

# Fisioterapeuta, figura esencial en las unidades

**JESÚS M.<sup>a</sup> GONZÁLEZ GARCÍA**  
*Coronel del Ejército del Aire*

Los militares, para ejercer la profesión, necesitamos mantener una buena condición psicofísica. Para demostrarlo, debemos pasar periódicamente unos test<sup>1</sup> y se nos requiere, de acuerdo con nuestra edad y el destino que cada uno ocupa, un nivel que capacita para cumplir la misión encomendada.

Es por lo que la actividad física podría decirse es consustancial al militar, es decir, es parte de su vida y entrenamiento para desarrollar su cometido tanto en el presente como en el futuro. Los planes de instrucción y adiestramiento básico de las unidades conllevan un grado de preparación física que sin ella no podrían superarse.

El Ejército del Aire tiene encomendadas unas misiones muy demandantes físicamente y que dejan su «huella» en nuestras articulaciones y músculos. Cualquiera de los componentes de nuestro ejército ha vivido alguna de las misiones que vamos a enumerar que requieren una forma física cuanto menos adecuada: en aviones de caza, misiones aire-aire o aire-suelo con reabastecimiento; en helicóptero, vuelos tácticos con gafas de visión nocturna o misiones de grúa en un barco o búsqueda y rescate sobre el mar; en tareas de operaciones especiales, asaltos nocturnos en paracaídas con armamento y equipo; en un avión de transporte,

vuelos a muy baja cota o misiones de muchas horas y regreso casi sin descanso; en unidades de seguridad y defensa, formaciones o guardias con frío helador; en centros de mando y control, horas de tensión delante de las pantallas, etc.

Nosotros entrenamos y vamos al gimnasio por necesidad, para estar disponibles en el momento que se nos requiera. Por ello el entrenamiento es pieza fundamental en todo militar, tanto si tenemos un destino que nos obliga a mantener una condición física excelente como si ocupamos otro más sedentario, siempre estamos obligados a hacer todo lo posible para conservar una

condición física, que también redundará en nuestra salud y, en definitiva, en la calidad de vida.

Con la actividad física, más o menos intensa, se pueden producir lesiones musculares o articulares, leves la mayoría de las veces, que conlleven una baja en ciertos casos o una merma en el rendimiento laboral, por pérdida de eficacia o de tiempo, que incluso pueden llegar a la pérdida de aptitud temporal o definitiva para el servicio. Por no decir que con nuestra baja o falta de rendimiento en ocasiones se podrá sobrecargar a los compañeros y en algún caso incluso retrasar o poner en peligro el cumplimiento de la misión.



<sup>1</sup>En el Ejército del Aire, la Instrucción General 60-28 regula las pruebas físicas que deben superar los miembros de este Ejército.

Cuando se producen estas situaciones hay una figura que es la del fisioterapeuta, esencial para ayudar a recuperar y garantizar que nuestro cuerpo pueda realizar los esfuerzos físicos que la profesión militar requiere y dejar atrás esas molestias o lesiones que impiden desarrollar los cometidos asignados.

Muchas de las consecuencias de estas lesiones están ligadas a su evolución, y esta dependerá en gran medida del tratamiento rehabilitador recibido (cuantitativo y cualitativo). Una lesión no manejada adecuadamente puede empeorar o, incluso, llegar a convertirse en crónica.

A este respecto, es fundamental el apoyo que puede prestar un servicio de fisioterapia para recuperar, rápido y bien, a nuestro personal, en su mayor parte integrado por especialistas que cuesta mucho formar: diplomados de Estado Mayor, tripulantes aéreos, mecánicos, controladores, armeros, bomberos, personal de protección de la fuerza y de operaciones especiales, etc.

Tanto en ejercicios como en misiones dentro y fuera de nuestras fronteras, desplegamos todo tipo de especialistas, pero no fisioterapeutas, que serían fundamentales para completar el equipo sanitario, dado que las estadísticas hablan de que los incidentes que afectan al aparato locomotor son los más habituales en el personal militar, estando en la propia base o en los despliegues.

### ¿QUÉ PUEDEN HACER LOS FISIOTERAPEUTAS Y LOS MÉDICOS DE ESPECIALIDADES RELACIONADAS?

La fisioterapia es la rama de la medicina que se dedica a la reparación y restauración de la movilidad de los

pacientes que han sufrido algún tipo de trauma físico. Entre los principales objetivos de la fisioterapia, además de ayudar a recuperar lesiones, está el fortalecimiento del organismo, ya que refuerza las estructuras musculares, óseas y articulares y facilita la amplitud de movimientos y la flexibilidad; además, capacita al organismo para tolerar mejor la actividad física.



