

FISI NOTICIAS

PUBLICACIÓN DEL COLEGIO PROFESIONAL DE FISIOTERAPEUTAS DE CASTILLA-LA MANCHA



PÁG. 7
COFICAM
CELEBRÓ LA
ASAMBLEA GENERAL
ORDINARIA



PÁG. 19
CURSO
McCONNELL, UNA
OPORTUNIDAD PARA
ESPECIALIZARSE



PÁG. 20
COLEGIADO
DEL MES:
ORLANDO
MAYORAL

EL PELOTÓN[®] SALUD

LOS GUARDIANES
DEL BIENESTAR



**MEJORAR LA SALUD
POSTURAL
en el día a día**



EN TUS MANOS ESTÁ.
ÚNETE A NOSOTROS EN
DEFENSA DE LA FISIOTERAPIA



coficam

COLEGIO PROFESIONAL DE
FISIOTERAPEUTAS DE
CASTILLA-LA MANCHA

SUMARIO



PÁG. 4
LOS COLEGIADOS SE FORMAN PARA LA CAMPAÑA "EL PELOTÓN SALUD. LOS GUARDIANES DEL BIENESTAR"



PÁG. 8
ENTREVISTA A MARTA GARCÍA LANDETE: "LA FISIOTERAPIA ESTÁ EN AUJE TANTO A NIVEL NACIONAL COMO INTERNACIONAL"



PÁG. 12
COFICAM PRESENTA "EL PELOTÓN SALUD. LOS GUARDIANES DEL BIENESTAR"



PÁG. 14
LA IMPORTANCIA DE LA FISIOTERAPIA EN LA RECUPERACIÓN DE LOS PACIENTES DE CÁNCER DE MAMA



PÁG. 16
UN PASO AL FRENTE CONTRA LAS PSEUDOTERAPIAS



PÁG. 19
McCONNELL, UNA OPORTUNIDAD PARA ESPECIALIZARSE EN LESIONES DE HOMBRO



PÁG. 21
VIAJE POR CIUDAD REAL

Tras varios meses de intenso trabajo finalmente ha visto la luz un importante proyecto que ha realizado el Colegio en los últimos años: **"El Pelotón Salud. Los Guardianes del Bienestar"**. A través de esta iniciativa se pretende inculcar buenos hábitos posturales a los jóvenes escolares, así como concienciar a padres y profesores de la importancia de continuar aplicando lo aprendido y fomentar rutinas saludables como el deporte.

Poner en marcha un proyecto como este ha requerido la utilización de gran cantidad de recursos, así como la implicación de muchas personas, es por este motivo, que queremos agradecer la colaboración y el compromiso a los 31 fisioterapeutas que acudieron a las sesiones formativas celebradas en Albacete y Alcázar de San Juan, y que durante los próximos meses visitarán los centros escolares seleccionados de nuestra comunidad autónoma con el objetivo de poner en marcha la campaña y transmitir consejos de forma amena y dinámica con la ayuda del material multimedia que se ha elaborado, interactuando de forma directa con los pequeños.

Además, en la presentación de la campaña de ergonomía postural, que tuvo lugar en la Consejería de Sanidad de Castilla-La Mancha, pudimos anunciar otro gran hito para COFICAM. Es para nosotros el gran reto del próximo año, porque ya podemos decir que Toledo acogerá en 2019 el **I Congreso Internacional de Fisioterapia de COFICAM**. La capital manchega contará con cerca de 23 ponentes, la mayoría de ellos internacionales, quienes expondrán sus conocimientos y participarán en mesas-redondas y debates que servirán para crear sinergias entre los profesionales del sector.

Aunque hemos hablado de dos grandes proyectos de COFICAM, no nos olvidamos de que nuestro principal propósito es mejorar día a día. Por ello, seguiremos centrándonos en las acciones formativas para nuestros colegiados a lo largo del año que viene, y seguiremos firmes en nuestro compromiso con la sociedad castellano-manchega.

Natalio Martínez, Presidente de COFICAM

EDITA:
 Colegio Profesional de Fisioterapeutas de Castilla-La Mancha.

Presidente. Natalio Martínez Lozano
 Vicepresidente. Jesús Reyes Cano
 Secretario. Nils Ove Andersson Silva
 Tesorero. Yolanda Romero Rodríguez

- Vocal I Albacete. Rafael Sánchez Madrid
- Vocal II Albacete. Marta García Landete
- Vocal II Ciudad Real. Azucena Muñoz Gutiérrez
- Vocal Cuenca. Isidro Granero Casas
- Vocal Guadalajara. Marcos Iglesias Peón
- Vocal I Toledo. Javier Merino Andrés
- Vocal II Toledo. Alberto Sánchez Sierra

COORDINACIÓN:
 Jesús Reyes Cano
 REDACCIÓN:
 Gabinete de Comunicación y Prensa COFICAM
 Eolo Comunicación. C/ Ríos Rosas 47, 28003. Madrid
 Diseño: Tammat.es

DL AB 487-2007

LOS COLEGIADOS SE FORMAN PARA LA CAMPAÑA "EL PELOTÓN SALUD. LOS GUARDIANES DEL BIENESTAR"

Hasta ahora un total de 31 fisioterapeutas han participado en el taller formativo de la campaña Pelotón Salud.

La campaña "El Pelotón Salud. Los Guardianes del Bienestar" es una iniciativa de ergonomía e higiene postural en el escolar, puesta en marcha por COFICAM y que cuenta con el apoyo de las



Consejerías de Sanidad y de Educación, Cultura y Deportes de Castilla-La Mancha. Este proyecto surge a raíz del compromiso del Colegio con los más jóvenes para defender el bienestar infantil y generar buenos hábitos posturales en su día a día.

Es frecuente observar malas posturas en los alumnos al sentarse, agacharse, andar... y el peso que transportan a diario en sus mochilas, provocando alteraciones de la columna vertebral. Estos hábitos pueden ser educados correctamente y es más fácil corregirlos si se actúa de forma precoz, resultando beneficioso a lo largo de su vida, al igual que practicar deporte.

Dado que la campaña se va a llevar a cabo a través de video-charlas presenciales, material gráfico, microsite y app interactiva, redes sociales y microanimaciones, es necesario adquirir por parte de los colegiados asistentes a las charlas las habilidades precisas para implementar su óptima puesta en marcha y desarrollo. Por ello, desde COFICAM se han realizado dos sesiones de formación para aquellos fisioterapeutas interesados en participar en esta campaña. Los cursos en los que han participado 31 fisioterapeutas se llevaron a cabo en Albacete, el pasado 20 de octubre, y en Alcázar de San Juan, el 10 de noviembre. Próxima sesión formativa, el 12 de enero de 2019 en Toledo.

Los talleres estaban enfocados al público infantil principalmente y a los padres y profesores, en un segundo plano. Por ello, en las charlas se han utilizado códigos de comunicación infantiles y actuales de una forma divertida con el objetivo de que fomenten los hábitos saludables en su día a día.

A través de las historias de Alex, Hugo, León, Alma y Javi se pretenden transmitir los beneficios de la fisioterapia e inculcar hábitos saludables. Así, las diferentes acciones que realizan sus protagonistas muestran a los más pequeños cómo cuidar la espalda, ayudan a fomentar el deporte y les enseñan buenas conductas posturales con el fin de evitar futuras lesiones de espalda de una manera divertida. Además, estos personajes animarán a los padres para que apliquen en su día a día lo que aprendan y, por último, generen empatía con los niños.

La campaña está dirigida a alumnos de entre 6 y 9 años y tendrá lugar en ocho colegios de Castilla-La Mancha.

Durante los próximos meses los fisioterapeutas de COFICAM formados especialmente para ello, visitarán estos centros de la comunidad con el objetivo de presentar estos consejos de forma amena y dinámica mediante micro-charlas e interactuando con los niños. El Colegio distribuirá a los formadores voluntarios por los distintos colegios seleccionados, habiendo contactado previamente con la Directiva de cada centro escolar.

El Pelotón Salud es un programa educativo que cuenta con distintas plataformas multimedia con el objetivo de que el mensaje llegue a los más jóvenes de una forma divertida y fácil. A través de

La campaña está dirigida a alumnos de entre 6 y 9 años y tendrá lugar en ocho colegios de Castilla-La Mancha

los vídeos que los fisioterapeutas proyecten en las aulas, los niños conocerán a los personajes del Pelotón mientras los expertos les dan consejos para aprender a mejorar las posturas que adoptan habitualmente a lo largo del día.

La campaña también cuenta con una página web, www.pelotonsalud.com, que contiene consejos prácticos, ejercicios y fichas para que entre padres e hijos puedan aprender mucho más



sobre salud postural. Por último, la aplicación móvil de Pelotón Salud es un aliciente más para los niños, con la que podrán poner a prueba sus conocimientos en salud postural con diferentes juegos y así llegar a convertirse en auténticos "guardianes del bienestar".

