

elkarberri 64

EFE Oren
I. Batzar
Nagusia

Colegio Oficial
de Fisioterapeutas
del País Vasco



Euskadiko
Fisioterapeuten
Elkargo Ofiziala

abril - junio 2019 / Ejemplar gratuito
2019ko apirila - ekaina / Doako alea

Depósito Legal: BI-945-05 - ISSN 2444-4065

próximos cursos

datozen ikastaroak

INDUCCIÓN MIOFASCIAL NIVEL I

maiatzaren 31 - Vitoria - Gasteiz - 31 de mayo



ACONDICIONAMIENTO PRE Y POST PARTO CON PILATES

ekainaren 7 - Bilbao - 7 de junio



FISIOTERAPIA EN LAS DISFUNCIONES ANORECTALES

ekainaren 15 - Bilbao - 15 de junio



El COFPV se reserva el derecho de poder modificar el lugar de celebración del curso o alguna fecha, debido a necesidades de los docentes y razones ajenas a la organización.

Las plazas se otorgarán por riguroso orden de inscripción a los cursos, debiéndose hacer a través de la web colegial (www.cofpv.org)

EFEOk ikastaroaren lekua edo data aldatzeko eskubideari eusten dio, irakasleen beharrianak eta antolatzaileekin zerikusirik ez duten arazoak tarteko direla.

Ikastaroetako inskribapenaren ordenagatik bananduko dira plazak, webgunearen bidez egin beharrekoa (www.cofpv.eus)



Edurne Andueza

Tesorerera del COFPV
EFEO-ko diruzaina

editorial

editoriala

el ámbito sanitario era el personal de enfermería el que lo realizaba, y además, eran pocas las patologías que se trataban con fisioterapia en la Sanidad Pública, por lo que la población utilizaba los recursos comentados para dar respuesta a sus dolencias.

De esos primeros años, pasamos a que nos llamaran "masajistas" durante mucho tiempo. Poco a poco, con el trabajo de cada uno de nosotros, los fisioterapeutas, apoyo de Asociaciones, creación de Colegios Profesionales, aumento considerable del acceso a la fisioterapia dentro de la Sanidad, hemos ido dando un lugar y un nombre a nuestra profesión. Me enorgullece ver la palabra FISIOTERAPIA en diferentes centros, en medios de comunicación, en boca de la población. Quizá deberíamos recordar los comienzos de nuestra profesión para poder visualizar lo que hemos avanzado.

Es cierto que seguimos padeciendo el intrusismo al igual que otras profesiones, pero debemos seguir demostrando quienes somos día a día. Realmente, lo que me preocupa en este momento es "quienes

queremos ser", puesto que siento que con el afán de que nuestros centros funcionen mejor que otros, se nos distinga del resto de nuestros compañeros,... estamos incurriendo en lo mismo que denunciábamos. Terminamos realizando prácticas que no son de nuestra competencia y pasan a ser un intrusismo hacia otras profesiones, terminamos colocando en las entradas de nuestros centros nombres que no son FISIOTERAPEUTA, aumentando la confusión en la población, en definitiva, terminamos dividiéndonos. Siento, que estas acciones lejos de ayudarnos pueden hacer que la Fisioterapia padezca un retroceso en todo ese avance que ha vivido.

Por ello, me gustaría que reflexionáramos todos, en lo que hacemos y aportamos a nuestra profesión. Somos FISIOTERAPEUTAS, independientemente de las técnicas que apliquemos en nuestro trabajo y el ámbito en el que realicemos nuestro trabajo. Por ello animo a todos que lo que divulguemos sea eso mismo: FISIOTERAPIA.

Quienes Somos, Quienes Queremos Ser

Todavía recuerdo el día en que decidí estudiar Fisioterapia. Nadie a mi alrededor conocía que era aquello que había decidido hacer, ni siquiera entonces lo identificaban con el masajista. Por supuesto, existían figuras que realizaban prácticas dirigidas al bienestar de las personas, que eran utilizadas por la gente cuando padecía diferentes lesiones u enfermedades. Recuerdo los nombres de "petrikillo", "brujo", "curandero", "sanador"... pero ¿fisioterapeuta? ¿Qué era eso? No me resultaba nada fácil explicar en qué consistía esta "relativamente" nueva rama sanitaria. Hasta poco tiempo antes, en

Nor gara, nor izan nahi dugu?

Oraindik gogoratzen dut fisioterapia ikastea erabaki nuen eguna. Nire inguruko inork ez zekien zer zen ikastea erabaki nuen hura, eta ez zuten masajista moduan identifikatzen. Noski, bazeuden pertsonen ongizatearen aldeko praktikak egiten zituzten figurak, eta jendeak haiengana jotzen zuen lesio edo gaixotasunak zituenean. Gogoratzen ditut izen horietako batzuk: "petrikilo", "belagile", "sendalari", "sendatzaile"... Baina fisioterapeuta? Zer zen hori? Zaila egiten zitzaidan azaltzea osasun-arlo berri samar bat zela. Ordura arte, osasun-arloan erizainak arduratzen ziren lan horretaz, eta, gainera, patologia gutxi tratatzen ziren fisioterapiarekin osasun-sistema publikoan; beraz, herritarrek beste baliabide horiek erabiltzen zituzten beren minak sendatzeko.

Lehen urte horietan, "masajista" deitu ziguten etengabe eta denbora-epe luzean zehar. Pixkanaka, gutako bakoitzaren lanarekin, fisioterapeutekin, elkarteen babesarekin, elkargo profesionalen sorrerarekin eta osasunaren barruan fisioterapiak lortu duen sarbide handiagoarekin izena eta tokia eman dizkiogu gure lanbideari. Harro sentitzen naiz FISIOTERAPIA hitza zentroetan, hedabideetan eta herritarren ahotik entzutean. Agian gure lanbidearen jatorria ekarri beharko genuke gogora egin ditugun aurrerapenez jabetzeko.

Egia da gaur egun, beste lanbide askotan bezala, oraindik ere intrusismoa gure lanbidearen parte dela, baina nor garen erakusten jarraitu behar dugu egunero. Egia esan, une honetan kezkatzen nauena "nor izan nahi dugu?" galdera da, sentitzen baitut gure zentroek hobeto funtzionatzeko, gainerako lankideengandik bereizteko... egin dugun ahalegina dela-eta salatzen dugun hori ari gara

egiten. Gureak ez diren praktikak egiten ditugu askotan, eta intrusismo bihurtzen dira beste lanbideekin. Gure zentroen sarreretan FISIOTERAPEUTA ez diren izenak jartzen ditugu, eta herritarren artean nahasmena areagotzen dugu; ondorioz, elkarrengandik banantzen gara. Uste dut ekintza horiek, lagundu ordez, atzerapenak eragin ditzaketela fisioterapiari, eta orain arte aurreratutakoa bertan behera utzi.

Horregatik, guztiei egiten diet hausnarketarako deia: zer egiten dugun eta zer ematen diogun gure lanbideari. FISIOTERAPEUTAK gara, gure lanean aplikatzen ditugun teknikak eta jorratzen dugun alorra edozein direla ere. Hori dela eta, eskatzen dizuet horixe bera dibulgatzeko: FISIOTERAPIA.

sumario

aurkibidea

2

cursos
ikastaroak

3

editorial
editoriala

4

noticias
berriak

10

formación
prestakuntza

14

artículo
artikuloa

18

asesoría jurídica
aholkularitza juridikoa

22

anuncios
iragarkiak

26

colegiados
elkargokide

Presidencia y Dirección Lehendakaritza eta Zuzendaritza
Iban Arrien Celaya

Coordinación Koordinazioa:

Comisión Comunicación, Publicidad y Protocolo

Realización y Maquetación Gauzatzea eta Maketazioa

J&J Creativos

Fotografía Argazkigintza

ORO

Edita Argitalpena

Colegio Oficial de Fisioterapeutas del País Vasco

Publicación trimestral Hiruhilabeteko argitalpena

3.010 ejemplares

Queda prohibida la reproducción parcial o total de los contenidos publicados en este ejemplar sin autorización expresa escrita de la Junta de Gobierno del COFPV.

Elkarberri y el COFPV no se hacen responsables del contenido e imágenes de los anuncios publicitarios, así como de los contenidos de los artículos publicados, ya que se corresponden con la opinión de sus autores.

Ale honetan argitaratutako edukien kopia osoa edo partziala egitea debekatuta dago, EFEO-ko Gobernu Batzordeko idatzizko berariazko baimena eduki gabe. Elkarberria eta EFEOa ez dira iragarkien eduki eta irudien arduradunak egiten, ezta argitaratutako artikuluen edukiena, beraien egileen iritzia delako.

Ejemplar gratuito para distribuir a los/as colegiados/as
Elkargokideei emateko dohainezko alea



Batzar Nagusia

Apirilaren 13an, Vitoria-Gasteizko Santiago ospitaleko ekitaldi-aretoan, 2019ko lehen Batzar Nagusia egin zen.

Aurreko Batzarren akta onetsi ondoren, batzordeek azken Batzarretik eginiko jarduera garrantzitsuen berri eman zuten.

Hasteko, Iban Arrienek, EFEOko presidente gisa, Euskadin eta Estatuan lanbideak duen egoera orokorra eta balantzea azaldu zituen, eta azaletik errepikatu zituen aurreko Batzarrean Plan Estrategikorako proiektatu ziren politika-lerro garrantzitsuenak.

Nabarmendu zuen egoera orokorra "konplikatua" dela, kasu batzuetan etsigarria epe labur eta ertainean, eta zeinetan mehatxu irekiak adierazi eta artatu behar baitira, osasun-kolektiboen eta osasun-arlotik kanpokoaren eskukoak, baita gure eskumenen esparrurako saiakera eta mehatxuak ere.

Presidentearen mintzaldiaren ondoren, Roberto Romerok jakinarazi zuen eskaintako ordutegi-estaldurari eta Administrazio sailean inbertitutako giza baliabide eta baliabide materialei esker, zerbitzuaren beharrei arrazoizko erantzuna ematen zaiela.

Jarraian, Edorta Ansoleagak, Gobernu Batzarreko kide gisa, Intrusismoko nahiz Aholkularitza Juridikoko Batzordetik eginiko jarduerak laburtu zituen. Intrusismoko Batzordeak lan egiten jarraituko du herritarrak sensibilizatzeko zenbait kanpainaren bidez, lanbideari duintasuna emateko eta Fisioterapiaren arloko intrusismo profesionalari aurre egiteko helburuz. Aholkularitza Juridikoko Batzordeak, bere aldetik, besteak beste, zaindu, kontrolatu, babestu eta informatzeko bere lanarekin jarraituko du.

Ondoren, Komunikazio, Protokolo eta Publizitate Batzordeko arduradun June Ruizek 2018ko Komunikazioko urteko balantzearen laburpen xehatua egin zuen, honako alderdi hauek nabarmenduz:

- "12 hilabete, 12 osasun-gomendio" kanpainaren jarraipena, horren inpaktu mediatikoa oso garrantzitsutzat jo baita 2018an.
- Komunikabideekin harremanak sustatzeko apustu irmoa, geure informazio-educia sortzearen bidez, komunikabideetan elkargoaren presentzia finkatzeko. Zentzu horretan,

asko aurrezten ari gara inbertsioan, eta sare sozialak indartzen ari gara lanbidearen hedapen-bitarteko gisa.

Jarraian, Leyre Peñak, Prestakuntza, Irakaskuntza eta Ikerketako Batzordearen arduradun gisa, azken Batzarretik eginiko jardueren aurkezpena eta laburpena egin zuen. Era berean, hurrengo urtean gauzatu nahi diren –momentuz behintzat– prestakuntza-proiektuen berri eman zuen. Horien artean, azpimarratzekoak dira onarpen nabarmena izan duten doako prestakuntza-eskaintzak.

