



OLMA FISIOTERAPIA CUMPLE 20 AÑOS

OLMA FISIOTERAPIA fue fundada en 1997 por MANUELA PASTRANA SEVILLANO Y OLGA SÁNCHEZ-CIFUENTES BRAVO (dos fisioterapeutas formadas en la Universidad de Castilla la Mancha), y aunque han pasado ya 20 años, siguen trabajando con la misma ilusión del primer día, dando prioridad al tratamiento personalizado y cercano, con gran cantidad de pacientes que avalan su trabajo y a los cuales aprovechan para dar las gracias en este 20 aniversario.

La Glorieta: ¿Con cuántos especialistas cuenta “Olma”?

OLMA: Actualmente OLMA cuenta con cinco fisioterapeutas, todos profesionales sanitarios altamente cualificados y en constante formación siempre legalizada por la Universidad y el Ministerio de Sanidad y Ciencia.

La Glorieta: ¿Qué os llevó a montar la clínica?

OLMA: Nos animó un profesor de la universidad, al cual estamos muy agradecidas.

La Glorieta: ¿Sólo podemos encontrar “Olma” en Los Yébenes?

OLMA: Podemos encontrar a OLMA aquí en Los Yébenes y también en Mora. Los dos Centros totalmente equipados y atendidos por los profesionales sanitarios anteriormente mencionados.

La Glorieta: A veces la gente piensa que un fisioterapeuta se limita a dar masajes, ¿en qué consiste exactamente el trabajo del fisioterapeuta?

OLMA: Un fisioterapeuta no se dedica ni mucho menos a dar simplemente masajes, sino que nuestro campo es mucho más amplio y nuestras herramientas van desde la terapia manual, (dentro de la cual está el masaje, las movilizaciones, los estiramientos, liberación miofascial etc), junto con la utilización de la electroterapia avanzada (corrientes, onda corta, magnetoterapia, ultrasonidos, láser,.....) y los vendajes, además del movimiento terapéutico (pilates, reeducación postural



global, hipopresivos,...), así como la preparación física durante parto y postparto, y también terapia con agujas de acupuntura, ventosas, ganchos.

La Glorieta: Siempre se ha considerado la Fisioterapia como un tratamiento de rehabilitación de lesiones pero cada vez vemos a más deportistas ponerse en manos de estos profesionales momentos previos a una competición ¿Tiene también la Fisioterapia un carácter preventivo?

OLMA: Sí, desde luego que la fisioterapia tiene un campo muy importante en la prevención, aunque por desgracia la gente no suele tener mucha conciencia de ello y espera a tener el dolor para acudir a nosotros. Sin embargo, gracias a la práctica de cada vez más gente del deporte, nuestra profesión se está abriendo campo ahí, siendo cada vez más la importancia que se nos da para no sólo el tratamiento, sino para la prevención de lesiones.

La Glorieta: En alguna ocasión se ha denunciado la existencia del intrusismo de personal no cualificado en el mundo de la

JJ MOTOR
Servicio Multimarca del automóvil

- DIAGNOSIS • CAMBIO DE ACEITE • FRENOS
- DISTRIBUCIONES • SUSPENSIONES
- MANTENIMIENTO

Pol. Ind. “La Cañada” / Avda. Montes de Toledo, 31.
45470 LOS YÉBENES - Toledo
Tel./Fax: 925 32 28 11 / jjmotorlosyebenes@gmail.com
Móvil: 665 55 64 77 / 636 56 30 05

INSTALACIONES ELÉCTRICAS
JAVIER PAVÓN DIEZMA

- * Baja y Media tensión
- * Centros de transformación
- * Energía Solar
- * Mantenimiento Industrial
- * Automatización
- * Aire acondicionado
- * Emisores térmicos
- * Presupuesto sin compromiso

C/. Comuneros de Castilla, 20 - 45470 LOS YÉBENES (Toledo)
e-mail: javpavdie@hotmail.com
Tel./Fax: 925 32 10 82 - Móvil: 660 57 39 37

PODÓLOGO
globalpie
EDGAR GARCÍA MORILLAS

C/ Fernández de los Ríos, 25 - Los Yébenes (Toledo)
Tlf: 630 602 754

DIEZMA
OPERADOR DE TRANSPORTES - GRUPEJE
www.diezmatransportes.com

Camino de la Torre, 1. Pol. Industrial. La Cañada
45470 LOS YÉBENES (Toledo)
Tfno/Fax: 925 11 30 44 - Móvil: 636 58 48 73
trafico@diezmatransportes.com