SE CELEBRA EN MADRID EL CONGRESO INTERNACIONAL DE FYD

Este foro constituyó una apuesta por la excelencia, la calidad y el desarrollo de la profesión.

Con el objetivo de estimular a los profesionales sobre investigación y difusión del conocimiento científico, el pasado 1 y 2 de diciembre se reunieron en el Hospital Clínico de Madrid los especialistas referentes a nivel nacional e internacional de la fisioterapia deportiva y musculoesquelética y máximos exponentes dentro de la fisioterapia y el deporte.

El Congreso de Fisioterapia y Deporte, organizado conjuntamente por FisioCampus y Mi Clínica Top, contó con un elenco de ponentes de gran calidad. En total, fueron treinta y dos fisioterapeutas y especialistas los que trataron temas de gran interés y las últimas novedades en evidencia científica y práctica clínica en fisioterapia como: la readaptación deportiva, la

fisioterapia invasiva, la recuperación en el deportista de élite, o sobre partes muy específicas del cuerpo como el tobillo, la cadera o la rodilla.

A través de veintiséis ponencias repartidas en nueve mesas de trabajo y nueve talleres sobre las técnicas más avanzadas en fisioterapia deportiva, los expertos y los asistentes pudieron aportar y aunar conocimientos en torno a la fisioterapia deportiva. 

Se celebraron un total de 26 ponencias y 9 mesas de trabajo sobre las técnicas más avanzadas en fisioterapia deportiva

Los ganadores del sorteo realizado por COFICAM de 4 inscripciones al Congreso Internacional de FyD fueron:

- M^a del Carmen Cortés Jiménez (nº col. 1857)
- Nuria Requena Pérez (nº col. 2172)
- José Manuel Martínez de la Fuente (nº col. 1942)
- Iván Huerta González (nº col. 2197)

COFICAM ORGANIZÓ EL PASADO 9 DE NOVIEMBRE UNA FORMACIÓN PARA COLEGIADOS SOBRE TERAPIAS BIOLÓGICAS EN PATOLOGÍAS MUSCULOESQUELÉTICAS

Múltiples enfermedades musculoesqueléticas, que antes sólo podían tratarse quirúrgicamente ahora pueden resolverse con estas terapias.

El tratamiento de las lesiones y patologías traumatológicas ha experimentado una gran evolución en los últimos años. Los procedimientos avanzados con terapias biológicas han dejado de ser exclusivos de deportistas de élite y cada vez más pacientes los reclaman. Así, múltiples enfermedades musculoesqueléticas, que antes sólo podían tratarse quirúrgicamente, ahora pueden resolverse con estas terapias.

La jornada, que tuvo aforo completo, con una participación de 30 asistentes, comenzó con la ponencia de José Luis García Garvía, director del Centro de Traumatología Castroverde, quien introdujo los conceptos generales sobre las terapias



biológicas como la definición del Plasma Rico en Plaquetas (PRP), suero autólogo condicionado o aspectos legales, entre otros temas. Por su parte, Laura Ramos Cortines, bióloga genetista, habló de las bases biológicas, las características del plasma Rico en

Factores de Crecimiento y las diferencias entre los PRPs y PRGF. Por último, intervino el Doctor Pedro Álvar García de León García del Castillo, traumatólogo del equipo del doctor Castroverde, que charló sobre las aplicaciones clínicas.

Las terapias biológicas, que consisten en la aplicación de proteínas y células de los propios pacientes que favorecen el proceso de regeneración, crecimiento y cicatrización de los tejidos dañados, están indicadas en una amplia gama de patologías, aunque dependiendo de la fase evolutiva de la enfermedad pueden requerir orientaciones diferentes.

Debido al éxito de este encuentro ya se está organizando una segunda edición en Alcázar de San Juan durante el 2º trimestre del año 2019. 

ZARAGOZA ACOGIÓ LA II JORNADA NACIONAL DE FISIOTERAPIA EN ATENCIÓN PRIMARIA Y SALUD COMUNITARIA

Fue un foro de encuentro y debate para intercambiar conocimientos, experiencias y líneas de trabajo entre ponentes y asistentes.

El pasado 17 de noviembre el Subgrupo de la Asociación Española de Fisioterapeutas de Atención Primaria y Salud Comunitaria organizó en coordinación con la Asociación Española de Fisioterapeutas y el Colegio Profesional de Fisioterapeutas de Aragón la **II Jornada Nacional de Fisioterapia en Atención Primaria y Salud Comunitaria en Zaragoza**, a la cual asistió el secretario, Nils Ove Andersson Silva, en representación de COFICAM.

El encuentro tuvo por objeto dar a conocer la labor y funciones del fisioterapeuta en Atención Primaria con especial enfoque hacia la Atención Comunitaria. De este modo, se creó un foro de debate para intercambiar conocimientos, experiencias y líneas de trabajo entre ponentes y asistentes, y generar vías de contacto entre fisioterapeutas de Atención Primaria y Salud Comunitaria que desarrollan su trabajo en las distintas Comunidades Autónomas.

La Atención Primaria (AP) debe dar respuesta a las necesidades y problemas de salud de la comunidad a la que atiende, desarrollando no sólo actividades asistenciales, sino también actividades de promoción de la salud y de prevención de la enfermedad. Para alcanzar el máximo desarrollo del cuidado de la salud, el equipo de AP cuenta con la existencia de profesionales especialmente formados en determinados ámbitos sociosanitarios, entre los que se encuentra la figura del fisioterapeuta de Atención Primaria.

Esta **II Jornada Nacional de Fisioterapia en Atención Primaria y Salud Comunitaria** contó con la presencia de reconocidos fisioterapeutas, docentes e investigadores que tuvieron la oportunidad de hablar en profundidad en las dos mesas redondas que se celebraron y que versaron sobre temas tan interesantes como los escenarios *futuros para la Fisioterapia de Atención Primaria y Comunitaria*; *enfoque y abordaje multidisciplinar del envejecimiento saludable en Atención Primaria*; *abordaje del paciente con EPOC en Atención Primaria y Salud Comunitaria* o *la Salud Comunitaria en los Parques Biosaludables*, esta última impartida por el profesor de la UCLM Rafael Velasco. El fundamento básico de la actividad asistencial del fisioterapeuta de AP es colaborar en el manejo de los problemas

de salud que pueda diagnosticar y resolver con los recursos humanos y materiales existentes. En estos casos, la prioridad de los equipos de Atención Primaria es poner en marcha actividades fisioterápicas para la población de su zona.

Además, durante la II Jornada Nacional de Fisioterapia en Atención Primaria y Salud Comunitaria se llevaron a cabo dos talleres prácticos: *Detección y tratamiento fisioterápico sobre las personas mayores con problemas de movilidad* y sobre el *Riesgo de caída: una intervención necesaria y dolor crónico, nuevo enfoque fisioterápico*. A través de este tipo de talleres prácticos, se observa como el fisioterapeuta mantiene una relación directa como profesional sanitario con la sociedad enferma o sana con el fin de prevenir, curar y recuperar por medio de la actuación profesional y de las técnicas propias de la fisioterapia.

La celebración de este tipo de jornadas es importante para que se establezcan redes de contacto entre fisioterapeutas de Atención Primaria y Salud Comunitaria con el fin de intercambiar experiencias, líneas de trabajo y situaciones diversas en su

El equipo de Atención Primaria cuenta con la existencia de profesionales especialmente formados en determinados ámbitos sociosanitarios, entre los que se encuentra la figura del fisioterapeuta

entorno laboral. Por otro lado, facilitar la asistencia de los fisioterapeutas de AP a congresos y actividades científicas de su ámbito profesional permite dar a conocer las diferentes problemáticas existentes en cada región. Además, da lugar a mantener contactos fluidos de colaboración con todas las organizaciones de fisioterapeutas. 



COFICAM CELEBRÓ SU ASAMBLEA GENERAL ORDINARIA EN LA SEDE COLEGIAL EN ALBACETE

El Colegio hizo balance de la situación económica, y aprobó los presupuestos del año que viene y la memoria anual, entre otros aspectos.

El Colegio Profesional de Fisioterapeutas de Castilla-La Mancha celebró el pasado 1 de diciembre en la sede Colegial de Albacete su Asamblea General Ordinaria.

En el transcurso de la reunión se procedió a aprobar la cuenta de pérdidas y ganancias del ejercicio 2018, con un resultado de superávit de más de 45.000 euros, así como a la aprobación del presupuesto de gasto para 2019 de 528.876 euros; una parte de este presupuesto irá destinado a la realización del I Congreso Internacional de Fisioterapia COFICAM, que se celebrará en Toledo los días 25, 26 y 27 de octubre de 2019.



El orden del día también incluyó, entre otros aspectos, la aprobación de la memoria anual de la Junta de Gobierno y la ratificación de los acuerdos adoptados por ella en las reuniones celebradas desde la anterior Asamblea General.

