

El ejercicio es un pilar del tratamiento del asma infantil

DEBE REALIZARSE SI LA PATOLOGÍA ESTÁ CONTROLADA Y BAJO SUPERVISIÓN

Isabel Gallardo Ponce - Lunes, 27 de Septiembre de 2010 - Actualizado a las 00:00h. DIARIO MÉDICO.COM

El ejercicio físico en pacientes asmáticos controlados es una parte básica del tratamiento, ya que ayuda a mejorar la capacidad aeróbica y a fortalecer los músculos respiratorios. Para fomentar su práctica se ha celebrado en Madrid un encuentro deportivo de niños asmáticos.

Más de un millón de menores de 18 años sufren asma en España, lo que supone entre un 10 y un 12 por ciento de los niños. Además, afecta al 8 por ciento de los adultos. El ejercicio se ha convertido en una pata más del tratamiento del asma y en una de las recomendaciones más enunciadas. Para fomentarlo entre los pacientes se ha celebrado en Madrid la VI Edición de los Juegos Deportivos Internacionales para Niños y Adolescentes Asmáticos, organizada por Unasma, la Fundación Internacional de Asma y Alergia, y la Fundación Seaic (Sociedad Española de Alergología e Inmunología Clínica).

"Cuando se diagnostica la patología una de las preguntas que con más frecuencia nos hacen los padres en la consulta es: ¿mi hijo puede hacer deporte? La respuesta que damos siempre es: puede y debe", afirma Pedro Ojeda, secretario de Seaic. "Cuando la patología está controlada, el paciente puede hacer cualquier tipo de deporte, excepto submarinismo", explica Concepción López Serrano, alergóloga del Hospital La Paz de Madrid. "Lo importante es que el diagnóstico se realice correctamente. El tratamiento del asma y de las enfermedades alérgicas en general -porque el asma es alérgico en un 80-85 por ciento de los casos- se asienta en un tripode: el tratamiento farmacológico, el etiológico -que debe indicarse en todos los pacientes que vayan a responder- y la educación del paciente", donde entra el ejercicio. Entre un 10 y un 12 por ciento de los atletas de élite son asmáticos. Lo importante es que los pacientes sepan que aunque tengan asma realizar ejercicio como afición o llegar a ser deportistas de élite.



damos siempre es: puede y debe", afirma Pedro Ojeda, secretario de Seaic. "Cuando la patología está controlada, el paciente puede hacer cualquier tipo de deporte, excepto submarinismo", explica Concepción López Serrano, alergóloga del Hospital La Paz de Madrid. "Lo importante es que el diagnóstico se realice correctamente.

farmacológico, el etiológico -que debe indicarse en todos los pacientes que vayan a responder- y la educación del paciente", donde entra el ejercicio. Entre un 10 y un 12 por ciento de los atletas de élite son asmáticos. Lo importante es que los pacientes sepan que aunque tengan asma realizar ejercicio como afición o llegar a ser deportistas de élite.

Autocuidados Según López, el último brazo del abordaje es, en muchas ocasiones, el responsable del control del paciente, al incluir, por ejemplo, el adecuado manejo de los inhaladores, de la respiración y de la relajación. "En el Hospital La Paz hace ya muchos años que le damos mucha importancia al autocuidado. De hecho, contamos con el grupo Educasma, formado por personal médico y de enfermería, que es quien lleva principalmente este tipo de abordaje".

Por tanto, es importante enseñar al paciente a conocer su enfermedad. Para ello sirve "la regla del semáforo, se trata de medir el pico-flujo de la respiración con un aparato simple que se puede tener en casa. Según esta regla, cada paciente tiene una cifra individual cuando está controlado". Así, si al medir los parámetros el enfermo está controlado, la luz del dispositivo se iluminará en verde, pero si la cifra baja un 20 por ciento y pasa a ámbar hay que aumentar o comenzar con la medicación para no pasar a la zona roja, donde los valores bajan hasta un 40 por ciento.

También se les debe enseñar a realizar ejercicios de respiración. Según López, para ello se utilizan juegos donde los niños han de soplar, y donde se fomenta también el aprendizaje de la respiración y la relajación, "que en el asmático es fundamental".

