



# IMPLÍCATE CON LA PROFESIÓN!

# Con tu colaboración venceremos al intrusismo.

El intrusismo y la competencia desleal son para muchos de nosotros graves problemas que afectan a nuestra profesión. Si a ti también te preocupa colabora, dentro de tus posibilidades, con las actividades que el Colegio lleva a cabo. Consulta en la web del Colegio la "Guía de lucha contra el Intrusismo" o comunicate 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.

La unidad de acción es clave para avanzar.

Con tu ayuda seremos más y mejor reconocidos.



# 210 Migher 210

# en este número



Fisioterapia en deportes de contacto



# Francisco Del Río Médico "Sin buena

Médico
"Sin buena
fisioterapia post
trasplante, el éxito
disminuye
drásticamente"



# 14

20 aniversario del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid



# **4 TRIBUNA**

# **5 EDITORIAL**

# 14 VIDA COLEGIAL

- 16 Videoconsejo
- 18 Campañas posturales
- 20 Ayudas por nacimiento
- 23 Sello de Excelencia
- **24** Biblioteca

# 26 VOZ DEL COLEGIADO

- 28 **AL DÍA**
- **30 MOTOR**
- 31 DEVIAJE
- **33 FORMACIÓN**
- 34 AGENDA

# 30DÍAS







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

**Director:** José Antonio Martín Urrialde. **Consejo de Redacción:** José Santos Sánchez-Ferrer, Mª Carmen San Frutos Hernández, José Antonio Martín Urrialde. **Colaboraciones:** Comisiones y Secciones Profesionales del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la CM. **Redacción:** Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid (CPFCM) C/ José Picón, 9. 28028 Madrid. Teléfono: 9 I 504 55 85 Fax: 9 I 504 22 02 www.cfisiomad.org cpfm@cfisiomad.org **Editor:** CPFCM

**Realización:** Servimedia S.A. **Imprime:** ILUNION Retail y Comercialización **Depósito Legal:** M-23102-1998 **Tirada mensual:** 9.675 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 réplica de los colegiados aludidos en un artículo, destinará el mismo espacio y extensión en otro número de la revista.

# ¡Que viene Donald Trump!

#### Tomás Gallego. Colegiado número 125.

Las elecciones presidenciales de 2016 fueron las 58<sup>a</sup> celebradas en Estados Unidos. La campaña electoral enfrentó a la candidata demócrata Hillary Clinton (republicana en sus años universitarios) contra el republicano Donald Trump. Fue un enfrentamiento bronco desde el principio, con la prensa titulando, si ganaba el republicano: "El fin de un sueño", "La Casa Blanca a punto de caer", "la Victoria de Trump pone en peligro la política sobre el cambio climático"...

Ganó Trump en unas elecciones marcadas por la diferencia entre el voto de las grandes ciudades y el de las zonas rurales. Y es que Hillary, además de ser mujer (por qué no decirlo, esto ha influido, el mundo todavía es machista en esencia y, en muchas partes, en potencia) en su campaña no arrojó titulares estridentes. Sus menajes, mezcla de ideas progresistas con valores americanos, fueron transmitidos a una parte del país que no se siente al borde del apocalipsis, que aún cree en el sueño americano.

Por su parte, Donald representó en su camino hacia la Casa Blanca una corriente de malestar profundo con las instituciones y los políticos tradicionales de Estados Unidos, con una campaña teñida de elementos populistas y nacionalistas que han calado. Para las personas más formadas, las diferencias entre ambos las cifran en cuestiones de profundidad: los demócratas defienden el libre comercio y los republicanos acusan a este libre

comercio de provocar el cierre de fábricas y de dejar sin oportunidades a la clase trabajadora; los demócratas creen que Estados Unidos debe arreglar los problemas del resto del mundo, con guerras si hace falta. Los republicanos, por el contrario, prefieren resolver 'los problemas internos y no los de los demás; para los demócratas la inmigración es necesaria para la economía, mientras que los republicanos creen que quitan el trabajo y amenazan su identidad.

Seguramente, una gran mayoría no ha tenido en cuenta estas cuestiones, seducidos por el magnate de la construcción, más conocido por los rascacielos que llevan su nombre, por su trayectoria de playboy (casado varias veces, curiosamente, con mujeres sin papeles), por colaborar en programas de telerrealidad y por ser un provocador.

Un fenómeno curioso que no alertó y que se produjo al final de la campaña es que, además de atraer más seguidores a sus mítines, atrajo a más periodistas, un factor seguramente clave para entender lo que sucedió en las votaciones.

Sin embargo, no creo que su victoria cambie la geopolítica norteamericana. En cuanto a sus relaciones con México y otros países de Latinoamérica, a pesar de su intención de levantar un muro en la frontera mexicana, no creo que se produzca. No hay que olvidar que ya hay un muro de 1.050 kilómetros (ni demócratas ni republicanos lo quitaron) y, en los territorios donde no lo hay, los accidentes geográficos impiden emplazarlo.

Hay un libro muy recomendable, "El camino de La Bestia: Migrantes clandestinos a la búsqueda del sueño americano", de Flaviano Bianchini, que cuenta sus escalofriantes vicisitudes que uno padece cuando se traslada de América del Sur a Estados Unidos. Y cuando llega a la tierra prometida se encuentra con leyes que van en contra de los derechos humanos.

La llamada Ley Arizona, que luego emularon otros estados, supone la más extrema acción contra todo aquel que sea sospechoso de ser inmigrante ilegal. La ley de Arizona SB1070 de 2010 (también llamada ley del odio) supone la acción más amplia y estricta contra la inmigración ilegal de las últimas décadas, ya que criminaliza a los inmigrantes sin documentos y considera sospechosos de crímenes a todos los que, por su aspecto, puedan parecer inmigrantes, ya sean ciudadanos norteamericanos o inmigrantes legales o ilegales. Es verdad que Obama suspendió la aplicabilidad completa de esta ley y dejó sin efecto la implementación de algunos de los puntos más polémicos, pero esta sigue activa desde 2010.

Como esto, muchas cosas, porque en sus relaciones con el mundo no existe una gran diferencia cuando gobiernan los demócratas o los republicanos.

Veremos si en este caso no pasa como en el cuento del pastor y el lobo... Que Dios bendiga a América y que Él nos proteja a los demás.

# Antiguos-nuevos retos en AP

La Ley General de Sanidad regula la política sanitaria a nivel nacional y permite hacer efectivo el derecho a la protección de la salud recogido en la Constitución Española. La integración de la fisioterapia en el marco de la Atención Primaria se produce a partir de la Circular 4/91; y la regulación de los tratamientos fisioterapéuticos básicos se establece mediante la Cartera de Servicios Comunes y se desarrolla acorde a los programas de cada Servicio de Salud.

La Ley de Ordenación de las Profesiones Sanitarias especifica el tipo de prestación que corresponde a los titulados en Fisioterapia. Teniendo en cuenta lo estipulado en el servicio 506 de la Cartera de Atención Primaria de Madrid, estos deberían enfocarse desde la perspectiva del funcionamiento y la discapacidad, y no solo desde la perspectiva de la enfermedad.

Actualmente, nos seguimos planteando las mismas antiguas-nuevas premisas, partiendo del principio de esta dualidad, son muchos los frentes que tenemos que abordar desde la Atención Primaria: actualizar la cartera de servicios, normalizar las agendas, mejorar la continuidad asistencial, la estandarización de protocolos y los programas de fisioterapia mediante guías de práctica clínica basadas en la evidencia, así como la adopción de nuevos enfoques científico-técnicos, como el empleo de la ecografía y la punción ecoguiada. Sin olvidar, todas aquellas actividades encaminadas a la promoción y a la prevención, que se pueden desarrollar dentro del ámbito asistencial de la Atención Primaria.

Un último aspecto, y no por ello menos importante, que nos queda por afrontar para seguir avanzando y mantener nuestro grado de autonomía, es el de la gestión; no solo a nivel de micro y mesogestión, sino, también, a nivel macro. Posibilitando, con todo ello, que se normalicen las diferencias territoriales existentes en el ámbito organizativo y asistencial dentro de las unidades de fisioterapia de la Comunidad de Madrid.

Esperamos que la II Jornada de Unidades de Fisioterapia de Atención Primaria, que tendrá lugar el próximo 21 de marzo, sea el punto de partida que tanto tiempo llevamos esperando. Y que esto permita mostrar el verdadero potencial que tiene la fisioterapia para implementar cambios en este nivel asistencial, y para seguir desarrollando el enfoque del modelo de práctica clínica basado en la evidencia.



La labor de la fisioterapia en los deportes minoritarios de contacto físico

# Riesgo de contacto

El rugby, el boxeo y el hockey sobre hielo son algunos de los deportes en los que el contacto directo con otros deportistas produce lesiones. Para evitarlas, los fisioterapeutas estan presentes en todas las fases deportivas, desde la preparación a la prevención, tratamiento de la lesión y readaptación del deportista.



Durante un partido, la mayor parte de las lesiones de los jugadores de rugby, se produce en los placajes.

n un placaje de rugby, el jugador o jugadora, que cuenta con una técnica depurada y una musculatura fuera de lo normal, choca contra su adversario y le agarra por el torso hasta derribarle. La dureza de los choques se compara con la de un vehículo circulando a 45 kilómetros por hora. Uno se puede imaginar el riesgo de lesión de estos deportistas.

Hay otros deportes de contacto en los que el riesgo de lesión es alto. En el hockey sobre hielo, por ejemplo, además de soportar el impacto de otro deportista, los jugadores, a veces, sufren golpes contra el disco, el stick, las barreras laterales de protección o contra el propio hielo, a veces, incluso más duro y peligroso que el golpeo del adversario. Y luego está

el boxeo, donde los traumatismos directos son habituales. En todos ellos, la figura del fisioterapeuta cumple un papel

destacado para asegurar el buen estado de salud del deportista, a través de la prevención y el tratamiento de lesiones.

#### Ensayo al dolor

En el rugby, tanto en partidos como en entrenamientos, al ser un deporte de contacto son frecuentes las lesiones. Paloma Loza, coordinadora de fisioterapeutas de la Federación de

Rugby de Madrid, conoce muy bien ambos mundos puesto que, anteriormente, fue jugadora. Ella, mejor que nadie, sabe los beneficios de la fisioterapia en este deporte: "Es fundamental porque ayuda a prevenir lesiones y, en caso de que se produzcan, a tratar las mismas. Además, acorta los tiempos de recuperación del deportista y ayuda a la vuelta de la actividad en las mejores condiciones posibles". Su trabajo consiste, básicamente, "en enseñar al deportista distintas técnicas de calentamiento, estiramientos y crioterapia, es decir, tratamiento con frío, y cómo y cuándo hacerlas para que sean efectivas", asegura Loza.