OLMA
CENTROS DE FISIOTERAPIA

Calleja de la Fuente, 5
Telf. 925 32 12 64
45470 LOS YÉBENES (Toledo)
www.olmafisioterapia.com

C/. Orgaz, 38
Telf. 925 30 14 20
45400 MORA (Toledo)
olma@olmafisioterapia.com

New Colors
Salón de Belleza
Peluquería Unisex

Tels.: 925 348 308
Móvil: 615 44 63 15
C/. Fernández de los Ríos, 19
45470 LOS YÉBENES

Fisioterapia ¿Qué debemos tener en cuenta cuando buscamos o necesitamos a un profesional de la fisioterapia? ¿Qué deberíamos exigir en un centro antes de someternos a una sesión de fisioterapia o rehabilitación?.

OLMA: Cuando la gente acuda a un Centro para tratarse, para asegurarse de que es realmente un Centro de fisioterapia, debe encontrar lo primero en la fachada de la calle una placa en la que se especifique el número de Registro Sanitario y dentro en lugar visible debe ver el certificado de Autorización Sanitaria, junto con los Diplomas Universitarios de los Fisioterapeutas que dirigen el Centro (no un simple diploma que como sabemos todos cualquiera puede conseguir hasta por participar en un concurso de dibujo).

Este tema es muy importante aclarar porque mucha gente lo confunde, un fisioterapeuta no es un masajista, ni un quiromasajista, ni un osteópata sin más, (siendo estos tres términos muy confundidos con nuestra profesión), de tal forma, que con esos conocimientos, sólo deberían trabajar en el campo de la prevención, no debiendo tratar a las personas con patologías, enfermedades, ...ya que el tratamiento de patologías nos corresponde a los fisioterapeutas, es nuestro campo de actuación. Para poder tratar patologías has de ser sanitario . La única excepción sería como pasa en la Osteopatía por ejemplo, que sin estar legislado por sí sola, hay muchos compañeros nuestros que se especializan en ese campo y optan por usar este tipo de tratamiento como parte de sus herramientas de trabajo de fisioterapia, pero siempre antes que osteópatas, para poder tratar patologías, se debe tener una carrera sanitaria como fisioterapia o medicina.

La fisioterapia hoy en día tiene una misión importante en la lucha contra el intrusismo.

La Glorieta: ¿Qué tipos de lesiones y patologías trata más habitualmente?

OLMA: En OLMA tratamos una gran variedad de patologías. Entre las más frecuentes están las de columna vertebral, sobre todo cervicalgias y lumbalgias por contracturas o artrosis, seguido de tendinitis, esguinces, trastornos posturales, roturas fibrilares y otras muchas más.



La Glorieta: ¿Para quiénes está recomendada la Fisioterapia?.

OLMA: La fisioterapia está indicada para personas de todas las edades, ya que según la edad se pueden sufrir patologías diferentes y variadas, pero está especialmente recomendada para ese grupo de personas de media edad que sufren dolencias crónicas como artrosis, degeneraciones discales, tendinitis crónicas, osteoporosis, etc, y que encuentran en nuestros tratamientos un



EDIFICACIÓN - OBRA CIVIL - OBRA INDUSTRIAL - REHABILITACIÓN



www.drconstrucciones.es

Tfnos.: 925 32 06 46 - 607 95 71 33

Carpinteros, 7. Pol. Ind. "La Cañada". 45470 LOS YÉBENES (Toledo)



Plaza de la Constitución, 9. - LOS YÉBENES (Toledo)

Tfno./Fax: 925 348 051 - Tfno. móvil: 629 634 392

Web: www.yebegest.com

mail: yebegest@yebegest.com

Agente Colaborador de:



OFRECE EN ALQUILER:
Viviendas, Locales y Naves
Diversas superficies y precios.

OFRECE EN VENTA:

VIVIENDA 2ª mano, en excelente estado, 2 plantas, amplio garaje, cocina amueblada seminueva, 4 dormitorios, baño, aseo, calefacción gasoil, patio y terraza. 125.000 €. LOS YÉBENES. VV269.

Amplia casa buen estado, con nave, céntrica. LOS YÉBENES. VV272.