Prestakuntzako Batzordearekin amaitu ondoren, Andrea Sclarik, EFEOko Gobernu Batzarreko kide gisa, Mendekotasun, Desgaitasun eta Gizarte Zerbitzuen Batzordean eta Kirol, Kirol Egokitu eta Inklusibokoan garatutako jarduera garrantzitsuenen laburpena aurkeztu zuen. Horien artean, elkargoak Arreta Goiztiarraren I. Egunean parte hartu izana eta Kirol arloko lanbideak arautzeko Legearen aurreproiektuaren egungo egoera nabarmendu nahi izan zituen.

Ondoren, Diruzaintzaren txanda iritsi zen, eta Edurne Anduezak, EFEOko



diruzain gisa, 2018 ekitaldiko balantzea modu xehatuan partekatu zuen. Balantzea positibotzat du, eta ez du interes-desbideratze handirik ikusten aurrekontuetan jarritakoaren eta inbertitutakoaren artean.

Zegokion botazioa egin ondoren, 2018 ekitaldiko kontuen balantzea onetsi zuten.

Eguneko aztergaien zerrendarekin jarraituz, Iban Arrienek, CGCFko presidente eta kontseilari denez gero, egoeraren, proiektuen eta, oro har, Kontseiluan lantzen ari diren intereseko gaien laburpen txiki bat egin zuen.

Galde-eskeen aurretik, fisioterapia-zentroen aldetik osteopatia hedatu eta horren berri emateko irizpideak eta gomendioak landu zituzten.

Roberto Romerok, azalpen honen arduradun gisa, lehenik, bereziki garrantzitsuak diren bi alderdi adierazi zituen: alde batetik, etsipena —Gobernu Batzarreko kide guztiek bere egiten dutena—, jende gutxi hartu duelako parte ziur asko berebiziko garrantzia duen gai bati helduko zaion batzar batean; eta, bestetik, sare sozialetan “informazio faltsuak eta interpretazio absurduak” zabaldutako direlako, “era bihurrian gonbidatzen dutenak



zalanztan jartzera elkargo-erakunde honek osteopatia-praktikarekin duen konpromisoa”.

Hori esanda, lehenik, alderdirik garrantzitsuenekin bat egiten du, bere ustez nabarmentzen eta justifikatzen dutenak irizpide batzuk bilatzea eta onartzea, arauari egokituta, osteopatiaren hedapenari eta publizitateari dagokionez, praktika hori egiten duten eta tresna eta/edo kontzeptu terapeutikotzat garatzen den fisioterapia-zentroetan. Hala, Romero jaunaren ustez, horri heltzea justifikatzen duen beharra honetan oinarritzen da:

- Desadostasun historikoa lanbidearen barruan, praktika osteopatikoa gure eskumen-eremuko funtsezko elementu nabarmentzat jotzeari buruz.
- Irizpide-aldaketak Eusko Jaurlaritzaren Osasun Publizitatea Kontrolatzeko Batzordean. Atzera bota du behin eta berriz osteopatiarekin lotutako termino batzuk erabiltzea eta publizitate-arloan ustiatzea.
- Gudu-zelai berri bat: “Pseudoterapien aurrean Osasuna Babesteko Plana”. Osasun eta Zientzia Ministerioek argitaratua.
- Madrilgo azken AEF Eztabaida Foroan parte hartzea, joan den otsailaren 9an, non horri buruzko ezinegonak trukatu ahal izan ziren, baita eztabaida sakon bat egin ere, kontzeptu terapeutiko horren inguruan.

Halaber, 100 zentrotan eginiko aterlan baten emaitzak adierazi dira; horren bidez ebaluatu da nola iragartzen duten osteopatia Euskadin errolatutako fisioterapia-zentroek.

Ebaluazio-prozesua azaldu ondoren, eta hura interpretatu ondoren, fisioterapeuta profesionalaren praktika klinikoa ezinbestean gidatzen duten araudien zerrenda erakutsi zen, baita zein irizpideri jarraitu behar zaien ere gure titulazio akademiko/profesionala eta zerbitzuen zorroa iragartzeko.

Adierazi beharra dago azalpenek iraun bitartean pertsona askok eta mintzaldi askoren bidez eskatu zituztela horren gaineko argibideak, eta/edo erakutsi eta partekatu zituztela ezinegonak, ezpada desadostasunak, azalpeneko zenbait irizpideren gainean. Eztabaida luzea izan zen, eta horrek erraztu egin zuen puntu hori sakonago aztertzea.

Beharrezko deliberazioen ondoren, Romero jaunak adierazi zuen Gobernu Batzordeak antzemandako akatsak zuzentzeko politika bat aktibatu eta garatuko duela, estrategia eta lanketa multzo baten bidez, honetan oinarrituko litzatekeen gomendio-esparru batean:

- Publizitatea Zaintzeko Unitatea aktibatzea (gomendio orokorrak igortzea araudiari jarraikiz, alertak, aholkularitza...).
- Fisioterapia-zentro bakoitzak egindako publizitatearen azterketa eta diagnostikoa egitea, baita txostenak ere.
- Fisioterapia Zentroentzako Osasun Publizitateko Gida diseinatu eta prestatzea.
- Publizitate egokiari buruzko prestakuntza-eskaintza/ tailer teknikoak antolatzea eta garatzea —estrategia hori Batzarrera bertaratu den kide batek eskatu zuen, eta Gobernu Batzordeak onetsi egin zuen, egokituz jo baitzuen—.

Batzarra amaitzeko, osteopatiari buruzko hainbat puntualizazio egin ziren, eta bertaratuetakoz batzuk adierazi zuten ez daudela ados “osteopata terminoa baztertzearekin”. Gomendatu zuten UNE nomenklaturari erreparatzea (Osteopatiako Osasun Arreta Emateko Europako Araua (EN16686) 2015).

Azkenik, EFEOk eskerrak eman nahi dizkie Batzarrera joan ziren guztiei. Eta, bide batez, elkargoaren proposamenetan modu aktiboagoan parte hartzera animatzen zaituztegu.

Idazketa Kontseilua

Udal-hauteskundeak Hauteskunde-programa “fisioterapeutikoa”

EFEOk Gobernu Batzarraren xede eta eginkizunetako bat ordezkari politikoei fisioterapia modu egokian ulertzearen alde borrokatzea izan da beti, gure gaitasun eta jakingura profesionalak politika publikoetara aplikatzeko modu gisa, herritarren osasun integralaren onurarako. Ondorioz, beti eta gure aukeren neurrian, gure lehentasunen berri eman nahi diegu talde politikoei, datozen hauteskundeen harira.

Datozen udal- eta foru-hauteskundeei dagokienez, helburu edo lehentasun horiek zuekin ere partekatu nahi ditugu; hori dela eta, bidali dugun gutunaren kopia bat erantsi dizuegu.

Jaun/andre agurgarri horiek:

Euskadiko Fisioterapeuten Elkargo Ofizialeko arduradun nagusi gisa, zenbat iradokizun partekatu nahi nituzke zuekin, hauteskunde-haunarketetan aintzat har ditzazuen (udal- eta foru-hauteskundeetako programa eta garapenerako gainerako bitartekoak). Gure eskariak funtzeskoak dira, eta, oro har, euskal gizartearen osasuna sustatu eta zaintzeko oinarritzko eskubidea mantentzea dute helburu; baita, zehazki, azken urteetan gure osasun- eta asistentzia-sisteman oinarritzko zutabe eta funtsezko aliatu gisa kokatu den osasun-lanbide honen babesa eta garapena sustatzea ere.

Gure ikuspuntutik, fisioterapeutek eta kolektiboak Euskadiko udal- eta foru-mailako Osasun Planak sortu eta garatzeko eta geriatriako jardueretan parte hartuz gauzatzen duen lanak ez du behar besteko protagonismoa. Egoera hori ez dator bat diziplinaren garapen profesional eta akademikoarekin, eta mugatu eta baldintzatu egiten du –betiere, gure iritziz– horrelako programen azken helburua erdiestea: osasuna sustatu eta zaintzea arreta integral optimoko baldintzetan.

Honen bidez, udal- eta foru-legeria garatu eta aberasteko eskatu nahi dizuegu, eskumen-esparruak –berezkoak eta/edo partekatutako– behar bezala babestea eta fisioterapeuten kolektiboa profesionalki garatzea ahalbidetzeko. Udal- eta foru-araudi irmo eta argirik ez egoteak –kasu batzuetan– eta horren laxotasunak –beste batzuetan– merezitako esparruaren babesa eta garapen profesionala arriskuan jartzeaz gain, osasuna babestu eta zaintzeko euskal gizartearen oinarritzko eskubidea ere –segurtasun-baldintza bikainetan eta bermeekin– kokolan jartzen du.

Kasu honetan, osasunari lotutako intrusismo profesionala eraginkortasunez jartzeari buruz ari gara –toki- eta foru-mailan–; izan ere, lakra historikoa da gure kolektiboarentzat eguneroko jardura profesionala. Hori guztia, estuki lotu ahal zaio pazienteen segurtasun-estrategiak direlakoan testuinguruari; kolektiboa autoritate gisa ikusteari zigor-ondoretarako, babes gehigarria eskainiz paziente/erabiltzaileek eragiten dituzten eta zerbitzuetan salatzen ez diren eraso fisiko eta ahozkoen aurrean, baita fisioterapeutak sailkapen funtzionarioetan aintzat hartzeari ere, a.1 azpitalde gisa, egindako unibertsite-gradua aintzat hartuta.

Halaber, beharrezkotzat jotzen dugu geriatrian diziplina bera eta profesionalak sartzea: Euskadiko nagusiei arreta eman eta laguntzeko programetan fisioterapeuten presentzia areagotzea, modu koordinatuan, espazio soziosanitarioaren barruan eta printzipio osasungarrietan oinarritutako kirol-jardueran. Horren adibide izan daiteke Mendekotasun eta Autonomia Pertsonalaren Legeari lotutako balorazio-taldeetan eta prozesuetan fisioterapeuten figura integratzea, eta kirol-instalazioetako –udal eta/edo foru mailakoak– kirolari eta erabiltzaileei fisioterapeuten figura bermatzea kiroleko osasun-taldearen

barruan, kategoria profesional eta talde guztietan, baita kirol-instalazioetan ere.

Kontsumoko udal- eta foru-mailako administrazio-organismoak inplikatzeko beharra ere hautematen dugu, euskal gizartearen artean beharrezkoa den informazioa zabaldu eta babesteko, osasun-zerbitzuen “kontsumoari” dagokionez, sasiterapia eta jardura profesionalen eskaintza nahasgarri, eta batzuetan iruzurtsuen aurrean, osasuna arriskuan jar baitezakete. Illo beretik, akademiako prestakuntza eta ikasketa ez-arautuei heldu behar zaie, baita udal-webguneetan ikusten diren osasun-zerbitzuen eskaintza nahasgarri ere, bestelako zerbitzuak edo ongizatera soilik bideratutakoak biltzen dituen nolabaiteko “totum revolutum” batean.

Foru-ogasun eskudunen aurrean sustatu behar da EJZren epigrafeen egokitzapenei esker herritarrei bermatu ahal izatea osasun-jardura arautuak adituek gautzatzen dituztela, osasun-titulazio ofizialik ez duten pertsonen asmo gaiztoko babeseko argumentuak eta nahasmen-egoerak ekidite aldera.

Beste eskari bat da udal- eta foru-erakundeetan “enpresako fisioterapeuten” figura garatzea, lan-esparruan prebentzioa eta esku-hartze terapeutiko goiztiarra bermatzeko, honelako lesioak saiheste aldera: LG eta LI, sendatzeko epea eta LEI eta LElen ondore ekonomiko kaltegarriak murriztuz. Langileen era guztietako algia muskularrei heltzeko modurik onena da.

Euskal Autonomia Erkidegoko lurralde-historikoak zergei dagokienez Estatuarekin homogeneizatzea lortu nahi dugu, besteren kontura lan egiten duten profesionalentzat elkargoko kuota kengarria izan dadin PFEZn.



