

# fiEXT

Fisioterapia en Extremadura



Colegio Profesional de  
FISIOTERAPEUTAS  
de EXTREMADURA

Nº 1 octubre 2013  
[www.cofext.org](http://www.cofext.org)

*Oposiciones  
Servicio Extremeño  
de Salud*

# Sumario



Página 03

## Editorial

### Fisioterapia: Ciencia y Arte, dos pilares para avanzar

D. Agustín Luceño Mardones.  
Vocal Ilustre Colegio Profesional de Fisioterapeutas de Extremadura  
Fisioterapeuta colegiado nº 10



Páginas 04-05

## De actualidad en la vida colegial

### Entrevista a Fernando Gómez Folgado. Fisioterapeuta colegiado nº 485



Página 09

## Información nacional

### Anteproyecto de Ley de Colegios y Servicios Profesionales



Páginas 10-11

## Apuntes: el rincón del investigador

### Revisión de la eficacia de las tendencias terapéuticas actuales en el abordaje del codo de tenista

Fisioterapeuta colegiado nº 628



Páginas 12-13

## Agenda



Página 14

## Servicios colegiales

# Bienvenida...

La Junta de Gobierno de nuestro Colegio, tras la gran acogida que tuvo el primer número de nuestra revista, quiere daros las gracias por las muestras de apoyo recibidas a esta iniciativa, que con tanta ilusión hemos puesto en marcha y que pretendemos que sea un nexo de unión entre el colegio y todos nuestros compañeros. En este número, ya contamos con alguna colaboración de colegas que han mostrado su interés en colaborar, buscando entre todos un lugar en el que podamos expresarnos y hacer eco de nuestros conocimientos e inquietudes al colectivo. Esperando vuestra respuesta, recibid un cordial saludo. □

#### EDITA:

Ilustre Colegio Profesional de Fisioterapeutas de Extremadura.

#### DIRECCIÓN:

Juan José Jiménez Merino.

#### CONSEJO DE REDACCIÓN:

Junta Permanente COFEXT-COORDINACIÓN,

#### DISEÑO e IMPRESIÓN:

Efezeta. Artes Gráficas, Badajoz.

#### DEPÓSITO LEGAL:

BA-345-2013

El Consejo de Redacción de esta revista y el propio Colegio, no se hacen responsables ni asumen obligatoriamente las opiniones vertidas por los colaboradores. Éstos responden al ejercicio del derecho de libertad de expresión de los mismos y, al espíritu democrático y de transparencia de esta institución colegial. El colegio, para llevar a cabo el derecho de réplica de los posibles aludidos (colegios) en algún artículo, destinará un espacio en otro número de la revista.

## ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE VENDAJE NEUROMUSCULAR

R.N.A. Nº 1/1/592442

Formación de calidad en Vendaje Neuromuscular desde el año 2008, exclusivamente para fisioterapeutas, ahora también en Extremadura.

- Curso Básico.
- Curso Avanzado.
- Curso para aplicaciones Linfáticas.
- Curso Pediátrico.
- Curso Neurológico.



## Editorial

### FISIOTERAPIA: CIENCIA Y ARTE, DOS PILARES PARA AVANZAR

**D. Agustín Luceño Mardones**

*Vocal del Ilustre Colegio Profesional de Fisioterapeutas de Extremadura.  
Fisioterapeuta colegiado nº 10*



**A**gradezco la invitación del COFEXT para escribir el editorial de esta nueva revista, que espero sea portal para todos los colegiados, un foro más de encuentro y expresión. A continuación haré unas reflexiones personales, por lo tanto no representan necesariamente la opinión del Colegio.

El discurso imperante valora sobre todo los aspectos científicos de la Fisioterapia, incluso en la práctica. En las últimas décadas el paradigma científico dominante promueve una "práctica clínica basada en la evidencia". Llevado al extremo, bastantes "cientólatras" opinan que los únicos tratamientos válidos son los que están basados en una revisión Cochrane o PEDro. Está bien que los tratamientos actuales no se basen exclusivamente en "lo que siempre he hecho" o "lo que me enseñaron mis profesores"... Pero conviene recordar que la toma de decisiones "basada en la evidencia científica" no sólo se refiere a que los métodos planteados tengan respaldo en ensayos clínicos de calidad, que es el primer paso ante una duda, sino que también hay que analizar individualmente la aplicabilidad del conocimiento científico a cada caso particular y adaptar el tratamiento a cada persona, que es uno de los últimos pasos en los manuales de "Medicina basada en la evidencia".