PARTE DE CASA, reformada 30.000 €. LOS YÉBENES. VV268.

GRANJA DE CERDOS, en funcionamiento, provincia de C.Real. VA008

Para más información, consulte nuestra web: www.yebegest.com

alivio de la sintomatología que les hace sobrellevar mejor sus dolores.

La Glorieta: ¿Por qué es recomendable acudir a un fisioterapeuta titulado después de sufrir una lesión?

OLMA: Porque yo pienso que en nuestra profesión es más importante detectar cuando algo no lo debemos tratar que el echo de sólo hacer tratamientos, y un fisioterapeuta titulado le puede indicar tras una exploración, si esa patología es tratable directamente o debe antes realizarse alguna prueba diagnóstica como radiografía por ejemplo.

La Glorieta: ¿ Hay algunos pacientes que acuden a fisioterapia periódicamente?

OLMA: Sí, son pacientes los cuales sufren dolencias que su trabajo agudiza y que al no poder dejar de trabajar para recuperarse, acuden a nosotros para que



les aliviemos lo antes posible y seguir así con su ritmo. Este es el perfil de paciente que tenemos desde el principio y que acuden fielmente periódicamente cada quince días o una vez al mes a tratarse con nosotros.

La Glorieta: ¿En qué técnicas se especializa Olma para la recuperación de pacientes?

OLMA: Olma se especializa en la utilización sobre todo de los tratamientos manuales personalizados.

La Glorieta: En su centro se imparten sesiones de Pilates terapéutico y gimnasia terapéutica, ¿qué beneficios aporta esta modalidad en el paciente? ¿Es una actividad preventiva o curativa?

OLMA: Sí, impartimos tanto Pilates como gimnasia mediante ejercicio terapéutico dirigido, a partir de una valoración individual inicial para adecuar ese ejercicio a cada persona. Aunque en principio en ambos casos es una actividad preventiva siempre tiene también unos objetivos curativos, ya que al mejorar la movilidad, la fuerza, la elasticidad, y el control postural, se consigue tanto prevenir nuevas lesiones como mejorar las ya existentes.

La Glorieta: En los últimos años hemos presenciado una evolución importante en el mundo de la fisioterapia, incorporándose nuevas

técnicas y tratamientos como la acupuntura que, hasta el momento eran conocidas pero no aplicadas por fisioterapeutas profesionales. ¿Qué opina de esta evolución? ¿Son técnicas que necesariamente debe aplicar un profesional de la Fisioterapia?.

OLMA: Pensamos que la evolución para tener más herramientas a la hora de tratar al paciente, como es la utilización de agujas de acupuntura, siempre es positivo.

Olma está en constante formación de sus profesionales sanitarios para la aplicación de ésta y otras técnicas que se van incorporando, porque cuantas más herramientas de tratamiento tengamos, será mejor para la mejora y recuperación de nuestros pacientes.

Por cierto, los efectos de la terapia con agujas, son en muchas ocasiones, francamente impresionantes.

La Glorieta: ¿Qué mensaje quiere transmitir a los vecinos de Los Yébenes?

OLMA: Queremos aprovechar esta ocasión que nos brinda nuestra revista local, para agradecer de nuevo a los vecinos de Los Yébenes y localidades de alrededor, la confianza que han depositado siempre en nosotros y gracias a lo cual tras pasar 20 años seguimos con gran ilusión día a día trabajando para mejorar su salud, fieles siempre a nuestro lema "TU SALUD EN BUENAS MANOS".

gafa progresiva
con tratamiento ANTIRREFLEJANTE ALTA GAMA premium

195€
exclusive
395€

• mejor calidad de visión
• sin reflejos ni arañazos
• fácil limpieza
• repelen el agua y la suciedad

Mira que bien te sientes

pregúntanos, somos tu óptico

Hacemos que te Suene Bien

20% dto. antes pruébalo sin compromiso

pregúntanos, somos tu especialista en audición

Centro Óptico y Auditivo Los Yébenes

Ana Isabel Iglesias Llamas: Graduada en Óptica, Optometría y Audiología
Técnico Superior en Audioprótesis. Colegiado Nº 15.156
C/ Concepción, 3. 45470 LOS YÉBENES (Toledo). Tel./Fax: 925 320 514
e-mail: colosyebenes@yahoo.es - www.centroopticolosyebenes.es



vision&co

audio&co