sido publicado en la revista "Diabetes".

## Las oposiciones al Servicio Madrileño de Salud se celebrarán el 17 de febrero

Se ha convocado el ejercicio de la fase de oposición de las pruebas selectivas por el turno libre para el acceso a la condición de personal estatutario fijo en la categoría de Fisioterapeuta del Servicio Madrileño de Salud (SERMAS) para el día 17 de febrero de 2019, con llamamiento único a las 9:30 horas.

Según la resolución de 2 de enero de 2019, de la Dirección General de Recursos Humanos y Relaciones Laborales del Servicio Madrileño de Salud, el próximo 17 de febrero tendrá lugar la celebración del ejercicio de la fase de oposición de las pruebas selectivas por el turno libre para el acceso a la condición de personal estatutario fijo en la categoría de Fi-

El llamamiento será único para todos los aspirantes admitidos, siendo excluidos de las pruebas selectivas quienes no comparezcan. Se podrá hacer excepción en el llamamiento único del ejercicio por la coincidencia, en dicha fecha, de la hospitalización, con motivo de embarazo y/o parto de las aspirantes.



sioterapeuta del Servicio Madrileño de Salud (SERMAS).

El ejercicio de la fase de oposición tendrá lugar en las siguientes Facultades de la Universidad Complutense de Madrid: Facultad de Derecho (Campus Moncloa) y Facultad de Informática (Campus de Moncloa).

Los aspirantes habrán de presentar, inexcusablemente, el original de su Documento Nacional de Identidad (DNI), pasaporte, o cualquier otro documento oficial válido para acreditar su identidad. Asimismo, habrán de ir provistos de bolígrafo azul o negro.

## Relacionan la salud respiratoria con la musculatura de niños

Los datos del estudio, con información de 7.000 personas, revelan la influencia de la musculatura de los niños cuando estos se hacen adultos.

Los niños con más músculo durante la infancia y la adolescencia tienen una mejor función pulmonar y salud respiratoria cuando son mayores, según ha demostrado un estudio científico del Instituto de Salud Global de Barcelona (ISGlobal). La investigación concluye que la composición corporal durante la infancia es fundamental para determinar la salud respiratoria futura. Además, en el caso de los niños con más porcentaje de grasa la función pulmonar futura es más baja, algo que, tal y como ha demostrado el estudio, no sucede en las chicas.



La posibilidad de sufrir asma o EPOC, en cambio, sí que crece tanto para los niños como para las niñas con mayores niveles de grasa en su composición corporal.

El estudio centra su relevancia en demostrar estos hechos, ya que investigaciones anteriores habían examinado la asociación entre la masa corporal y la función pulmonar, pero los resultados habían sido contradictorios.

El estudio combinó las medidas corporales de las casi 7.000 personas estudiadas con otras obtenidas utilizando absorciometría de rayos X y poder distinguir así entre músculo y grasa. También se midió la función pulmonar en niños y niñas a los 8 y a los 15 años y se calculó el crecimiento que experimentaba durante este periodo.



## Los asmáticos con un tratamiento adecuado reducen su depresión

Las personas que sufren asma ven descender sus niveles de ansiedad y depresión si reciben un tratamiento y control médico adecuados, según un estudio coordinado por un equipo médico de la Universidad Autónoma de Madrid (UAM), la Fundación Jiménez Díaz de Madrid y el Hospital de la Santa Creu y Sant Pau de Barcelona. La investigación, en la que han participado 180 neumólogos y alergólogos españoles, demuestra que tanto la ansiedad como la depresión de la mayoría de los más de 3.000 pacientes evaluados mejoraron de forma significativa.

## Más de 100 millones para la Acción Estratégica en Salud

El Consejo de Ministros aprobó a finales de diciembre una partida de 115,2 millones de euros para la Acción Estratégica en Salud (AES), la principal herramienta de financiación pública de la I+D+i en el ámbito de la investigación traslacional en biomedicina y fomento de su actividad investigadora. Esta tramitación anticipada garantiza que no se retrase la convocatoria de ayudas a investigación sanitaria y contratación de investigadores hasta que haya presupuestos. Se ha incluido de forma específica una referencia a los investigadores procedentes del grado de Fisioterapia.

# Una nueva técnica puede reducir las biopsias de mama

La técnica de imágenes de mama de tres compartimentos (3CB) mejora la predicción de cáncer.