En esta misma línea, los especialistas aseguran que realizar ejercicio físico o un deporte adecuado ayuda a que el niño asmático esté en forma, mantenga un peso saludable -el sobrepeso empeora el asma-, fortalezca sus músculos respiratorios, y a que sus pulmones funcionen mejor. "La práctica de ejercicio reduce la intensidad de los ataques de asma, las crisis se controlan mejor y disminuye el nerviosismo ocasionado por ellas", explica Ojeda.

"El diagnóstico, el tratamiento y el ejercicio precoz son fundamentales para la evolución de la enfermedad. Hay que diagnosticar a los niños de alto riesgo", concluye López.

El tribunal superior de justicia de madrid respalda la actuación del consejo de fisioterapeutas

28/09/2010 - 12:42 MADRID, 28 (SERVIMEDIA)

Desestima la demanda presentada por el Colegio de Cataluña para no abonar su parte de las cuotas

El Tribunal Superior de Justicia de Madrid ha respaldado la actuación del Consejo General de Colegios de Fisioterapeutas de España (CGCFE) y desestima la demanda contra éste presentada por el Colegio de Fisioterapeutas de Cataluña.

El Tribunal valoró en una sentencia que el presupuesto que aprobó el CGCFE es ajustado a derecho y, por tanto, establece que el colegio catalán abone la parte de las cuotas que le corresponda.

La actuación del Consejo General no sólo se ajusta al texto de la norma que la regula, sino también a su espíritu y finalidad, según refleja la sentencia emitida por el Tribunal Superior de Justicia de Madrid, según indicó el CGCFE.

De esta forma, rechaza la pretensión del colegio catalán de no pagar las correspondientes cuotas a su Consejo General al no estar de acuerdo con la aprobación del citado presupuesto, que comprendía, además de una precaria cuota impuesta por sus Estatutos, una aportación adicional aprobada por la Asamblea General del CGCFE (a excepción de los consejeros Catalanes) para hacer frente a las acciones representativas nacionales e internacionales de las que es competente.

Un aspecto importante de la sentencia, señaló el presidente del CGCFE, Pedro Borrego, es que permite que, a través del Consejo General, ningún colegiado se vea desamparado, así como que todos los fisioterapeutas españoles tengan los mismos derechos y obligaciones .

Esta nueva sentencia también supone un respaldo a la actuación del consejo a favor de la fisioterapia y de los profesionales sanitarios que ejercen esta profesión en todos sus ámbitos: Clínico, investigador, docente y de gestión. El soporte justificativo de la sentencia nos otorga confianza en que se mantenga esta línea jurídica, pese a los recursos que se presenten a la sentencia, puntualizó Pedro Borrego.

(SERVIMEDIA)

28-SEP-10

.
. .
. .
. .
. .
. .
. .
. .

Sólo el 5% de los pacientes que han sufrido un infarto de miocardio reciben rehabilitación cardiaca

JANO.es · 29 Septiembre 2010 09:16

Según la presidenta de la Sociedad Española de Rehabilitación Cardiorrespiratoria, ello se debe al gran desconocimiento por parte de la sociedad y los profesionales sanitarios de los beneficios de estos programas.

Únicamente el 5% de las personas que han sufrido un infarto de miocardio reciben rehabilitación cardiaca después del episodio, debido al gran desconocimiento por parte de la sociedad y de los profesionales sanitarios de los beneficios de estos programas, según explica la presidenta de la Sociedad Española de Rehabilitación Cardiorrespiratoria (SORECAR), la Dra. Ester Marco.

Con motivo de la celebración el pasado domingo del Día Mundial del Corazón, los especialistas de SORECAR y de la Sociedad Española de Rehabilitación y Medicina Física (SERMEF) han querido recordar que un tratamiento completo a los pacientes con patología cardiaca lograría un descenso en la mortalidad de entre el 20 y el 26%.

“La evidencia científica es muy alta; sin embargo, el acceso a los programas de rehabilitación cardiaca es muy limitado en España”, advierte la Dra. Marco, que trabaja en el Servicio de Medicina Física y Rehabilitación del Hospital del Mar i l'Esperança de Barcelona.