La Fisioterapia en España sufrió un ataque desproporcionado el año pasado, cuando salieron en todos los telediarios unos expertos denunciando el despilfarro sanitario que supone que el 60 % de los pacientes son tratados con protocolos de rehabilitación sin base científica suficiente. Los cálculos de costes se basaban en un estudio mal diseñado, el tratamiento del hombro doloroso en Canarias, ¡con un protocolo de electroterapia rígido, aplicado a los tres meses de ser diagnosticado el paciente! Vistos los malos resultados del estudio (previsi-

bles), pretendían que la Sanidad Pública sustituyese esos procedimientos habituales por otros que alguien había hecho el esfuerzo de comprobar su eficacia. El periódico de la A.E.F. ("El Fisioterapeuta") recogió la respuesta de varios fisioterapeutas doctores y expertos profesores, que respondieron denunciando la mala calidad del estudio esgrimido y haciendo referencia a otros estudios que avalan la electroterapia; del mismo modo que lo hizo el Consejo General de Colegios de Fisioterapeutas de España. Pero a muchos ciudadanos les quedó la duda, sobre la eficacia de la electroterapia principalmente. Por ello, debido a que gran parte de los gestores de salud, de los profesionales y de la sociedad sólo dan por válidos aquellos tratamientos respaldados por investigaciones, tendencia que va a más, se hacen necesarios estudios científicos que comprueben la eficacia o no de nuestros tratamientos. Además servirán para despejar muchas dudas legítimas que todos tenemos. Esto se verá favorecido por la multiplicidad de estudios de fin de grado, de máster y de doctorado que estamos realizando.

Pero no todo es ciencia en Fisioterapia o en Medicina. Por ejemplo, si buscamos en Google "fisioterapia & arte" salen 5.920.000 entradas, si "fisioterapia & ciencia" 1.220.000; o sea, en las páginas web nuestra profesión está más relacionada nominalmente con el arte que con la ciencia, en una proporción casi de cinco a uno, similar a la que obtenemos introduciendo dichos términos en inglés. Pienso que ciencia y arte son los dos pilares para avanzar, imaginariamente como dos piernas, ya que mal se va "a la pata coja"...

Un fisioterapeuta del hospital me dijo, cuando era estudiante: "Si no te llevas bien con el paciente, estás perdido". Yo pensaba que el ultrasonido era el mismo,

pero después entendí que no le haría el mismo efecto, que no seguiría nuestras recomendaciones o sobrevaloraría cualquier molestia si no confía en nosotros, en "su fisioterapeuta" (el que le acompaña en el proceso difícil que está viviendo, sintiendo que estamos a su lado y buscamos su bien por encima de todo). Arte es saber escucharle, tanto cuando está animado como desanimado; colocarle bien las almohadas (¡cuántos tratamientos parecen perjudicar, cuando lo que le hizo daño fue colocarle en prono con el cuello girado y tenso!), hacer la fuerza necesaria y no más, vigilar sus signos de dolor, presionarle respetándole. Es descubrir juntos que le duele la espalda cada vez que tiene un disgusto o preocupación.

Los aspectos psicossomáticos de toda enfermedad y su evolución son dados por supuesto en América (lo compruebo cuando doy clases en Argentina o Brasil), pero en Europa percibo que algunos profesionales no los tienen en cuenta o los desprecian. Sin embargo, la O.M.S. valida un amplio abanico de terapias, tanto tradicionales como modernas, que son eficaces y tienen mucho de arte.

También podemos plantear la intuición terapéutica, que todos hemos experimentado, tanto en el diagnóstico como en el tratamiento: por ejemplo, hay tratados rigurosos de Terapia Manual que recomiendan no manipular con impulso en los casos en los que se intuya inconveniente, aunque no haya motivos racionales para ello.

Por último, consideremos que ya en el diccionario de la RAE arte y ciencia van de la mano, refiriéndose ambos términos a la habilidad para hacer algo (en las acepciones primera y tercera respectivamente). Espero que siga así durante el siglo XXI. □

## De actualidad en la vida colegial

**Entrevista a Fernando Gómez Folgado.**

*Fisioterapeuta colegiado nº 485*

Nos encontramos con Fernando Gómez Folgado, conocido por muchos como "Nano". Nos cita haciéndonos un hueco en su apretada agenda para realizar la entrevista para FIEXT en su centro de fisioterapia situado en Badajoz.

**P.** Buenos días Fernando, tras haber trabajado en tus inicios en diversos centros de fisioterapia y en diferentes especialidades, finalmente te decantaste por abrir tu propio centro, ¿cómo surgió la idea?

**R.** Cuando terminé la carrera yo tenía claro que primero debía formarme, trabajar y aprender de otros profesionales para adquirir los conocimientos y experiencia necesaria para dar el salto y abrir mi propio centro.

**P.** Esta salida profesional, está siendo llevada a cabo por muchos profesionales en los últimos años. ¿cómo valoras el notable incremento de centros de fisioterapia que están apareciendo en la región?