Para la fisioterapeuta, la prevención "es primordial porque evita que el jugador se lesione más de la cuenta y tenga que parar con lo que conlleva: bajón físico y psicológico, y luego una dura vuelta a la actividad".

En cuanto a las lesiones, las más habituales son las de hombro, rodilla, cabeza y manos, principalmente. Aunque existe toda una colección de riesgos en lesiones musculares en abductores, isquiotibiales, cuádriceps, psoas ilíaco, gemelos, cuadros lumbares y en el trapecio; la temida triada, por lo que los jugadores se someten a fuertes vendajes al nivel de la rodilla para proteger la articulación; lesiones óseas, como fracturas vertebrales lumbares y cervicales; o parálisis temporales en miembros inferiores (lumbares) o superiores (cervicales), especialmente en melés, tras un empuje mal hecho o un golpe mal dado. Eso, sin olvidarse de las contusiones o lesiones en las orejas, que suelen ir bien protegidas.

Sin embargo, los mayores riesgos son "las le-

siones que, al final, deben operarse y los golpes en la cabeza". Existe un riesgo de pérdida de conocimiento, de fuerte traumatismo en la cabeza o de conmoción cerebral. "El fisioterapeuta debe tener preparación, algo que tampoco es muy complicado ya que existe mucha información sobre cómo actuar, así como multitud de cursos para saber qué hacer en cada situación".

"Existe
un riesgo
de pérdida
de conocimiento
en el rugby,
por lo que es
imprescindible la
preparación del
fisioterapeuta"

#### Sobre el ring

El boxeo es un deporte noble, pero duro, con dos deportistas intentando golpearse mutuamente. El mayor riesgo al que se exponen los boxeadores es el de sufrir traumatismos directos, tanto los provocados por el propio deportista con sus golpes como los que recibe. Carlos Rocha, fisioterapeuta de la Federación Española de Boxeo, asegura que en su trabajo debe "tratar de mitigar y reducir esos impactos que van a sufrir, sobre todo, articulaciones de dedos, muñeca y mano, pero, también, el resto del miembro superior". Por esa razón, el primer reto al que se enfrenta es "el diseño del vendaje de la mano y las ayudas con diferentes materiales que amortigüen el impacto, así como supervisar el acolchado y la buena calidad del guante de boxeo y de los sacos". No obstante, la mayoría de las lesiones de estas articulaciones vienen dados por fallos en el golpeo y defecto de técnica, así co-

# [enportada]

>> mo impactos en estructuras óseas prominentes, como mentones, codos y sobre la cabeza de otro boxeador. En estos casos, los fisioterapeutas utilizan, también, la crioterapia y el drenaje para rebajar las secuelas de tanto impacto y contusiones.

El papel del fisioterapeuta es clave en la recuperación de las secuelas a los impactos recibidos. Rocha explica que "esta recuperación debe ser muy rápida ya que los boxeadores olímpicos pueden llegar a competir casi a diario teniendo que recuperarse en 24 horas del desgaste del combate y volver a levantarse al día siguiente en el peso oficial". Eso genera fatiga, sobrecarga muscular encontrándose los músculos poco nutridos y alta deshidratación, que condicionará la regeneración de las estructuras capsuloligamentosas expuestas a microtraumatismos constantes. "La fisioterapia aquí es fundamental para preparar estos músculos", asegura Rocha. Para ello, "utilizamos la presoterapia y crioterapia para ayudar a drenar y oxigenar bien la musculatura y tratar de devolver un tono muscular apto de nuevo para la competición. También dedicaremos especial cuidado a las manos y los dedos, pues sufren mucha inflamación".

Tras el miembro superior, porcentualmente, las lesiones más comunes se dan en la columna vertebral y la esfera maxilofacial, así como la articulación temporomandibular. También, según Rocha, se producen lesiones de la mano y la muñeca, capsulitis, artritis traumáticas, tenosinovitis, rotura de las cinchas de los tendones del extensor de los dedos, lesión del complejo fibrocartílago triangular, inestabilidad del carpo (sobre todo, lesiones en el pulgar), síndromes impactacionales compresivos en la muñeca, así como lesiones del codo, entre otras.

# Planes de entrenamiento

De ahí la importancia de los planes de entrenamiento y de actuación y las rutinas de trabajo diario para reforzar la musculatura más implicada y evitar lesiones, así como el seguimiento de las mismas. Este es, principalmente, el trabajo de los fisioterapeutas. Para ello, la terapia manual, la punción seca, la osteopatía, el masaje, los estiramientos y la electroterapia forman parte del día a día.

También "se utilizan bandas elásticas, fitballs, bosu, cinturones rusos y diferentes elementos





de resistencia para esta parte de trabajo compensatorio", aclara Rocha, además de baños de parafina a diario en la muñeca y mano para reducir el dolor y la inflamación con baños de contraste alternándolo con inmersiones de agua con hielo y drenaje.

#### El peligro del hockey

Otro de los muchos deportes en los que se producen constantes contactos con otros jugadores es el hockey sobre hielo. A pesar de las protecciones, también se producen le-



Arriba, Paloma Loza, con un jugador de rugby. A la derecha, sobre estas líneas, Rafael Jácome atiende a un jugador de hockey sobre hielo. A la izquierda, un momento de un combate del boxeador español Samuel Carmona, en Río 2016.

siones tras el choque con otro deportista, el golpeo con un stick, encontrarse en medio de la trayectoria del disco o al chocar contra las barreras laterales de protección.

En todos los deportes de invierno, en los que se incluye el hockey, el objetivo es dar una "atención personalizada", asegura Rafael Jácome, director de los servicios médicos de la Federación Madrileña de Deportes de Invierno.

Así, el fisioterapeuta está presente en "la preparación, la prevención, la lesión y la readaptación posterior del deportista", es decir, en todos las fases. Esa es una de las razones por las que un fisioterapeuta lidera el equipo médico. Esa, y dos reflexiones, confiesa Jácome: "Una es 'Si la medicina da años a la vida, la fisioterapia da vida a los años', y la otra es que compartimos muchísimas más horas con nuestros deportistas". Así, según Jácome, "nos ase-

guramos de que tenemos participación activa y supervisión durante todas las fases de tratamiento ante una lesión".

Estas fases son cinco. La primera sería "conocer los distintos mecanismos lesionales para que, a pie de pista, intuir qué lesión nos podemos encontrar y cómo actuar con rapidez, eficiencia y eficacia". Luego, iniciar el tratamiento médico y fisioterápico con transmisión de información de manera horizontal para pasar a la tercera fase. Esta consiste en mejorar la condición física, la elasticidad y la fuerza con la ayuda de los preparadores físicos y, con los readaptadores, reanudar el gesto deportivo. Con el alta médica, en la fase cuatro, se trabaja de manera específica e individual en sesiones dobles o triples, de nuevo con nuestros preparadores físicos, y, finalmente, en la fase cinco, el deportista se incorpora a su equipo o staff, de la mano de los técnicos deportivos o entrenadores.

#### Trabajo de prevención

En cuanto a la prevención, los fisioterapeutas buscan "mejorar la salud del deportista por medio de agentes físicos y actividades terapéuticas que permitan maximizar el desarrollo de la capacidad orgánica, mejorando las condiciones físicas y psíquicas, así como las capacidades perceptivo motrices con aprendizaje de ejercicios", afirma Jácome.

Según el fisioterapeuta, "fijamos hábitos deportivos saludables, adquiriendo experiencia, aumentando el control motor y la información kinestésica, lo que se traduce en un incremento del rendimiento deportivo y en términos de prevención".

Para ello es necesario una valoración fisioterápica completa de los deportistas, con una historia clínica detallada desde su nacimiento. "De esta forma nos aseguramos de que no se nos escapen detalles que puedan alterar el movimiento normal y el buen funcionamiento del sistema musculoesquelético, y maximizar el rendimiento de las cadenas musculares", asegura Jácome.

En definitiva, en estos deportes de contacto parece claro que la figura del fisioterapeuta ocupa el lugar esencial que se merece.

Pedro Fernández

# Francisco del Río

Coordinador de Trasplantes de la Comunidad de Madrid

# "Sin buena fisioterapia post trasplante, **el éxito disminuye** drásticamente"

El doctor analiza la situación de los trasplantes en la Comunidad de Madrid y el papel clave de la fisioterapia en estos pacientes, al tiempo que se marca como reto que nadie muera esperando un órgano.

El coordinador de trasplantes en el Hospital Clínico de Madrid agradece la solidaridad y generosidad de los madrileños, a la cabeza en número de donantes, y destaca el trabajo de todo el equipo multidisciplinar que participa en el proceso del trasplante, especialmente los fisioterapeutas.

## ¿En qué situación se encuentra Madrid, en número de donaciones, con respecto al resto de España?

Madrid es una de las comunidades autónomas con un mayor número de donantes en cifra absoluta. Destaca, sobre todo, por sus programas de donación a corazón parado controlado y no controlado. Tiene más de 20 programas de donación acreditados en hospitales públicos. En 2017, se va a poner en marcha un programa de apoyo a los hospitales pequeños para potenciar en estos los programas de donación controlada a corazón parado.

# España sobrepasa los 4.700 trasplantes. ¿Podemos llegar en 2017 a 5.000?

Es una predicción difícil, pero todos los años España bate el récord del año anterior y se están alcanzando cotas que parecían inalcanzables.

#### ¿Cuál es el trabajo diario de un coordinador de trasplantes en una ciudad como Madrid?

Sería largo de describir. Básicamente, estar pendiente de la presencia de posibles donantes en las UCI de los hospitales y servicios de emergencia en los centros con donación a corazón parado. Cuando surge la oportunidad de donar, lo primero y, posiblemente, más complejo es la entrevista con la familia. Si la familia autoriza la donación, a veces, hay que obtener el permiso del juez (si es un caso judicial, por ejemplo, el donante proviene de un accidente de tráfico). Además, hay que validar al donante, es decir, comprobar qué órganos puede donar realizando las analíticas y exploraciones necesarias. Posteriormente, coordinar junto a la ONT el proceso de donación de órganos, traslado de equipos y revalidación órgano por órgano y, finalmente, coordinar los trasplantes. Todo ello, en el menor tiempo posible. A veces, el proceso se complica por la utilización de máquinas de preservación ex vivo.

# ¿Obedece a algún tipo de horario un coordinador de trasplantes?

Somos médicos con horario de trabajo normal al que hay que añadir una gran cantidad de >>



» guardias. Muchas veces, incluso fuera del horario de la guardia, propiamente dicho, seguimos "acabando" con algunos aspectos que se prolongan más de lo esperado. Normalmente, hay más de un coordinador por centro, al menos en los que tienen mucha actividad.

#### ¿Es habitual los trasplantes multiorgánicos?

No porque, afortunadamente, no es fácil enfermar de varios órganos a la vez y necesitar el trasplante de todos ellos. Lo que podemos decir es que España, una vez más, está a la cabeza de los mismos.