Era berean, erakunde arteko komunikazio-estrategiak sustatu nahi genituzke elkargo profesionalen eta unibertsitateen –publikoak nahiz pribatuak– artean, kolektiboaren garapen profesionala aberasteko xedez.

Halaber, oso interesgarria litzateke udal- eta foru-mailan fisioterapiari ikertzeko zuzkidura ekonomikoak areagotzea, fisioterapiako doktoreen zifra egokira iriste aldera, gizarte aurreratuaren estandarrei jarraikiz. Eta gero eta gehiago aregotuz gero, fisioterapiaren jarduerak –banaka edo batera– foru-mailan mezenasgo eta antzekoen lehentasun-esparruen barruan aintzat hartzea.

Ikuspegi integratzaile batetik, fisioterapia eta bere lanbideak jarduera fisiko osasungarria, osasunerako kirola edo kirol-errezeta sustatzen dituzten udal- eta foru-mailako kanpaina eta arau guztietan sar daitezela eskatu nahi dugu; izan ere, erreferentziazko osasun-profesional gisa, gure prestakuntza eta esperientzia direla eta, jarduera eta ariketa fisiko

terapeutikoa menperatzen dugu, eta osasunaren prebentzioan ere adituak gara. Foru-mailan, fisioterapiaren arloko sektore-mahai bat eratzea ere eskatu nahi dugu, fisioterapeuten eraginkortasuna eta errealitatea zaintzeko.

Osasun-profesionalen garapena babestu, sustatu eta bultzatzea herritarren osasunaren zaintza eta hobekuntzaren aldeko apustua egitea da.

Erakunde honek euskal gizartearen maitasuna du, askotan eskertzen baitute gure lana, eta horrela, fisioterapeutak eta beren eguneroko jarduera balioan jartzen dira. Bada, gizartearen Legebiltzarreko ordezkariak bat etorritik erantzutea erantzukizun osoz onartu beharko luketen lana da. Horrenbestez, aitorpen profesionalaren bide honetan gurekin bat egitera gonbidatzen zaituztegu, non, zalantzarik gabe, erakunde prestua aurkituko baituzue elkargo profesional honetan.

Eskertuko genizuke adierazitakoaren inguruko zuen oharrak helaraztea, horien garrantzia haztatzeko eta zuen iritzia zuzenean ezagutzeko; hala, etorkizunean talde politikoei egingo ditugun estrategietan aintzat hartu ahal izango ditugu. Eskerrik asko alde zuretik.

Idazketa Kontseilua

29. Fisioterapia Jardunaldiak: ariketa terapeutikoa

Martxoaren 1ean eta 2an ariketa terapeutikoari buruzko jardunaldiak egin ziren, Onceren Fisioterapiako Unibertsitate Eskolak antolatuta (Madrilgo Unibertsitate Autonomoaren menpekoa).

Parte-hartze handia izan zen, hizlarien maila altuari esker; nazioarteko figurak izan ziren gure artean: Jo Nijs doktorea, ariketa terapeutikoan eta min kronikoan aditua; Michel Le

Métayer doktorea; eta alor horretako aditu nazional garrantzitsuak.

Jardunaldien irekiera ofiziala ONCEren Fisioterapiako Eskolaren zuzendari berriak, Ana B. Varas doktoreak, egin zuen. Bere hitzaldian, ariketa terapeutikoa osasun-langileen berezko eginkizun gisa azpimarratu zuen, eta zehazki, fisioterapeutena, osasun-arlotik kanpoko langileek osasun-esparruko eginkizunak berenganatzeko

eginiko ahaleginaren aurrean.

Hitzaldiak 20-25 minutuko aurkezpenak izan ziren, denak ala denak interes handikoak, eta horien bidez, ariketa terapeutikoaren preskripzioa landu zuten, hainbat helbururekin: kirol-jatorriko patologietatik osatzea, min kronikoa tratatzea, patologia onkologikoak, arnasketari lotutakoak eta sistema linfatikokoak tratatzea, edo buru-osasunean eta lehen

mailako arreta-programetan ariketa terapeutikoak duen eraginkortasuna nabarmentzea.

Kirolean ariketa terapeutikoak dituen aplikazioen esparruan, Pedro Belón doktoreak, Real Madrid FC taldeko fisioterapeutak, "Adaptación del Tendón Lesionado a las exigencias propias del deporte de alta competición" izeneko hitzaldia eskaini zuen. Bere aldetik, Fco. Santomé doktoreak, kirolari paralinpikoen fisioterapeutak, fisioterapeutaren figuraren garrantzia nabarmendu zuen ariketa terapeutikoa preskribatzeko gaitutako profesional gisa, hezkuntzako langileek gure arloko eskumenak inbaditzeko egiten duten ahaleginaren aurrean.

Min kronikoa ere protagonistetako bat izan zen; horren harira, Miguel Ángel Galán doktoreak, adibidez, oso hitzaldi interesgarria plazaratu zuen: "Programa de educación en neurociencia del dolor y ejercicio físico en pacientes con dolor crónico. Resultados del ensayo clínico realizado en atención primaria". Bertan, gogorarazi zuen zein garrantzitsua den fisioterapiako ariketa terapeutikoaren ekarpena

29 JORNADAS DE FISIOTERAPIA
1 Y 2 DE MARZO DE 2019

EJERCICIO TERAPÉUTICO



ESCUELA UNIVERSITARIA
DE FISIOTERAPIA DE LA ONCE
Universidad Autónoma de Madrid





osasun-arretako maila honetan.

Jo Nijs doktoreak ere arlo horretan parte hartu zuen, "Ejercicio terapéutico con dolor crónico: una verdad inconveniente" hitzaldiarekin (mundu-mailako espezialista da, 200 argitalpen baino gehiagorekin). Bestetik, M^a Dolores Sosa doktoreak ere ekarpena egin zuen, "Efectividad del ejercicio terapéutico en pacientes con fibromialgia" hitzaldiarekin.

Horrez gain, Miguel Arroyo doktoreak gogorarazi zigun ariketa terapeutikoaren onurek onkologiaren esparrua ere barnean hartzen dutela, "Beneficios del ejercicio terapéutico en pacientes oncológicos" hitzaldiaren bidez. Bere baieztapenak egiaztatzeko, zenbait estatistika aurkeztu zituen, zalanztaz izpirik uzten ez dutenak: ariketa egokia eginda minbiziaren errekurrentzia % 21 eta 35 artean murrizten da. Horrez gain, Alejandro San Juan doktoreak paziente onkologikoaren bilakaera-fase bakoitzera egokitutako ariketa terapeutikoa buruz hitz egin zuen. Hizlari hori

Espainiako pediatriako ospitale barneko lehen gimnasioaren sortzaileetako bat da, Reina Sofía Ospitalean.

Ángela Rio fisioterapiako doktoreak hitzaldi hau aurkeztu zuen: "Ejercicio Terapéutico en linfedema"; horren bidez, agerian jarri zuen ebidentzia zientifikoak abalatu egiten duela paziente horiei fisioterapia preskribatzea; izan ere, adierazi zuen duela gutxi arte, ariketa egitea zorrotz mugatzen zitzaizela.

Buru-osasunak ere bere lekua izan zuen, Daniel Catalán doktorearen eskutik, "Ejercicio terapéutico en salud mental" hitzaldiarekin. Errezidibean prebentzioan eta murrizketan ariketa terapeutikoak duen garrantzia nabarmendu zuen. Ondoren, Ana B. Varas doktoreak "Mantenimiento de los efectos del entrenamiento físico y la modificación del nivel de actividad en pacientes con EPOC" hitzaldia aurkeztu zuen; bertan, biriketako gaixotasun buxatzaile kronikoa duten pazienteek ariketa terapeutikoko bere programarekin bat egitea lortzeko estrategia onenei buruz eginiko

azterlanaren emaitzak partekatu zituen.

Eta amaiera borobila emateko, Michel Le Métayer doktorearen hitzaldia entzun ahal izan genuen. Le Métayer 1932an jaio zen, eta "Educación propioceptiva y juego, medios educativos terapéuticos de los trastornos motores de origen cerebral" izeneko hitzaldiaren bidez, lanbidearekiko bere pasioa eta ezagutza handiak transmititu zizkigun.

Laburbilduz, jardunaldi bikainak izan ziren, maila goreneko hizlari nazional eta nazioartekoekin. Horrez gain, ONCEren Eskolak eginiko antolakuntzalan zoragarria ere nabarmendu beharra dago. Jardunaldietan tresna honen ebidentzia zientifiko irmoa aurkeztu zen, osasunaren arlo ezberdinetan, eta agerian jarri zen garrantzitsua dela ariketa terapeutikoa horretarako gaituta dauden adituek agintzea; alegia, fisioterapeutek.

Idazketa Kontseilua



Merkatuko Benda Neuromuskularrik Orekatuena

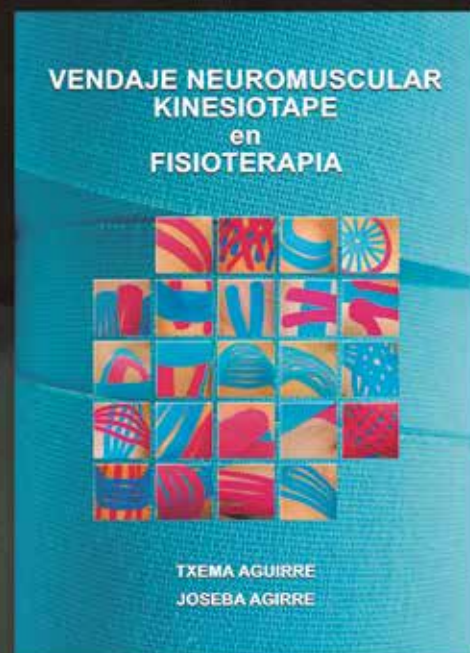
BERRIA!

**Koloretan
Ilustratutako
62 Aplikazio
Praktiko**



TEMTEX® lehen mailako osasun produktu gisa sailkatuta dago.

* Aitex zuntz teknologikoen institutuak ziurtatutako datuak



www.biocorp.es | +34 943 577 614



EFEO ADEMGIren Udaberriko Afariaren 12. edizioan izan zen

Apirilaren 5ean, Euskadiko Fisioterapeuten Elkargo Ofizialeko presidente Iban Arrien Gipuzkoako Esklerosi Anizkoitzaren Elkarteak antolatutako Udaberriko Afariaren 12. edizioan izan zen, Donostiako Silken Amara Plaza hotelean.

Jardueraren helburua hauxe zen: funtsak lortzea ADEMGItik Gipuzkoan esklerosi anizkoitza duten pertsonen eskaintzen zaizkien errehabilitazio-zerbitzuak finantzatu ahal izateko.

Urtero bezala, ekitaldi solidario horretan esparru sozial guztietako pertsonalitate nabarmenak elkartu ziren, esklerosi anizkoitza duten pertsonen bizi-kalitatea hobetzeko beren ekarpena egiteko asmoz.

Besteak beste, Nekane Murga andrea izan zen bertan, Eusko Jaurlaritzako Osasun sailburua; ez zuen aukera galdu nahi izan gaixotasunak eragindakoei bere babesa adierazteko.

Afarian, Iban Arrienek zuzenean zoriondu ahal izan zuen Osasun sailburua, EFEOren izenean, erantzukizun handi-handiko bere kargu berriagatik. Era berean, elkargoa bere esanetara duela adierazi zion, fisioterapiari lotutako gai guztietarako, uste baitugu gure lanbiderako ezinbestekoak direla.

Espero dugu Osasun sailburuarekin izandako elkarrizketa atsegin horiek elkargoaren eta haren arteko harremana erraztu izana, betiere fisioterapiaren onurarako.

Azkenik, ulertzen dugu EFEOk ADEMGIrena bezalako ekimenak babesten jarraitu behar duela, gaixotasun guztien aurkako borrokan gure konpromisoa erakusteko.