**R.** Éste aumento me parece muy positivo tanto para el crecimiento de nuestra profesión como para la educación en fisioterapia en la población extremeña. Es muy interesante ver que cada vez se abren más centros de fisioterapia en los que se hacen tratamientos integrales al paciente dedicándole el tiempo necesario.

**P.** ¿Qué perfil de paciente es el que asiste a tu centro? ¿Cuántos fisioterapeutas trabajáis en él?

**R.** Lo más común es el paciente con dolor músculo esquelético a nivel cervical o lumbar de una edad comprendida entre los 25 y 50 años, aunque por mi formación y dedicación al deporte desde pequeño, trato muchas lesiones deportivas de edades muy diversas. Actualmente trabajamos dos fisioterapeutas en el centro y nuestra idea es seguir creciendo, eso sí, nunca sin perder nuestra filosofía de trabajo.

**P.** Hablemos de la formación de los fisioterapeutas en la región. Tú te graduaste como fisioterapeuta en la Universidad de Extremadura, realizando posteriormente una formación de postgrado amplia y extensa ¿Cómo valoras la formación reci-

bida y el nivel profesional del fisioterapeuta extremeño que ejerce en nuestra región? ¿Consideras óptimas las nuevas medidas adoptadas tras la implantación del nuevo Grado en Fisioterapia en el Espacio Europeo de Educación Superior?

**R.** La formación universitaria del fisioterapeuta en Extremadura creo que es buena, aunque mejorable en algunos aspectos. La universidad cuenta con fisioterapeutas con una formación y experiencia muy extensa. Ahora parece que se están haciendo las cosas mejor, han introducido con la implantación del Grado, nuevos cambios con los que a mi parecer el fisioterapeuta sale mucho más formado. Te pongo un ejemplo, la asignatura de física, cuando yo estudié la carrera, era simplemente una asignatura donde se veían conceptos de física que ya vimos en Bachillerato, con poca aplicación a la fisioterapia. Ahora, sin embargo esa asignatura ha dado un cambio muy bueno, en la parte de biomecánica se ven conceptos de biomecánica humana, algo básico y fundamental para cualquier fisioterapeuta. Otro de los puntos clave que necesita cambiar la carrera de fisioterapia y que parece que con la instauración de grado se puede conseguir, es que necesitamos muchas más horas de prácticas clínicas.

**P.** Con motivo de los nuevos escenarios que comienza a ocupar la fisioterapia, como son las tan necesarias especialidades en fisioterapia, ley del medicamento, la futura ley de servicios profesionales, la participación en órganos de decisión política, ¿cómo consideras el momento que vive la profesión?

**R.** Creo que estamos viviendo un buen momento. Todas las medidas que sean buenas para nosotros y nuestro trabajo son una buena noticia. Estamos viendo como la figura del fisioterapeuta cada vez es más importante y empieza a ocupar un lugar que merece. Cada vez son más los fisioterapeutas que se animan a hacer estudios de investigación, y las nuevas líneas de fisioterapia van por ahí, en darle evidencia científica a nuestros tratamientos.

**P.** A pesar del largo camino que aún queda por recorrer, parte de los logros alcanzados se deben a nuestros órganos



Fernando Gómez Folgado

de representación, ¿cómo valoras la labor que realiza nuestro Colegio Profesional?

**R.** Con la entrada en los últimos años de nuevos fisioterapeutas en el Colegio parece que se está logrando el impulso que se necesitaba. Aún nos queda mucho por lograr, pero creo que si todos colaboramos y trabajamos en la misma dirección podemos conseguir cosas importantes.

**P.** ¿Qué consideras que nos falta como colectivo para alcanzar el lugar que merecemos y huir de términos que nos catalogan como profesionales que no somos?

**R.** Somos muchos los fisioterapeutas que trabajamos en Extremadura, y quizá necesitamos más unión para luchar por nuestra profesión. Aunque cada vez estamos más considerados en el Sistema Sanitario, necesitamos más apoyo por parte de otros compañeros de profesión como médicos y enfermeros. Muchas veces un médico no aconseja a su paciente ir al fisioterapeuta porque desconoce cómo trabajamos y de que forma. Para ser importantes dentro del sistema sanitario, deberíamos ser la primera opción para el tratamiento de cualquier lesión musculoesquelética, y eso se consigue enseñando al paciente y al resto de profesionales de la salud, lo que es un fisioterapeuta.

**P.** Para terminar, querría preguntarte si en la actualidad alguien cercano a ti te comentase que quiere estudiar fisioterapia, ¿qué respuesta le darías?