#### ¿Existe el turismo de trasplante?

Desgraciadamente se han detectado casos recientemente en España. Afortunadamente, se han atajado todos y la UCO de la Guardia Civil realiza una espléndida labor combatiendo estas situaciones. El modelo español de donación y trasplante no deja resquicios y es fácil detectar estos intentos. La Ley es tremendamente rigurosa y se aplica con toda su intensidad.

# A todos los españoles se les aplica el mismo criterio de espera, excepto a los denominados 'Urgencia 0'. ¿En qué consiste?

La urgencia 0 responde al deterioro de la situación clínica de un paciente que comporta una disminución drástica en su expectativa de vida (habitualmente de 48 a 72 horas).

# ¿Realizan algún seguimiento de los pacientes trasplantados?

Por supuesto, de por vida. El rechazo siempre existe aunque, afortunadamente, se controla muy bien con los tratamientos actuales, pero esto obliga a un seguimiento médico de por vida.

# ¿Qué papel tiene la fisioterapia en las personas con trasplantes?

Fundamental. Sobre todo, en el trasplante de pulmón y de corazón. A estos pacientes hay que enseñarles, literalmente, a respirar de nuevo. Sin una buena fisioterapia post trasplante, las posibilidades de éxito disminuyen de forma muy importante, sobre todo, en el período más complejo que es el postoperatorio inmediato. En el trasplante hepático y renal, también es fundamental, pues reincorporar un paciente crónico con vida y acti-

"En la pérdida muscular, la alimentación plena unida al ejercicio y tratamiento fisioterápico es la base de la recuperación"





"Sin un tratamiento de fisioterapia, el trasplante se quedaría, en el mejor de los casos, a mitad de camino" vidad limitadas a una vida normal o casi normal exige el apoyo y tratamiento de los fisioterapeutas. Si no, el trasplante se quedaría, en el mejor de los casos, a mitad de camino.

Uno de los principales problemas a los que se enfrentan estos pacientes es la pérdida muscular. ¿Qué técnicas aplican en estos casos? La posibilidad de reiniciar una alimentación plena unida al ejercicio y tratamiento fisioterápico es la base de la recuperación de estos pacientes. En trasplantes como el de pulmón y el de corazón las

trasplantes como el de pulmón y el de corazón las técnicas de rehabilitación respiratoria y cardiaca, con ejercicio controlado progresivo, son de la máxima importancia.

# ¿Existen casos en los que el paciente necesite de fisioterapia para toda la vida?

Es posible, aunque en la mayor parte de los casos el paciente, una vez trasplantado, en un tiempo variable, suele volver a la normalidad. Aquí puede influir mucho la comorbilidad de la enfermedad que hizo necesario el trasplante, y que puede condicionar de por vida al paciente.

# ¿Se utiliza la fisioterapia, también, para preparar a los pacientes para las operaciones?

Sí, sobre todo en trasplante de pulmón. Existen múltiples referencias bibliográficas, en este sentido.

# ¿Qué trasplantes requieren un mayor trabajo de fisioterapia?

Sin duda, el de pulmón y el de corazón.

## ¿Qué retos se marca Madrid en cuanto a trasplantes de órganos?

Serían difíciles de concretar en un sentido amplio. A corto plazo, llevar la donación a corazón parado a todos los hospitales, constituir un Banco de Tejidos en la Comunidad de Madrid (no olvidemos que en trasplante de córneas, escleras y tejido osteotendinoso Madrid es una Comunidad líder también), y, en definitiva, trabajar todos los días en trasplantar más pacientes para que la lista de espera sea lo más corta posible, y, sobre todo, para que nadie muera sin poder ser trasplantado cuando lo necesita.

Pedro Fernández / Fotos: Jorge Villa



# Dos décadas al servicio del ciudadano y el fisioterapeuta

El Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid (CPFCM) cumplirá, el próximo 14 de abril, 20 años. Con motivo de la celebración, se llevarán a cabo diversos actos y actividades a lo largo del año.

Este año el Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid cumple 20 años al servicio de la ciudadanía y de los colegiados. Concretamente, el 14 de abril de 1997 se empezó a construir el camino en el que, a pesar de sufrir ciertas dificultades, se ha conseguido afianzar la imagen del fisioterapeuta en la sociedad.

Para celebrar esta trayectoria de dos décadas, la Institución colegial, a través de su actual Junta de Gobierno, ha decidido hacer partícipes de este aniversario a todos sus grupos de interés: colegiados, ciudadanos, Administración, universidades, proveedores y trabajadores, mediante la organización de actos y actividades que se irán convocando a lo largo de 2017.

Con motivo de esta celebración se ha diseñado un nuevo logotipo (que se puede ver en la parte superior de la página) y un eslogan de aniversario, "20 años en buenas



manos", que resume el trabajo de la Institución colegial durante estas dos décadas.

## Encuentros informativos

De forma periódica, el CPFCM organizará en la sede de Servimedia encuentros informativos bajo el título "La salud en nuestras manos". A estos actos, que tratarán temas sobre distintas áreas temáticas como la relación de la fisioterapia con la mujer, la infancia, la tercera edad o la prescripción de ejercicio físi-

co, se invitará a entidades del Tercer Sector para que acudan al acto como público. El 28 de enero tuvo ya lugar un encuentro sobre extrusismo, moderado por el periodista Arturo San Román, y que contó con la participación del fisioterapeuta Luis Torija; Aurora Araujo, fisioterapeuta y vice presidenta de la Asociación Fisioterapia Sin Red; Marta Mª Suárez, presidenta de la Asociación de Dietas-Nutricionistas de Madrid, y Jesús Pérez, gerente del Colegio de Licenciados en Actividad Física y Deporte.

#### Debate político

Asimismo, el Colegio organizará un debate político so-

# Síguenos en las redes

Todas las novedades del 20 aniversario, así como las acciones que realiza el Colegio, también se pueden seguir en las redes sociales, a través de:







# Presentadas las bases del concurso fotográfico extraordinario

Con motivo de su aniversario, el CPFCM ha decidido convocar un concurso fotográfico extraordinario en el que se premiará la imagen que mejor ilustre 'La evolución de la Fisioterapia'. El plazo para presentar trabajos terminará el 7 de abril, mes en el que se producirá el fallo del ganador.

El Colegio exhibirá en su sede, desde el día del fallo, una exposición con todas las imágenes recibidas.

El premio está abierto a todos los colegiados y precolegiados de la Institución. Una misma persona no podrá recibir más de uno, aunque sí presentar un máximo de dos fotografías. Las instantáneas podrán ser en color o en blanco y negro, y realizadas

mediante una cámara analógica o digital.

No se aceptarán retoques artísticos de las imágenes más allá del brillo y del contraste. Tampoco fotomontajes ni fotografías realizadas por personas distintas del autor o que no sean propiedad del autor, ni aquellas que hayan sido premiadas anteriormente. Las medidas mínimas serán de 18x24 centímetros y las máximas de 31x41 centímetros.

El comité organizador se reserva el derecho de aceptación de las obras, según se ajusten o no a la temática del concurso. La organización cuidará de la integridad y custodia de las fotos desde el mismo momento de la recepción. Las fotografías se entregarán en mano en la Secretaría del Colegio, o se enviarán por correo postal a la sede del mismo, con el epígrafe 'Concurso de Fotografía Extraordinario 20° Aniversario'.

Las fotografías deben ir con título, pero no firmadas, en un sobre cerrado en el que no deberán aparecer escritos los datos del remitente, sino un pseudónimo. En otro sobre se incluirá otro identificativo con el mismo pseudónimo, donde irán los datos personales del autor de la/s foto/s. Las fotografías quedarán en propiedad del CPFCM, que se reserva los derechos de exposición y reproducción. La participación supone la aceptación íntegra de estas bases.

bre la cronicidad y la Fisioterapia, que contará con la presencia de representantes de los principales grupos políticos. A este debate, si así lo desean, podrán acudir como invitados representantes de otros colegios profesionales de Fisioterapeutas de España.

#### 'Road Show'

Por otra parte, con la colaboración de la Federación de Municipios de la Comunidad de Madrid, con la que recientemente el Colegio firmó un convenio para impulsar la campaña escolar, se pondrá en marcha un *road show*, es decir, un autobús que llevará a un gran número de municipios de la Comunidad de Madrid las diversas campañas de promoción de la salud que el CPFCM lleva promoviendo desde hace años con gran éxito entre los ciudadanos y que han servido de ejemplo en otras comunidades autónomas.

Para ello, se instalará una carpa en distintos municipios en la que se desarrollarán talleres para escolares, embarazadas y mayores.

#### Políticos y colegiados

En abril, en un acto que coincidirá con el fallo del concurso fotográfico extraordinario (ver información a la izquierda), se procederá a reconocer la labor de los doctores colegiados y de ciertos políticos que han trabajado en favor de la Fisioterapia.

#### 30DÍAS

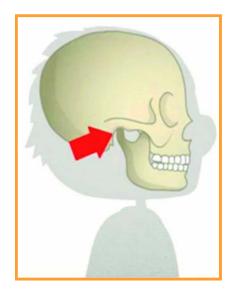
Por otra parte, el próximo mes de abril, coincidiendo con el aniversario, la revista "30DÍAS de Fisioterapia" recordará en sus páginas las dos décadas de historia de la Institución colegial, con declaraciones de los decanos que durante estos años han trabajo para los colegiados.

#### Vídeo conmemorativo

Otra de las acciones que realizará el Colegio es un vídeo conmemorativo sobre sus 20 años de historia, que se proyectará en los actos mencionados anteriormente. El vídeo se difundirá a través de las redes sociales.

Esta revista informará previamente sobre todos los actos que se vayan a celebrar con motivo de este 20 aniversario.

# **CPFCM**



# Los dolores de cabeza y cuello, relacionados



Dentro de la campaña '12 meses, 12 consejos de salud', los colegios de fisioterapeutas de Madrid, Cataluña, País Vasco, Navarra y Galicia han dedicado su videoconsejo del pasado mes de enero a la difusión de las aplicaciones menos conocidas de la fisioterapia, como el tratamiento de alteraciones orofaciales o temporomandibulares.

El secretario general del CPFCM, José Santos, aclara que la articulación temporomandibular o ATM es "un engranaje fundamental para la movilidad de la mandí-

Los problemas en la articulación de la mandíbula producen múltiples síntomas dolorosos que pueden ser tratados con fisioterapia. Por esa razón, el Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid aconseja acudir a un fisioterapeuta, en caso de duda.

bula que nos permite poder masticar los alimentos y hablar". Sus alteraciones, según Santos, "dan lugar a disfunciones, entre las que encontramos la limitación y desviación de la apertura de la boca, la limitación de la lateralidad y los ruidos intraarticulares, que afectan al conjunto funcional del habla, la masticación y la deglución". Esto se traduce en síntomas dolorosos asociados en cabeza, cuello, oídos, maxilares, esternón, ojos y dientes, así como zumbidos, acúfenos, vértigos, pérdida de equilibrio, problemas visuales, alteraciones de la posición y sensación de quemazón.