Una nueva técnica que utiliza la mamografía para determinar la composición biológica de un tumor podría ayudar a reducir las biopsias de mama innecesarias, según un nuevo estudio publicado en la revista "Radiology". Esta nueva técnica se denomina imágenes de mama de tres compartimentos (3CB).

Al medir la composición del tejido de agua, lípidos y proteínas en todo el seno, 3CB podría proporcionar una firma biológica de un tumor. Por ejemplo, más agua en el tejido

inmediatamente antes de la biopsia. Las biopsias resultantes mostraron 35 masas que serían cánceres invasivos, mientras que las otras 74 masas eran benignas.

Las imágenes de 3CB se derivaron de las mamografías de energía dual y se analizaron junto con la radiografía por mamografía, un método que utiliza algoritmos de inteligencia artificial para evaluar características y patrones en imágenes, algunas difíciles para la percepción humana.

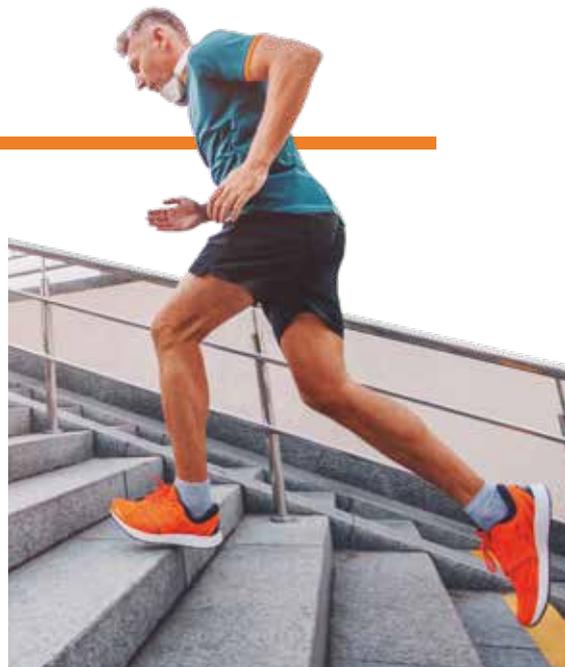
La combinación de análisis de ima-



tumoral podría indicar angiogénesis, o la producción de nuevos vasos sanguíneos, un signo temprano de desarrollo de cáncer.

Para el estudio, los científicos adquirieron mamografías de energía dual de 109 mujeres con masas mamarias sospechosas o altamente sugestivas de una enfermedad maligna (los tipos de lesiones en los que normalmente se realizaría una biopsia)

gen 3CB y mamografías mejoró el valor predictivo positivo, o la capacidad de predecir el cáncer, en masas mamarias consideradas sospechosas por el radiólogo de mama. El método combinado mejoró el valor predictivo positivo desde 32 por ciento de la interpretación visual sola a casi el 50 por ciento, con una reducción de casi el 36 por ciento en las biopsias.



## El ejercicio físico regula la glucosa

Un estudio liderado por la Clínica Mayo de Estados Unidos y en el que ha participado la investigadora del Departamento de Salud y Rendimiento Humano de la Universidad Politécnica de Madrid, Ana Belén Peinado, ha avanzado en el conocimiento sobre cómo se regula la glucosa en sangre durante el ejercicio físico. El trabajo, publicado en el "American Journal of Physiology-Regulatory, Integrative and Comparative Physiology", arroja nuevos datos sobre el papel que juegan los quimiorreceptores periféricos de los cuerpos carotídeos en la regulación de los niveles de glucosa cuando se está practicando un ejercicio aeróbico intenso con una infusión intravenosa de dopamina.

Los resultados de este trabajo indican que la glucosa plasmática y la secreción de ciertas hormonas glucorreguladoras se atenúan cuando se administra una baja dosis de dopamina exógena durante un ejercicio aeróbico prolongado en sujetos entrenados. Esto sugiere que los quimiorreceptores periféricos de los cuerpos carotídeos, u otros órganos glucorreguladores con receptores de dopamina, pueden contribuir a la regulación de la glucemia sanguínea en ejercicio en individuos activos.