Además, se continúa con los nuevos proyectos y programas aprobados en la Asamblea General del año pasado y que ya estaban incluidos en el Plan Estratégico 2017-2021. El programa, que lleva en funcionamiento un año, tiene el objetivo de impulsar medidas que supongan la mejora de la fisioterapia y su adaptación a las nuevas realidades. Igualmente, busca fomentar el conocimiento y reconocimiento real de la fisioterapia en todos los ámbitos a través de una estructura colegial sólida, con una cultura corporativa consistente, que contribuye al prestigio, promoción y desarrollo de la fisioterapia en Castilla-La Mancha. 📞

CONVOCADOS LOS IV PREMIOS EUSKADI DE FISIOTERAPIA

El Colegio Profesional de Fisioterapeutas del País Vasco busca poner de relieve a los diferentes profesionales que trabajan en el avance de esta disciplina sanitaria en la Comunidad Autónoma Vasca.

El Colegio Profesional de Fisioterapeutas del País Vasco ha convocado la IV edición de los Premios Euskadi de Fisioterapia, unos galardones que buscan poner en valor a los diferentes profesionales que trabajan en el avance de esta disciplina sanitaria en el País Vasco. En la convocatoria pueden participar todos los fisioterapeutas colegiados en cualquiera de los Colegios Oficiales de Fisioterapeutas de España, que envíen sus trabajos de investigación y/o periodísticos, presentados de forma anónima o bajo pseudónimo, que no hayan sido premiados con anterioridad.

A través de estos galardones se busca estimular las iniciativas, bien individuales o colectivas,



que promueven el avance de la fisioterapia en distintos campos de actuación. Para ello, se han establecido cinco categorías: Mejor fisioterapeuta; Mejor propuesta comunicativa sobre fisioterapia; Mejor trayectoria profesional en fisioterapia; además también se otorga un Premio a la Investigación y al mejor trabajo de fin de carrera.

A la hora de la elección el jurado priorizará aquellos trabajos que busquen la actualización de la profesión y que respondan a las necesidades que presenta nuestra sociedad actual. Los premiados recibirán cuantías que oscilan entre los 300 euros de la beca formativa que recibe el ganador del premio al mejor trabajo de fin de carrera y los 1.000 euros, del premio de investigación, además se otorgarán reconocimientos a través de un galardón y un diploma. Para optar a los IV Premios Euskadi de Fisioterapia se puede consultar las bases de participación en la página web del Colegio Oficial de Fisioterapia del País Vasco, www.cofpv.org. 📞

MARTA GARCÍA LANDETE: "LA FISIOTERAPIA ESTÁ EN AUJE TANTO A NIVEL NACIONAL COMO INTERNACIONAL YA QUE CADA VEZ HAY MÁS TÉCNICAS, MÁS INVESTIGACIÓN Y MAYOR FORMACIÓN"

Diplomada en Fisioterapia por la Universidad de Valencia. Actualmente trabaja en la Gerencia de Atención Integrada (GAI) de Tomelloso (Ciudad Real), compaginándolo con su función de responsable en la Comisión de Formación de COFICAM. Entrevistamos a Marta García Landete para hablar sobre el mundo de la Fisioterapia, sus retos y su utilidad para la sociedad.



¿Cuál es tu labor como responsable de la Comisión de Formación de COFICAM?

Mi labor es recopilar todas las inquietudes de nuestros colegiados acerca de formación bien a través de las encuestas o de sugerencias que mandan a través del correo e intentar hacerlas factibles.

Además te ocupas de la participación del Colegio en actos deportivos, ¿qué supone para COFICAM participar en estos eventos?



Para el Colegio es de suma importancia estar presentes en las actividades deportivas ya que ahí se muestra nuestra labor en la prevención de lesiones en el ámbito deportivo y como agentes de salud dando consejos y cuidados (estiramientos, técnica, calzado, terapia manual, vendajes...). Sin ir más lejos, este año, como en años anteriores, el Colegio ha participado junto al Instituto Municipal de Deportes de Albacete en la Media Maratón Internacional celebrada en dicha ciudad, siendo esta carrera una de las pruebas de distancia más importantes de España.

¿Se preocupan los fisioterapeutas de Castilla-La Mancha de estar al día de las últimas técnicas formativas?

Nuestros fisioterapeutas están siempre en constante formación. Creo que somos los profesionales que siempre queremos saber más y más. No nos cansamos de aprender y de ahí que seamos una profesión en "crecimiento".





¿Cuál es el nivel formativo de la fisioterapia en España y Castilla-La Mancha en particular? ¿Qué se podría mejorar?

La Fisioterapia en España y, más en concreto, en Castilla-La Mancha tiene un alto nivel formativo ofreciendo desde un inicio prácticas en sus diferentes materias. En la universidad de Castilla-La Mancha tenemos la suerte de contar con un servicio de referencia como es el Hospital Nacional de Paraplégicos donde se forman los futuros fisioterapeutas.

¿Crees que la Fisioterapia pasa por un buen momento en Castilla-La Mancha?



Les ayudamos a disminuir el dolor, mejorar su movilidad, en definitiva a SENTIRSE más sanos y aumentar su bienestar

La Fisioterapia está en auge tanto a nivel regional, nacional, como internacional, ya que cada vez hay más técnicas, más investigación y mayor formación en distintos campos de actuación.

Por último, ¿está la población concienciada de la importancia de la figura del fisioterapeuta para resolver problemas de salud?

La Fisioterapia es prevención, autocuidado, salud y calidad de vida, sobre todo. Las personas de a pie lo saben y cada vez más quieren en su día a día un fisioterapeuta a su lado porque saben que estarán mejor. Les ayudamos a disminuir el dolor, mejorar su movilidad, en definitiva a SENTIRSE más sanos y aumentar su bienestar. De hecho, hay mucha gente que dice: "voy a mi fisio". Nos tienen muy presentes. 🎯





*Desde Coficam
os deseamos una
Feliz Navidad y
un próspero 2019*

 **coficam**
COLEGIO PROFESIONAL DE
FISIOTERAPEUTAS DE
CASTILLA-LA MANCHA

LA FISIOTERAPIA FOMENTA LA INTEGRACIÓN, ADAPTACIÓN Y MEJORA LA CALIDAD DE VIDA DE LOS DISCAPACITADOS

En Castilla-La Mancha hay 140.823 personas con discapacidad física, psíquica y sensorial.

La discapacidad es una limitación de alguna facultad física o mental que dificulta el desarrollo normal de un individuo o de un grupo. Con motivo de la celebración del Día Internacional de las Personas con Discapacidad el 3 de diciembre, el **Colegio Profesional de Fisioterapeutas de Castilla-Mancha (COFICAM)** quiere destacar el importante papel de la **Fisioterapia como elemento para la integración y adaptación de los discapacitados en la realidad social.**

Castilla-La Mancha cuenta con 140.823 personas con discapacidad física, psíquica y sensorial valoradas con un grado de discapacidad igual o superior al 33%. En este contexto, *“la intervención precoz del fisioterapeuta es clave ya que la Fisioterapia ayuda a mejorar las distintas alteraciones que pueden presentarse tanto a nivel musculoesquelético como psíquico de las personas con discapacidad”*, afirma Jesús Reyes, vicepresidente de COFICAM.



La ignorancia es en gran parte responsable de la estigmatización y la discriminación que padecen las personas discapacitadas

La labor del fisioterapeuta es esencial para la mejora de la calidad de vida de aquellas personas que se encuentran en situaciones delicadas. El fisioterapeuta será el encargado de establecer un tratamiento individualizado o grupal de ejercicios con una finalidad terapéutica, siempre adaptado a las necesidades de cada individuo, y así conseguir mejorar la autonomía e intentar recuperar y mantener el máximo de la movilidad.

La ignorancia es en gran parte responsable de la estigmatización y la discriminación que padecen las personas discapacitadas, por ello, desde hace veintiséis años cada 3 de diciembre se celebra el Día Internacional de las Personas con Discapacidad. Su objetivo fue establecer un mensaje claro de toma de conciencia de la situación desfavorecida de estas personas, asumiendo el reto de conseguir medidas encaminadas a mejorar su calidad de vida, una total integración en la sociedad y la igualdad de oportunidades. 

JORNADA FORMATIVA SEPAR

Dentro de la 26 Reunión de Invierno Conjunta Áreas SEPAR, su Área de Fisioterapia, celebra en el Hotel Beatriz de Toledo, los días 08 y 09 de febrero de 2019, una jornada de carácter formativo, abierta a todos los fisioterapeutas interesados en este ámbito.

Precio hasta 22 enero 250 euros.
Después del 23 de enero 300 euros.

Más información en www.separ.es

Tablón de Anuncios

“Se vende centro de fisioterapia en Guadalajara, con 13 años a pleno funcionamiento, maravillosas instalaciones de 400 metros cuadrados, cartera de 5.600 pacientes, concertado con aseguradoras y mutuas, 8 grupos activos de Pilates, etc. Además, cuenta con varias salas para alquilar a médicos y otros profesionales.”