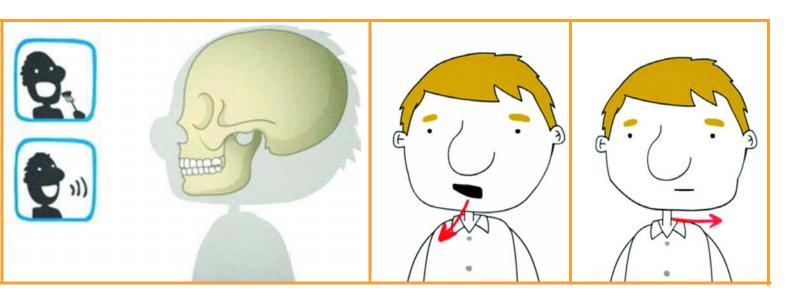
El secretario general del Colegio recomienda a las personas que padezcan alguno de estos síntomas que acudan al fisioterapeuta, ya que, aunque el tratamiento ha de ser multidisciplinar, "son los fisioterapeutas los que pueden estudiar desde la posición hasta la integridad todo el sistema masticatorio, valorar el problema y ofrecer tratamiento a estas limitaciones y dolores".

Los tratamientos de fisioterapia pueden ayudar en esta patología trabajando sobre la reeducación postural (cómo uno se sienta para comer y estudiar) y la corrección del bruxismo y hábitos como morderse las









uñas, los bolígrafos, etc. Todo esto, sin olvidar los consejos educativos y el tratamiento de la articulación con técnicas manuales, láser o ejercicios.

José Santos advierte de que el origen de los dolores orofaciales (de boca y mandíbula), de determinadas cefaleas y de los dolores cervicales pueden estar asociado a factores biológicos (cambios hormonales, antecedentes genéticos), factores psicológicos (estrés, ansiedad) y factores sociales (déficit alimentario).

Además, Santos apunta

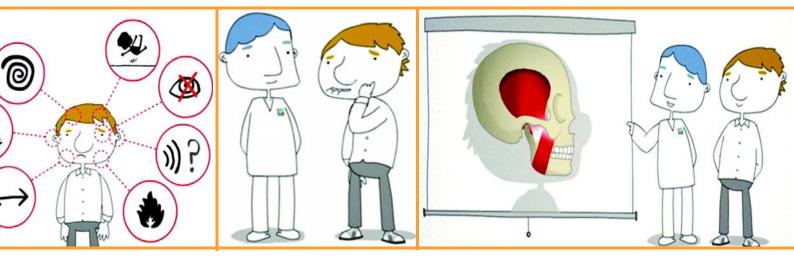
que, según las últimas investigaciones científicas, estas dolencias pueden también estar relacionadas con patologías digestivas, como el colon irritable o la gastritis, con intolerancias alimentarias o con la nutrición deficitaria (carencia de vitaminas o minerales).

El origen multifactorial del dolor en este tipo de problemas musculoesqueléticos hace que, según datos del CPFCM, el 80 por ciento de los pacientes que acuden a una consulta de fisioterapia lo haga por dolores de los que desconoce la causa.

Intervención multidisciplinar Al tratarse de una serie de patologías muy complejas, Santos insiste en que el planteamiento más correcto sería realizar intervenciones multidisciplinares (fisioterapeutas, odontólogos, psicólogos, etc.) que se encuentren dentro de un enfoque bioconductual.

La fisioterapia consigue disminuir el dolor cráneo-facial y cervical, así como la intensidad y frecuencia de las cefaleas. También, reduce la fatiga masticatoria y mejora el funcionamiento mandibular. Sin embargo, el reto futuro está en identificar los tratamientos de fisioterapia más efectivos sobre el dolor cráneo-facial.

Los tratamientos de fisioterapia pueden ayudar trabajando sobre la reeducación postural



# **CPFCM**

# Múltiples campañas para concienciar a la población sobre hábitos posturales y problemas musculoesqueléticos

Durante las pasadas fechas navideñas, el Colegio incrementó su labor para concienciar a los ciudadanos de la importancia de la educación para salud y de la relación entre nuestros hábitos posturales y muchos de los problemas musculoesqueléticos que podríamos sufrir, con campañas en los taxis, autobuses, farmacias, centros comerciales, panaderías y la terminal T4 del aeropuerto Madrid-Barajas Adolfo Suárez.







Esto ha permitido que turistas y residentes de la Comunidad de Madrid recibieran en estas fiestas consejos sobre cómo realizar sus actividades diarias de la manera más saludable posible, con el fin de prevenir

lesiones musculoes queléticas a través de distintos soportes presentes en su vida cotidiana.

Entre estos soportes están los autobuses de la EMT, los taxis de la Federación Profesional del Taxi de Madrid, las bolsas de la compra en panaderías y farmacias, las pantallas de los centros comerciales y las de la terminal T4 del aeropuerto Madrid-Barajas Adolfo Suárez.

Para el secretario general

del CPFCM, José Santos, "estas navidades nos hemos propuesto hacer un importante esfuerzo para que todos los madrileños y turistas conozcan la labor, tanto de nuestra Institución como de nuestros profesionales, así como la importancia de adquirir unos buenos hábitos principalmente desde la infancia".

En forma, pare su

#### Bolsas de compra

Los usuarios de más de un centenar de farmacias distribuidas en los distritos madrileños de Retiro, Chamberí, Moratalaz y Centro recibieron, durante los días 3, 4 y 5 de enero, distintos consejos de salud emitidos por los fisioterapeutas madrileños, a través de ilustraciones en las bolsas de sus compras.

Por otra parte, el CPFCM distribuyó en un centenar de panaderías de los barrios de La Latina, Retiro, Moratalaz y Chamberí otras 3.000 bolsas con consejos saludables.

Asimismo, tal y como ya hicieron el pasado julio, se emitieron recomendaciones en las puertas traseras de 50 taxis miembros de la Federación Profesional del Taxi de Madrid, y en los autobuses de la Empresa Municipal de Transporte de Madrid (EMT).

#### En el aeropuerto

Desde las pantallas del sitting room de la Terminal 4 del aeropuerto Madrid-Barajas Adolfo Suárez también pudieron visualizarse desde el 20 de diciembre hasta el 19 de enero, diversos videoconsejos de salud, con una duración de unos diez segundos cada uno, con el mismo tipo de mensajes.

Además, unos 25 centros comerciales repartidos en



la Comunidad de Madrid proyectaron durante el pasado mes de diciembre y en enero de 2017, videoconsejos de salud para ayudar a los más de diez millones de visitantes madrileños que mensualmente los visitan de forma habi-

tual, a prevenir lesiones musculoesqueléticas.

#### Consejos de salud

Entre los consejos se incluyen las recomendaciones sobre cómo llevar la mochila, recordando que esta no puede superar el 15 por ciento de nuestro peso corporal y que debemos colgárnosla de las dos asas. También se explica que cuando se viaja con niños en el coche, la silla del menor debe de estar perfectamente anclada y el cinturón a la altura adecuada, y que cuando se camina con ellos de la mano, no se les debe estirar del brazo ya que se les podrían causar lesiones de muñeca o codo.

Por otra parte, la Institución colegial recomienda controlar el tiempo que los niños pasan sentados, especialmente viendo la televisión, y hacer hincapié en la importancia de que los menores practiquen algún deporte y de que hagan ejercicios de estiramientos dos veces por semana, entre otros aspectos.



# Ayudas por nacimiento

Esta bonificación, de 70 euros, puede pedirse durante un plazo de tres meses, a contabilizar desde la fecha de alumbramiento del bebé. La ayuda se puede solicitar en la Secretaría colegial. Hay que aportar fotocopia y original del libro de familia y el documento de solicitud cumplimentado. Solo se admitirá, vía correo postal, cuando se aporten los documentos de manera compulsada (originales). En 2016, el número total de solicitudes fue de 194 (5 de ellas con dos hijos en el parto), lo que supone una ayuda total de 13.930 euros.



# 2015



y Maria lesús Garrido Col. 4525 y 8640



Mario, hijo de Inés Romero.



Samuel, hijo de Sergio García, Col. 2476



Sandra, hija de Maite Gómez, Col. 7405



Sofia hija de Samuel Armando Valle, Col. 7468 González, Col. 6136





Vera, hija de Isaac García. Col. 4102

# La Federación de Municipios impulsa la campaña escolar

El Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid colaborará con la Federación de Municipios de Madrid para prevenir y combatir los problemas de espalda del alumnado escolarizado en Educación Primaria Obligatoria y el profesorado en los municipios de la Comunidad de Madrid y, también, con carácter preventivo, en Educación Infantil. El acuerdo de colaboración fue suscrito por el decano del CPFCM, José Antonio Martín Urrialde, y el presidente de la Federación de Municipios de Madrid, Guillermo Hita.



Gracias a este convenio, la Federación de Municipios difundirá la campaña entre todos los ayuntamientos de la Región.

Además, solicitará a los consistorios de la Comunidad el apoyo de los profesionales de las concejalías implicadas y de los centros municipales de salud dependientes de los mismos. La Federación también colaborará en la distribución del material destinado a los escolares en Educación Primaria entre los diferentes municipios que participen en la iniciativa.

#### Educación Primaria

La campaña de buenas posturas se centrará en los escolares de Educación Primaria (de seis y siete años de edad), a los que se accederá a través de sus profesores, previa autorización de los organismos e instituciones reglamentarias.

Esta campaña también será ofrecida a los municipios para que puedan beneficiarse los estudiantes de Educación Infantil, preferentemente, de cuatro a cinco años.

# La mano, tema protagonista de la VI Edición del Concurso de Fotografía de la Comisión de Jubilados

La Comisión de Colegiados Jubilados ha convocado la VI Edición del Concurso de Fotografia, cuyo tema es 'La mano. Mano normal, mano patológica'. Se pueden enviar las imágenes hasta el 15 de noviembre.

El galardón contará con un primer premio de 300 euros y diploma, y con un segundo premio de 150 euros y diploma. El premio está abierto a todos los colegiados y precolegiados de la Institución. Una misma persona no podrá recibir más de uno, aunque sí presentar un máximo de dos fotografías. Las instantáneas podrán ser en color o en blanco y negro, y realizadas mediante una cámara analógica o digital.

No se aceptarán retoques artísticos de las imágenes más allá del brillo y del contraste. Tampoco se aceptarán fotomontajes ni fotografías realizadas por personas distintas del autor o que no sean propiedad del autor, ni aquellas que hayan sido pre-



miadas con anterioridad. Las medidas mínimas serán de 18x24 centímetros y las máximas de 31x41 centímetros.