Idazketa Kontseilua



Elkargoaren beste jarduera batzuk



MARTXOAREN 23a
Fisioterapeuten Elkargoen Kontseilu
Nagusiaren Batzar Nagusia



APIRILAREN 16a
ZAHARTZAROarekin (Geriatría eta
Gerontologiako Euskal Elkarte)
lankidetzaren hitzarmena sinatzea



APIRILAREN 15a
Arreta Goiztiarraren I.
Egunean parte hartzea



MARTXOAREN 15a
Erretiratutako erizainei omenaldia,
Gipuzkoako Erizaintzako Elkargo
Ofizialak antolatuta



Formación especializada para **Profesionales**

MÁSTER UNIVERSITARIO EN AVANCES EN NEURORREHABILITACIÓN DE LAS FUNCIONES COMUNICATIVAS Y MOTORAS

(Título Oficial) 5ª Edición

Modalidad: semipresencial

10 seminarios de noviembre 2019 a mayo de 2020

MÁSTER UNIVERSITARIO EN FISIOTERAPIA DEL DEPORTE Y RECUPERACIÓN A LA ACTIVIDAD FÍSICA

(Estudios pendientes de verificar por el Consejo
de Universidades)

- Gimnasia Abdominohipopresiva. Nivel 1
- Valoración y Tratamiento Fascial
- Formación en Acupuntura y Tratamiento del Dolor relacionado con el Sistema Músculo-Esquelético
- Fisioterapia Respiratoria para Adultos
- Fisioterapia en el Marco de los Trastornos del Equilibrio
- Introducción a INN: Integración de Neurodinámica en Neuror rehabilitación

- Bases de la Alimentación, Nutrición Humana y Dietética: Aplicación en Fisioterapia
- Fisioterapia del Periparto
- Ecografía Práctica
- Dolor Neuromuscular y su Abordaje con Fisioterapia Invasiva
- Principios de Exploración, Tratamiento y Manejo de los Trastornos Neuro-músculo-esqueléticos
- Fisioterapia en Disfunciones Digestivas y Coloproctología
- Nutrición y Dietética Aplicada, Soporte Vital para el Rendimiento Deportivo
- Ejercicio Terapéutico en Población con Patología Neurológica (adultos y niños) en Diferentes Entornos de Tratamiento (sala y piscina)
- Actualización en la Evaluación y el Tratamiento de las Patologías de la Extremidad Superior
- Fisiopatología y Abordaje de la Articulación Temporomandibular



ESCUELAS UNIVERSITARIAS
GIBERNAT-CANTABRIA

www.eug.es

#masqueunaescuela

f EUGimbernat t @EUGimbernat

C/ Aurelio García Cantalapiedra, s/n
39316 Tanos - Torrelavega (Cantabria)
Tel. 942 801 650 - 942 801 648
fisio.tor@eug.es

Taller sobre Parkinson: Prevención de Caídas, Ejercicio y Actividad Física en Parkinson



Ponente- Irakaslea: Dra. Meg E. Morris

Fechas - Datak: 20 de julio de 2018

Pilates Suelo para Fisioterapeutas



Profesora- Irakaslea: Natalia Wierzesen

Fechas - Datak: 5, 6 y 7 de octubre de 2018 - Seminario 1



Fisioterapia Vestibular



Profesor- Irakaslea: Rodrigo Castillejos

Fechas - Datak: 17 y 18 de novimebre de 2018 - Seminario 1

Spine & Control: Abordaje Clínico Del Dolor Lumbar



Profesores- Irakasleak: Iván De La Calle y Javier Aguilera

Fechas - Datak: 23, 24 y 25 de noviembre de 2018

Belauneko artrosirako ariketa fisikoko programak diseinatzeko jarraibideak

Jon Gorriño Angulo - Colegiado 1296 COFPV

Sarrera

Belauneko artrosia gizarte modernoko afekzio degeneratibo ohikoena da, baita gehien ezgaitzen duena ere ⁽¹⁻³⁾. Belauneko eta aldakako artrosia heldu nagusien hezur eta muskuluetak minen kausa nagusia da ⁽²⁻³⁾. Gaixotasun hori pazienteen mugapen funtzionalaren eta minaren arduraduna da ⁽¹⁻³⁾. Badirudi minak subjektuen bizi-kalitatean eragin nabarmena duela, eta farmako gehigi hartzeko eta artroplastia gomendatzeko lehen arrazoia da ⁽²⁾.

Artrosia edo osteoartritis (OA) gaixotasun degeneratiboa da, artikularra eta konplexua, askotariko arrisku-faktoreak dituena. Faktore horiek hiru ataletan bereizten dira: genetikoak (% 40-60a arteko herentziaren eragina esku, belaun eta aldakako artrosirako), konstituzioari lotutakoak (adina, emakumezkoa, obesitatea, hezur-dentsitatea) eta biomekanikoak (artikulazioetako lesioa, aisialdiko eta laneko erabilera, muskuluetak indarraren galera, defizit propiozeptiboa, laxotasun artikularra, alineazio artikular txarra...) ^(1, 2). Uste denaren aurka, OA ez da zahartzeagatik agertzen; adinak narriadura artikularra aurrera dezake, baina badirudi arestian aipatutako arrisku-faktoreek eragin handiagoa dutela ⁽³⁾. Honako hau da artrosia duten pazienteen ohiko sintomatologia: mina, zurruntasuna, oreka-nahasmenduak zutik daudenean, eguneroko jarduerak egiteko zailtasuna, ezegonkortasuna eta artikulazioen lerrokadura eza, muskuluen atrofia eta horren ondorioz indarra eta erresistentzia galtzea, bolumen artikularra areagotzea, obesitatea edo gainpisua, komorbilitate kardiobaskularra, depresioa eta/edo antsietatea, bizitasuna galtzea, loaren alterazioak, muga okupazionalak,

sozialak eta aisialdikoak, lan egiteko gaitasuna murriztea, etab. ⁽³⁾

Artrosia diagnostikatzeko erabilitako irizpideetan adostasun argirik ez badago ere, Erreumatologiaren Espainiako Sozietateak proposatzen du klinika eta proba diagnostikoak uztartzea (hala laborategikoak nola erradiologikoak) gaixotasun hori diagnostikatzeko ⁽⁴⁾.

Dirudienez, artrosiak eta jarduerarik ez egiteak gorpil zoro bat osatzen dute: zenbat eta gutxiago mugitu artikulazioa, orduan eta ahultasun eta zurruntasun handiagoa sentitzen da, eta aldi berean gaitasun aerobikoa murrizten da, zeinak baldintzatu egiten baitu subjektuaren mugitzeko gaitasuna edo jarduera orokorra ⁽¹⁾. Gaur egun, jarduera fisikoa funtsezkotzat jotzen da osteoartrisiaren kontserbazio-tratamenduan ^(1, 2, 3). Ariketa fisiko aerobikoko programak gauzatzea eta muskuluak indartzea onuragarria da mina murrizteko eta funtzionalitatea hobetzeko artrosi arina eta/edo moderatua duten helduetan ⁽¹⁾. Are gehiago, ikerketa batzuek ebakuntzen emaitzak alderatu dituzten terapia fisikoaren emaitzekin, eta ondorioztatu dute ez dagoela alde handirik ebakuntza egin dieten eta hasieratik terapia fisikoa jaso duten pazienteen artean, funtzionalitate artikularrari dagokionez ⁽⁵⁾. Itxuraz, emaitza arrakastatsuak lortzeko, ebakuntzaren ondoren fisioterapia askoko programak agindu behar dira ⁽⁵⁾.

Fisioterapeutok, osasunaren arloko profesional gisa, jarduera fisikoa erabil dezakegu eta erabili behar dugu belauneko artrosia duten pazienteen osasun-egoera zaintzeko.

Pautas para el diseño de programas de ejercicio físico

Autore batzuen arabera ^(2, 6), edozein esku-hartzeren aurretik beharrezkoa da artrosia duen pazientearen ebaluazioa eta azterketa holistikoa egitea (alderdi soziala, kognitiboa, okupazionala, psikologikoa, loaren kalitatea, komorbilitateak, ariketarekiko duen jarrera, minaren ebaluazioa...). Horrez gain, iradokitzen da honako hauek kontuan hartu beharreko funtsezko alderdiak direla belauneko osteoartritis tratatzeko orduan ^(2, 3, 6, 7): hezkuntza eta informazioa, jarduera fisikoa eta gorputzaren pisuaren maneia. Diziplina anitzeko tratamendua eman behar da, eta hauek barnean hartu behar ditu: hezkuntza eta automaneia, maneio ez-farmakologikoa (ariketa aerobikoa, indar-ariketa, elektroterapia, ortesia, laguntzak eta gailuak, tratamendu inbaditzailea, telefono bidezko harreman erregularra, esku-hartze psikosozialak), tratamendu farmakologikoa (azetaminofena, HKEE selektiboak eta ez-selektiboak, HKEE topikoak eta kapsaizina, kortikoide eta hialuronatoen injekzioak giltzaduren barruan, glukosamina eta/edo kondroitina-sulfatoa sintomak arintzeko...), minaren tratamendua eta ebakuntzak egiteko aukera ⁽²⁾.

Osteoarthritis Research Society International (OARSI), European League Against Rheumatism (EULAR), American College of Rheumatology eta Kirol Medikuntzaren Amerikako Elkargoak (ACSM) gomendatzen dute ariketa aerobikoa egitea, muskuluak indartzea eta malgutasun-ariketak egitea artrosia tratatzeko ^(2, 3, 6, 7). Jarraian bildu ditugu "MOVE" akordioak eta Ottawa Panel taldeak ezarritako zenbait jarraibide, ariketa fisikoak belauneko osteoartritisen duen eraginarekin lotuta ⁽²⁾:

1. "MOVE" akordioaren



gomendioak:

- a) Muskuluak sendotzea eta ariketa aerobikoa egitea onuragarria izan daiteke mina murrizteko eta funtzioa eta osasun-egoera hobetzeko.
- b) Ariketen programek, eraginkorrak izango badira, aholkularitza eta hezkuntza hartu behar dituzte barnean, bizi-estilo positiboa sustatzeko, jarduera fisikoa areagotuta.
- c) Hala ariketa anbulatorioak nola taldekakoak eraginkorrak dira, eta pazientearen lehentasuna hartu behar da aintzat.
- d) Ariketak hobeto eta luzaroan egiteko estrategiak erabili behar dira, hala nola ariketak monitorizatzea, epe luzera azterketak egitea edo familia sartzea ariketen programan.

2. Ottawa Panel taldearen gomendioak, ariketa fisikoak osteoartritisean duen eraginaren harira:

- a) Beheko gorputz-adarren indartze isotonikoa (zentrokidea eta eszentrikoa) eta isometrikoa egitea, nagusiki koadrizepsak eta iskiotibialak landuz, mina eta funtzionalitatea hobetzeko.
- b) Ariketa fisiko zentrokidea egitea, mina arintzeko atsedeen-egoeran eta jarduerak gauzatzean.
- c) Ariketa fisiko zentrokidea-eszentrikoa egitea, mina arintzeko atsedeen-egoeran eta jarduera funtzional espezifikoa egitean: 15 minutuz ibili eta eskailerak igo eta jaitsi.
- d) Ariketa fisiko anbulatorioa egitea mina arintzeko, egoera funtzionala hobetzeko, energia gehiago izateko eta flexio-mugimendu handiagoa izateko.
- e) Ariketa fisiko orokorra egitea beheko gorputz-adarrekin (muskuluen indarra, malgutasuna eta



“You’re doing great - keep it up.”

mugikortasuna/koordinazioa barne), gaueko mina arintzeko eta eskaileretan trebetasuna hartzeko.

- f) Ariketa fisikoa egitea beheko gorputz-adarrekin, pixkanaka karga gehiago jarritz, mina arintzeko atsedeen-egoeran eta mugimendu-arkuetan.