Ante una dolencia leve, como las que solemos padecer, se puede acudir al fisioterapeuta que hará una especie de filtro, realizará un plan de tratamiento y, si cree que no es de su ámbito, lo derivará a otro profesional como el traumatólogo, que tendrá que hacer las pruebas pertinentes (radiografías, resonancias, etc.) para llegar a un diagnóstico de la lesión. El fisioterapeuta puede proporcionar un tratamiento para restablecer alguna función que

el paciente haya perdido, como falta de movilidad, con un tratamiento «conservador». En fisioterapia habitualmente se trata sin medicación, a través de terapias manuales o apoyándose en otras basadas en estimulación con corriente eléctrica de baja intensidad, aplicación de calor, etc.

Ante un traumatismo importante o si se sospecha de una lesión más grave, es evidente que hay que acudir inmediatamente al servicio de traumatología para descartar o diagnosticar otras lesiones. No nos olvidemos de que la traumatología es la principal rama de la medicina que se dedica al estudio de las lesiones del aparato locomotor.

También, a la hora de decidir quién debe tratarnos, no debemos omitir otro especialista, la del médico reumatólogo. Según la Sociedad Española de Reumatología, esta «es la especialidad médica que se encarga de prevenir, diagnosticar y tratar las enfermedades músculoesqueléticas y autoinmunes sistémicas», patologías que afectan a huesos, músculos y articulaciones, así como a los tejidos que los rodean, y que pueden producir dolor o inflamación.

Además, contamos con la especialidad de Rehabilitación, una rama de la medicina que es crucial en nuestras lesiones. Un médico rehabilitador no es un fisioterapeuta. El primero es responsable de realizar el diagnóstico y coordinar los tratamientos que el segundo debe aplicar a cada paciente. Sobre todo si venimos de una lesión importante o de un período de convalecencia largo, antes de ver a un fisioterapeuta, todo paciente debe visitar a un médico rehabilitador para recibir las pautas del tratamiento.



Lo que es casi seguro es que después de acudir con una dolencia, que afecte a huesos, músculos o articulaciones, a una consulta de traumatología o de reumatología, pasando después por un médico rehabilitador, acabaremos en manos de un fisioterapeuta que estará involucrado en el proceso de sanación.

### FISIOTERAPIA MILITAR EN OTROS PAÍSES

La fisioterapia es una disciplina incorporada dentro de la sanidad militar de las Fuerzas Armadas en varios países aliados. Como se puede comprobar en la tabla adjunta, algunos de ellos tienen fisioterapeutas integrados de una u otra forma en sus filas.

Históricamente, cabe reseñar que el ejército norteamericano, a lo largo de la I Guerra Mundial y debido al elevado número de heridos, entrenó a «ayudantes de reconstrucción», que más tarde pasarían a ser los primeros «ayudantes de fisioterapia», y que a lo largo del tiempo fueron evolucionando en formación y experiencia, actuando en calidad de fisioterapeutas militares en guerras posteriores, como fueron la II Guerra Mundial, la guerra de Vietnam o las más recientes de Iraq y Afganistán. Aquellos orígenes sentaron los cimientos de los actuales fisioterapeutas militares norteamericanos, los cuales, tras muchos avatares y años después, disfrutaron de una completa formación oficial y regulada de doble carácter: sanitario y militar.

Los fisioterapeutas militares también se encuentran en los ejércitos de otros países como Canadá, Reino Unido o Australia, con características similares a los norteamericanos y donde trabajan, al igual que ellos, no solo en las bases militares en territorio nacional, sino desplegados fuera de las fronteras de sus respectivos países en niveles de asistencia sanitaria más bajos, incluso están ubicados en equipos de Infantería Ligera y Operaciones Especiales, actuando así en primera línea.

Hay bases militares de estos países, en las que la «clínica de fisioterapia» abre cada día a las 6 de la mañana, curiosamente a la misma hora que el gimnasio. Es llamativo ver como, antes de comenzar con su trabajo diario, aquellos que están en proceso de recuperación de una lesión se dirigen a la clínica mientras que el resto acude a su sesión de entrenamiento físico.