En este sentido, los expertos en rehabilitación cardiaca insisten en que el ejercicio es una parte esencial del tratamiento de su enfermedad, por lo que es importante que cambien las tornas y que el acceso a estos programas “deje de estar tan limitado”, apunta la Dra. Marco. Frente a esta limitación, desde la SORECAR han lanzado un llamamiento a las instituciones de todo el país para que se dote de más recursos y mayor implementación de los programas de rehabilitación cardiaca de toda España.

En la actualidad, sólo 27 centros de toda España llevan a cabo programas de rehabilitación cardiaca, de los cuales dos tercios se reparten en tan sólo tres comunidades autónomas: Cataluña, Madrid y Andalucía. En comparación con otros países, esta cifra es “casi ridícula”, asegura la Dra. Marco, pues en Suecia, por ejemplo, este porcentaje oscila entre el 50 y el 75% de los pacientes, mientras que en Italia llega al 25%.

La rehabilitación cardiaca está “infrautilizada, pese a que es un tratamiento eficaz, eficiente y seguro”, indica esta especialista, quien añade que “no sólo permite reducir la mortalidad, sino que también produce un descenso en los marcadores inflamatorios, mejora la capacidad funcional e incluso el estado psicológico del paciente”.

Los fisioterapeutas muestran su preocupación por el Plan Integral de Actividad Física y Deporte.

El CGCFE advierte que las competencias de los fisioterapeutas deberán mantenerse tras el acuerdo entre el CSD y Sanidad - El CSD asegura al CGCFE que el acuerdo con Sanidad establece que solamente el personal sanitario pueda indicar ejercicio terapéutico, siendo el fisioterapeuta el agente de intervención. También se estudia la futura implantación de programas de Actividad Física en los centros de salud que no dispongan de dichos programas
Madrid, septiembre de 2010.-

Las competencias de los fisioterapeutas se mantendrán inalterables tras la reciente firma del acuerdo entre el Consejo Superior de Deportes (CSD) y el Ministerio de Sanidad y Política Social para fomentar la práctica de ejercicio físico. Así lo ha asegurado el CSD a representantes del Consejo General de Colegios de Fisioterapeutas de España (CGCFE) en una reunión celebrada en la sede de este organismo público.

El CGCFE aplaude que el CSD tenga en cuenta la importancia de la Fisioterapia, pese a que en las informaciones iniciales del acuerdo entre éste y Sanidad no se hiciera mención a esta ciencia. El subdirector general de Salud del CSD, José Luis Terreros, aseguró a José Antonio Martín Urrialde y María Almansa, vicepresidente y vocal, respectivamente, del CGCFE, que solamente el personal sanitario, como los fisioterapeutas, podrán actuar con finalidad terapéutica sobre poblaciones enfermas y grupos de riesgo. Asimismo, Terreros anunció que en la población sana se fomentará la práctica deportiva al incluir en los centros sanitarios a licenciados en Educación Física y Deporte, algo que no sucede en la actualidad. El CGCFE recordó a Terreros que esta opción no queda contemplada en la actual Ley de Ordenación de las Profesiones Sanitarias, oponiéndose a tal propuesta.

Los representantes del CGCFE también reiteraron su ofrecimiento a dialogar y debatir con las administraciones cuestiones sociosanitarias de interés para la salud de los ciudadanos. En próximas fechas el CGCFE mantendrá una reunión con la Ministra de Sanidad, para hacerle llegar la posición oficial del Consejo ante los efectos del citado convenio. **CGCFE** El Consejo General de Colegios de Fisioterapeutas de España (CGCFE) es el organismo que representa a los más de 40.000 fisioterapeutas que, en España, trabajan con el objetivo común de favorecer la salud de los ciudadanos. Además, ordena la profesión, tutela los intereses de la fisioterapia, así como su óptima aplicación y universalización.