Se trata del primer estudio en humanos que evalúa de manera específica el papel de los quimiorreceptores de los cuerpos carotídeos en la regulación de la glucosa sanguínea durante un estímulo fisiológico normal, como es el ejercicio.



## Descubren una enfermedad infantil que afecta al cerebro

El grupo de Enfermedades Neuro-metabólicas de Idibell y del Centro de Investigación Biomédica en Red de Enfermedades Raras (Ciberer), liderado por la doctora Aurora Pujol, ha descubierto una nueva enfermedad infantil que afecta a la sustancia blanca del cerebro (mielina) que lleva a una discapacidad grave y la muerte, en algunos casos.

El gen que causa la enfermedad se llama DEGS1 y los efectos que provoca podrían ser contrarrestados

con un fármaco empleado actualmente en el tratamiento de la esclerosis múltiple. Ha sido identificado en 19 pacientes a nivel mundial, incluyendo China, Irán, Marruecos, Estados Unidos y Francia. La recopilación de casos en esta enfermedad ha sido posible gracias a la colaboración con los centros de referencia para leucodistrofias de Francia y de Estados Unidos, así como a la plataforma de intercambio de información genómica GeneMatcher.

## Europa aprobó 42 nuevos medicamentos en 2018

La Agencia Europea de Medicamentos (EMA) aprobó 42 medicamentos completamente nuevos en 2018, un 20 por ciento más que en el año anterior. Entre los nuevos fármacos se incluyen tres nuevas terapias génicas y celulares, dos de ellas basadas en las células CAR-T e indicadas para el tratamiento de ciertos cánceres de la sangre,

y otra para pacientes con una rara enfermedad hereditaria de la retina.

También tienen una presencia importante los medicamentos indicados para el abordaje de las enfermedades raras, ya que 21 de las 84 opiniones positivas emitidas por la EMA durante 2018 (una de cada cuatro) corresponden a estos fármacos.

## La obesidad provoca resistencia a la insulina

Investigadores del Idibaps (Institut d'Investigacions Biomèdiques August Pi i Sunyer) y el Ciberdem (Centro de Investigación Biomédica en Red de Diabetes y Enfermedades Metabólicas Asociadas) han descubierto un nuevo mecanismo por el que la obesidad provoca resistencia a la insulina.

El estudio, publicado en la revista científica "Proceedings of the National Academy of Sciences" (PNAS), confirma que la obesidad modula el metabolismo de la glucosa y de los lípidos en ratones, a través de cambios en el contenido de microRNAs (pequeñas moléculas con capacidad para regular la expresión de determinados genes) de los exosomas, vesículas que secretan todas las células y que se encuentran en la sangre. Estos cambios en el patrón de los microRNAs provocan intolerancia a la glucosa y resistencia a la insulina.



Los resultados demuestran que la obesidad cambia el perfil de microRNAs en los exosomas del plasma en ratones. Pero para los investigadores lo más importante es que "si se trata a ratones sanos con los exosomas aislados de ratones obesos, se provoca intolerancia a la glucosa y resistencia a la insulina". Al reproducir el patrón de microRNAs asociados a la obesidad, los científicos vieron que la transferencia a ratones sanos también les provocaba el mismo síndrome metabólico.

El estudio lo ha coordinado la jefa del equipo Patogenia y Prevención de la Diabetes del Idibaps y jefa de grupo del Ciberdem, Anna Novials.



## BUITRAGO DE LOZOYA

# Un pueblo medieval sobre el río Lozoya

**E**n plena Sierra de Guadarrama, en un meandro del río Lozoya surge Buitrago de Lozoya y su fortificación, uno de los pueblos más impresionantes de la Comunidad de Madrid. Declarado Conjunto Histórico-Artístico y Bien de Interés Cultural, Buitrago cuenta con numerosos puntos de interés. Destaca su muralla medieval. De origen árabe, se empezó a construir entre los siglos IX y XI y fue ampliada en época cristiana. Rodea el núcleo urbano, formando un re-

cinto de más de 800 metros, con tres puertas y torreones macizos. Adosado al extremo sureste de la muralla de la villa, se alza el Castillo sobre el río, formando una auténtica fortificación que tenía fines defensivos en la época de la Reconquista. Su construcción en ladrillo y mampostería es propia de la arquitectura mudéjar. Tiene forma casi cuadrada y estaba fortificado por siete torres, cada una de ellas con una estructura diferente, siendo una de ellas de planta pentagonal. Sufrió un deterioro considerable durante los siglos XIX y XX, por lo que apenas queda nada de su interior.