Interesados llamar al 676 516 234

“Para acceder de forma más actualizada a todos los anuncios, métete en la parte restringida a los colegiados de nuestra página web, sección Tablón de Anuncios”.

EL PELOTÓN SALUD. LOS GUARDIANES DEL BIENESTAR DE LA SALUD POSTURAL

El objetivo de esta iniciativa es transmitir los beneficios de la fisioterapia a través de la prevención y la incorporación de hábitos saludables e inculcar buenos hábitos posturales a los niños en su día a día.

Los fisioterapeutas visitarán los centros escolares con el objetivo de presentar consejos de forma amena

de Austria (Alcázar de San Juan), CEIP Vicente Aleixandre (Puertollano), CEIP Ana Soto y Parque Sur (Albacete), CEIP Fabrica de armas (Toledo) y CEIP Clara Campoamor (Illescas).

Desde el Colegio se han realizado dos sesiones de formación para los fisioterapeutas interesados en participar en esta campaña, una en Albacete y otra en Alcázar de San Juan, en las que han participado un total de 31 fisioterapeutas y se va a organizar otra en Toledo el próximo 12 de enero. A raíz de estas formaciones, con las visitas



El pasado 12 de noviembre, COFICAM presentó en Toledo con **el apoyo de las Consejerías de Sanidad y de Educación, Cultura y Deportes de Castilla-La Mancha** la campaña “El Pelotón Salud. Los Guardianes del Bienestar”, una iniciativa que tiene como objetivo transmitir los beneficios de la fisioterapia a través de la prevención y la incorporación de hábitos saludables, inculcar buenos hábitos posturales a los niños en su día a día, además de concienciar a padres y profesores de la importancia de continuar aplicando lo aprendido y fomentar rutinas saludables como el deporte.

Cinco niños llenos de imaginación, energía y optimismo son los protagonistas de esta acción que pretende defender el bienestar infantil. La campaña de concienciación tiene lugar por el momento en ocho colegios de Castilla-La Mancha y está dirigida a alumnos de entre 6 y 9 años. Los colegios que van a participar en este proyecto pionero son: CEIP San Pedro Apóstol (Guadalajara), CEIP Hermanos Valdés (Cuenca), CEIP Juan

de los fisioterapeutas a los centros y a través de recursos multimedia, los niños conocerán a los personajes del ‘El Pelotón’ mientras los expertos les dan consejos para aprender a mejorar las posturas que adoptan habitualmente a lo largo del día. Este proyecto, que en el curso 2018/2019 se desarrollará en algunos colegios manchegos, tiene como objetivo llegar a la mayoría, si no a la totalidad, de los centros escolares de la región en los próximos años.

Es importante que aprendan a corregir las malas posturas para evitar problemas de salud más graves en el futuro

Cuidar la espalda, el objetivo del El Pelotón Salud

El dolor de espalda en niños tiene una relación directa con el dolor de espalda en adultos.



Por ello, concienciarles desde pequeños es la clave para evitar problemas crónicos que afecten a su vida de mayores. Es llamativo que antes de los 15 años, el 51% de los niños y el 69% de las niñas ya han experimentado dolor de espalda en su vida.

El peso que los niños arrastran en las mochilas puede generar graves alteraciones en la columna vertebral, como escoliosis. Por ello, es importante actuar de forma precoz y establecer pautas y rutinas que mejoren la salud física de los más jóvenes y así corregir los hábitos posturales. Los diferentes tipos de mochila, su uso frecuente en un solo hombro, el peso que transporta el menor, ... todos estos factores inciden directamente en la posición de la columna, derivando en flexión de tronco y elevación de hombro, posiciones que producen lordosis y cifosis torácica. Además, con el paso del tiempo, estas dolencias pueden aumentar la intensidad y extenderse a otras zonas del cuerpo.

En este sentido, a través de El Pelotón Salud se enseña a los niños desde una edad temprana la importancia de cuidar su espalda y ayudarles a identificar aquellas posturas y actividades que les pueden perjudicar. Con algunos consejos los jóvenes pueden adoptar posturas muchos más saludables. Aprenderán, por ejemplo, que el tamaño de la mochila debe estar en consonancia con el suyo, no superando el ancho de sus hombros y dividida en diferentes compartimentos para distribuir la carga, poniendo la más pesada pegada al tronco. Además, el peso no debe exceder el 10% del peso del niño, en caso de que sea superior al aconsejado, se recomienda el uso de carrito. Lo ideal es empujar el carrito y no arrastrarlo desde atrás porque puede provocar una rotación de tronco y una lesión de hombros.

Es frecuente observar malas posturas en los alumnos al sentarse, agacharse, andar... Es importante que aprendan a corregirlas para evitar problemas de salud más graves en el futuro. Otros consejos que apuntan los fisioterapeutas en las visitas son: agacharse sin inclinar el tronco, ya que se sobrecarga la columna lumbar. Además, se deben acostumbrar a flexionar las rodillas y coger el peso lo más cerca del cuerpo. También señalan la importancia de jugar de manera activa, ya que es la mejor forma de desconectar. Por último, y no

menos importante, adoptar una forma de caminar correcta, es decir, como si les tirasen con un hilo de la cabeza hacia arriba.

Los fisioterapeutas también darán algunas directrices respecto a las nuevas tecnologías. En el caso del ordenador la pantalla debe situarse a la altura de los ojos y como mínimo a cuarenta centímetros del borde de la mesa. Otros de los consejos

La pantalla del ordenador debe situarse a la altura de los ojos y como mínimo a cuarenta centímetros del borde de la mesa

a tener en cuenta es evitar sentarse con el cuerpo girado, se debe estar totalmente de frente al ordenador. En cuanto a la consola conviene evitar jugar en el suelo o sentado sin apoyar la espalda.

“Estas recomendaciones y acciones preventivas forman parte de nuestro compromiso con la sociedad y suponen una contribución de la fisioterapia al bienestar de las niñas y niños de nuestra región”, afirma Natalio Martínez, presidente de COFICAM.

Una iniciativa educativa multimedia

El Pelotón Salud es una iniciativa educativa que cuenta con varias plataformas multimedia con el objetivo de que el mensaje llegue a los más jóvenes de una forma sencilla y divertida.

Además, la campaña cuenta con una página web que contiene consejos prácticos, ejercicios y fichas de los personajes para que entre padres e hijos puedan aprender mucho más sobre salud postural. Por último, a través de la aplicación móvil los niños podrán superar retos en diferentes juegos y poner a prueba sus conocimientos en salud postural para así llegar a convertirse en auténticos guardianes del bienestar. 📱



LA IMPORTANCIA DE LA FISIOTERAPIA EN LA RECUPERACIÓN DE LOS PACIENTES DE CÁNCER DE MAMA

Los tratamientos del cáncer y la propia enfermedad provocan al paciente efectos secundarios, tanto a nivel psicológico como físico. Por ello, el tratamiento fisioterapéutico debe iniciarse cuanto antes.

El cáncer de mama es una de las enfermedades más frecuente entre la población femenina, aunque también se da en la masculina. Según datos de la Asociación Española Contra el Cáncer (AECC), en España se han diagnosticado alrededor de 32.000 nuevos cánceres de mama en lo que va de año.

Cada 19 de octubre se celebra el Día Mundial del Cáncer de Mama, una enfermedad que trastorna la vida de quien la padece y la de las personas de su alrededor. Los tratamientos del cáncer y la propia enfermedad provocan en el paciente efectos secundarios, tanto a nivel psicológico como físico. Retomar la vida cotidiana después de este proceso no es tarea sencilla, en este sentido, numerosos estudios confirman que la fisioterapia ayuda en el proceso de recuperación

tras una mastectomía o cirugía por cáncer de mama como forma preventiva, o para evitar posibles complicaciones tras la operación, como tratamiento de cicatrices, fibrosis o dolores.

Diversos informes señalan el beneficio tanto a nivel físico como psicológico de realizar ejercicio moderado tras la mastectomía. Desde el punto de vista de la fisioterapia se recomienda realizar una actividad física progresiva que ayude a los pacientes a recuperar su actividad normalizada, como puede ser salir a caminar diariamente en las primeras semanas tras la operación, hacer bicicleta o natación. Es importante que este tipo de ejercicios estén adaptados a cada persona y a sus gustos personales para que la recuperación sea más eficiente.

El diagnóstico precoz es vital para las posibilidades de curación, que pueden ser del 100% si se detecta a tiempo. 



LA FORMACIÓN DE UN EQUIPO MULTIDISCIPLINAR ES ESENCIAL PARA EL TRATAMIENTO DE LOS PACIENTES NEUROLÓGICOS

Contar con un equipo especializado así como invertir en investigación para abordar con el máximo de garantías esta enfermedad es vital para la importancia de dar a conocer esta enfermedad.