Los fisioterapeutas son profesionales sanitarios, según lo previsto en la legislación vigente, acreditados con el título universitario en Fisioterapia, impartido en 43 universidades españolas y poseedores de conocimientos teóricos y prácticos destinados a beneficiar la salud de la población. Además, cada vez hay un mayor número de doctorados y masters, que aseguran una elevada cualificación.

Ante la demanda presentada por el Colegio de Fisioterapeutas de Cataluña: El Tribunal Superior de Justicia de Madrid respalda la actuación del CGCFE.

Establece que el Consejo General de Colegios de Fisioterapeutas de España (CGCFE) ha actuado conforme a derecho, desestima la demanda del Colegio catalán y establece que éste debe abonar las cuotas al CGCFE **Madrid, octubre de 2010.-**

El Tribunal Superior de Justicia de Madrid ha respaldado la actuación del Consejo General de Colegios de Fisioterapeutas de España (CGCFE) y desestima la demanda contra éste presentada por el Colegio de Fisioterapeutas de Cataluña. El Tribunal valora en su sentencia que es “ajustado a derecho” el presupuesto que aprobó el CGCFE y, por tanto, establece que el colegio catalán abone la parte de las cuotas que le corresponda.

“La actuación del Consejo General no sólo se ajusta al texto de la norma que la regula, sino también a su espíritu y finalidad”. Así dicta literalmente la sentencia emitida por el Tribunal Superior de Justicia de Madrid, que rechaza la pretensión del Colegio catalán de no pagar las correspondientes cuotas a su Consejo General al no estar de acuerdo con la aprobación del citado presupuesto, que comprendía, además de una precaria cuota impuesta por sus Estatutos, una aportación adicional aprobada por la Asamblea General del CGCFE (a excepción de los consejeros catalanes) para hacer frente a las acciones representativas nacionales e internacionales de las que es competente.

“Un aspecto importante de la sentencia”, ha señalado el presidente del CGCFE, Pedro Borrego, “es que permite que, a través del Consejo General, ningún colegiado se vea desamparado, así como que todos los fisioterapeutas españoles tengan los mismos derechos y obligaciones”. “Esta nueva sentencia también supone un respaldo a la actuación del Consejo a favor de la Fisioterapia y de los profesionales sanitarios que ejercen esta profesión en todos sus ámbitos: clínico, investigador, docente y de gestión.

El soporte justificativo de la sentencia nos otorga confianza en que se mantenga esta línea jurídica, pese a los recursos que se presenten a la sentencia”, ha puntualizado Pedro Borrego. Previamente, la Audiencia Nacional también dictó a favor de mantener las competencias profesionales de los fisioterapeutas ante las demandas presentadas por la Organización Médica Colegial, naturistas y terapeutas ocupacionales. **CGCFE** El Consejo General de Colegios de Fisioterapeutas de España (CGCFE) es el organismo que representa a los más de 40.000 fisioterapeutas que, en España, trabajan con el objetivo común de favorecer la salud de los ciudadanos. Además, ordena la profesión, tutela los intereses de la fisioterapia, así como su óptima aplicación y universalización. Los fisioterapeutas son profesionales sanitarios, según lo previsto en la legislación vigente, acreditados con el grado universitario en Fisioterapia, impartido en 43 universidades españolas y poseedores de conocimientos teóricos y prácticos destinados a beneficiar la salud de la población. Además, cada vez hay un mayor número de doctorados y masters, que aseguran su elevada cualificación.

El poder en las manos

SALUD Sábado 2 Octubre 2010

Un reciente estudio demuestra que los masajes no solo sirven para relajar. También generan cambios biológicos que fortalecen el sistema inmunológico.

Para nadie es un secreto que los masajes tienen un efecto relajante en el cuerpo porque liberan la tensión acumulada por el trabajo o por un dolor muscular. Sin embargo, una reciente investigación demuestra que este tipo de terapia también es una herramienta eficaz para mantener el buen funcionamiento del organismo. Un grupo de investigadores del Centro Médico Cedars-Sinai de Los Ángeles, Estados Unidos, encontró que una sola sesión de masajes produce cambios significativos en el sistema inmunológico y endocrino en personas sin dolencia alguna.