También merece la pena visitar la iglesia gótica Santa María del Castillo, con elementos mudéjares, construida en el siglo XIV y situada en el interior del recinto amurallado. De su espléndida restauración, destacan su artesanado mudéjar y la colección de iconos ortodoxos. Otros lugares recomendables de Buitrago de Lozoya son la torre del

reloj; la casa del Bosque, una casa de campo perteneciente a los Duques del Infantado, del siglo XVII, y el Museo Picasso, que cuenta con más de 60 obras del pintor malagueño.

## NO TE PIERDAS...

### Visitas teatralizadas

A lo largo del año, los fines de semana la Oficina de Turismo ofrece visitas teatralizadas de una hora de duración para dar a conocer su villa medieval.

## MÁS INFORMACIÓN

### Oficina de Turismo del Ayuntamiento de Buitrago de Lozoya

C/ Tahona, 19 - Buitrago del Lozoya  
Teléfonos: 91 868 16 15; 674 38 12 44  
E-mail: turismo@buitrago.org

## GASTRONOMÍA

La estrella indiscutible es la carne, ya sea a la brasa, asada en horno de leña o sazonada con alguna de las hierbas aromáticas que se dan en la zona, como el tomillo. El jugoso y



gran chuletón es el plato más demandado, si bien también cuentan con gran popularidad el entrecot, el cordero asado y las chuletas de cordero. Mención especial merecen también los judiones.

## 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

### Pilates en máquinas para fisioterapeutas

**Organiza:** Fisiofocus, SL

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

**Duración:** 20 horas lectivas

**Fecha:** del 6 al 7 de abril de 2019

**Precio:** 360 €

**Información:** 615 85 25 76

<https://www.fisiofocus.com/es/curso/pilates-maquinas-madrid>

[secretaria@fisiofocus.com](mailto: secretaria@fisiofocus.com)

**Dirigido a:** Fisioterapeutas

## FISIOTERAPIA INFANTIL

### 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

### Fisioterapia respiratoria en pediatría

**Organiza:** Fisiofocus, SL

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

**Duración:** 20 horas lectivas

**Fecha:** del 6 al 7 de abril de 2019

**Precio:** 240 €

**Información:** 615 85 25 76

<https://www.fisiofocus.com/es/curso/fisioterapia-respiratoria-en-pediatria-madrid>

[secretaria@fisiofocus.com](mailto: secretaria@fisiofocus.com)

**Dirigido a:** Fisioterapeutas



## TERAPIA MANUAL

### Hypopressive Fitness System

(HFS)<sup>®</sup> 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

### Formación en técnicas hipopresivas

**Organiza:** Fisiofocus, SL

**Lugar:** Calle Saturnino Calleja nº 6,

1º A, 28002. Madrid

**Duración:** 30 horas lectivas

**Fecha:** del 6 de abril al 19 de mayo de 2019

**Precio:** 380 €

**Información:** 615 85 25 76

<https://www.fisiofocus.com/es/curso/tecnicas-hipopresivas-madrid>

[secretaria@fisiofocus.com](mailto: secretaria@fisiofocus.com)

**Dirigido a:** Fisioterapeutas

### Terapia manual y ejercicio terapéutico en patologías del aparato locomotor

**Organiza:** Fisiofocus, SL

**Lugar:** Calle Saturnino Calleja nº 6,

1º A, 28002. Madrid

**Duración:** 80 horas lectivas

**Fecha:** del 6 de abril al 16 de junio de 2019

**Precio:** 850 €

**Información:** 615 85 25 76

<https://www.fisiofocus.com/es/curso/terapia-manual-y-ejercicio-terapeutico-patologias-aparato-locomotor-madrid>

**Dirigido a:** Fisioterapeutas

## VARIOS

### Valoración y tratamiento del paciente vertiginoso e inestable

**Organiza:** Fisiofocus, SL

**Lugar:** Calle Saturnino Calleja nº 6,

1º A, 28002. Madrid

**Duración:** 40 horas lectivas

**Fecha:** del 5 de abril al 19 de mayo de 2019

**Precio:** 490 €

**Información:** 615 85 25 76

<https://www.fisiofocus.com/es/curso/abordaje-clinico-y-terapeutico-paciente-vertiginoso-e-inestable-madrid>