ACSMk, berriz, honako gomendio hauek ematen ditu⁽²⁾:

- a) Oreak- eta/edo propiozepzio-ariketak egitea.
- b) Soilik programaren aldagaietako bat aldatzea aldi bakoitzean: errepikapenak, erresistentzia edo maiztasuna.
- c) Lan-kantitatea % 5 baino gehiago areagotzea astero.
- d) Pazienteek min handiagoa sentitzen badute entrenamenduaren maila jakin batean, ez da karga handitu

behar maila horretan, eta beste ariketa batzuk egin behar dira min ematen duten estimuluen ordean.

- e) Ez dira muskulu talde bererako erresistentzia muskularreko ariketak egin behar elkarren segidako egunetan.
- f) Ez da 3 baino gehiagoko minik jasan behar (0-3, 10eko eskala batean).
- g) Minak gutxitu egin behar du ariketekin. Mina handitu egiten bada, jarduera eten egin behar da.
- h) Minak ez du iraun behar ariketa bukatu ondoren. Irauten badu, guztiz desagertu arte itxaron behar da, eta orduan berrirori lanari ekin, karga txikiagoarekin.
- i) Ez da klaudikazioa toleratu behar. Ariketak klaudikazioa eragiterainoko mina badakar, gaizki egiten ari gara edo

gehiegizko intentsitatearekin.

Intentsitate moderatuko ariketa aerobikoa eta erresistentziakoa egiteak artrosia dutenen egoera klinikoa eta ahalmen funtzionala hobetzen ditu. Antza, ariketa fisikoak kartilago hialinoaren nutrizioa hobetzen du, substantziak hobeto zabaltzen direlako likido sinobialeetik kartilagoaren matrizerara, eta proteoglikanoen sintesia areagotu egiten delako kondrozitoetan.

Programa diseinatzean, kontuan hartu behar dira aurrez ezarritako espektatiben eragina, motibazioa, jardueren indibidualizazioa, jarduera fisikoarekin gozatzeko hasteko gutxieneko atalasea eta eginiko ahalegin fisikoaren inplikazio fisiologikoa^(8, 9). Pazientea motibatzen moduko giroa sortu behar da, eta bere interes eta jarrera partikularrak baloratu; horretarako, pazienteek programak sortzeko eta diseinatzeko prozesuan parte hartu behar dute, eta aukera eman behar zaie jarduerak egokitzeko, hein batean (musika, materiala, helburuak...). Beharrezkoa da egokitzapen okerrak bideratzeko eta ingurunearen babes soziala sustatzeko ahalegina egitea⁽¹⁰⁾.

Uretako ariketek belauneko eta aldakako osteoartritis tratatzeko izan ditzaketen onurei buruzko azken Cochrane azterketaren arabera, jarduera horiek eraginkortasun moderatua dute (epe laburrera) mina murrizteko eta bizi-kalitatea eta funtzionalitatea areagotzeko⁽¹¹⁾.

Programaren eraginkortasunaren azterketa

Ariketen programa batek belauneko artrosia duten pazienteengan izan duen eraginkortasuna baloratzeko, belauneko afekzioentzako funtzionalitate-testa erabil daiteke⁽¹⁾. Test horren bidez alderdi hauek baloratzen dira: oreka (hanka bakarraren gainean iraun dezakeen denbora, kaltetutako hankaren gainean jarrita), indar muskularra (posizio bipedoan iraun dezakeen gehieneko denbora, belaunak 90 gradu tolestuta; eta hankak 90 gradutan jarrita hankekin 20 flexio egiten igarotzen duen gutxieneko denbora) eta erresistentzia aerobikoa (50 metro lau egiteko, 1.600 metro lau egiteko eta 25 cm-ko 100

eskailera-maila igotzeko behar duen gutxieneko denbora).

Zenbait test erabil daitezke beheko gorputz-adarren malgutasuna ebaluatzeko, hala nola Wells eta Dillónen testa eta Krauss-Webberrena; horien bidez giza gorputzaren atzealdeko kate miofaszialaren malgutasuna baloratzen da.

Ariketen programa betetzen jarraitzeko eta horretan hobetzeko prozedurak erabil daitezke; esaterako, ariketak monitorizatzea, epe luzera azterketak egitea eta familia sartzea planean. Horrez gain, ariketen programak eraginkorrak izango badira, pazienteei aholkularitza eta hezkuntza ere eman behar zaie, bizi-estilo positiboagoa izan dezaten, jarduera fisikoa areagotuta ("Move" akordioan zehaztu bezala)⁽²⁾. Horretarako, aurreko atalean adierazitako alderdiez gain (parte-hartzaileen interesak eta jarrerak baloratzea, parte-hartzaileek programak egiteko eta diseinatzeko prozesuan parte hartzea, egokitzapen okerrak bideratzea, ingurunearen babes soziala sustatzea, aurrez ezarritako espektatibak aintzat hartzea, pazienteak motibatzea, jarduerak indibidualizatzea...), funtsezkoa da parte-hartzaileei ulertaraztea zer-nolako onurak ekartzen dituen ariketa fisikoak, eta aurreiritziak baztertzeko ahalegina egitea. Komeni da jarduerak zuzentzen dituen fisioterapeutak horien xedea azaltzea, zailtasun moderatuko helburuak ezarri eta atzerailikadura positiboa emanez. Pazienteak argi izan behar du beti dagoela zer hobetu⁽⁸⁻¹⁰⁾. Programarekin duen atxikipena neurtzeko zenbait eskala daude: Clinician-completed Hopkins Rehabilitation Engagement Rating Scale (HRERS), Pittsburgh Rehabilitation Participation Scale (PRPS), Sport Injury Rehabilitation Adherence Scale (SIRAS), Modified Rehabilitation Adherence Questionnaire (RAQ-M) eta Rehabilitation Overadherence Questionnaire (ROAQ)⁽¹²⁾.

Oso garrantzitsua da jarduera fisikoa sustatzea, bizi-estilo aktiboagoa izateko bitarteko gisa. Parte-hartzaileei gogorarazi behar zaie ariketa fisikoak garrantzi handia duela osasun publikoan, eta pentsamolde aktiboa izan behar dutela, alderdi fisikoari dagokionez.

Horrez gain, parte-hartzaileek hautemandako autoeraginkortasun-maila kuatinfika daiteke, horretarako zenbait eskala erabilia, hala nola hauek: Self-Efficacy for Exercise, Stage of Change, The Exercise Self Efficacy Questionnaire (ESE) eta The Self-Efficacy for Exercise⁽¹³⁾. Bestetik, bizi-kalitatea baloratzeko eskalak ere badaude: besteak beste, World Health Organization Quality of Life Questionnaire (WHOQOL) eta KOOS eskala. KOOS eskala (Knee Injury and Osteoarthritis Outcome Score) osteoarthritis-kasuetan erabiltzen den galdeketa partikular bat da (ez du soilik bizi-kalitatea aztertzen). Askotariko alderdiak baloratzen ditu eta, horien artean, besteak beste, hauek ditugu: eguneroko jarduerekin lotutako 17 item, kirol- eta aisialdi-jarduerari buruzko 5 item eta bizi-kalitatearekin lotutako 4 item (ebaluatutako gainerako baldintzak dira sintomak -5 item-, sorgortzea -2 item- eta mina -9 item-)(14).

Ondorioa

Belauneko artrosia gizarte modernoko afekzio degeneratibo ohikoena da, baita gehien ezigaitzen duena ere. Pazienteen egoera fisikoari eta aldarteari eragiten dio, eta eguneroko jarduerak egiteko baldintzatzen du. Funtsezkoa da ondo egituratutako jarduera fisikoko programak egitea, hauek barnean hartuko dituztenak: ariketa aerobikoak, muskuluak indartzeko ariketak, oreka-ariketak eta luzapenak. Horri esker, pazienteen klinika arindu eta funtzionalitatea hobetzen da. Pazienteak motibatuta badaude, jarrera positiboa badute, autoeraginkorrak direla hautematen badute eta entrenamendu-planak betetzeko asmoa erakusten badute, jarrera aktiboa izango dute, eta ariketa fisikoa behar-beharrezkoa bihurtuko zaie gaixotasun horri aurre egiteko eta gaixotasunarekin bizitzeko.

Fisioterapeutok ondo ezagutu eta erabili behar ditugu ariketa fisikoko programa bat eraginkorra izateko kontuan hartu behar diren aldagaiak. Zenbait faktore zorroztasunez zehaztu behar dira, esku-hartzea arrakastatsua izan dadin: iraupena, maiztasuna, intentsitatea, aurrerapen-erritmoa, ariketaren dentsitatea, jarduera mota... Ez ahaztu: pazienteak gizakia da eta, horrenbestez,



kontuan hartu behar dira zenbaterainoko motibazioa duen, zer-nolakoa den bere lan- eta gizarte-ingurunea, programarekin aurrera jarraitzeko asmoa duen... Ondorioz, aintzat hartu behar dugu jarduera fisikoa agintzeko eta monitorizatzeko aukera, belauneko artrosia duten herritarrentzako fisioterapiako tresna terapeutiko erabilgarri gisa.

Bibliografía

1. Parra R. Efectividad de un programa de ejercicio físico extramural sobre la funcionalidad en varones con osteoartritis de rodilla. *Rev. Fac. Cienc. Salud USED*. 2014;1(2):113-9.
2. Márquez J, Márquez W. *Revista Cubana de Ortopedia y Traumatología*. 2014; 28(1): 83-100.
3. Negrín R, Olavarría F. Artrosis y ejercicio físico. *Rev. Med. Clin. Codes*. 2014;25(5):805-811.
4. Comas M, Sala M, Román R, Hoffmeister L, Castells X. Variaciones en la estimación de la prevalencia de artrosis de rodilla según los criterios diagnósticos utilizados en los estudios poblacionales. *Gac Sanit*. 2010;24(1):28-32.
5. Katz JN, Brophy RH, Chaisson E, Leigh de Chaves, Cole B, Dahm D et al. Surgery versus physical therapy for a meniscal tear and osteoarthritis. *N Engl J Med*. 2013; 368(18):1675-84. doi: 10.1056/NEJMoa1301408
6. Mills K, Hübscher M, O'Leary H, Moloney N. Current concepts in joint pain in knee osteoarthritis. *Schmerz*. 2018. doi: 10.1007/s00482-018-0275-9.
7. Bartholdy C, Carsten J, Christensen R, Lund H, Zhang W, Henriksen M. The role of muscle strengthening in exercise therapy for knee osteoarthritis: A systematic review and meta-regression analysis of randomized trials. *Seminars in Arthritis and Rheumatism*. 2017; 47(1): 9-21.
8. Allen K, Morey M. Physical activity and adherence. En Bosworth, H. (Ed). *Improving Patient Treatment Adherence. A clinician's guide*. Chapter 2. Springer Science+Business Media. Durham. USA. 2010; 9-38.
9. De Gracia M, Marcó M. Efectos psicológicos de la actividad física en personas mayores *Psicothema*. 2000;2(2):285-292.
10. Moreno JA, Martínez C, González-Cutre D, Cervelló, E. Motivación hacia la práctica físico-deportiva en personas mayores. En E. H. Martín y R. Gomes de Sousa (Eds.). *Atividade física e envelhecimento saudável*. Rio de Janeiro: Shape. 2008. 153-169.
11. Bartels EM, Juhl CB, Christensen R, Hagen KB, Danneskiold-Samsøe B, Dagfinrud H, et al. Aquatic exercise for the treatment of knee and hip osteoarthritis. *Cochrane Database of Systematic Reviews*. 2016; 1 3. Art. No.: CD005523. DOI: 10.1002/14651858.CD005523.pub3.
12. McLean S, Holden MA, Potia T, Gee M, Mallett R, Bhanbhro S, et al. Quality and acceptability of measures of exercise adherence in musculoskeletal settings: a systematic review. *Rheumatology (Oxford, England)*. 2017;56(3):426-438. <http://doi.org/10.1093/rheumatology/kew422>.
13. Guirao JA, Cabrero J, Moreno P, Muñoz CL. Revisión estructurada de los cuestionarios y escalas que miden la actividad física en los adultos mayores y ancianos. *Gaceta Sanitaria*. 2009;23(4):334.e51-334.e67.
14. López A, García Y, López G, López M, Áreas Y, Ruiz de Villa A. Artrosis de la rodilla y escalas para su evaluación. *AMC*. 2012;16(6).