El pasado 29 de octubre se celebró el Día Mundial del Ictus, una enfermedad que sufren cada año cerca de 5.300 personas en Castilla-La Mancha, y unas 120.000 en toda España, de las que en torno a un 30% pueden perder la vida a causa del episodio y cerca de un 40% adquiere una discapacidad más o menos limitante como resultado del mismo

El ictus es una urgencia neurológica que precisa una intervención diagnóstica y terapéutica inmediata. Es importante dar a conocer esta enfermedad, fomentar la formación de un equipo multidisciplinar especializado, así como invertir en investigación

para abordar con el máximo de garantías esta enfermedad.

La recuperación de los pacientes suele ser larga y costosa, y es por ello que esta disciplina propone ejercicios para trabajar la coordinación estática y dinámica, el equilibrio, la musculatura facial, la motricidad fina de las manos, el aprendizaje de posturas correctas y de las transferencias, así como la reeducación de la marcha, aunque siempre adaptándose a

En el caso de las enfermedades neurológicas y en especial del ictus, los programas de fisioterapia son imprescindibles en la recuperación física y emocional del paciente

las necesidades y grado de tolerancia al ejercicio de cada paciente. La realización de estos ejercicios de forma diaria y rutinaria, aumentando poco a poco su dificultad, permitirá a los pacientes tener una mayor autonomía.

Gracias a la fisioterapia los pacientes pueden minimizar los déficits o discapacidades adquiridas tras la enfermedad, así como facilitar su incorporación a la vida social. 

LOS PACIENTES CON DIABETES MEJORAN SU CALIDAD DE VIDA A TRAVÉS DE LA FISIOTERAPIA

Un programa personalizado de ejercicio terapéutico ayuda a combatir los factores de riesgo de esta enfermedad.

La diabetes es una enfermedad que afecta a cerca de seis millones de personas en España y a un 13% de la población de Castilla-La Mancha, de los cuales, la mitad no están diagnosticados.

La diabetes es una enfermedad crónica, que se manifiesta cuando el páncreas no puede producir de forma parcial o total una hormona llamada insulina, cuya misión es permitir que la glucosa y los alimentos que ingerimos pasen de la sangre a la célula. El hecho de ese aumento de glucosa en sangre, como resultado del déficit de esta hormona, puede producir importantes consecuencias en un periodo corto de tiempo, como daños corporales y fallos en órganos y tejidos.

La prevención y el tratamiento precoz son herramientas muy válidas para evitar y/o retrasar las posibles alteraciones que puedan aparecer en el transcurso de esta patología. Una vez conocida la enfermedad, la fisioterapia ayuda en la mejora de la calidad de vida de los pacientes y a sobrellevar

las distintas alteraciones que pueden presentarse tanto a nivel musculoesquelético como neurológico de aquellos que padecen diabetes, siendo bastante

Una mala alimentación y el consumo de alcohol y tabaco son factores de riesgo para la aparición de la diabetes

frecuente sufrir afecciones en el hombro o problemas en el pie.

Llevar una dieta poco equilibrada, no realizar ninguna actividad física o el consumo en exceso de tabaco y alcohol son factores de riesgo para la aparición de la diabetes. Por ello, adoptar un estilo de vida saludable con la realización de ejercicio físico moderado como salir a caminar, montar en bicicleta, realizar clases de baile, ir al gimnasio o hacer natación, siempre adaptado a las necesidades de cada individuo, contribuye a mejorar la calidad de vida de los pacientes. 



LA REALIZACIÓN DE EJERCICIOS ADAPTADOS, CLAVE PARA LOS PACIENTES DE ESPINA BÍFIDA

El abordaje multidisciplinar es fundamental para el bienestar de los afectados y el desarrollo de capacidades físicas.

Según el Estudio Colaborativo Español de Malformaciones Congénitas, en España entre 8 y 10 de cada 10.000 recién nacidos vivos presenta alguna malformación del tubo neural, de los cuales más de la mitad de ellos están afectados por Espina Bífida.

La espina bífida es un defecto del tubo neural, es decir, un tipo de defecto congénito del cerebro, la columna vertebral o de la médula espinal, que ocurre en la columna del feto cuando no cierra completamente durante el primer mes de

embarazo. La causa más frecuente de esta enfermedad es la falta de ácido fólico en la mujer durante el embarazo. Esta vitamina B ayuda al organismo a la génesis de células nuevas y es recomendable una dieta rica en verduras de hoja verde, frutas, guisantes, nueces y panes enriquecidos con cereales.

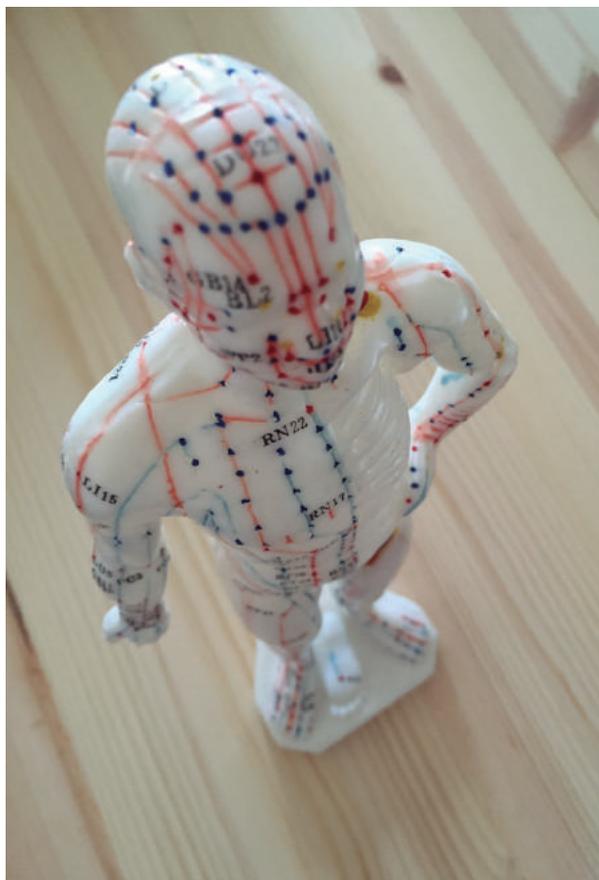
La Fisioterapia es una herramienta indispensable y fundamental para que el paciente aquejado de espina bífida pueda desarrollar y mejorar su autonomía, intentar recuperar y mantener el máximo de la movilidad durante todas las etapas de la vida y también en el asesoramiento del uso y adquisición de material ortoprotésico.

La intervención temprana del fisioterapeuta es clave en el crecimiento y desarrollo del niño/a afectado de espina bífida, prestando especial atención en los cuidados posturales, la confección de férulas de protección adaptadas a las necesidades del paciente, ejercicios para mejorar el equilibrio y la coordinación, ejercicios para fortalecer miembros inferiores y por supuesto la reeducación de la marcha. Encontraremos al fisioterapeuta en servicios de atención temprana, en los colegios y en centros adscritos a Bienestar Social entre otros sitios. 

UN PASO AL FRENTE CONTRA LAS PSEUDOTERAPIAS

Cada vez más gente utiliza estos tratamientos para intentar aliviar los síntomas o tratar de curar enfermedades, sin ser conscientes de los riesgos que entraña.

Se considera pseudoterapia a la sustancia, producto, actividad o servicio con pretendida finalidad sanitaria que no tenga soporte en el conocimiento científico ni evidencia científica que avale su eficacia y su seguridad. Cada vez más gente utiliza estos tratamientos para intentar aliviar los síntomas o tratar de curar enfermedades, sin ser conscientes de los riesgos que entraña la utiliza-



ción de la medicina no basada en evidencias o la llamada medicina no convencional.

Como consecuencia, el Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social y el Ministerio de Ciencia, Innovación y Universidades trabajan en un plan de acción para combatir las pseudociencias y sus efectos a través de distintas iniciativas.

En primer lugar, el Gobierno ha puesto en marcha un plan para la protección de la Salud frente a las Pseudoterapias cuyo objetivo es definir y desarrollar acciones para proteger de forma integral a la ciudadanía de estas falsas terapias. Es obligación de las autoridades sanitarias

defender la salud como un derecho básico, proporcionando a la ciudadanía información veraz para que puedan diferenciar las prestaciones y tratamientos cuya eficacia terapéutica o curativa haya sido contrastada, de todos aquellos productos y prácticas que no lo han hecho.

Un 59,8% cree en la utilidad terapéutica de la acupuntura y un 52,7% considera que los productos homeopáticos son efectivos

A pesar de la confianza generalizada existente en la medicina convencional y de la buena valoración que la población hace de los profesionales del Sistema Nacional de Salud (la actividad médica es la actividad profesional mejor valorada por la ciudadanía), existe cierta confusión sobre lo que es medicina basada en el conocimiento y la evidencia científica y la que no lo es. De hecho, todavía son muchas las personas que creen que algunos tratamientos son efectivos a pesar de no estar avalados por las evidencias científicas disponibles: un 59,8% cree en la utilidad terapéutica de la acupuntura y un 52,7% considera que los productos homeopáticos son efectivos, según la encuesta de la Fundación Española para la Ciencia y la tecnología (FECYT) de 2016.