**R.** Yo sin dudarle le diría que sí, que es una profesión muy bonita. Produce gran satisfacción ayudar a las personas que te necesitan y tomar tú en el día a día las

*decisiones que conducen a su rehabilitación física. Si esa es su vocación adelante, que estudie fisioterapia.*

Muchas Gracias Fernando por tu tiempo y por el buen trabajo que desempeñas en tu centro. □



## Convocatoria 20 de junio de 2011 Concurso-oposición Profesionales Sanitarios-Especialidad Fisioterapia

**E**n el DOE nº 117 de 20 de junio de 2011 se publica la convocatoria de proceso selectivo para cubrir 21 plazas, por el sistema de concurso-oposición, de Diplomados Sanitarios, en la cate-

goría de Fisioterapeuta, en las Instituciones Sanitarias del SES (15 plazas turno libre, 3 plazas promoción interna y 3 plazas turno discapacidad).

Viendo el desarrollo de las oposiciones

en otras categorías profesionales para el servicio extremeño de salud, se baraja la posibilidad de que las plazas a categoría profesional de fisioterapeutas saldrán para el mes de Febrero-Marzo. □

Diatermia Regenerativa Celular

Hipertermia Profunda

Formación continua y gratuita

Financiación a tú medida

El equipo más rentable y versátil de tu centro

### LavaTRON 250

[www.lavatron.es](http://www.lavatron.es)

El complemento indispensable en el trabajo diario del fisioterapeuta

Imprescindible en tu Centro



El más seguro y fiable.....

Pide una demostración sin compromiso

## TECARTERAPIA



OFERTA ESPECIAL

EMS Digital

EV-807

Portátil

2 canales



29€ IVA IVA



CI Laguna del Marquesado, 12 Nave 12 • 28021 Madrid • Telf. 913785604

[info@lavatron.es](mailto:info@lavatron.es) • [www.lavatron.es](http://www.lavatron.es)

[info@indesasl.es](mailto:info@indesasl.es) • [www.indesasl.es](http://www.indesasl.es)



## Queda sin efecto Resolución, 7 de Junio de 2013, de la Gerencia del Área de Salud de Badajoz, Llerena-Zafra



Gerencia de las Áreas de Salud de Badajoz y Llerena-Zafra

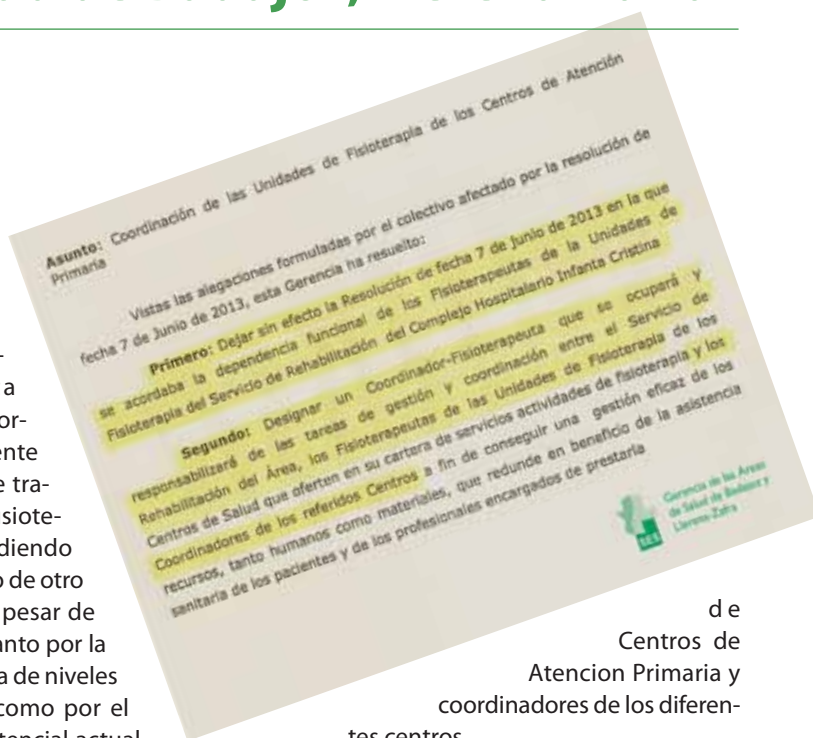
La resolución del Gerente del Área de Salud de Badajoz, Llerena-Zafra que atentaba contra los intereses de los fisioterapeutas que ejercen su labor profesional en dicha área de salud ha quedado sin efecto.

Tras varias semanas de intensa negociación, hemos conseguido algo que en un primer momento parecía inevitable. Dicha resolución, acordaba establecer "dependencia funcional" de los fisioterapeutas de Atención primaria del Área del Servicio de Rehabilitación del Complejo Universitario Perpetuo Socorro de Badajoz. Esta decisión unilateral fue justificada en base a la mejora de la calidad asistencial y coordinar el trabajo que se desarrolla en Unidades de Fisioterapia en los centros de Stención primaria, enmarcándolo en servicios integrales de Rehabilitación dentro del área de salud.