Para demostrar esto, los expertos reunieron a 53 adultos sanos, entre hombres y mujeres, divididos en dos grupos para aplicarles sesiones diferentes de fisioterapia. De ellos, 29 recibieron un masaje sueco, caracterizado por ejercer presión no muy fuerte, mientras a los otros 24 se les dio un masaje más suave durante 45 minutos. Además, a cada uno se le introdujo un catéter intravenoso para evaluar la sangre antes, durante y después de la sesión. Al terminar el experimento, los científicos encontraron que un solo masaje había producido cambios biológicos. Según explicó a SEMANA Mark Rapaport, líder de la investigación publicada en *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, el análisis sanguíneo mostró que con la estimulación de la piel se desactivó la producción de algunas hormonas causantes del estrés, como el cortisol, y disminuyó la arginina vasopresina, una hormona que contribuye al comportamiento agresivo. Las personas también registraron mayor actividad en los linfocitos, unas células que defienden al organismo de sustancias nocivas y que son parte fundamental del sistema inmunológico. "El interés era comprender cuál es la base biológica del masaje que hace que les ayuda a las personas a aliviar el dolor, el estrés, la ansiedad o la depresión", dijo Rapaport. Por último, las personas experimentaron un aumento en los niveles de oxitocina, un neurotransmisor involucrado en la sensación de satisfacción.

Según la fisioterapeuta Carolina Cáceres, estas reacciones biológicas se explican porque la fricción sobre la piel produce calor que aumenta la circulación, y esta a su vez genera un incremento en el flujo sanguíneo que no solo activa la producción de hormonas, sino que barre sustancias tóxicas que se acumulan en el cuerpo. Una de estas es el ácido láctico, que aparece en los músculos después de una actividad física. Diferentes estudios han demostrado los beneficios del masaje, como en los recién nacidos.

Nancy Landínez, fisioterapeuta de la Universidad Nacional, señala que los bebés que reciben estímulo a través de contacto son más felices, tienen mejores relaciones con los demás y desarrollan más habilidades comunicativas. Otra investigación del hospital de la Universidad de Colorado con enfermos de cáncer encontró que la fisioterapia les ayudó a disminuir el dolor inmediato y a mejorar el estado de ánimo. A pesar de las bondades de esta terapia, los expertos hacen énfasis en que la persona que la practique debe ser profesional. "Hoy en día existe una gran oferta de masajes, en su mayoría estéticos, y en muchos sitios ni siquiera evalúan las condiciones fisiológicas del paciente -advierte Cáceres-. Por eso muchas personas salen con lesiones". Lisa Corbin, directora del hospital de la Universidad de Colorado, también aclara que en algunas personas los masajes tienen restricciones, en especial "los que sufren

insuficiencia cardiaca, mujeres embarazadas, personas de huesos frágiles o aquellos con tendencia a sangrar con facilidad". Aunque Rapaport reconoce que estos hallazgos indican que el masaje no es solo para sentirse bien sino para tener buena salud, admite que solo se centra en los efectos inmediatos. "El paso siguiente -dice- es investigar las ventajas en el largo plazo".

"Hay caballos que se hacen los cojos para no trabajar"

D. LAMPARERO / JEREZ | ACTUALIZADO 03.10.2010 - 13:20

Antonio González. Fisioterapeuta de la Federación Española de Hípica

"Algunos caballos se ponen a hacer ellos solos los movimientos o ejercicios de estiramiento que les hago cuando me escuchan llegar o me huelen"

Fisioterapeuta de la selección nacional de doma clásica, el jerezano Antonio González está en Kentucky, donde se están celebrando los Juegos Ecuestres Mundiales.

-¿Cuáles son sus funciones en el equipo español en Kentucky?

-Recuperación y tratamiento de las lesiones de los caballos del equipo durante la competición. También trabajo en la recuperación y tratamiento de los jinetes.

-¿Desde cuándo trabaja con la Federación Hípica Española?

-Desde 2009. Llegué tras haber tratado regularmente a los caballos de la selección en distintos concursos internacionales y por decisión del servicio veterinario de la selección de doma clásica.