Jon Gorriño Angulo
Colegiada 1296 COFPV

Elkarberri hiruhileko aldizkarian artikulua edo iritziak argitaratzea erabat doakoa da Euskadiko elkargokide guztientzat.

Artikulu bat argitaratu ahal izateko, nahikoa aurrerapenaz bidali behar zaio Komunikazio, Publizitate eta Protokolo Batzordeari, eta honek, Gobernu Batzordearen oniritzia jasotakoan, tarteren bat dagoen aldizkariaren hurrengo alean txertatuko du. Argitaratu ondoren, itzulpenarekin batera esekiko da Elkargoaren webgunean (www.cofpv.org).

La publicación de artículos o de opiniones en la revista trimestral Elkarberri es un servicio totalmente gratuito para todos/as los/as colegiados/as del País Vasco.

Para poder publicar un artículo es necesario que sea remitido con suficiente antelación a la Comisión de Comunicación, Publicidad y Protocolo, la cuál una vez obtenido el visto bueno de la Junta de Gobierno, lo incluirá en la siguiente revista disponible. Una vez editado, se publicará con la traducción correspondiente en la web colegial (www.cofpv.org).

Segurtasun-arrakalak eta euskal fisioterapia

....edo zer egin gure pazienteen datu pertsonalei eragiten dieten arriskuekin

I.- Zentro txikien errealitatea:

Enpresek, baita zentro txikiek ere, datu pertsonalak tratatzen dituzte beren eguneroko lanean, askotariko xedeekin eta informazio-bolumen edo konplexutasun-maila desberdinekin. Hori horrela, funtsezkoa da datu pertsonalak tratatzean pertsona fisikoak babestea, eta gaur egungo bilakaera teknologiko azkarrak eta globalizazioak erronka berriak sorrarazi dituzte datu pertsonalak babesteko. Ilido horretan,

egon daitezkeen arrakalen kudeaketa aintzat hartu behar da tratamendu-jarduerak diseinatzeko diren une beretik, eta beharrezko segurtasun-neurriak ezarri behar dira, pazienteen eskubideak eta askatasunak bermatzeko.

II.- Eta arrakalak

DBEOk (679/2016 Erregelamendua) datu pertsonalen segurtasun-urraketen definizio zabala ematen du: "transmititutako, kontserbatutako edo

beste moduren batez tratatutako datu pertsonalak ustekabean edo legez kontra suntsitzea, galtzea edo aldatzea, edo datuok baimenik gabe lagatzea edo irispidean jartzea". Segurtasun-arrakalen azterketak badu osagai teknologiko bat, segurtasun-kontrol eta -neurrietara bideratua, baina baita beste mota bateko osagai bat ere, arriskuak baloratzen dituen, pertsonen eskubide eta askatasunak bermatzeko.





Erasoak edo arrakalak jasan dituzten goi-mailako erakundeen adibide esanguratsuak: AEBko Justizia Saila erasotua izan zen, eta datu ugari lapurtu eta filtratu zizkieten (izenak, karguak, telefono-zenbakiak eta helbide elektronikoak). Uber enpresak baieztatu zuen segurtasun-arrakala bat izan zuela 2016ko urrian eta, ondorioz, aplikazioa erabiltzen zuten milioika erabiltzaileen datu pertsonalak arriskuan egon zirela. Gainera, konpainiak segurtasun-arrakala hori ezkutatu egin zuen eta zibergaizkileen estortsioan erori zen, lapurtutako datu pertsonalak ezaba zitzaten eta datuen filtrazioa harago joan ez zedin. Facebook enpresak ere segurtasun-arrakala izan zuen 2018an. Erakunde handietako adibideak aipatu ditugu, baina maila txikiagoan ere, gure datu pertsonalen kontrako egoerak sortzen dira etenik gabe eguneroko bizitzan.

Arriskuak detektatzeko kontrolei dagokienez, gainetik aztertuta, honako informazio-iturri hauek dira aintzat hartzekoak: erabiltzaileen jakinarazpenak, ezohiko karaktereak dituzten artxiboak, artxibo erantsi susmagarriak dituzten mezu elektronikoak, gailuen jokabide arraroa, zerbitzu jakin batzuk erabili ezin izatea, biltegitratzeko gailuak edo informazioa duten ekipamenduak galtzea edo lapurtzea, birusen aurkako softwareek sortutako alertak eta bat-bateko eta gehiegizko kontsumoa zerbitzarietako eta ekipamenduetako memoria edo diskoetan.

Erasoen edo segurtasun-urraketen adibideak:

- Eraso zuzendua:

Normalean oinarritzko informazioa biltzeko erasoak dira, mota askotakoak. Informazio horri esker, gero eraso sofistikatuagoak egiten dituzte. Kategoría honetan sartzen da, esaterako, asmo txarreko softwarea barnean hartzen duten mezu elektronikoak bidaltzea

enpresa bateko langileei, harik eta langileetako batek bere ekipamenduan instalatzen duen arte. Horri esker, sistemarako sarbidea eskuratzen dute.

- Zerbitzua ukatzea (DoS/DDoS): Sistema bat trafikoz betetzean datza, berezko erabiltzaileei zerbitzu emateko gai ez den arte.
- Kontu pribilegiatuetarako sarbidea:: Erasotzaileak sistemara sartzea lortzen du pribilegio aurreratuak dituen erabiltzaile-kontu baten bidez, eta horrek nahi duena egiteko aukera ematen dio. Horretarako, lehenik eta behin erabiltzailea eta pasahitza lortu behar ditu beste bide batetik; esaterako, eraso zuzendu baten bidez.
- Kode gaiztoa: Software-piezak dira, eta helburu gisa dute ordenagailu batean, zerbitzari batean edo sareko beste gailu batean infiltratzea edo gailua kaltetzea, askotariko helburuekin. Kode kaltegarri hori erakunde batean sar daiteke, esaterako, erabiltzaileen batek nahi gabe instalatzen badu.
- Informazioaren konpromisoa: Hemen sartzen dira publikoa ez den informazioa eskuratzearekin, galtzearekin, aldatzearekin edo ezabatzearekin zerikusia duten gertakari guztiak.
- Datuak lapurtzea eta/edo filtratzea: Kategoría honetan sartzen dira informazioa duten biltegitratze-gailuak galtzea eta lapurtzea.
- Desitxuratzea (Defacement): Zuzendutako eraso mota bat da. Honetan datza: webgune korporatiboa aldatu egiten da, edonolako mezu

aldarrikatzaileak jartzeko edo beste edozertarako. Webgunearen ohiko jarduera eten egiten da, eta enpresaren izen ona ere kaltetzen da.

- Aplikazioen ahultasunak baliatzea: Aplikazioen ahultasunak baliatu direla esaten da balizko erasotzaile batek sistema edo produktu baten ahultasunetako bat arrakastaz baliatu duenean, erakundearen aplikazio bat arriskuan jarritz.
- Gizarte-ingeniaritza: Iruzurrean oinarritutako teknikak dira; normalean, sare sozialen bidez gauzatzen dira, pertsona baten jokabidea bideratzeko eta informazio garrantzitsua lortzeko. Adibidez, erabiltzailea esteka bat sakatzera bultzatzen da, zuzen jokatzan ari dela pentsaraziz.

III.- Bada jakinarazten hasteko garaia"

Datu pertsonalen tratamenduei eragiten dieten segurtasun-arrakalen berri 72 orduko epean emateko betebeharra unibertsal bihurtu da, eta datu pertsonalak tratatzen dituzten erakunde eta zentro guztiei eragiten die. Hain zuzen, arrakala horiek pertsona fisikoen eskubide eta askatasunak urra ditzaketela hautemanez gero, kontrol-agintaritzari (gure kasuan DBEBrill) jakinarazi behar zaio. Hori horrela, zenbait irizpide izan behar dira kontuan arrisku hori dagoen edo ez zehazteko; besteak beste: izandako arrakala mota; eraginpeko datu pertsonalen izaera, kopurua eta garrantzia; datuen titularrek izan ditzaketan ondorioen larritasuna (kalte moralak, ekonomikoak, izen onari dagozkionak, etab.); segurtasun-urraketak datuen kategoría bereziei eragiten dien; tratamenduaren arduraduren ezaugarri espezifikoak; etab.

Osasun-zentroek osasunarekin lotutako datu pertsonalak erabili ohi dituzte. Nagusiki, datu horiek historia klinikoa eta dagokion pertsonaren osasunari buruzko datuak izaten dira. Historia

klinikoan jasota egoten dira paziente batek arreta jasotzen duen bitartean duen osasun-egoerari edo bilakaera klinikoari buruzko informazioa eta balorazioak biltzen dituzten dokumentu guztiak. Bestetik, pazientearen osasun fisiko edo mentalaren egoerari buruzko informazioa ematen duten datu guztiak dira osasunari buruzko datuak. Moltzo horretan sartzen dira, halaber, jasotako osasun-arretari buruzko informazioa eta egungo osasun-egoeraren datuak. Hortaz, osasun-datutzat joko ditugu izandako gaixotasunei, gaixotasunak izateko arriskuei, desgaitasunei, historial medikoari edo tratamenduari buruzko informazio guztiak.

Hori horrela, datu horien garrantzia eta kasuan kasuko pertsonaren pribatutasunari begira eragin ditzaketen kalteak ikusita, DBEOk bereziki babestutako datutzat jotzen ditu.

Bestetik, gertakariak delitu-itxura badu (lapurreta, ebasketa, iruzurra edo antzekoak), berehala jakinarazi behar zaie Estatuko segurtasun-indar eta -kidegoei ere.

IV.- Bada dokumentatzen hasteko garaia ere

Tratamenduaren arduradunak (alegia, zentroak) segurtasun-arrakalen erregistro bat izan beharko du, eta bertan jaso beharko ditu gorabehera guztiak, gorabeherekin zerikusia duten gertakariak, horien eraginak eta hartutako neurri zuzentzaileak barne. Erregistro horri esker, kontrol-agintariak edozein unetan egiaztatu ahal izango dute arduradunak dagozkion betebeharrak bete ote dituen. Laburbilduz, gorabehera identifikatu ondoren, horren segimendua dokumentatzeko bitartekoak eduki behar dira; zehazki, gorabeheraren

alderdi guztiak jaso behar dira gertakarien erregistro batean.

V.- Euste-neurriak

Jarraian, ginetik azalduko ditugu kasu bakoitzean aplikatzeko modukoak diren euste-neurriak: ahal dela, dibulgazioaren jatorrirako sarbidea ukatzea: domeinuak, atakak, zerbitzariak, iturria eta dibulgazioaren hartzaileak. Eraso-bektorea zein den, jatorrirako sarbidea ukatzea: domeinuak, konexioak, ekipamendu informatikoak eta urrutiko konexioak, atakak, adabakiak, detekzio-softwarea eguneratzea (antibirusak, IDSak, etab.), trafikoa blokeatzea, gailuak eta zerbitzariak desgaitzea, etab. Informazio pribilegiatua ematen duten egiaztagiri logiko eta fisikoak kentzea. Erabiltzaile pribilegiatuen pasahitz guztiak aldatzea edo erabiltzaileei pasahitzak modu seguruan erabiltzen laguntzea. Sistemaren kopia bat egitea (klonatzeko), sistema barnean duen disko gogorraren kopia bat egitea (bitez bit) eta gero kopia hori aztertzea, auzitegi-tresnak erabiliz. • Datuak zabalatzeko erabilitako sistema isolatzea, beranduago auzitegi-azterketa bat egiteko. Datuak zerbitzari publikoetara igorri badira, jabeari (edo webmasterrari) eskatzea zabalduko datuak ezabatzeko. Zabalduko datuak ezabatu ezin badira, analisi oso bat ematea dagokion sailari (legala, Compliance, giza baliabideak, etab.) edo enpresan zeregin horiek esleituta dituenari. Webgune eta sare sozialetan (FB, Twitter, etab.) filtratutako dokumentuak/datuak zenbateraino zabalitzen diren ikustea, baita Interneteko erabiltzaileek zer iruzkin egiten dituzten eta nola erreakzionatzen duten ere.