El Ilustre Colegio Profesional de Fisioterapeutas de Extremadura, tras tener conocimiento de dicha resolución como colectivo afectado, formuló distintas alegaciones, considerando un despropósito dicha resolución, viéndose el colectivo claramente afectado por ello, retroce-

diendo 20 años tanto en las competencias propias del fisioterapeuta como en el abordaje del paciente susceptible de tratamiento de fisioterapia, dependiendo en este intento de otro profesional, a pesar de la ilegalidad tanto por la independencia de niveles asistenciales como por el marco competencial actual establecido para el profesional fisioterapeuta.

Vistas las alegaciones formuladas y recibidas tanto en la Gerencia como en la Consejería, la resolución de 5 de Julio de 2013, queda sin efecto la anterior, acordando el nombrar un coordinador/a fisioterapeuta, ocupándose éste de tareas relacionadas con la coordinación entre el Servicio de Rehabilitación del Área, fisioterapeutas de Unidades de Fisioterapia



de Centros de Atención Primaria y coordinadores de los diferentes centros.

Consideramos este hecho como una oportunidad inmejorable de dar un paso al frente y demostrar que estamos totalmente capacitados para llevar a cabo estas funciones, hasta ahora reservadas en la mayoría de casos para otros profesionales. Nos necesitamos unos a otros, por lo que desde el Ilustre Colegio Profesional de Fisioterapeutas de Extremadura os animamos a que luchemos todos juntos a favor de la fisioterapia. □

## Asamblea General 15-Junio -2013



Colegio Profesional D. Juan Cercas López una placa por su trayectoria profesional, lucha en pro de la profesión y por su colaboración con el Colegio.

Previo a la Asamblea, se celebró una charla teórico-práctica sobre "Estimulación de Puntos Mecanosensibles (Adaptación del Método Moneyron)", impartida por D. Agustín Luceño Mardones, miembro de la Junta de Gobierno del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de Extremadura.

A finalizar la Asamblea, tuvo lugar una comida aperitivo de convivencia para todos los colegiados, en la que se sortearon varios regalos gentileza del Colegio y en la que pudimos disfrutar de la presencia de todos los asistentes. □

El pasado día 15 de Junio, el Colegio Profesional de Fisioterapeutas de Extremadura celebró en el Hotel NH Palacio de Oquendo de la ciudad de Cáceres, Asamblea General Ordinaria con la asistencia de 36 fisioterapeutas colegiados y en la

cual se aprobaron por unanimidad todos los puntos del orden del día. En la misma, la Junta de Gobierno de este Colegio, haciéndose extensiva a todos los colegiados, entregó a nuestro querido compañero y unos de los miembros fundadores de este



## Participación en el acto de Graduación de la I Promoción de Grado en Fisioterapia de la Universidad de Extremadura

El día 21 de Abril de 2013, tuvo lugar en el salón de actos del Complejo Hospitalario Universitario Infanta Cristina de Badajoz el acto de Graduación de la I Promoción de Grado en Fisioterapia de la Universidad de Extremadura. El acto contó en la mesa presidencial con la presencia del Sr Presidente del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de Extremadura, D. Juan José Jiménez Merino, de la Vicedecana de la Facultad de Medicina Dña Silvia Torres Piles y de D.

Guillermo Téllez de Peralta, Catedrático de la titulación, teniendo una intervención de despedida muy emotiva motivada por su próxima jubilación.

El acto fue apadrinado por los profesores de la titulación Dña M<sup>a</sup>Dolores Apolo Arenas (madrina) y D.Luis Espejo Antúnez (padrino).

Tras la celebración de este acto tan emotivo tanto para los alumnos, padres, madres y demás familiares así como para las personalidades que se dieron cita en



él, se llevó ofreció un aperitivo para los asistentes donde todos pudieron charlar en un ambiente distendido. □

## Presencia del Colegio en el Día Mundial de la Fibromialgia y Campeonato "Fase de Ascenso a 2ª división Nacional" de voleibol femenino.



Como ocurre cada vez que nos lo solicitan, nuestro Ilustre Colegio Profesional estuvo presente en los actos organizados por la Asociación de Fibromialgia de Badajoz (AFIBA) el viernes día 10 de Mayo en la Plaza San Atón de la ciudad de Badajoz y en el pabellón de "las Palmeras" de la misma ciudad donde se celebró la fase de ascenso a 2ª división nacional de voleibol femenino organizado por el Club Voleibol Pacense.

En este día tan señalado para los pacientes aquejados de esta enfermedad,

tuvieron presencia numerosas personalidades como el alcalde de Badajoz, D.Francisco Javier Frago Martínez, el presidente del Gobierno de Extremadura, D.Jose Antonio Monago Terraza, el Sr. Consejero de Salud y Política Social del Gobierno de Extremadura, D. Luis Alfonso Hernández Carrón así como otras procedentes de instituciones ligadas a la enfermedad, como Dña Cristina Herrera, del Servicio Extremeño de Promoción de la Autonomía y Atención a la Dependencia (SEPAD) o el presidente de COCEMFE Badajoz, D. Jesús Gumiel Barragán.