El comité organizador se guarda el derecho de aceptación de las obras, según se ajusten o no a la temática del concurso. La organización cuidará de la integridad y custodia de las fotos desde el mismo momento de la recepción.

#### Entrega de los trabajos

Las fotografías se entregarán en mano en la Secretaría del Colegio, en horario de lunes a viernes, de 9.00 a 20.00 horas, o se enviarán por correo postal con los siguientes datos: Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid. VI Concurso de Fotografía. C/ José Picón, 9. 28028. Madrid.

En ambos casos, las fotografías deben ir con título, pero no firmadas, en un sobre cerrado en el que no deberán aparecer escritos los datos del remitente, sino un pseudónimo. En otro sobre se incluirá otro identificativo con el mismo pseudónimo, donde irán los datos personales del autor. El fallo se dará a conocer en un acto público previo a la Asamblea General del mes de diciembre.



# Madrid acogerá en marzo el Foro de Fisioterapia Respiratoria

El próximo 31 de marzo, en el marco del XXII Congreso Neumo-madrid, se celebrará el VIII Foro de Fisioterapia Respiratoria Neumomadrid-CPFCM, un encuentro que tiene como objetivo dar a conocer y potenciar la investigación en este ámbito. En el marco del mismo, el CPFCM concederá una beca de investigación.

El evento está organizado por el grupo de trabajo de Neumomadrid de manera conjunta entre el Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid y la Sociedad de Neumología y Cirugía Torácica (Neumomadrid).

En el marco del encuentro se entregará el premio al Mejor Trabajo Fin de Grado o Fin de Máster dedicado a la Fisioterapia



Respiratoria, dotado con una beca de 300 euros.

Con la convocatoria de esta beca, el Colegio pretende estimular las iniciativas, individuales o colectivas que, en forma de proyectos de investigación, contribuyan al avance de la Fisioterapia Respiratoria en cualquier ámbito, ya sea este asistencial, educativo o preventivo, y dar a conocer esta especialidad en un congreso de una sociedad científica. Todos ellos serán evaluados por un jurado compuesto por cinco miembros quiénes determinarán la selección del caso clínico a presentar y los trabajos Fin de Grado/Máster que opten a beca.

En total, podrán presentarse dos casos clínicos y clasificarse hasta cuatro trabajos, siendo solo uno el becado.

La inscripción en el Foro es gratuita hasta completar aforo. Más información en: congresoneumadrid2017.com

# Novedades en la web colegial

Para mejorar los servicios que ofrece, tanto a los colegiados como a los ciudadanos, el Colegio ha introducido importantes novedades en su web institucional.

Se va a crear un buzón de notificaciones en el que estarán tanto las notificaciones como los certificados digitales de colegiación y el seguro de responsabilidad civil, la notificación de un impa-



go o la baja colegial por impagos reiterados.

Además, se va a incorporar un nuevo apartado en la sección 'Ciudadanos' con recomendaciones de App móviles relacionadas con la salud, destacando las creadas por el Colegio.

Además, se va a integrar un certificado digital y un DNI electrónico para el acceso a la parte privada de la web. Finalmente, se ha modificado la estructura del XML que genera los RSS, lo cual permitirá suscribirse para recibir las actualizaciones y se va a eliminar el listado de libros y reservas, integrado en la Plataforma de Conocimiento Compartido.

# Renovadas las asesorías

El Colegio ha decidido renovar su equipo de asesores en distintas áreas. Concretamente, seis:
La Asesoria Jurídica, con Benito Fernández-Hijicos, en la que los colegiados pueden consultar sus inquietudes de índole jurídica, laboral, etc.
La Asesoría Fiscal, que soluciona dudas fiscales, pudiendo ser presencial si así se requiere. Los asesores jurídicos son Pedro Martos y Mª Suances.
La Asesoría para el desarrollo de proyectos de investigación (científica), que presta asesomiento en metodología de la investigación, la asesora es Mª Lara Martínez.

La Asesoría de Orientación Laboral, con Sandra Barbero, cuyo objetivo es la mediación en la búsqueda de empleo.

La Asesoría de Orientación Académica, con Carmen Martínez, quien da respuesta a las cuestiones relacionadas con el posgrado, el doctorado y las condiciones para ser docente.

Y la Asesoría de Protección de Datos, para conocer cómo deben recoger el consentimiento de los pacientes para poder manejar sus datos personales y usarlos con el propósito para el que han sido recabados. El asesor es Fernando Benítez.

# El Colegio recibe el sello de Excelencia Europea EFQM+400 que reconoce su buena gestión



La entrega de este reconocimiento se produjo durante la presentación de la memoria bienal de Responsabilidad Social Corporativa del CPFCM correspondiente a los ejercicios 2014-2015.

El director comercial de la empresa de certificación SGS, Juan Ignacio Herrán, entregó, el pasado 18 de enero, el Sello de Excelencia Europea EFQM+400 al Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid. Este sello es un signo de distinción de la buena gestión y supone que la Institución colegial se ha involucrado y esforzado en su servicio, al tiempo que sirve de ejemplo de buena gestión.

Durante la entrega del sello, Herrán afirmó que "la gente válida acepta las responsabilidades, la gente excelente las pide", destacando, en este sentido, la labor del Colegio en cuanto que ha dado un paso importante a un modelo de excelencia muy exigente.

El responsable de SGS subrayó que se trata del primer colegio profesional en España en obtener este reconocimiento y que "este compromiso hacia la excelencia puede servir de ejemplo al resto de organizaciones profesionales en España".

#### Inversión en la sociedad

Para el decano del Colegio, José Antonio Martín Urrialde, este sello supone una responsabilidad. Urrialde afirmó que "se trata de una inversión en la sociedad, ya que gracias a este camino iniciado hacia la ex-



Juan Ignacio Herrán, director comercial de SGS, hace entrega del sello a José Antonio Martín Urrialde, decano del CPFCM.

celencia, el ciudadano reconoce el valor que representa la profesión de fisioterapeuta".

En este sentido, el decano reiteró que la Institución continuará avanzando en su labor por consolidar esta distinción de tan alto nivel.

### Memoria RSC 2014-2015

Durante la celebración del mismo acto, el CPFCM presentó su segunda Memoria de Responsabilidad Social Corporativa, correspondiente a 2014-2015.

Para la Institución colegial, la Responsabilidad Social Corporativa es uno de los pilares en los que basa su gestión y la transparencia constituye un valor fundamental, como lo demuestra el hecho de ser el primer colegio en contar con un Portal de Transparencia en su página web.

En línea con su filosofía de



responsabilidad social, desde 1998 dona el 0,7 por ciento de sus ingresos a ONG con proyectos sociosanitarios dirigidos a personas en riesgo de exclusión. Así, entre 2014 y 2015 se hizo entrega de un total de 47.955,76 euros.

También participa en el proyecto Apadrina un Niño, de la ONG Ayuda en Acción, y otorga dos becas de voluntariado anuales, que cubren los gastos de desplazamiento y/o el seguro médico para colegiados que colaboran con ONG.

Asimismo, el CPFCM contribuye a la promoción de la investigación entre sus colegiados convocando anualmente el Premio al Mejor Proyecto de Investigación (dotado con 6.000 euros) y al Mejor Trabajo de Fin de Grado (1.500 euros).

#### Compromiso

Por otro lado, el Colegio tiene un fuerte compromiso con la sociedad, que se visibiliza en la creación en 2015 de la figura del Defensor del Ciudadano, así como en sus campañas para la prevención de lesiones en escolares, talleres sobre envejecimiento saludable dirigidos a personas mayores y campañas en ióvenes músicos, centros comerciales, autobuses de la EMT, estadios de fútbol, taxistas y runners, entre otros.

Por último, el CPFCM es muy activo en la lucha contra el intrusismo y trabaja para conseguir que sus miembros cuenten con empleos dignos, estables y de calidad. En este sentido, cuenta con un Defensor del Colegiado, una Bolsa de Empleo y un Portal de Formación a través del cual 544 colegiados han participado en 33 cursos en los dos últimos años.



## **CPFCM**

# elEconomista.es PERIODISTA DIGITAL LAVANGUARDIA

# El Colegio es noticia

Durante el último mes, el Colegio ha enviado dos notas de prensa, en las que destaca la obtención del Sello de Excelencia Europea EFQM+400, que acredita su modelo de gestión, junto con la publicación de su segunda Memoria de Responsabilidad Social Corporativa (RSC), correspondiente a los ejercicios 2014 y 2015. Esta fue recogida por medios como "Redacción Médica", "La Información", "Infocalidad", "El Economista" y "Diario Siglo XXI".

Además, la Institución colegial informó en su videoconsejo mensual, dentro de la campaña "12 meses, 12 consejos de salud", que los dolores provocados por alteraciones en la mandíbula (temporomandibulares) pueden ser tratados con fisioterapia. El consejo fue recogido por varios medios, como "Diario Siglo XXI", "El Economista" y "Te Interesa".



Vendo centro de Fisioterapia de 45 metros cuadrados, en la zona de Prosperidad. Totalmente reformado hace seis años. Los interesados, contactar con Margarita en el tel. 618 115 425.

Vendo un bastidor de poleoterapia con todo el equipo: mancuernas para cinesiterapia de MMII y de MMSS, tracción cervical, cuerdas y poleas. Pesos de 1, 2 y 3 kg. Todo nuevo. Interesados, contactar con Clara, en el tel. 649 362 370.

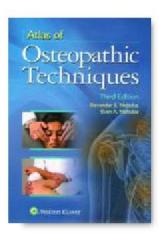
## **BIBLIOTECA**

#### **NOVEDADES AXON**

#### ATLAS OF OSTHEOPATIC TECHNIQUES

Alexander S. Nicholas, Evan A. Nicholas

3ª ed. Philadelphia, [etc.]: Wolters Klower; Lippincott, 2015, 608 p. 22 cm. ISBN 978-14-4511-9341-1 (R. 2045) 615.828



Guía paso a paso, con ilustraciones a todo color, sobre los métodos de manipulación comúnmente enseñados y utilizados en la educación y práctica médica osteopática. Contiene más de 1.000 fotos e ilustraciones vibrantes, acompañadas con texto conciso y legible, todo en la misma página o en una página adyacente para una referencia rápida yfácil. La tercera edición incluye extensas adiciones al capítulo sobre técnicas craneales, así como revisiones significativas de técnicas de alta velocidad, baja amplitud, técnicas de energía muscular y técnicas de contracción. Esta referencia única es ideal para la pre-

paración de exámenes y rotaciones dínicas, así como un excelente refresco para la práctica dínica diaria. Altamente organizado y fácil de navegar, el Atlas de Técnicas Osteopáticas ayudará al lector a dominar con confianza las técnicas de manipulación más comunes y comprender el razonamiento detrás de ellas.