La utilización de pseudoterapias no es residual, así lo demuestran los datos del Barómetro de febrero de 2018 del CIS, del que se extrae que el 6,2% de los españoles acudieron a un profesional de la acupuntura y hasta un 9,8% a un homeópata. Por ello, desde el Gobierno central plantean este plan de acción.

El Ejecutivo pretende concienciar a la población de que la utilización de las pseudoterapias afecta negativamente a la salud, ya sea cronificando algunas dolencias o generando otras. Esto último puede ocurrir bien porque favorecen el retraso o la sustitución de tratamientos convencionales (cuya eficacia y seguridad sí está probada)

El plan está estructurado en cuatro ejes principales cuyo objetivo es la evaluación de las pseudoterapias en base al conocimiento, su difusión, la transparencia de la información y el cumplimiento normativo

o porque reducen la efectividad de estos últimos, como han demostrado varias investigaciones. Por ello, es necesario proporcionar una información rigurosa a todos los grupos de interés.

El proyecto, el primero de una serie de medidas que se tomarán frente a las pseudociencias, prevé la aprobación de un real decreto y la modificación de otros cuatro. Este plan está estructurado en cuatro líneas principales, cada una de las cuales tiene sus propios objetivos y actuaciones previstas.

Al hilo del Plan del Ministerio, el Consejo General de Colegios de Fisioterapeutas de España, tiene convocada para el 15 de diciembre una sesión monográfica en Madrid para abordar las pseudociencias, en la cual COFICAM estará presente.

El primer objetivo es generar y difundir información basada en el conocimiento y la evidencia científica de las pseudoterapias a través de la Red Española de Agencias de Evaluación de Tecnologías Sanitarias, es decir, someter a estas disciplinas al mismo examen que a las demás áreas científicas y hacer públicos los resultados, para así generar alianzas con las sociedades científicas, los colegios profesionales,

Prestaciones del SNS los está evaluando a partir de los criterios de la evidencia científica. En este sentido, sus resultados serán difundidos para que los ciudadanos cuenten con información rigurosa respecto a su eficacia y seguridad.

Cabe destacar que el cambio cultural y tecnológico ha favorecido el acceso de la ciudadanía a la información disponible en redes sociales, en internet u otras fuentes poco fiables, lo que puede dar lugar a un incremento de la automedicación. Para completar el plan, se contará con la opinión y las aportaciones que puedan hacer los distintos sectores implicados, así como con los colegios profesionales sanitarios, sociedades científicas o el movimiento asociativo.



las universidades, el movimiento asociativo y la sociedad civil.

La segunda finalidad del proyecto es evitar la publicidad engañosa de las pseudoterapias y así establecer por norma la necesidad de que las personas estén informadas sobre la falta de eficacia de estas disciplinas. En tercer lugar, se busca a través de la modificación de varios reales decretos, garantizar que todas las actividades sanitarias se realicen por profesionales que dispongan de la titulación oficialmente reconocida y eliminar las pseudoterapias de los centros sanitarios, evitando así el intrusismo. El último punto persigue reforzar los principios del conocimiento y de la evidencia científica en la formación de profesionales sanitarios y así dejar fuera del ámbito académico cualquier titulación que dé amparo a las pseudoterapias.

Todavía no hay un listado disponible de los tratamientos y terapias consideradas como pseudoterapias, pues se está elaborando un informe en el que la Red Española de Agencia de Evaluación de Tecnologías Sanitarias y

En definitiva, las pseudoterapias implican un riesgo real que influye directamente en la protección y la recuperación de la salud, ya que incide en la información objetiva que tanto profesionales como la ciudadanía reciben sobre

Los ciudadanos deben tener suficiente información para que tomen sus decisiones de forma adecuada y basada en la evidencia científica

las alternativas terapéuticas disponibles, su eficacia/efectividad y su seguridad. Si se utilizan estas terapias como sustitutivas o complementarias de las que sí han demostrado su efecto se estará poniendo en riesgo el derecho a la salud como derecho fundamental de la persona, por ello, se pretende que los ciudadanos tengan suficiente información para que tomen sus decisiones de forma adecuada y basada en la evidencia científica. 

COFICAM

Luchamos por la profesión
y por la promoción
de la Fisioterapia en todos sus
ámbitos de trabajo

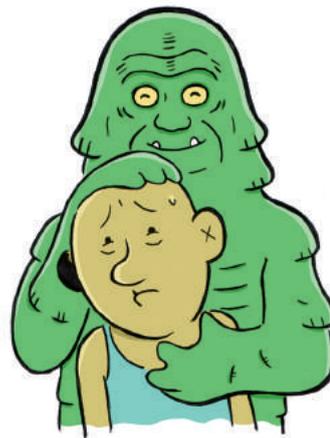


MASAJE TERAPÉUTICO

Aprovecha todos los beneficios de
un masaje terapéutico,
sólo puede ser realizado por un fisioterapeuta

NUEVAS TÉCNICAS

La fisioterapia avanza de forma vertiginosa,
surgiendo cada día nuevas técnicas: Pilates,
Vendaje Neuromuscular, Hidroterapia, RPG, Punción Seca, etc



Acuda siempre a un
profesional sanitario
debidamente cualificado.
Si tiene dudas consulte
al Colegio

INTRUSISMO



Desde el Colegio Profesional de Fisioterapeutas de Castilla-La Mancha queremos que conozcas mejor qué es el Colegio y las actividades que promovemos en favor de la Fisioterapia y de la salud de los ciudadanos. www.coficam.org

MCCONNELL, UNA OPORTUNIDAD PARA ESPECIALIZARSE EN LESIONES DE HOMBRO

En el curso “Formación McConnell Institute para los problemas de hombro” los fisioterapeutas aprendieron cómo la postura estática y dinámica de la extremidad superior puede influir en los signos y síntomas del paciente.



El conocido como Método McConnell, es un concepto que desarrolló la fisioterapeuta australiana Jenny McConnell y que se basa en la comprensión de la influencia de la postura en actividades dinámicas como un factor causal de los síntomas musculoesqueléticos y los efectos beneficiosos de la descarga de los tejidos blandos, generalmente con cinta adhesiva (tape), con el fin de disminuir de inmediato el dolor y optimizar los efectos del tratamiento y mejorar la respuesta muscular a través del trabajo con electromiografía (EMG).

En un principio, el método creado por esta fisioterapeuta miembro del Colegio Australiano de Fisioterapia y que ha sido galardonada con la medalla de honor como miembro de la Orden de Australia por el servicio a la fisioterapia como médico e investigadora, comenzó a aplicarse en pacientes con disfunciones femorapatelares, aunque posteriormente se ha aplicado también a cuadros clínicos como lumbalgia aguda y crónica, lesiones ligamentosas de rodilla, pacientes con fasciopatía plantar, problemas de hombro (manguito de los rotadores, hombro congelado, etc).

Precisamente la aplicación del método McConnell en las lesiones de hombro ha sido el epicentro del curso organizado por el Colegio Profesional de Fisioterapeutas de Castilla-La Mancha, que tuvo lugar el pasado 10 y 11 de noviembre en el hotel Eurostar de Toledo, bajo el título “Formación McConnell Institute para los problemas de hombro”. La formación, que fue impartida por el doctor David Saorín, profesor en varios másteres universitarios, miembro de la Asociación Española de Fisioterapeutas y Presidente de la

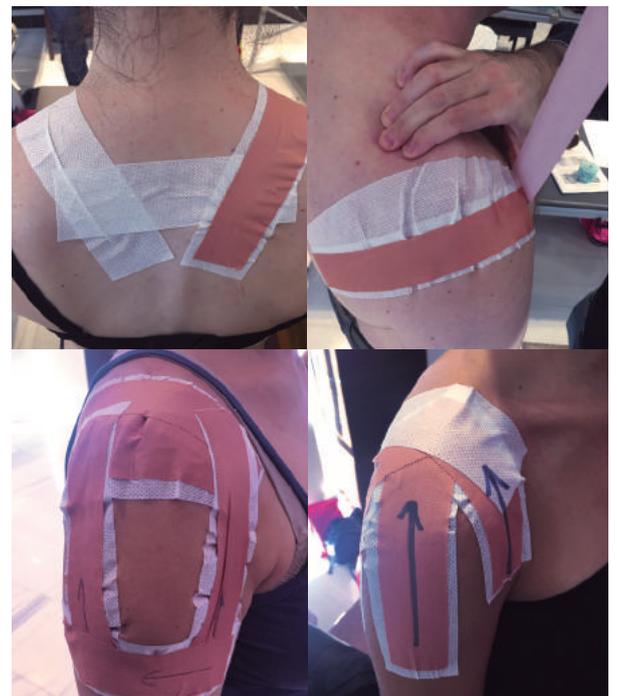
Asociación Española de Fisioterapeutas en Terapias Manuales, abordó el tratamiento de los problemas de esta articulación mediante fundamento científico.