Dentro de las actividades programadas, se contó con la colaboración de un fisioterapeuta colegiado, ubicado en una carpa provista para tal efecto en donde se dio información referente al papel del fisioterapeuta en el abordaje de la enfermedad. Se realizaron Masajes clínicos fisioterapéuticos para diagnosticados de Fibromialgia así como un Taller Grupal de Ejercicio Terapéutico para Fibromiálgicos,

con gran aceptación entre los participantes de todas las asociaciones de la región allí presentes.

Respecto a la fase de ascenso de voleibol, el colegio organizó los servicios fisioterápicos de dicho evento deportivo, que contó con la presencia de equipos absolutos provenientes de Madrid, Cuenca, Guadalajara y otras ciudades. Las jugadoras de todos los equipos recibieron la atención de los colegiados con los que contamos para dicho evento, felicitando al colectivo por el trabajo desarrollado. □



# Información Nacional

## Anteproyecto de Ley de Colegios y Servicios Profesionales

El último consejo de ministros antes de las vacaciones de verano aprobó el **anteproyecto de ley de Colegios y Servicios profesionales**, publicándolo un plazo que se extendió hasta el día 16 de septiembre de 2013 para las alegaciones pertinentes por los colectivos implicados.

Esta ley de servicios y colegios profesionales, en la que nuestro colectivo profesional ha participado de manera activa, forma parte de las reformas estructurales recogidas en la actual estrategia española de Política Económica, lanzada en septiembre de 2012 y actualizada en abril de 2013. Siendo evidente la estrecha relación que existe entre los colegios profesionales y el ejercicio profesional (porcentaje muy elevado del sector servicios en nuestro

país), razón por la cuál fue considerado conveniente la regulación conjunta en una misma norma de ambas materias, el objetivo del citado anteproyecto es flexibilizar los trámites administrativos, ayudar a contener los costes empresariales, mejorar la calidad de los factores productivos y facilitar la asignación de recursos hacia los sectores más competitivos

El nuevo texto refuerza de este modo la existencia de los Colegios profesionales como corporaciones de derecho público, asumiendo funciones públicas (a diferencia de las Asociaciones), sujetas al principio de transparencia y estableciéndose la regulación de determinados servicios a realizar por el Colegio, sometido éste a supervisión específica. Destacan los capí-

tulos I (de obligaciones de los colegios de pertenencia obligatoria como el nuestro), el capítulo II (del régimen de funciones y servicios de los Colegios profesionales) y el capítulo IV (recoge el régimen contable y económico del Colegio) del Título II que establece el nuevo marco jurídico de las organizaciones colegiales.

Por último, este anteproyecto de ley, profundiza en determinados aspectos destinados al fomento de mecanismos que resuelvan conflictos, como el registro nacional de titulados universitarios oficiales o el registro nacional de especialistas en ciencias de la salud, pudiendo ser otro cimiento construido sobre el que levantar la lacra del intrusismo profesional que tanto nos afecta. □

## NUEVOS COLEGIADOS

**El Colegio Profesional de Fisioterapeutas de Extremadura desea dar la bienvenida a los/as colegiados/as del tercer trimestre del año 2013.**

**¡Bienvenidos!**

### CÁCERES

#### Nº colegiado Nombre y Apellidos

791	Laura Paniagua Muñoz
793	Ana Solís Barrera
794	Ana Gema López Cañizares
795	David Amado Merchán
796	Francisco Fuentes López
797	Mónica Castro Blázquez
804	Javier Bravo Rueda
806	Ana Morcuende Sánchez
812	Emerita García Astudillo

### BADAJOS

#### Nº colegiado Nombre y Apellidos

792	Ismael Durán Mirón
798	Sara Becerra Espinosa

799	María Barbancho Balsera
800	Mª José Monago Molina
801	Alejandro Caña Pino
802	Raquel Araujo González
803	Elisa María Sayago Morales
805	Alejandro Ferrera Suárez
807	María García Durán
808	Fernando Luis Corrales Guisado
809	Venus Bonilla Crespo
810	Silvia Iglesias Ruves
811	Bartolomé Leal Barquero
813	Miguel Ángel Guardado Sánchez
814	Miguel Ángel Lianes Vera
815	Elisa Regalado Martín
816	María Regalado Martín
817	Javier Sánchez Albano
818	Laura Fernández Canelo
819	José Manuel Montaña Sayago



# Apuntes: El rincón del Investigador

En este segundo número, os presentamos información sobre estudios recientes relacionados con los campos de la fisioterapia en ....