Amaitzeko, azken iruzkin bat egin nahi dugu EFEOren Aholkularitza Juridikoko kideok: zaindu itzazue pazienteen datu pertsonalak zuenak zaintzea

gustatuko litzazuekeen bezalaxe. Eta gogoratu: mahaia garbi eduki, paintailak blokeatu, sarbideetarako erabiltzaile eta pasahitza ezarri, etab.

Espero dugu lerro hauek nahasgarriak ziren zenbait kontzeptu argitzeko baliagarriak izan direla, eta horrekin batera EFEOko Aholkularitza Juridikoko kideok agur esaten dizuegu, gogoraziz gure uste apalean fisioterapeuten ekidin ezineko betebeharra dela kontzeptu horiek ezagutzea.

EFEOren Aholkularitza Juridikoa

¹ Segurtasun-arrakalak kategoriatik hauetako batean edo gehiagotan sailka daitezke: • Konfidentzialtasun-arrakala: hori gertatzen da baimenik gabeko aldeek informazioa eskuratzen dutenean, informazioa eskuratzeko arrazoi legitimorik izan gabe. Konfidentzialtasun-galeraren larritasuna desberdina da dibulgazioaren irismenaren arabera; alegia, informazioa legez kontra eskuratu duten ustezko aldeek kopuruaren eta moten arabera. • Integritate-arrakala: hori gertatzen da jatorrizko informazioa aldatzen denean eta, ondorioz, pazienteak kalteak jasan ditzakeenean. Egoera larriena sortzen da benetan aukera dagoenean aldatutako datuak norbanakoa kalteztzeko erabiltzeko. • Erabilgarritasun-arrakala: hori gertatzen denean, ezin dira jatorrizko datuak eskuratu. Aldi baterako izan daiteke (datuak berreskura daitezke, baina denbora behar da eta eraginpeko pertsonarentzat kaltegarria izan daiteke) edo betiko (datuak ezin dira berreskuratu).

² DBEOren 33. artikulua arabera, datu pertsonalei eragiten dien segurtasun-arrakala bat egonez gero, horren berri emango dio tratamenduaren arduradunak eskudun den kontrol-agintaritzari, atzerapen bidegaberik gabe eta, ahal bada, arrakalaren berri jaso eta 72 ordu baino lehen, salbu eta segurtasun-arrakala horrek pertsona fisikoaren eskubide eta askatasunetarako arriskurik ekartzea aski gertagaitza izaten bada. Bestetik, DBEOren 34. artikulua arabera, datu pertsonalen segurtasun-arrakalak arrisku handia ekar diezazake pertsona fisikoaren eskubide eta askatasunei, horren komunikazioa bidaliko dio interesdunari tratamenduaren arduradunak, atzerapen bidegaberik gabe.

³ Datuak Babesteko Euskal Bulegoa (<http://www.avpd.euskadi.eus/s04-5213/eu/>).

El objetivo del servicio de Asesoría Jurídica es prestar asesoramiento jurídico tanto al colegiado/a como a la Junta de Gobierno en todo lo relacionado directa o indirectamente con el ejercicio profesional de la Fisioterapia.

El asesoramiento abarca las siguientes áreas del Derecho: civil, penal, sanitario, sancionador, administrativo, laboral, fiscal, financiero, inmobiliario, comunitario, societario y mercantil. Cabe destacar que las consultas más comunes realizadas entre nuestros/as colegiados/as son: Traspasos y puesta en marcha de centros de fisioterapia, Docencia, Convenios, RETA, Seguro de Responsabilidad Civil, LOPD, IRPF, Trabajo en el extranjero, Osakidetza, Ley medios de pago, Tarifas, Seguro Accidentes, Convenio Colectivo, Traslados a otros Colegios.

Este servicio es gratuito para los/as colegiados/as, e incluye únicamente el asesoramiento; no se incluye, por tanto, la elaboración de documentos, ni la personación del asesor ante los tribunales, organismos, inspecciones, etc., que en el caso de utilizarse serían facturados por el asesor jurídico en la cuantía que hubiese acordado particularmente con el o la colegiada.

Para utilizar este servicio de asesoría es necesario concertar previamente la consulta mediante llamada telefónica a la Secretaría del colegio, mediante fax o por correo electrónico.

El horario de Asesoría Jurídica es:
Lunes: 17,00 a 21,00 horas
Martes: 15,30 a 19,30 horas
Viernes: 9,30 a 14,00 horas



Letrado: D. Severino Setién Álvarez
Tel.: 94 402 01 55
e-mail: setien@cofpv.org

La fisioterapia es un trabajo de equipo

Tus pacientes, tú y ATM, tu proveedor de confianza

atm.

Zure fisioterapia denda

Encuentra en ATM todas las herramientas que te ayudarán a devolver la función y movilidad de tus pacientes

Gozatu ezazu gertuko talde baten aholkuaz, konfiantzazkoa eta hemengoa, beti fisioterapia merkatuko azken berriak eta zure beharrak kontutan hartzen dituen taldea



Visita nuestra exposición en:

**Parque Empresarial Zuatzu, 3
Edificio Urgull, local 4
Donostía**

atm. movimiento
en equipo

www.atmfisio.com



ventas@atmfisio.com | 943 358 270

administración informa

administrazioak jakinarazten du

Estimado/a Colegiado/a:

Desde Administración te recordamos lo siguiente:

- Si has cambiado recientemente, e-mail, teléfono o algún otro dato de contacto puedes comunicarlo llamando al teléfono 944020155 o escribiendo al e-mail cofpv@cofpv.org para que actualicemos tu ficha.
- Recuerda que el Colegio mantiene una Bolsa de empleo a la que pueden apuntarse todos/as los/as colegiados/as interesados/as, y que se facilita a quienes necesiten cubrir una vacante de Fisioterapeuta.
- Para los/as colegiados/as que tenéis Centro de Fisioterapia, os recordamos que podéis solicitar la Placa que acredita que el centro está reconocido por el COFPV y también podéis descargaros de nuestra página Web la Autorización para así poder publicar los datos de vuestro centro. Esta ficha tenéis que enviárnosla rellena, firmada y sellada, por correo ordinario (junto con fotocopia de la autorización de la Dirección Territorial de Sanidad competente)

Administración del COFPV

Elkargokide hori:

Administraziotik hauxe gogorarazi nahi dizugu:

- Posta elektronikoa, telefonoa edo bestelako kontaktu-daturen bat berriki aldatu baduzu 944020155 telefonora deituz edo cofpv@cofpv.org helbidera idatziz jakinarazi dezakezu zure fitxa eguneratu dezagun.
- Gogoratu Elkargoak lan poltsa bat mantentzen duela, interesa duen elkargokide orok eman dezake izena, eta Fisioterapeuta lanpostu bat betetzeko beharra duenei ematen zaie.
- Fisioterapia zentroa daukazuen elkargokideoi gogorarazten dizuegu, zentroa EFEOak onartua daukala ziurtatzen duen Plaka eska dezakezuela; halaber, baimena ere deskarga dezakezue gure Webgunean, honela, zure zentroko datuak zabaldu ahal izateko. Fitxa hau beteta, sinatuta eta zigilatuta igorri behar diguzue, posta arruntaz, (dagokion Osasun Sailaren Lurralde Ordezkaritzak emandako baimenaren fotokopiarekin batera).

EFEOeko Administrazioa





tablón de anuncios

iragarki-taula

Se ofrece cabina de 16m cuadrados y sala de grupos de 33m cuadrados en consulta de fisioterapia en funcionamiento en Gasteiz. Condiciones a acordar.

Contacto 945091428

Se alquila despacho de 20 metros cuadrados en Irún equipado para la práctica de fisioterapia con mesa y sillas, camilla hidráulica, taburete, lámpara de infra-rojos, equipo de electroterapia y ultrasonidos, exterior, con calefacción autónoma, y con baño y sala de espera a compartir con otras dos consultas. Acceso a minusválidos acondicionado. Se puede alquilar por meses, semanas, días, mañanas, tardes o fines de semana. Somos un centro de fisioterapia con más de 20 años de experiencia laboral y buscamos optimizar el rendimiento de las instalaciones con las que contamos. Interesados llamar al teléfono: 627561740

Se alquila centro multidisciplinar en Getxo
Se alquila centro preparado para servicios de fisioterapia, rehabilitación y fitness.
El centro está reformado recientemente y consta de 150 metros distribuidos actualmente en 3 cabinas, una sala de entrenamiento, cocina, recepción, cuarto de baño completo y vestuario.
Opción de alquiler íntegro o por espacios.
Interesados contactar en info@thehealthcompany.es

Se alquila local de 150m. instalado para iniciar actividad de fisioterapeuta. Tres cabinas de masaje, agua caliente, calefacción, dos lavabos y duchas. Mas 70m de sala insonorizada a pie de calle en Deusto. Interesados, llamar al teléfono 662144596 y 600252797

Se vende camilla electrica, marca GYMNA Trioplus Advanced con pedal periférico. Interesados contactar con el teléfono: 610395941

Alquilo centro de fisioterapia situado en la calle Berastegui frente al cafe Iruña, al lado de la Gran Vía. Está equipado para empezar a trabajar. Consta de 8 cabinas con infrarrojos murales, un jacuzzi profesional y una sauna. Tiene luz led y calefacción individual con gas. La superficie total útil es de 125m². Tel 605702146 y 944242117

Se alquila fisioterapia en funcionamiento en USANSOLO (Galdakao). Sin traspaso y precio económico. Telf. 620428836 (Joserra)



ofertas de empleo

lan eskaintzak

álava araba

Se necesita fisioterapeuta en un centro privado multidisciplinar en Vitoria. Imprescindible actitud y seriedad en el trabajo. Se ofrece buen ambiente y oportunidad de crecer como profesional.

Para más información acerca de las condiciones mandar el curriculum a: empleofisioterapia@outlook.es

Solutia Global Health Solutions es la Consultoría de RRHH especializada en los profesionales de las Ciencias de la Vida y la Salud. Nuestra experiencia de más de 20 años en gestión de RRHH nos convierte en un partner estratégico para la gestión de su carrera profesional. Estamos buscando un/a Fisioterapeuta para realizar terapia manual a trabajadores de una gran empresa ubicada en Vitoria.

OBJETIVOS:

- Concienciar a los trabajadores sobre la importancia de una correcta higiene postural.
- Trasladar herramientas y consejos para mejorar la postura en su entorno laboral
- Stand en lugar apropiado dentro del centro de trabajo donde cada trabajador podrá tener una sesión individual con el/la fisioterapeuta de 30 minutos

Requisitos mínimos:

- Graduado/a en fisioterapia
- Disponibilidad inmediata
- Al menos 1 año de experiencia

DURACIÓN: 3 horas (30 min/pers.) Los miércoles de 13:00 a 16:00. Con posibilidad de ampliación días de la semana/horario.

Contacto: virginia.fuentes@solutiagh.com

Se busca fisioterapeuta para centro privado en Vitoria. Mínimo 2 años de experiencia.

Se valorará conocimientos en Pilates e Indiba.

Interesados manden cv a fisiomet@gmail.com

Estamos buscando una persona para trabajar y formar parte de Kuida con perfil de fisioterapeuta.

Persona con experiencia en todo tipo de dolencias y tratando personas de todas las edades.