Durante las jornadas formativas los fisioterapeutas pudieron adentrarse en las aplicaciones de esta técnica y aprendieron cómo la postura estática y dinámica de la extremidad superior puede influir en los signos y síntomas del paciente, además de la evaluación y tratamiento para abordar el síndrome subacromial, inestabilidad multidireccional, traslación anterior de la de la cabeza humeral y hombro congelado.

La técnica de vendaje adhesivo disminuye el dolor y optimiza los efectos del tratamiento

Uno de los puntos clave del curso es la puesta en práctica de los vendajes de Jenny McConnell para hombro y las técnicas de reentrenamiento del control motor; pero además la jornada formativa hizo hincapié en otros aspectos como la terapia manual estructural encaminada a una correcta posición del hombro para prevenir posibles alteraciones; incluyendo la revisión de la biomecánica del hombro, y el examen de la influencia de la rigidez torácica, la tensión muscular y el control motor en el movimiento del hombro y de la cintura escapular.

Con este aprendizaje los fisioterapeutas tienen una oportunidad para aumentar su espectro profesional y suman una técnica para solucionar las lesiones del hombro, una dolencia cada vez más frecuente debido a la práctica de deportes de gran exigencia física. Al contar con una formación adecuada en las técnicas de evaluación y tratamiento de este concepto desarrollado por la fisioterapeuta Jenny McConnell los profesionales de la fisioterapia se pueden especializar en esta disciplina. 📌



COLEGIADO DEL MES

ORLANDO MAYORAL: “El síndrome de dolor miofascial y la fisioterapia invasiva necesitan consenso sobre sus necesidades formativas a nivel nacional”



Diplomado en Fisioterapia por la Universidad de Valencia y Doctor en Ciencias de la Salud por la Universidad de Alcalá de Henares además de investigador docente

Las inquietudes profesionales unidas a algunas casualidades hicieron que Orlando Mayoral (Toledo, 1963) se especializase en el Síndrome de Dolor Miofascial (SDMF). Fue a través de varias referencias bibliográficas y “El manual de los puntos gatillo de Travell y Simons” cuando descubrió su pasión. Así fue cómo aprendió que la Fisioterapia podía ensanchar su campo de acción a la esfera de la otorrinolaringología, del aparato digestivo o de la urología y darle una nueva dimensión a la mayor parte de las patologías dolorosas del ser humano, tan centradas en la articulación hace unos años.

Mayoral cree que, en lo relativo al síndrome de dolor miofascial y la fisioterapia invasiva, es necesario un consenso sobre las necesidades formativas a nivel nacional. Dada la alarmante proliferación de complicaciones en el uso de las técnicas invasivas y del frecuente descrédito que sufren, sobre todo por errores diagnósticos y por su consiguiente aplicación incorrecta, cree que en algún momento será conveniente regular las necesidades de la formación, tanto en su duración como en su contenido.

Sería necesario que alguna entidad independiente se ocupase de evaluar los conocimientos y las aptitudes de los fisioterapeutas formados en estas técnicas, de cara a acreditar convenientemente la cualificación y las competencias necesarias para su aplicación y, teniendo en cuenta la juventud y la constante evolución de los conceptos en esta área del conocimiento, la regulación de la formación continuada y del reciclaje, para asegurar que el profesional formado se mantenga actualizado en los avances que se vayan produciendo y que afecten a la aplicación práctica de las técnicas, tanto diagnósticas como terapéuticas.

Orlando siempre ha compaginado su labor como fisioterapeuta con la docencia, ya que disfruta compartiendo sus conocimientos. En los últimos años, ha participado como ponente en múltiples congresos científicos en diferentes países.

DUDAS SOBRE EL ALTA EN EL REGISTRO DE PROFESIONALES SANITARIOS (REPS)

Os dejamos algunas aclaraciones a las preguntas y dudas más frecuentes que nos llegan en relación con la cumplimentación del material solicitado por el Ministerio de Sanidad para el Registro de Profesionales Sanitarios (REPS):

1. ¿Qué documentación debo presentar y cómo debo enviarla?

Como representante de su entidad, deberá rellenar y enviar el formulario de alta en el Registro Estatal de Profesionales Sanitarios (REPS) (descargable desde este código QR) al correo electrónico reps@mscbs.es.



*El documento deberá ser cumplimentado sobre el original descargado. No serán válidos los documentos manuscritos y posteriormente escaneados.

2. ¿Qué es el “código autonómico del centro”?

Es el código asignado por el servicio de autorización de centros de una comunidad autónoma al ser un centro, servicio o establecimiento sanitario, autorizado por la misma.

3. Trabajo por cuenta ajena en un centro sanitario. ¿Debo registrarme?

No. La obligación de informar sobre tu relación laboral con la empresa es del empleador, seas trabajador por cuenta propia (autónomo) o por cuenta ajena.

4. ¿Cuál es el plazo máximo para dar de alta un centro en este registro?

La fecha tope indicada desde el Ministerio de Sanidad es el 23 de septiembre.

5. ¿Cómo sé si he realizado correctamente el alta?

Finalizado el plazo de presentación, el Ministerio de Sanidad tramitará su autorización de acceso y le informará, vía mail, cuándo puede acceder al portal REPS.



6. No tengo certificado electrónico. ¿Cómo se obtiene?

Os dejamos una guía práctica para obtener tu certificado digital.

Para más información relativa a certificado electrónico, accede a la web de la Fábrica Nacional de Moneda y Timbre: www.cert.fnmt.es



1. ¿CON CUÁNTOS COLEGIADOS CUENTA EL COLEGIO EN CIUDAD REAL?

El colegio cuenta actualmente con 473 colegiados en Ciudad Real. De ellos, 152 trabajan en el sector público (Sescam) y 321 en el sector privado.

2. ¿CUÁLES SON LAS PRINCIPALES ACTIVIDADES QUE DESARROLLA?

El pasado 21 de septiembre se celebró el Día Mundial de la Fisioterapia, en la localidad de Valdepeñas. Bajo el lema "TIC'S: ponte al día y actualízate" en la que participaron varios profesionales de la salud, exponiendo sus ponencias. La jornada fue inaugurada por el Gerente del hospital de Valdepeñas y asistieron un buen número de fisioterapeutas de la localidad y comarca. La jornada fue fructuosa e interesante.

También se realizó una exposición fotográfica por una colegiada, Sagrario Pérez de la Cruz, un proyecto que llevó a cabo durante 2 años en Chuquisaca y Santa Cruz de la Sierra (Bolivia), de detección y atención primaria de alteraciones del neurodesarrollo y psicosociales en las que muestra la realidad de la discapacidad infantil de 0 a 5 años y el trabajo que realizan los fisioterapeutas. La exposición estuvo abierta al público en el Museo de Valdepeñas "Inés Ibáñez" del 14 al 21 de septiembre.

Además, el pasado 10 de noviembre se realizó una jornada formativa sobre la campaña de ergonomía e higiene postural en el escolar "Pelotón Salud: Los guardianes del Bienestar" en Alcázar de San Juan, para los colegiados interesados en participar



(en total 14). La campaña se realizará en 2 colegios de nuestra provincia (Puertollano y Alcázar de San Juan).

3. ¿CÓMO SE FORMAN LOS COLEGIADOS DE CIUDAD REAL?

Durante este año el colegio ha realizado varios cursos de formación en la provincia de Ciudad Real

- " Formación oficial McCONNEL. Problemas crónicos de Rodilla" en Alcázar de San Juan, los días 3 y 4 de marzo.
- "Seminario de Ejercicio Terapéutico" formación gratuita para los 30 colegiados que se inscribieron en Ciudad Real, el 7 de Abril.
- "Fibrólisis Diacutánea Neuromiofascial" en Ciudad Real, el 1 y 3 de junio.
- "Ecografía Musculoesquelética para Fisioterapeutas" en Alcázar de San Juan. Los días 2, 3 junio y 30 junio; y 1 julio.
- Durante el 2º trimestre del 2019 se organizará en Alcázar de San Juan la acción formativa gratuita " Terapias Biológicas en Patologías Musculoesqueléticas"





4. ¿QUÉ PAPEL JUEGA EL COLEGIO PARA LOS CIUDARRALEÑOS?

El Colegio quiere acercar la fisioterapia a la sociedad, con ello, se fomenta la formación para seguir realizando un trabajo con calidad a manos de profesionales cualificados y conseguir una confianza plena entre el paciente y fisioterapeuta.

La figura del fisioterapeuta forma parte de la prevención y actuación ante las muchas patologías que sufre la ciudadanía, es por ello, que cada vez hay más demanda y somos un colectivo muy solicitado, con muchos recursos para el abordaje, dando así gran seguridad al paciente.

5. ¿QUÉ RETOS TIENE EL COLEGIO A CORTO Y MEDIO PLAZO?