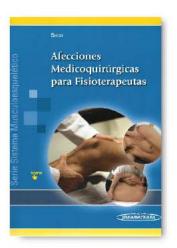
#### **EDITORIAL PANAMERICANA**

# AFECCIONES MEDICOQUIRURGICAS PARA FISIOTERAPEUTAS

Jesús Seco (dir.)

Buenos Aires: Médica Panamericana, 2016. XXVI, 662 p. 28 cm. ISBN 978-84-9835-945-9 (R. 2070) 616.74

Esta obra contempla los procedimientos más relevantes del tratamiento, tanto médico como quirúrgico, de los traumatismos y enfermedades del sistema musculoesquelético. Todo, desde la praxis clínico-asistencial, ahondando en los distintos programas de prevención y tratamiento. Consta de 50 capítulos con abundantes ilustraciones y excelentes materiales complementarios en formato multimedia.



Para obtener el descuento pactado con la Librería Axón es imprescindible indicar el Colegio al que se pertenece y el número de colegiado, tanto en pedidos telefónicos al 91 593 99 99, por fax al 91 448 21 88, como por correo electrónico a axon@axon.es

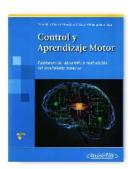
Si se realiza el pedido a través de la página web www.axon.es hay que introducir dichos datos en la casilla de observaciones.

#### **EDITORIAL PANAMERICANA**

#### CONTROL Y APRENDIZAJE MOTOR. FUNDAMENTOS, DESARROLLO Y REEDUCACIÓN DEL MOVIMIENTO HUMANO

Roberto Cano de la Cuerda, Rosa María Martínez Piédrola, Juan Carlos Miangolarra Page (eds.)

Buenos Aires: Médica Panamericana, 2016. XV, 240 p. 28 cm. ISBN 978-84-9835-363-1 (R. 2066) 616.8



La obra está dividida en cinco bloques temáticos. El primero aborda los conceptos generales y básicos relacionados con el control y aprendizaje motor; el segundo se centra en el estudio de las deficiencias en el control motor en cualquiera de sus expresiones; el tercero versa sobre el control postural y de la marcha; el cuarto se centra en temas relacionados con al alcance, prensión y manipulación del miembro superior; y el quinto expone una perspectiva práctica de aquellos abordajes tera-

péuticos y aplicaciones basados en el control y aprendizaje motor. La obra tiene un glosario para cualquiera que quiera profundizar en el tema.

#### FISIOTERAPIA EN ESPECIALIDADES CLINICAS

Jesús Seco (dir.)

Buenos Aires: Médica Panamericana, 2016. XXV, 460 p. 28 cm. ISBN 978-84-9835-944-2 (R. 2067) 615.8

Consta de 38 capítulos, con propuestas innovadoras basadas siempre en el razonamiento clínico. Se ha incluido una parte introductoria de gran interés que aborda temas como la valoración, la historia clínica, el método, el diagnóstico, el razonamiento clínico, etc. Todo ello abre un nuevo paradigma en la capacidad facultativa del fisioterapeuta. Todos los coautores son fisioterapeutas y profesores de Fisioterapia.



#### MANUAL DE PILATES APLICADO AL EMBARAZO

Mayte Fernández Arranz, Roberto Lambruschini, Julita Fernández Arranz

Buenos Aires: Médica Panamericana, 2016. XII, 144 p. 24 cm. ISBN 978-84-9835-902-2 (R. 2068) 615.825.4



Esta obra es una herramienta dave para vehiculizar los componentes físicos que se deben trabajar durante el embarazo; describe los pilares fundamentales del método Pilates; cuenta con una amplia variedad de ejercicios, por lo que resulta de ayuda a la hora de diseñar las dinámicas de la clase, ejercicios con variaciones dependiendo del trimestre del embarazo; y está especialmente diseñado para trabajar los músculos posturales profundos.

#### **DONACION DE EDITORIAL ELSEVIER**

#### ENFERMERIA EN NEURORREHABILITACIÓN. EMPODERANDO EL AUTOCUIDADO

Alejandro Lendínez Mesa

Barcelona: Elsevier España, 2016. 228 p. 24 cm. ISBN 978-84-9113-036-9 (R. 2056) 616.8

El objetivo de la obra es favorecer el cuidado, proporcionando las herramientas necesarias para tratar al paciente con patología neurológica con la más alta calidad y con la mayor profesionalidad. Se trata de la primera obra que permite ampliar y completar esta parte esencial de los cuidados en la patología neurológica.



La colaboración del equipo interdisciplinar de expertos (enfermeros, logopedas, geriatras, neurólogos, fisioterapeutas, etc.) implicados en este libro hacen que sea un manual útil y de referencia para cualquier profesional de la salud.

#### DEFORMACIONES MORFOLOGICAS DE LA COLUMNA VERTEBRAL, TRATAMIENTO FISIOTERA PÉUTICO EN REEDUCACIÓN POSTURAL GLOBAL

RPG®/ Philippe E. Souchard

Barcelona: Elsevier España, 2016.VIII, 159 p. 24 cm. ISBN 978-84-9113-063-5 (R. 2058) 615.81

Obra que aborda el tratamiento de las deformaciones morfológicas de la columna vertebral escrita por el profesor Philippe



Souchard, creador del método de Reeducación Postural Global (RPG). Título con un enfoque eminentemente didáctico que se aprecia en los numerosos esquemas e ilustraciones de la obra. Igualmente, se incluyen un número significativo de imágenes radiológicas que ayudan al lector a identificar mejor la deformidad a tratar. Los capítulos tienen una estructura homogénea e incluyen puntos destacados, puntos clave y conclusión para aclarar al lector cuestiones fundamentales del capítulo.



[vidacolegial]

SERGIO LERMA. Coordinador del Laboratorio de Análisis del Movimiento del Hospital Niño Jesús

# "Usamos las nuevas tecnologías para entender cómo se mueven los niños"

El coordinador del Laboratorio de Análisis del Movimiento del Hospital Infantil Universitario Niño Jesús explica los proyectos de investigación que están desarrollando y que tienen que ver, fundamentalmente, con los trastornos del movimiento en niños con problemas neurológicos, la rehabilitación robótica, la rehabilitación con videojuegos y las alteraciones del movimiento en niños con trastornos del metabolismo mineral óseo.

# ¿Por qué decidió estudiar Fisioterapia?

Sentí una vocación sanitaria siendo adolescente y, después de un accidente que tuvo mi padre y tras el cual le acompañé en el proceso de rehabilitación, me pareció que la figura del profesional que le ayudó me pegaba bastante bien. De forma que un tal Miguel, que recuperó a mi padre de una fractura de muñeca, fue el motivo por el que estoy aquí.

# ¿Cuál es su área de especialización?

Tengo formación en terapia manual ortopédica pero mi área de conocimiento específica es la biomecánica. Empecé a estudiar biomecánica sin un programa formal; hice estancias en Estados Unidos y en otros países de Europa y vi que tenía una serie de aplicaciones. En el ámbito de la Fisioterapia, estaban relacionadas con los trastornos musculoesquéticos, de ahí que llegara a esta especialidad. Y, cuando uno empieza a hacer cosas de terapia manual ortopédica y siente interés por las neurociencias, la formación académica en dolor es atractiva, por eso, decidí coger ese camino. Actualmente, me dedico fundamentalmente a la investigación en neurociencias, con trastornos de movimiento, de origen neurológico o doloroso.

### ¿Por qué decidió dedicarse a la investigación?

Hice un análisis de mi trayectoria y me di cuenta de que, como investigador, soy una persona con más talento y aporto más al grupo de gente con el que trabajo, tanto a los niños con parálisis cerebral como a mis compañeros... No vivo lejano a la clínica porque sigo teniendo algo de actividad asistencial, pero el 90 por

boratorio de análisis del movimiento, en el que empecé a trabajar. El proyecto se consolidó en 2008 así como la actividad del laboratorio como procedimiento clínico. A partir de ahí, empezamos a ver todo tipo de trastornos del movimiento en la infancia. Lo que nosotros hacemos aquí es instrumentalizar y documentar, mediante análisis tridimensional del movimiento. los problemas que tienen los niños al realizar cualquier movimiento. La tecnología no es una constante en nuestro

# "Casi todas las intervenciones que hacemos tienen resultados a corto y medio plazo"

ciento de mi actividad se dedica a la parte académica investigadora.

# ¿Cómo llegó al Hospital Niño Jesús y en qué consiste su trabajo en dicho centro?

Empecé a través de un fisioterapeuta americano que me habló de un traumatólogo del hospital como referente en el manejo del niño con parálisis cerebral. En ese momento, hubo un proyecto de investigación y se decidió abrir un laentorno, sobre todo, para los fisioterapeutas. Por tanto, lo que hacemos suena a innovador, aunque llevemos 10 años haciéndolo. La rutina clínica de una prueba consiste, básicamente, en lo que hacen todos los compañeros en su consulta. Nosotros completamos ese razonamiento clínico con unos test instrumentales en los que utilizamos distintas tecnologías para entender mejor cómo se mueven los niños.

### ¿Qué líneas de trabajo desarrollan en el laboratorio de análisis del movimiento?

Las líneas fundamentales de trabajo son los trastornos del movimiento en niños con problemas neurológicos, la rehabilitación robótica, la rehabilitación con videojuegos y las alteraciones del movimiento en niños con trastornos del metabolismo mineral óseo.

### ¿En qué consiste el proyecto de rehabilitación con videojuegos?

La rehabilitación con videojuegos nace de una conversación con una familia. No hacíamos mucha investigación con niños muy afectados y, como queríamos ofrecer algo a estos niños y sus familias, exploramos cuáles eran las necesidades. Y una de las grandes necesidades era el control de la cabeza y el tronco. Casi todas las intervenciones que hacemos tienen resultados a corto y medio plazo, y todas las intervenciones han demostrado ser buenas. Decidimos buscar algo alternativo, que el niño a través del juego pudiera utilizar su columna cervical como sistema de interacción. Y, planificando bien las tareas que tiene que hacer el niño dentro del videojuego, hemos conseguido que algunos



ítems funcionales importantes, como la GMFM 21 y 22 o las escalas de control del tronco, hayan mejorado. Pese a ser una intervención de corto tiempo, porque son pocas sesiones, hemos tenido cambios muy significativos que se mantienen a lo largo del tiempo. Hemos mejorado el control de la columna cervical y el tronco. Los resultados, por tanto, son muy buenos.

¿Qué le aporta trabajar con niños con parálisis cerebral? Ha sido el motor, junto con mi familia, de mi vida. Cuando empecé a trabajar con niños con parálisis cerebral me cuestioné muchos aspectos importantes en cuanto a mi profesión y mi forma de entender la salud y la felicidad. Y, a día de hoy, forman parte indispensable de mi salud emocional y de mi felicidad, porque

creo que, tanto los niños como sus familias, me han entregado y me han hecho crecer muchísimo. Casi toda mi investigación gira en torno a estos niños así como mi actividad profesional.