Valorable formación en Pilates y/o terapia manual y/o suelo pélvico. Se valorará también conocimiento en euskera y experiencia previa demostrable.

Valorable persona de alta en régimen de autónomos.

Contacto: halava@kuida.eu

Empresa química dedicada a la producción y distribución de gases medicinales precisa fisioterapeutas para realizar terapia respiratoria a domicilio en la provincia de Álava. Reportando al Supervisor/a de Zona, el/la profesional de la salud deberá desempeñar las siguientes funciones:

- Atención a paciente con dificultades respiratorias.
- Atención domiciliaria en horario establecido y guardias periódicas.
- Formación a los pacientes y tratamiento con equipos de terapia asignados.
- Seguimiento y apoyo a los pacientes.
- Gestión administrativa de expedientes sanitarios.

La posición ofrece:

- Contrato de larga duración e incorporación inmediata
- Salario base + complementos + guardias y servicios
- Jornada Completa de Lunes a Viernes de 8/9h a 17/18h
- Formación en terapia respiratoria
- Vehículo de empresa y tarjeta SOLRED

Requisitos:

- Diplomado/a en Fisioterapia.
- Carnet de conducir B.
- Conocimiento en terapia respiratoria.
- Experiencia realizando domicilios y/o en residencias.

Se valora positivamente a candidatos/as con discapacidad. La persona estará totalmente integrada y podrá desarrollar sus funciones de modo autónomo ya que las instalaciones facilitan el acceso a los centros de trabajo.

Contacto: nsabater@talentsearchpeople.com

gipuzkoa

Fisioterapeuta bat behar dugu Azpeitiko zentro pribatu baterako, epe luzerako aukera askorekin.

Interesatuak bidali kurrikuluma

info@bizifisioterapia.com helbidera.

Se busca joven fisioterapeuta para centro de demostración de tecnologías robóticas de rehabilitación en Urretxu (Gipuzkoa)

Se valorará formación específica en fisioterapia neurológica

Se valorarán conocimientos de terapia manual

Incorporación inmediata

Contacto: jizeta@gogoa.eu

Se busca fisioterapeuta para clínica privada en Alza (Donosti), para trabajar 20 horas semanales con posibilidad de ampliación en el futuro.

Se valorará experiencia en clínica privada

y formación en Osteopatía.

Interesad@s enviar CV a Joseba.lopez.zorzano@gmail.com

Se necesita fisioterapeuta para centro privado de fisioterapia en Eibar.

Se valorará experiencia profesional y euskera.

Interesad@s mandar currículum a eidermugica@hotmail.com



bizkaia

Residencia Eusebio Aldekoa de Zeberio

La residencia Eusebio Aldekoa de Zeberio con plazas privadas y plazas concertadas con la Diputación Foral de Bizkaia, desea incorporar a su plantilla a fisioterapeuta con una jornada semanal de 9 horas. El trabajo se desarrollaría en horario a convenir, preferentemente de mañana. La retribución es la que marca el convenio del sector.

Los interesados en concertar entrevista personal deben enviar su C.V a la siguiente dirección de correo electrónico: reusebioaldekoa.zeberio@bizkaia.org. Persona de contacto: Toño Barañano - Tfno: 695782972

Se ofrece contrato de interinidad sustitucion vacaciones fisioterapeuta titular en residencia IMQ Igurco Bilbozar.

Fechas: del 29 julio al 22 agosto

Jornada: 80%

Horario: de lunes a viernes de 8 a 14 horas

Salario: segun convenio residencias privadas bizkaia

Contacto: izaskun beitia - tfno: 946792741

- mail: ibeitia@igurco.es

Se necesita fisioterapeuta para cubrir vacaciones en julio y posterior baja de maternidad septiembre-abril.

Se valora formación en osteopatía y terapias manuales.

Enviar currículum vitae a fisiodupe@hotmail.com

Clinica de fisioterapia de Galdakao, necesita fisioterapeuta.

Interesados enviar curriculum al mail:

galdakao@bizkaifisios.com

MZ Fisioterapia & Osteopatía, Bilbao. Necesitamos cubrir una vacante para fisioterapeuta.

Valoramos conocimientos de osteopatía y terapias manuales.

Ofrecemos puesto estable en jornada laboral de 36 horas semanales y horario partido de lunes a jueves.

Interesados enviad curriculum a info@mzfisioterapia.com

Se necesita responsable para el área de fisioterapia de centro de atención temprana conveniado con DFB, situado en Bilbao.

Jornada completa. Abstenerse si no se tiene un

mínimo de dos años de experiencia con niños.

Enviar CVs a responsablefisioterapia@gmail.com

Necesitamos incorporar fisioterapeuta para el área Fisioterapia, Traumatología y Rehabilitación.

Con formación en terapia manual, miofascial, ortopédica.

Se ofrece contrato de media jornada a jornada completa. Buena / muy buena remuneración.

Trabajo en equipo, aprendizaje y desarrollo

profesional permanente.

Excelente ambiente de trabajo. Sesiones

de una hora de duración.

Contacto: fabireflex@yahoo.es

Se busca fisioterapeuta en régimen de autónomos preferiblemente con cartera de pacientes para trabajar en centro multidisciplinar situado en el centro de Bilbao.

Excelentes condiciones de colaboración (negociables en la entrevista).

Se valorará conocimientos de osteopatía, terapia manual y pilates.

Se trata de un centro de Rendimiento Deportivo y Salud, que ofrece servicios de fisioterapia, nutrición clínica y deportiva, medicina deportiva, psicología y entrenamientos personalizados.

Interesados ponerse contacto enviando un email a rs@rendimientosaludable.com o llamando al 665882407

Durangoko errehabilitazio zentro bat

fisioterapeuta euskaldun baten bila dabil.

rehab.amatza@gmail.com

Consulta en Galdakao busca fisioterapeuta, tras paternidad, para jornada parcial de tardes.

Trabajo variado, reuma, trauma, deportiva...

Se valorará experiencia y euskera.

Condiciones del contrato, horarios, sueldo,

etc...se hablaría en persona.

Para contactar, mandar CV a la dirección de correo electronico: oker111@hotmail.com

Se busca fisioterapeuta para cubrir baja de maternidad.

El contrato comenzaría en mayo con 30 horas a la semana, y a partir de septiembre ampliaríamos la jornada. Tras

la baja, mantendríamos media jornada, mínimo hasta

septiembre de 2020. Después, según demanda del centro.

Se valorarán conocimientos en Pilates

y formación en punción seca.

Los interesados pueden mandar su currículum

a alvieris.fisioterapia@gmail.com

Se necesita fisioterapeuta, para 2 meses, en

la residencia Arandia de Arrigorriaga.

Jornada completa.

Interesad@s enviar currículum a rarandia@nostem.com

Se busca fisioterapeuta para consulta en condición de régimen general, contrato indefinido.

Jornada laboral de 27-29 horas/semanales, horario de tarde.

Se precisan conocimientos en terapia manual y fisioterapia deportiva, así como don de gentes

y capacidad de trabajo en equipo.

Abstenerse no residentes en Bizkaia.

Contacto: fisioterapiaavanzada@hotmail.com

nuevos colegiados

elkargokide berriak

El Colegio Oficial de Fisioterapeutas del País Vasco desea dar la bienvenida a los/as nuevos/as colegiados/as.
¡Bienvenidos!

Euskadiko Fisioterapeuten Elkargo
Ofizialak ongietorria eman nahi
die elkargokide berriei
Ongi etorri!

álava araba

3348 Ander Bilbao Sanchez
3353 Miguel Mateo Nájera
3361 Nerea Eguskiza Corcuera
3369 Paula Pascual Alutiz
3370 David Hernández Martín
3371 Laura Criado Contreras

bizkaia

2053 Iñigo Muñecas Rodríguez
3346 Jone Landaluze Isasi
3347 Garbiñe Montalban Benito
3350 Laura Hernández Pino
3351 Ane Varona Ateka
3355 Gloria Amparo Perez Muñoz
3356 Urko Rodriguez Ruiz
3357 Nuria Santos González
3358 Arianna Mugnai
3368 Hodei Gallastegui Fernandez
3065 Kerman Porset Arrutia
3372 Aitor Araujo Gómez
3373 Ibone Hidalgo Saez de Buruaga

gipuzkoa

0030 Nerea Zalduegui Urbistondo
2103 Ainara Icardo Iriarte
3349 María Vegas Fernández
3352 Mario Ayestaran Garcia
3354 Lide Arratibel Sola
3359 Vanesa Gil Maestre
3360 Iñigo Martínez Eguia
3362 Maider Ruiz Ibarra
3363 Irati González Liñares
3364 Osel Echave Aguirre
3365 Leire Etxeberria Elorza
3366 Alba Edurne San Jose Becares
3367 Ana Rosa Iglesias Triviño

otros beste batzuk

1990 Álvaro Loidi Martínez

Nota: Desde el 23 de enero de hasta el 14 de mayo de 2019 ha habido 33 nuevas colegiaciones. Actualmente, el Colegio cuenta con 2.784 colegiados/as.

Oharra: 2019ko urtarrilaren 23 eta maiatzaren 14 bitartean 33 kide berri elkartu dira elkargora. Horrenbestez, Elkargoak 2.784 kide ditu gaur egun.



ESCUELA INTERNACIONAL
DE HABILIDADES AVIONÁUTICAS

CURSO DE ATERRIZADOR DE AVIONES

En tan solo
6 meses



Tu futuro al alcance
de tu mano. Con este
curso la crisis saldrá
volando.

Abierto plazo
de matrícula



Prácticas aterrizando
los aviones de las
mejores compañías,
con y sin pasajeros.

Regalamos con
matrícula,
uniforme de
piloto con
galones y gorra.

¿Te lo crees?

Entonces ¿Por qué das credibilidad a cursos sobre masajes y técnicas sanitarias sin fundamento?

Los cursos de masaje, quiromasaje, reflexología, acupuntura, osteopatía, fisio-estética, etc... carecen de validez académica y no están reconocidos oficialmente. El Masaje Terapéutico es una competencia propia de la Fisioterapia y no puede ni debe ser aplicado fuera del ámbito sanitario. **¡Que no te engañen!**

Suplantar a profesionales sanitarios tratando de recuperar lesiones y utilizar técnicas propias de la profesión de fisioterapeuta sin la titulación universitaria oficial puede acabar con penas de cárcel.

ANTES DE RECIBIR UNO DE ESTOS CURSOS INFÓRMATE EN EL
COLEGIO OFICIAL DE FISIOTERAPEUTAS DEL PAÍS VASCO



944 020 155



cofpv@cofpv.org

eke

EUSKADIKO KONTSUMITZAILEEN ELKARGOA
FEDERACIÓN DE CONSUMIDORES DE EUSKADI

Colegio Oficial
de Fisioterapeutas
del País Vasco





¿Has pensado en tu futuro
como autónomo?
Presta atención

¿SABES QUÉ CANTIDAD RECIBIRÁS EN CASO DE INVALIDEZ,
VIUDEDAD O CUANDO TE JUBILES?

Nosotros sí, por eso hemos creado Autónomo Power de Surne,
un seguro configurable para que disfrutes un presente seguro y un futuro más tranquilo.

Con Autónomo Power dispones de un **Seguro de Vida, Accidentes,
Baja Diaria y Dependencia** donde todo son ventajas:



CONFIGURABLE

Eliges los módulos que te interesan, y tú
eliges cuánta tranquilidad necesitas.



COBERTURAS

Puedes elegir dobles y triples coberturas
si lo deseas.



FÁCIL CONTRATACIÓN

Basta con una sencilla declaración
de Salud.



UN SOLO RECIBO

Para hacerte la vida más fácil, olvídate
de múltiples seguros y recibos.



MODULABLE

Puedes decidir cuánto quieres pagar
y el importe de las primas.

Infórmate. Todo son ventajas.

944 354 600
segurmec@cmb.eus