[secretaria@fisiofocus.com](mailto: secretaria@fisiofocus.com)

**Dirigido a:** Fisioterapeutas

### Rehabilitación Integral Terapéutica<sup>®</sup>

(RIT<sup>®</sup>): Ejercicio terapéutico

funcional en lesiones MMSS

(cintura escapular + cuello)

**Organiza:** Fisiofocus, SL

**Lugar:** Calle Saturnino Calleja nº 6,

1º A, 28002. Madrid

**Duración:** 20 horas lectivas

**Fecha:** del 6 al 7 de abril de 2019

**Precio:** 240 €

**Información:** 615 85 25 76

<https://www.fisiofocus.com/es/curso/rit-ejercicio-terapeutico-funcional-en-lesiones-mmss-madrid>

[secretaria@fisiofocus.com](mailto: secretaria@fisiofocus.com)

**Dirigido a:** Fisioterapeutas

### Suelo pélvico y maternidad

**Organiza:** Fisiofocus, SL

**Lugar:** Calle Saturnino Calleja, nº 6,

1º A, 28002. Madrid

**Duración:** 30 horas lectivas

**Fecha:** del 11 al 14 de abril de 2019

**Precio:** 340 €

**Información:** 615 85 25 76

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

[secretaria@fisiofocus.com](mailto: secretaria@fisiofocus.com)

**Dirigido a:** Fisioterapeutas

### Fibrolisis instrumental (ganchos): tratamiento muscular, miofascial, tendinoso, ligamentoso y articular)

**Organiza:** Fisiofocus, SL

**Lugar:** Calle Saturnino Calleja, nº 6,

1º A, 28002. Madrid

**Duración:** 20 horas lectivas

**Fecha:** del 27 al 28 de abril de 2019

**Precio:** 230 €

**Información:** 615 85 25 76

<https://www.fisiofocus.com/es/curso/terapia-fascial-instrumentada-ganchos-fibrolisis-madrid>

[secretaria@fisiofocus.com](mailto: 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.

## Volvo XC60 T8 R Desing

# Ecología y tecnología, unidas de la mano

Los nuevos coches de la marca Volvo, entre los que se encuentra el XC60, suponen una revolución automovilística en muchos aspectos. Un diseño exterior más atractivo, unos acabados de alta calidad en el interior y una carga tecnológica enfocada a la seguridad sin precedentes nos conduce a un producto que supera, en muchos aspectos, el nivel

de los grandes fabricantes alemanes. El modelo probado es un SUV medio, con suficiente tamaño interior como para no tener que necesitar a su hermano mayor, el XC90, a no ser que se tenga una familia numerosa. Las motorizaciones son gasolina y diésel, desde 150 hasta los 408 CV. En cuanto a la caja de cambios, puede ser

automática o manual, en las versiones menos potentes, y la tracción puede ser total o delantera. El modelo XC60 con el acabado deportivo *R-Desing* y 408 CV consume mucho menos de lo que parece. Se trata de un híbrido enchufable capaz de circular 50 kilómetros sin gastar una gota de gasolina. Todo ello, gracias a su potente motor eléctrico y a sus baterías recargables. Además, es un vehículo que dispone de la pegatina 0 emisiones, gracias a la cual se puede circular y aparcar en Madrid en cualquier escenario de contaminación. En el caso de que se agote la

energía de las baterías o que requiera sus 408 CV, se encendería el motor térmico de cuatro cilindros y un compresor volumétrico que genera más de 300 CV.

La conducción es suave y agradable gracias a su cambio automático de ocho velocidades, a su cómoda suspensión y a su asiento, uno de los mejores que existen en el mercado.

La revolución ecotecnológica está en marcha. Cada vez utilizaremos menos los motores de combustión y se tenderá, primero, a una hibridación generalizada y, cuando las baterías mejoren sus tiempos de carga y autonomía, a la electrificación de los coches. Volvo, con este XC60 T8, nos está acercando un poco más a cómo serán los coches en un futuro cercano.

**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](http://www.fisio.tv))
- Página de “Consejos de Fisioterapia” y blog: [www.consejosdefisioterapia.org](http://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](http://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