Seguir trabajando por hacer más visible nuestra profesión en todos los ámbitos de nuestra sociedad, ya que cada día la demanda aumenta y nuestra intervención es más necesaria y eficaz para la población.

Seguir en continua formación, acercando cursos a diferentes provincias de nuestra región.

El colegio también tiene el reto de que los colegiados estén abiertos a conocer el trabajo que se desempeña en este, como es, asistiendo a Asambleas (una de ellas se celebró el pasado 7 de Abril en Ciudad Real) e, incluso, que formen parte de las diferentes comisiones de trabajo que se han creado como son la de 'Intrusismo, formación, dependencia y discapacidad y pediatría'. En resumen, que el colegiado se interese y quiera aportar cualquier tipo de trabajo o ideas.

A la vez que seguirá promocionando, defendiendo y representado los intereses del colegiado mediante la asesoría jurídica, seguro de responsabilidad civil, gabinetes de prensa y bolsa de trabajo.

La vocal de Ciudad Real es Azucena Muñoz Gutierrez y para contactar con ella os podéis dirigir a: vocalcr2@coficam.org



2019

CURSO	DOCENTE	FECHA	DURACIÓN HORAS	LUGAR	PRECIO GENERAL	PRECIO COLEGIADOS COFICAM
APLICACIÓN DEL YOGA EN FISIOTERAPIA	Lidia Rodrigo	14-15-16 DIC (2018) Y 1-2-3 FEB	40	Cuenca	400 €	300 €
VALORACIÓN Y TRATAMIENTO DEL SISTEMA FASCIAL	Óscar Sánchez Martínez	17-18-19 y 20 ENE	40	Toledo	350 €	(17% de descuento) 290,5 €
FORMACIÓN OFICIAL MCCONNELL INSTITUTE RODILLA Y PIE	David Saorín Morote	23-24 FEB	16	Albacete	250 €+ kit incluido.	190 € + 2 Kits valorados en 30 €
LA FISIOTERAPIA EN LA ESCUELA	Sofía Rodríguez Uribes	1-3 MAR	20	Albacete	120 €	(25% de descuento) 90 €.
CURSO ONLINE EVALUACIÓN DE LOS NIÑOS DE 0 A 6 AÑOS	Kattalin Sarasola Gandariasbeitia	Formación online del 4 de MAR al 5 de MAY Sesión videoconferencia 18 de MAY de 10:30 a 12:30	30	Online	200 €	(25 % de descuento) 150 €
FISIOTERAPIA VESTIBULAR	Rodrigo Castillejos	2-3 MAR Y 13-14 ABR	30	Guadalajara	420 €	(17'5% de descuento) 350 €
ESCUELA DE LA ESPALDA: PILATES TERAPÉUTICO, HIPOPRESIVOS Y ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	Pablo Hernández Lucas	8-9-10 Y 22-23-24 MAR	40	Cuenca	440 €	(25 % de descuento) 330 €
CURSO DE ECOGRAFÍA MUSCULOESQUELÉTICA PARA FISIOTERAPEUTAS	Jesús Miguel Segura León y Fernando de Castro Vazquez	9-10 MAR Y 6-7 ABR	30	Albacete	400 €	(30% de descuento) 280 €
EVALUACIÓN Y ABORDAJE TERAPÉUTICO DE LA EXTREMIDAD SUPERIOR AFECTADA EN PEDIATRÍA	Rocío Palomo Carrión	Formación online del 6 de MAY al 30 de JUN Sesión PRESENCIAL 5 de OCT	30	Presencial Albacete	350 €	(28% de descuento) 252 €
POSTGRADO MÉTODO MCKENZIE- MDT PARTE A. LA COLUMNA LUMBAR	Docentes del Instituto McKenzie	6,7,8 y 9 de JUN	28	Guadalajara		625 €
POSTGRADO MÉTODO MCKENZIE- MDT PARTE B. LA COLUMNA CERVICAL Y TORÁCICA	Docentes del Instituto McKenzie	14,15,16 y 17 de NOV	28	Guadalajara		625 €
FISIOTERAPIA MIOFUNCIONAL Y REEDUCACIÓN OROFACIAL EN EL PACIENTE NEUROLÓGICO PEDIÁTRICO	Francisco Javier Fernández Rego	7-9 JUNIO	25	Albacete	300 €	(35% de descuento) 195 €
FORMACIÓN OFICIAL MCCONNELL INSTITUTE COLUMNA LUMBAR	David Saorín Morote	5-6 OCTUBRE	16	Ciudad Real	250 €+ kit incluido.	190 € + 2 Kits valorados en 30 €
GIMNASIA ABDOMINAL HIPOPRESIVA NIVEL 1+2	Frank Rober	6-7-8-9 y 10 NOV	44	Talavera de la Reina [Toledo]		520 € Nivel 1 520 € Nivel 2 980 € Nivel 1+2
ESCUELA DE LA ESPALDA: PILATES TERAPÉUTICO, HIPOPRESIVOS Y ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	Pablo Hernández Lucas	8-9-10 Y 22-23-24 NOV	40	Albacete	440 €	(25% de descuento) 330 €
INTRODUCCIÓN A LA PRÁCTICA PSICOMOTRIZ PARA PROFESIONALES DE ATENCIÓN TEMPRANA	Ascensión Martín Díez y Carles Albert Montserrat González	Formación online del 18 de NOV al 30 de ENE Formación presencial 31 de ENE, 1 y 2 FEB 2020	40	Albacete	420 €	(16'5% de descuento) 350'70 €
CURSO DE REEDUCACIÓN POSTURAL GLOBAL (RPG)	Pilar Velasco	13-14-15 DIC	20	Toledo	300 €	(16'5% de descuento) 250'50 €

Ponemos el foco en lo importante

COFICAM ofrece numerosos beneficios a sus colegiados/as: Seguros, asesoramiento, bolsa de empleo, formación, notificaciones, jornadas, talleres, revistas...



coficam

COLEGIO PROFESIONAL DE
FISIOTERAPEUTAS DE
CASTILLA-LA MANCHA

El Colegio Profesional de Fisioterapeutas de Castilla-La Mancha es una Corporación de Derecho Público, con personalidad jurídica propia y con plena capacidad para el cumplimiento de sus fines y el ejercicio de sus funciones, cuyos fines son el de ordenación del ejercicio y representación exclusiva, defensa de los derechos e intereses profesionales, formación profesional, control del código deontológico y aplicación del régimen disciplinario en garantía de la sociedad, promoción de la Fisioterapia en todos aquellos foros científicos, culturales, sociales y de cualquier otra naturaleza que así nos lo demandaran, colaborar con las Administraciones Públicas en la difusión, funcionamiento y mejora de cualquiera de los aspectos relacionados con la profesión.

Estas son las principales ventajas de ser colegiado/a:

1. **Seguro de Responsabilidad Civil** que cubre el ejercicio de la profesión de fisioterapeuta, según legislación vigente y terapias alternativas recogidas y admitidas por el Consejo General de Colegios Oficiales de Fisioterapeutas de España. (Hasta 1.500.000€ por siniestro, con límite máximo al año por conjunto de siniestros de todos los colegiados de 7.500.000 €).
2. **Asesoramiento laboral y jurídico.**
4. **Asesoramiento para tramitar** la apertura de tu centro de fisioterapia.
5. **Formación continuada.** El Colegio dispone de una variada oferta formativa con importantes descuentos para colegiados/as en COFICAM, la mayoría de nuestros cursos son puntuables para la bolsa del SESCAM. El Colegio también organiza acciones formativas totalmente gratuitas para nuestros colegiados/as.
6. **Organización de Jornadas/Congresos** de carácter científico.
7. **Bolsa de empleo,** con numerosas ofertas de trabajo exclusivas para nuestros colegiados.
8. **Convocatoria de Premios** de Investigación y concurso de fotografía.
9. **Revista bimensual "Fisionoticias" y cuatrimestral "Cuestiones de Fisioterapia".**
11. **Canales Oficiales de COFICAM** en Redes Sociales (Twitter, Facebook, Google+, LinkedIn y Youtube), con la publicación de cursos, jornadas, noticias de interés, etc).
12. **Elaboración y envío de notas a los medios** de comunicación relacionadas con asuntos de interés para la profesión.
13. **Envío de notificaciones** y avisos mediante mensajes a móviles (SMS).
14. **Acceso gratuito de forma telemática** tanto a la revista "Fisioterapia", como al periódico "El Fisioterapeuta".
15. **Convenios de colaboración,** con descuentos especiales acordados con diferentes empresas y casas comerciales.

La colegiación es obligatoria para el ejercicio de la profesión, y así lo recoge la Ley Estatal de Colegios Profesionales (Art. 3.2 Ley 2/1974) y la Ley Creación de Colegios Profesionales de Castilla-La Mancha (Art. 6.3 Ley 10/1999).

¡Bienvenido al Colegio Profesional de Fisioterapeutas de Castilla-La Mancha!