**Francisco José Perera Gutiérrez**  
Fisioterapeuta colegiado nº 628

## Revisión de la eficacia de las tendencias terapéuticas actuales en el abordaje del codo de tenista

**H**oy en día existen variedad de tratamientos para la patología del "codo del tenista" y, según las referencias revisadas con alto nivel de evidencia científica, nos indican que los tratamientos actuales de fisioterapia tienen eficacia muy limitada a corto plazo e incluso con pocas diferencias con la política de "esperar y ver que pasa", a largo plazo si resultan más eficaces comparados con el tratamiento de infiltraciones con corticoesteroides. Existe una problemática en deportistas que nos exigen recuperaciones "express"; pues en numerosas ocasiones hasta pasados 6 meses de tratamiento no se obtienen resultados objetivables.

En la actualidad empiezan a emerger nuevas técnicas de tratamiento, como son las inyecciones de factores de crecimiento derivado de plaquetas (muy en boga en nuestro país por los resultados obtenidos hasta este momento en deportistas de alto nivel), el trabajo muscular excéntrico (de resultados demostrados) o la electrólisis intratisular.

El "codo del tenista" se considera una lesión por sobrecarga, su mecanismo de producción se debe por movimientos de carácter repetitivo, que van originando microtraumatismos en la inserción de los músculos extensores del antebrazo.

Los cambios histopatológicos, como degradación de las fibras de colágeno, aumento de la sustancia mixoide, neurovascularización por respuesta anómala de angiogénesis y engrosamiento del tendón con características propias de una tendinosis, se producen con bastante frecuencia en el tendón del extensor corto radial del carpo. Según estadísticas, la incidencia anual de esta patología es de (4-7/1000 pacientes), con un pico más elevado en un rango de edad de 35-54 años.

Se estima que la duración media de un episodio típico es de seis meses a dos años, pero la mayoría de los pacientes (89%) se recuperan en el plazo de un año, pasando por un periodo de latencia sintomática

hasta que nuevamente, y en algunos casos, puede volver a aparecer el cuadro clínico.

Existen diversas intervenciones terapéuticas de carácter conservador y, conocidas por todos, para el tratamiento de esta patología, sin embargo, las pruebas disponibles hasta la actualidad que demuestren la eficacia de estos tratamientos es limitada (Buchbinder et al. 2006).

En 2006, Bisset et al publicaron un estudio controlado y aleatorio donde se compara la eficacia de tres intervenciones diferentes en 198 pacientes con al menos 6 meses de evolución:

- a) tratamiento de fisioterapia
- b) inyecciones de corticoesteroides
- c) política de "esperar y ver qué pasa".

Las intervenciones de fisioterapia consistían en: ocho sesiones de movilización con movimientos y ejercicios específicos; la terapia con inyección de corticoesteroides, incluía como mínimo una infiltración, y la política de "esperar y ver qué pasa" se les indicaba consejos de ergonomía e instrucciones en la toma de analgésicos, aplicación de calor, crioterapia y/o reposo si era necesario.

A las seis semanas de seguimiento, las principales mediciones de los resultados (mejora global, no-dolor a la fuerza de prensión, gravedad del dolor de codo, discapacidad del codo) fueron significativamente mejores en el grupo que recibió las inyecciones de corticoesteroides que en los otros grupos. A pesar de ello, los beneficios de las inyecciones de corticoesteroides sólo se mostraron efectivos durante un corto periodo de tiempo. En el seguimiento a largo plazo, se encontraron efectos opuestos, el tratamiento de fisioterapia fue superior a las inyecciones de corticoesteroides, para todas las mediciones de resultados. La política de "esperar y ver que pasa" también mostró efectos beneficiosos a largo plazo, en comparación con las inyecciones de corticoesteroides, aunque estas diferencias no fueron estadísticamente significativas para todos los resultados. La fisioterapia mostró efectos superiores a corto plazo en comparación con la política de "esperar y ver qué pasa"

Los resultados precarios a largo plazo de las inyecciones de corticoesteroides, han sido corroborados por otros dos ensayos controlados y aleatorios en pacientes

con esta afección, donde se hallaron resultados similares a este estudio. Las inyecciones de corticoesteroides, y más aún si es de forma repetida, podrían ser nocivas para el tendón. Las reacciones adversas suelen ser leves, sin embargo, están documentadas condiciones dolorosas en sobrecarga del tendón que provocaron rotura total del tendón (como tendinopatía de Aquiles, tendinopatía bíceps y tendinopatía rotuliana). A pesar de estos resultados, se necesita más investigación adicional para explicar o, al menos, predecir el riesgo de recidiva, después de las inyecciones de corticoesteroides.