# ¿Qué tipo de técnicas de fisioterapia utilizan?

No soy un fisioterapeuta clínico, por eso podría hablar de las técnicas con las que trabajan mis compañeros del Departamento de Fisioterapia. Somos un grupo joven y dinámico, y casi todo lo que hacemos es una mezcla de terapias clásicas y nuevos avances. En los últimos cinco años la evidencia científica ha sido el norte de la unidad de terapia del Hospital Niño Jesús, y eso hace que se hayan cambiado ciertos procedimientos clásicos y que se esté investigando en la utilidad de muchas de las cosas que hacíamos para tratar a los niños.

#### De cara al futuro, ¿qué proyectos van a desarrollar?

Nuestra mayor ambición es documentar y promocionar los cambios a nivel plástico que ocurren en el cerebro. Somos conscientes de la revolución que supone la introducción de la tecnología en las ciencias de la rehabilitación, pero una de las cosas que tenemos que valorar es si este impacto tecnológico tiene un impacto sobre la neuroplasticidad. Por tanto, nuevas técnicas como la estimulación magnética transcraneal son los próximos pasos. Y, por supuesto, seguir documentando con pruebas de imagen y funcionales que nuestros niños mejoran. Al final, los cambios, cuando el problema del niño está en el cerebro, los tenemos que ver ahí pero, si no podemos, al menos tenemos que comprobarlos en la sonrisa y la calidad de vida... Al final, 'las cinco f' que defiende Rosenbaum son el objeto fundamental de nuestra intervención.

> Meritxell Tizón Fotos: Jorge Vila



# Las mujeres que no realizan ejercicio físico tienen mucho mayor riesgo de desarrollar cáncer de mama

El Grupo GEICAM de Investigación en Cáncer de Mama publica los resultados del primer estudio epidemiológico español que explora la asociación entre actividad física y cáncer de mama.

Un estudio epidemiológico del Grupo GEICAM de Investigación en Cáncer de Mama, cuyos resultados se han publicado en la revista "Gynecologic Oncology", alerta de que las mujeres españolas que llevan una vida sedentaria tienen un 71 por ciento más de probabilidades de desarrollar a lo largo de su vida cáncer de mama, respecto a las mujeres que sí realizan ejercicio físico de manera habitual.

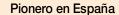
En este estudio han participado los servicios de Oncología de nueve comunidades autónomas, recogiendo datos de un total de 1.017 pacientes de entre 18 y 70 años con un tumor de mama de reciente diagnóstico, entre los años 2006 y 2011. El trabajo de investigación incluyó a una mujer sana de la misma edad

por cada paciente. Además, estas mujeres vivían en su misma área y no tenían vínculo familiar alguno.

Los autores de este estudio, que ha contado con la participación de 23 hospitales españoles, concluyen que seguir una adecuada actividad

física tiene un efecto prevenapenas ejercicio físico a la se-

tivo sobre la aparición de este tumor en mujeres pre y postmenopáusicas y en todos los subtipos moleculares. Hay que tener en cuenta que alrededor de un 45 por ciento de las mujeres no realiza mana. Según estos datos, el estudio estima que el 13,8 por ciento de los casos de cáncer de mama podrían evitarse, solo haciendo ejercicio.



El estudio, financiado por la Fundación Científica de la Asociación Española Contra el Cáncer (AECC), además de ser pionero en España al tratar esta relación, también lo es al proporcionar información sobre el efecto del ejercicio físico según el subtipo de tumor. Las preguntas que realizaron a las pacientes indagaron sobre su práctica de ejercicio físico en tiempo libre, el número de veces a la semana que lo realizaba o durante cuánto tiempo a lo largo del año justamente anterior al diagnóstico.



# Diseñan exoesqueletos para rehabilitar lesiones en la mano

Un grupo de investigadores de Universidad de Málaga (UMA) ha llevado a cabo un trabajo que posibilita el diseño de exoesqueletos personalizados para la recuperación de fracturas, esguinces y de cirugías por lesión de tendones en los dedos de la mano.

La novedad de este trabajo, que ha sido publicado recientemente en la revista científica "Mechanism and Machine Theory", es



que cada prototipo, que se diseña de forma virtual, reproduce el propio movimiento de los dedos

de la mano del paciente, así como la longitud de su falange. El objetivo de esta tecnología es ayudar a la rehabilitación de los dedos de la mano tras una fractura o una reconstrucción de tendones flexores. Se trata de un tipo de lesión en el que se recomienda la rehabilitación temprana con movimiento continuo pasivo para evitar la formación de edemas o adherencias de las cicatrices internas.



# Nuevo TAC para mejorar el diagnóstico en rodilla y tobillo

Un equipo de la Jacobs School of Medicine and Biomedical Sciences de Buffalo (Estados Unidos) ha utilizado una nueva tecnología, diseñada por la compañía Caresteam, para analizar las ventajas de realizar las pruebas de imagen de determinadas lesiones de las extremidades inferiores con el paciente "en carga", es decir, de pie.

Esta tecnología, que permite diagnósticos más realistas de las lesiones de rodilla y tobillo, permite adquirir imágenes en carga y en diversas posiciones funcionales, es más barata que un TAC tradicional y funciona con la red eléctrica, de 220V.

Según este estudio, en casos como el de inestabilidad de la rótula, es deseable obtener las imágenes mientras el paciente está en carga, ya que con ello se obtienen datos y medidas más objetivas de la alineación de la rótula.

# Identifican un fármaco que previene los aneurismas

Investigadores españoles del Centro Nacional de Investigaciones Cardiovasculares (CNIC) y del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC) han publicado un estudio en la revista "Nature Medicine" en el que se demuestra que se puede prevenir e incluso proporcionar un efecto curativo a la formación de aneurismas, es decir, la dilatación o ensanchamiento anormal de una arteria. Este hallazgo podría acabar en el desarrollo del primer fármaco específico contra esta malformación vascular. Hasta ahora, los medicamentos actuales solo han logrado reducir la presión sobre la pared arterial para evitar que el vaso sanguíneo se rompa, sin embargo, no son capaces de evitar el deterioro de la pared aórtica. El estudio ha demostrado que inhibiendo con fármacos una proteína de la pared arterial (NOS2) se evita que la aorta se dilate en la zona del tórax, una complicación que sufren las personas con síndrome de Marfan, que causa aneurismas.

Este estudio se ha comprobado en ratones, jóvenes y más mayores, por lo que podría ser eficaz en casos de enfermedad evolucionada. El efecto del tratamiento no solo elimina la dilatación aórtica, sino la degeneración de la capa media de la aorta.



# **MERCEDES-BENZ CLASE E 220D**

# LA BERLINA DEFINITIVA

Mercedes-Benz siempre se ha caracterizado por fabricar muy buenas berlinas, equipadas con mucha calidad, alto grado de seguridad y una comodidad difícilmente igualable. A esto hay que añadir un moderno diseño y un impresionante despliegue tecnológico.

Exteriormente, sigue las líneas maestras marcadas por su hermano mayor, el Clase S, y por su hermano pequeño, el Clase C, con un diseño fluido, elegante y, a la vez, deportivo. Esta versión incluso es más deportiva, al estar equipada con el paquete AMG, que realza la imagen del modelo.

En cuanto a sus dimensiones, este Mercedes mide 4,92 metros de longitud, algo que se siente en su interior al contar con bastante espacio.

Su interior cuenta con cómodos asientos

que consiguen una buena sujeción, aunque lo que más llama la atención son sus dos enormes pantallas que hacen la función de panel de instrumentos para el uso del avanzado sistema multimedia y del navegador.

Su motor diésel de cuatro cilindros con 192 CV tiene un tacto suave. Además, en un uso real su consumo se encuentra por debajo de los seis litros por cada 100 kilómetros. Su cambio de marchas automático de nueve relaciones es tan suave que incluso cuesta darse cuenta en los cambios.

Contar con nueve marchas permite llanear a 120 km/h por debajo de las 1.600 rpm, con la disminución del consumo y ruido que ello conlleva. Las suspensiones filtran absolutamente todo pero si lo que el

# FICHA TÉCNICA

Aceleración (0-100): 7,5 segundos Velocidad Máxima: 220 km/h

Consumo Urbano / carretera / medio: 5,3 / 4,5 / 4,8 |/ 100km

Emisiones CO<sub>2</sub>: 129 gr/km

Cilindrada: 1950

Largo / ancho / alto: 4923 x 1852 x 1468

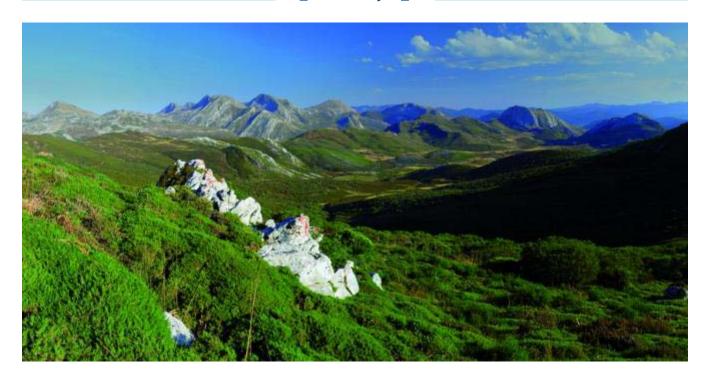
conductor desea es un poco más de firmeza solo hay que seleccionar el modo Sport y, de esta forma, se podrá aumentar el ritmo sin apenas darse cuenta.

Sin duda, es la mejor berlina del momento, una referencia a seguir por las demás marcas.

Guillermo Mielgo Colegiado nº 1517



# [deviaje]



# Parque Natural de Somiedo

# Un refugio para el oso pardo

Altas cumbres, grandes lagos, bosques en los que la vista se pierde y un gran número de animales, algunos en peligro de extinción, son la principal carta presentación del Parque Natural de Somiedo. Declarado Parque Natural en el año 1988 y Reserva de la Biosfera en 2000, este espacio que abarca un total de 29.122 hectáreas, es uno de los más importantes y mejor conservados de Asturias.

El parque, que cuenta con una alta diferencia de altimetría (de 400 a 2.200 metros), está compuesto por cuatro valles, que corresponden a los cuatro ríos más importantes que cruzan el territorio: Somiedo, Pigüeña, Valle y Saliencia.

Cuenta, además, con numerosos lagos y lagunas, entre los que destacan, por su tamaño y emplazamiento, los lagos de Saliencia, a 1.600 metros de altitud, y el lago del Valle. Este último es el más extenso de Asturias, con cerca de 24 hectáreas de superficie.