### EN LAS FUERZAS ARMADAS ESPAÑOLAS

En el Cuerpo Militar de Sanidad tenemos veterinarios, farmacéuticos, psicólogos, odontólogos y médicos especialistas en ginecología, urología, neurología, pediatría, cardiología, reumatología, traumatología y rehabilitación, entre otros.

Como se ha explicado, estas tres últimas especialidades médicas y la fisioterapia no son excluyentes, cada uno tiene su rol. Pero precisamente de esta última no hay personal militar de forma permanente. En los últimos años la incorporación de fisioterapeutas como reservistas voluntarios dentro de la especialidad «educación física y deportes» ha hecho que esta profesión sea una de las más demandadas por las unidades del Ejército del Aire.

Pero, salvo la incorporación temporal de algunos reservistas, nuestras Fuerzas Armadas no tienen fisioterapeutas militares en su estructura orgánica; solamente contamos

#### FISIOTERAPIA EN LAS FUERZAS ARMADAS DE PAISES ALIADOS

| País           | ¿SERVICIO EN UNIDADES? | ¿CIVILES O MILITARES?              | ¿MISIONES EN EL EXTERIOR? |
|----------------|------------------------|------------------------------------|---------------------------|
| Alemania       | Si                     | Civiles, militares y reservistas   | Si                        |
| Eslovaquia     | Solo en hospitales     | Civiles y militares                | Si                        |
| Eslovenia      | Si                     | Civiles. Contratan si es necesario | Si                        |
| Estados Unidos | Si                     | Civiles y militares                | Si                        |
| Francia        | Solo en hospitales     | Civiles y militares                | Si                        |
| Holanda        | Si                     | Civiles y militares                | Si                        |
| Noruega        | No                     | Contratan servicios civiles        | No                        |
| Portugal       | Solo en hospitales     | Civiles y militares                | No                        |



con servicio de fisioterapia, atendido por personal civil, en los dos hospitales militares (Madrid y Zaragoza), así como alguna clínica militar y a través de los convenios particulares que tiene el ISFAS (Instituto Social de las Fuerzas Armadas) con compañías de asistencia sanitaria.

Precisamente en ese tipo de asistencia externalizada es donde se producen disfunciones, ya que, las compañías, por saturación, tardan varias semanas en asignar hora para un tratamiento de fisioterapia y que como suele estar muy poco remunerado, esto repercute en la calidad del mismo.

En España, quizá sería conveniente retomar en sentido positivo lo que se trató hace años en la Comisión de Sanidad y Servicios Sociales del Congreso de los Diputados, referente a incorporar fisioterapeutas al Cuerpo de Sanidad Militar, pero los grupos parlamentarios no se pusieron de acuerdo.

## CONCLUSIONES

Los recursos que destina el Estado para la formación de un aviator pueden irse al traste por una lesión

mal curada. Sin olvidar la posible incidencia en la operatividad de su unidad si se trata de un componente del grupo que por su especialidad se denomina «personal crítico» (tripulantes aéreos, controladores, operaciones especiales, etc.).

Por ello no es descabellado pensar en la conveniencia de contar en las unidades de cierta entidad con personal especializado para constituir un servicio de fisioterapia. Este personal puede ser civil o militar, en este caso siempre mejor orgánico que no contratado externo. Tanto si es militar como si es civil, tiene sus ventajas e inconvenientes por lo que la mejor solución es una combinación de ambos. Sin olvidar la aportación que cada vez es más utilizada de los reservistas voluntarios.

Es una realidad incontestable que las lesiones más habituales producidas por la actividad de nuestra profesión necesitan tratamiento de fisioterapia, por eso es necesario contar con fisioterapeutas en las unidades de forma permanente,



que ayudarían y acelerarían la recuperación del personal en múltiples situaciones (en la propia base, en maniobras o ejercicios, y durante las misiones). Estos especialistas podrían: acortar tiempos de baja, evitar repatriaciones, asesorar al mando con criterios militares, elevar la moral del personal y, en definitiva mejorar la operatividad ahorrando tiempo y dinero. ■

## BIBLIOGRAFÍA

– «Los fisioterapeutas lamentan la exclusión de su disciplina dentro de las Fuerzas Armadas», artículo publicado en la Revista n.º 2/2014 del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de Aragón.

– «Fisioterapia Militar: todo un campo por conquistar», artículo publicado en la Revista n.º 3/2018 *Cuestiones de fisioterapia*.