-¿Cómo se especializa un fisioterapeuta en caballos?

-En España es complicado; sólo se puede hacer un máster en la Universidad Autónoma de Barcelona y tienes que especializarte en osteopatía equina en la Escuela Francesa.

-¿Qué es y como trabaja un fisioterapeuta de caballos?

-De la misma manera que uno de personas; es decir, después del diagnóstico del veterinario, trato a los caballos de las lesiones musculares, articulares... que se diagnostiquen. También hacemos una labor preventiva por medio de ejercicios de estiramientos, trabajos de recuperación, entrenamiento... Como en cualquier deportista.

-¿Cuáles son las lesiones o dolencias habituales de los equinos?

-Sobre todo problemas musculares como contracturas, ligamentos, tendones (tendinitis) y problemas articulares como bloqueos vertebrales.

-¿Qué nivel hay en Jerez y en España en la fisioterapia aplicada a la hípica?

-En general poco a poco se va extendiendo la demanda del servicio de la fisioterapia equina, sobre todo en el mundo de los caballos de deporte. Podríamos decir que estamos todavía un poco lejos de países como Alemania, Holanda, Bélgica, Francia y Gran Bretaña, pero es cierto que cada vez son más las disciplinas deportivas donde se desarrolla esta actividad. De hecho, por ejemplo en los últimos años incluso se ha incorporado a la actividad médico veterinaria de los caballos de rejoneo.

-¿Hasta qué punto un buen fisioterapeuta mejora el rendimiento de los caballos?

-Pues como en cualquier atleta: prevención de lesiones, tratamientos de las lesiones acortando el tiempo de recuperación, preparación antes de la competición y recuperación después de la misma.

Por ejemplo, en una competición como la de unos Juegos Ecuéstricos Mundiales, además del trabajo de los meses previos, durante la misma se interviene en el calentamiento del caballo con masajes y estiramientos antes de competir y después haciendo lo mismo para recuperar la fatiga y prevenir lesiones.

-¿Cómo es el trabajo en la Real Escuela?

-Es bastante gratificante, primero porque los servicios veterinarios han valorado la labor de la fisioterapia como modelo de medicina preventiva y terapéutica para muchos problemas musculoesqueléticos de los caballos, y segundo, por la facilidad, colaboración e interés que los jinetes y alumnos ponen a la hora de cuidar y mejorar la calidad de vida de los caballos de espectáculo.

-¿Con cuántos caballos trabaja?

-En principio mi función en la Real Escuela es atender a los caballos que los servicios veterinarios me indiquen, pero hay que pensar que son muchos los caballos que trabajan a diario tanto para los espectáculos como para seguir el aprendizaje de la doma académica. Hablo de que puede haber alrededor de cien caballos implicados en este programa de trabajo que ellos siguen. En la Escuela soy el único fisioterapeuta; en España somos pocos los que ejercemos realmente esta profesión, no creo que seamos más de cinco o seis.

-Trabajar con animales seguro que comporta anécdotas de toda clase...

-Anécdotas tengo muchas, más con los jinetes o propietarios que con los propios caballos pero te puedo contar el caso de algunos caballos que cuando me escuchan llegar o me huelen se ponen a hacer ellos mismos los movimientos o ejercicios de estiramientos que les hago. También conozco a caballos que han aprendido a hacerse los cojos para no trabajar. Son increíbles.

-¿Cuántas veces te han dicho lo de "El hombre que susurraba a los caballos"?

-Muchas, pero sobre todo la mayoría desde el cariño y sabiendo lo positivo que es para los caballos este trabajo.

-¿Los caballos se dan cuenta de lo que les haces? ¿Te miran con cariño?

-Ellos sienten y entienden perfectamente que estás ahí para ayudarlos y la gran mayoría colabora relajándose y aceptando todo lo que se le pide. Te conocen perfectamente y además agradecen tu labor. Son animales excepcionales con una sensibilidad mucho más grande de lo que podemos llegar a imaginarnos. Es apasionante llegar a entender su lenguaje corporal y de gestos durante el tiempo que pasas con ellos.



Antonio González, junto a Rafael Soto en Kentucky.