Los mismos autores (Bisset et al; 2006), afirmaron que los pacientes que recibieron tratamiento de fisioterapia, necesitaron menos tratamiento adicional que con otras intervenciones.

Profundizando un poco más en el razonamiento clínico como fisioterapeuta, el hecho por el que actualmente nos cuestionamos cuál es el tratamiento más adecuado para esta entidad clínica, indica que hay algo que se nos escapa. En este sentido podemos citar al

doctor Pedro Guillén; "cuando hay muchos tratamientos para una misma patología es que aún no se ha encontrado el tratamiento adecuado", por ejemplo, existe un debate, muy interesante, acerca de la existencia o no de inflamación en el tendón (algo que parecía casi descartado, tras el gran número de publicaciones que hablaban de "tendinosis", en estos últimos años). También existe controversia en su etiología, algunos mantienen la importancia del papel que desempeña la posición de la cabeza radial mientras que otros abogan por un origen cervical de esta patología.

Entendemos entonces, que para la elección de cual es el tratamiento resulta más eficaz, debemos además, de entender la fisiopatología de la lesión, tener muy claro qué ocurre y porqué. Nosotros como fisioterapeutas, debemos ser críticos con nuestro trabajo y estar abiertos al uso de nuevas tendencias terapéuticas. Si nos servimos de la evidencia científica como herramienta, justificaremos nuestra actuación profesional y así nunca quedará en entredicho. □

**Cure  
Tape®**

## CUANDO LA CALIDAD IMPORTA

**Vendaje Neuromuscular - Solo para Profesionales**



- Atena, S.L. es pionera desde 1999 en la introducción en España de la Técnica de Vendaje Neuromuscular, también conocido como Taping Neuromuscular (TNM).

**T N M**

- En colaboración con la AEVNM, Atena imparte los siguientes cursos de Vendaje Neuromuscular dirigidos a fisioterapeutas:

Básico  
Drenaje Linfático  
Deporte

Avanzado  
Pediátrico  
Neurológico

**AEVNM**

[www.atenasl.com/cursos.asp](http://www.atenasl.com/cursos.asp)

- Atena S.L. comercializa Cure Tape en España a través de una amplia red de distribución.

**Cure Tape es un Producto Sanitario Clase I notificado a las Autoridades Sanitarias**

**ATENA**  
Productos Farmacéuticos, S.L.

C/ Antonio Arias, 12 - Bajo B - 28009 MADRID • Tel.: 91 573 86 15 • Fax: 91 409 55 07

E-mail: [info@atenasl.com](mailto:info@atenasl.com) • [www.atenasl.com](http://www.atenasl.com)

## Cursos organizados y/o publicitados por el Ilustre Colegio Profesional de Fisioterapeutas de Extremadura

### CURSO SOBRE VENDAJE NEUROMUSCULAR. NIVEL BÁSICO

**Fechas:** 26 y 27 Octubre 2013.

**Precio Colegiados:** 160 Euros

**Precio NO Colegiados:** 220 Euros

**Plazas:** 26 máx.

**Lugar:** Badajoz

**Duración:** 15 Horas (15% teóricas y 85% prácticas)

**Profesor:** D. Jorge C. García Gordo, docente acreditado de la Asociación Española de Vendaje Neuromuscular.

### CURSO SOBRE RESTAURACIÓN TISULAR MANIPULATIVO Y TRATAMIENTO ORTOMOLECULAR DE PATOLOGÍAS INFLAMATORIAS

**Fechas:** 1º Seminario 8, 9 y 10 de noviembre de 2013.

2º Seminario 13, 14 y 15 de diciembre de 2013.

3º Seminario 24, 25 y 26 de enero de 2014.

**Precio:** 600 Euros

**Lugar:** FEVAL (Feria de Muestras de Extremadura) Don Benito

**Duración:** 60h teórico-prácticas (20 por seminario)

**Profesor:** D. Daniel Madruga Maura y D.Gorka Vázquez

**Más información:** 626870544/ aparejomora@hotmail.com

### SEMINARIOS/MONOGRÁFICOS GRATUITOS PARA COLEGIADOS

**Fecha:** Durante todo el año 2013.

**Precio Colegiados:** Gratuito.

**Plazas:** 15

**Lugar:** Badajoz y Cáceres.

**Duración:** 4-8 horas en un día.

**Profesor:** El colegiado que desee impartirlo

 tienda  
**cartucho.es**  
VENTA ONLINE DE CARTUCHOS DE TINTA Y TÓNER

¿NECESITAS CARTUCHOS  
PARA TU IMPRESORA?

APROVECHA NUESTROS DESCUENTOS  
EXCLUSIVOS PARA COLEGIADOS

**10%** DE DESCUENTO EN TODOS  
NUESTROS PRODUCTOS\*

CÓDIGO DTO.  COFEXT10TC

# fiEXT

Fisioterapia en Extremadura