Como en el resto de la Cordillera Cantábrica, en Somiedo se puede encontrar un gran número de mamíferos, más de cien de aves y una veintena de anfibios y reptiles.

Su composición faunística está condicionada por tres aspectos: su abrupta orografía que, junto a la existencia de zonas relativamente elevadas favorece la presencia de varias especies de montaña, como el águila real, el armiño o la lagartija serrana; el escaso deterioro que ha sufrido la cubierta vegetal somedana, lo que contribuye a la existencia de especies propias de zonas forestales, como el corzo, el venado o el gato montés; y la escasa presencia humana

#### Oso pardo

Somiedo constituye un refugio para varias especies, como son los osos pardos, los ciervos y urogallos. El oso pardo, el animal más destacado del parque, habita en zonas tranquilas, especialmente en los bosques de hayas, robles y abedules. Por su parte, los ciervos se pueden encontrar en todo el parque, especialmente en zonas boscosas y praderías, y los urogallos en las zonas de declive.

#### MÁS INFORMACIÓN

# Parque Natural de Somiedo

Centro de interpretación **Teléfono:** 985 76 37 58

Web:

www.parquenaturalsomiedo.com

Centro de Interpretación 'Somiedo y el Oso' **Teléfono:** 985 76 34 06

#### **GASTRONOMÍA**

Toda la zona cuenta con una variada gastronomía de caza (rebeco, corzo y jabalí), además de la carne de vacuno, de cerdo y el pescado de río. También es recomendable el embutido, las calderetas de cordero o cabrito (la



fritada), así como los platos elaborados con los ingredientes de la huerta, el pote de berzas y el de nabizas, que se sirven con el compagno (morcilla, chorizo y tocino).





Una cuenta pensada para que autónomos, comercios, despachos profesionales y pequeñas empresas se hagan grandes.

del producto, siendo 1/6 indicativo de menor riesgo y 6/6 de mayor riesgo.

# Cuenta Expansión **Negocios Plus PRO**

Banco de Sabadell, S.A. se encuentra adherido al Fondo Español de Garantía de Depósitos de Entidades de Crédio. La cardidad mixeira garantizada actualmente por el mencionado fondo es de 100.000 euros por depositante.

# Te abonamos el 10% de tu cuota de colegiado\*

Hasta

Gratis

comisionis da administración y mantenimiento.)

hont/cacine det 1% en la ereision de Hominas y seguros cociates.»

Servicio Kelvin Retail, información sobre el comportamiento de tia

Llámanos al 902 383 666, identificate como miembro de tu colectivo, organicemos una reunión y empecemos a trabajar.

Estas condiciones se mantendrán mientras se cumptan los repusatos establecidos en el contrato:

Tener un ingreso regular trimestral por un importe minimo de 10.000 euros (se picluyen los ingresos procedentes de cuentas abientas en el grupo Banco Sobadell a nombre del mismo

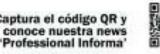
Y cumplir, como minmo, dos de los siguientos requisitos: un cargo en concepto de emisión de nómina, un cargo en concepto de seguros sociales, un cargo en concepto de impuestos o dos cargos en concepto de recibos. En caso de que el titular sea un comercio, es requisito obligatorio disponer de TPV con nuestra entidad. Se consideran comercios a los efectos de la contratación de esta cuenta los que figuran en el listado publicado en www.hancoustacidil.com/cuentasoparacionnegocicagolus. Estos requisitos son de cumplimiento mensuat, si al tercer mes no se cumplen estas condiciones, aucomáscamente la Cuertra Expansión Negocios Plus PRO pasará a ser una Cuertra

1. Rentablidad 0% TAE

2. Si domicilias conjuntamente la emisión de nóminas y segunos sociales te bonificamos todos los meses el 1%, con un milamo de 30€/mes

3. Contante con un servicio periódico de información actualizada sobre el comportamiento de lu comercio, lus oberées y lu sector, pera ayudarte en la toma de decisiones.

sabadeliprofessional.com





# MINDFULNESS PARA MANEJO DEL ESTRES EN EL PROFESIONAL

Fecha: 11, 18 y 25 de marzo, y 1 de abril de 2017. Dirigido a: 20 colegiados en activo/desempleados. Fecha de inscripción: hasta el 24 de febrero de 2017.

 $\textbf{Docentes:} \ \mathsf{Elsa} \ \mathsf{Abril} \ \psi \ \mathsf{Maria} \ \mathsf{Dolores} \ \mathsf{Reboredo}.$ 

**Precio:** 136 € (68 para desempleados).

**Objetivos:** Identificar  $\psi$  diferenciar el estado habitual de la mente  $\psi$  el estado de una mente atenta; conocer  $\psi$  desarrollar diferentes habilidades basada en mindfulness; incrementar habilidades atencionales, fortalecer flexibilidad cognitiva, emocional  $\psi$  conductual; e identificar mediante la autoobservación  $\psi$  la autoexploración, hábitos  $\psi$  patrones que generan  $\psi$  perpetúan el estrés, entre otros.



QR



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

# CONFIDENCIALIDAD Y SECRETO PROFESIONAL

**Fecha:** 31 de marzo de 2017. **Dirigido a:** 30 colegiados en activo/desempleados.

**Fecha de inscripción:** hasta el 16 de marzo de 2017.

Docentes: Mar Gasco.

Precio: 20 € (50 por ciento menos para

desempleados).

Objetivos: Analizar la repercusión jurídico penal del secreto profesional; estudiar el marco legal en el que se encuentra el secreto profesional y la confidencialidad de los datos referentes a la salud; y comprender la importancia y la aplicación práctica de las leyes

objeto de estudio.





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



# EL FISIOTERAPEUTA ANTE EL INTRUSISMO. PROTOCOLO DE ACTUACIÓN

**Fecha:** 24 de marzo de 2017.

Dirigido a: 30 colegiados en activo/desempleados. **Fecha de inscripción:** hasta el 9 de marzo de 2017.

Docentes: Mar Gasco.

**Precio:** 20 € (50 por ciento menos para desempleados).

**Objetivos:** Implicar a los profesionales en la actuación ante el delito de intrusismo, y conocer instrumentos y medios para limitar el intrusismo dentro de la profesión del fisioterapeuta.





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

# [agenda]

## **FISIOTERAPIA** DEPORTIVA

#### Curso de Biomecánica clínica del ciclismo

Organiza: fisiofocus, SL lugar: Helios Electromedicina: U Alfonso Gómez 38, 2° - 28037

Duración: 40 horas lectivas Fecha: Del 8 de abril al 21 de mayo

de 2017

Precio: 475 € (Pago fraccionado) Información: 615 85 25 76 http://www.fisiofocus.com/es/curso/ biomecanica-clinica-del-ciclismomadrid / secretaria@fisiofocus.com Dirigido a: fisioterapeutas

#### RESPIRATORIA

#### Máster Universitario en fisioterapia Respiratoria y Cardiaca

Organiza: Escuela Universitaria de Fisioterapia de la ONCE (Universidad Autónoma de Madrid) lugar: C/ Nuria, 42 (Madrid) Duración: Un curso académico. Fechas: De septiembre de 2017 a julio de 2018

Precio: por determinar (consultar la

(dsw

Información: 91 589 45 00

www.once.es/euf

Precio: por determinar (consultar la

mep)

Créditos: 60 ECTS

## UROGINECOLOGÍA

#### Suelo pélvico y maternidad

Organiza: fisiofocus, SL wgar: Helios Electromedicina: C/ Alfonso Gómez 38, 2° - 28037 Madrid

Duración: 30 horas lectivas Fecha: Del 6 al 9 de abril de 2017 Precio: 330 € (Pago fraccionado) Información: 615 85 25 76

http://www.fisiofocus.com/es/curso/ fisioterapia-suelo-pelvico-madrid-1 Dirigido a: fisioterapeutas

## Curso de fisioterapia Obstétrica: embarazo, parto y postparto (3º edición)

Organiza: Formación Internacional

de Postarado DRC lugar: Madrid. Duración: 30 horas

Fecha: 20 y 21 de mayo, y 17 y 18

de junio de 2017 Precio: 340 €

Información: 91 663 63 40 Fax: 91 654 72 65

www.fisiocursosdrc.com cursosdrc@telefonica.net Dirigido a: fisioterapeutas u estudiantes de último año

# Curso de Fisioterapia en Coloproctología (1º edición)

Organiza: Formación Internacional de Postgrado en Fisioterapia DRC

lugar: Madrid Duración: 15 horas

Fecha: 3 y 4 de junio de 2017 Precio: 225 €

Información: 91 663 63 40 Fax: 91 654 72 65 www.fisiocursosdrc.com cursosdrc@telefonica.net Dirigido a: fisioterapeutas y estudiantes de último año

## TERAPIA MANUAL

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

Organiza: fisiofocus, SL lugar: Helios Electromedicina: C/ Alfonso Gómez 38, 2° - 28037 Madrid

Duración: 20 horas lectivas Fecha: Del 7 al 14 de marzo de

2017

Precio: 230 €

Información: 615 85 25 76 http://www.fisiofocus.com/es/curso/ entre-semana-valoracion-tratamientode-la-columna-lumbar-y-pelvis 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 Arofesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid se reserva el derecho a publicar o no la información recibida para incluir en esta sección. El Colegio exime su responsabilidad ante los retrasos en la recepción de la revista como consecuencia de actuaciones ajenas al mismo, es decir de terceros (por ejemplo, Correos). Gracias.



# Colegiarse tiene muchas ventajas

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

# ¡Infórmate!

#### SEGURO DE RESPONSABILIDAD CIVIL

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

#### **ASESORÍAS**

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

#### FORMACIÓN

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

# PUBLICACIONES REMITIDAS AL DOMICILIO DEL COLEGIADO "30 DÍAS" (sobre información general del Colegio

- y la Fisioterapia)
  Memoria de Responsabilidad Social Corporativa
  Boletín electrónico quincenal
  Canal de TV "FISIO.TV" (www.fisio.tv)
  Página de "Consejos de Fisioterapia"
  y blog: www.consejosdefisioterapia.org

- BIBLIOTECA PRESENCIAL Y VIRTUAL Servicio de préstamo y consulta. Acceso a más de 2.000 volúmenes, asesoramiento y consulta de revistas
- Biblioteca virtual Acceso a Atlas de Anatomía 3D, Histología y Radiología
- Acceso 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

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

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

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

## CONVENIOS CON ENTIDADES COLABORADORAS

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.



# Más control, menos esfuerzo

Gestiona tu negocio en cualquier momento y lugar con nuestro panel de administración.

- Control de agenda
- III Estadísticas en tiempo real
- illistoriales y perfiles clínicos
- Firma digital





# ¡Llega la revolución!

Tus pacientes podrán descargar una app gratuita desde la que hacer reservas, cancelaciones e incluso realizar pagos.