

PESADILLA EN LA CAMILLA

@fisiode_mente

Ilustraciones de Araceli Paz

Las
aventuras
de una
fisioterapeuta
estresada



@fisiode_mente
Ilustraciones de Araceli Paz

PESADILLA EN LA CAMILLA

Las
aventuras
de una
fisioterapeuta
estresada

ÍNDICE



INTRODUCCIÓN ★ 6



DE PASEO EN ROPA INTERIOR POR LA UNIVERSIDAD ★ 10

Sobrevivir siendo estudiante *11*

Bienvenidos a las prácticas de fisioterapia *13*

La mascota de la uni *15*

El alumno de prácticas *18*

Los tutores de prácticas *21*



MATERIAL Y TÉCNICAS DE FISIOTERAPIA ★ 26

Kinesiotape, el nuevo sujetador invisible *27*

Trust y otras manipulaciones *31*

La electroterapia: entre nosotros saltan chispas *34*

Camilla Cabello *37*

La tabla de ejercicios (que no van a hacer tus pacientes) *40*



NACEMOS, CRECEMOS, NOS GRADUAMOS, NOS LLAMAN MASAJISTAS Y MORIMOS ★ 44

Bombones y otros productos típicos *45*

Cincuenta punciones de Grey *47*

Un fisio de vacaciones *51*

Pesadilla antes de Navidad *54*

Tipos de fisioterapeuta *58*

⇒4⇒

HASTA QUE «¿ME DAS UN MASAJE?» NOS SEPRE ★ 62

- Ligar siendo fisioterapeuta 63
- Marujeo en la camilla: el debate 65
- Una bandera roja y una historia de amor 69
- Compañeros de vida... laboral 71
- La pareja del fisioterapeuta 74
- Enamorarse de un fisioterapeuta 77

⇒5⇒

LA VIDA LABORAL DE UN FISIOTERAPEUTA ★ 88

- Recursos (in)humanos 89
- Una parada en la mutua 94
- De camino al campo de fútbol 98
- Las aventuras del autónomo 102
- Vacaciones en el hospital 107
- Un baile en la UCI 111

⇒6⇒

LOS PACIENTES ★ 116

- Colorín colorado, tu paciente no se ha presentado 117
- Margarita, la paciente con nombre de flor 121
- Julián y Hortensia, el amor existe 122
- Dolores en la calle 123
- Paloma en pleno vuelo 124

⇒7⇒

DRAMAS DE SER FISIOTERAPEUTA ★ 126

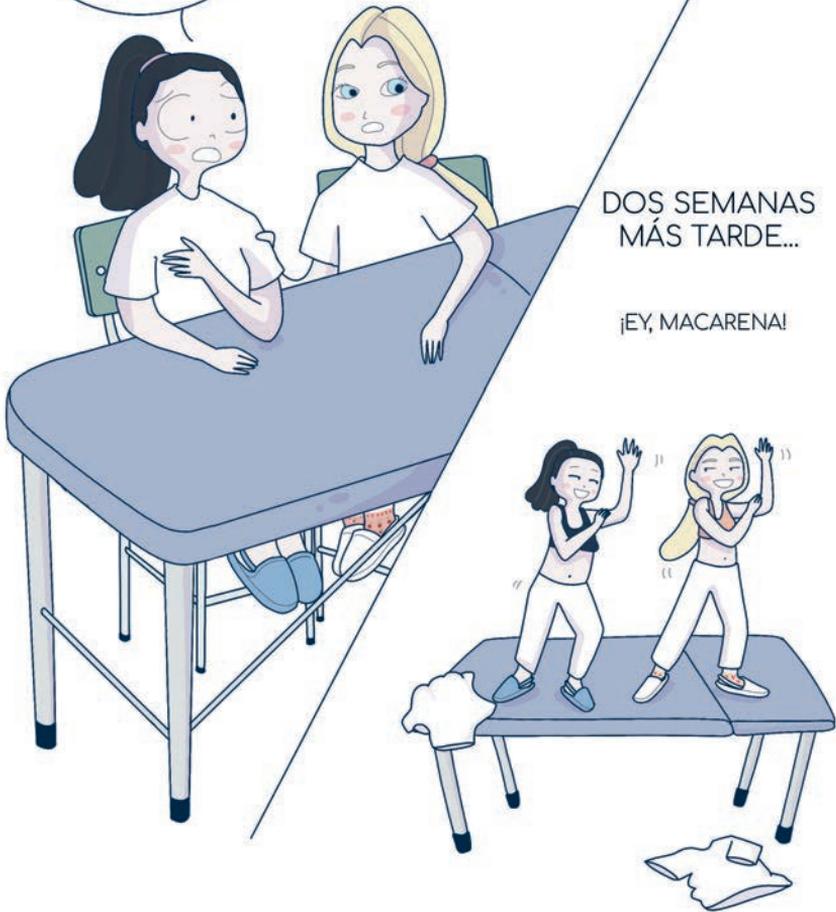
- Olorama, el festival de los olores 127
- Serfísio secreto y el intrusismo 129
- Las crisis fisioterapéuticas 132
- Tips* para desquiciar a un fisioterapeuta 140

EPÍLOGO ★ 142

≡1≡

DE PASEO EN ROPA INTERIOR POR LA UNIVERSIDAD

¿QUE HAY QUE
QUITARSE LA
CAMISETA?



★ SOBREVIVIR SIENDO ESTUDIANTE ★

La fisioterapia mejora la calidad de vida de nuestros pacientes, pero no la nuestra.

Estudiar fisioterapia es como ser la protagonista de una serie de supervivencia. A lo largo de sus cuatro temporadas van cayendo compañeros, mientras que otros se convierten en auténticos superhéroes cuando nos salvan al dejarnos sus apuntes. Como en todas las series, hay capítulos de relleno y otros que aburren más que un drenaje linfático. Uno que no olvidaré jamás es «Anatomía», porque fue muy sangriento, sobre todo cuando nos llevaron a diseccionar cadáveres a la Facultad de Medicina. Qué gore, ese capítulo. Lo peor no fue ver brazos amputados, trocitos de cerebro y cabezas en tarros, sino el olor a formol que hizo que mis vísceras se pusieran a centrifugar como en una maldita lavadora vieja. Yo creo que lo hacen para que nos vayamos acostumbrando al olor de los pies de algunos pacientes.

Pero no te vayas a creer que todos los capítulos son malos. ¡Hay algunos geniales! «Cinesiterapia», por ejemplo, fue muy divertido, aunque con algunas escenas salidas de tono. «Anatomía palpatoria» resultó un auténtico descubrimiento, y con «Vendajes» me lo pasé de miedo.

Durante la primera temporada, todos los viernes parecíamos figurantes caracterizados para *The Walking Dead*. Es lo que tienen los jueves universitarios... En la segunda entrega, hicimos un guiño a *Stranger Things* porque una compañera se cayó de la camilla y empezó a sangrar por la nariz. Aunque no fue hasta la tercera y cuarta temporadas cuando la serie me enganchó de verdad. Los capítulos de relleno perdieron protagonismo y me sumergí de lleno en cada diálogo, en cada trama y en cada drama. Los guionistas se lo curraron y me hicieron llorar a moco tendido en el último capí-

tulo de la cuarta temporada: «El trabajo de fin de grado». Menudo dramón de final.

La verdad es que el paso del instituto a la universidad asusta. Recuerdo el día de la presentación del curso, cuando entré en aquella aula enorme y por unos segundos pensé que estaba en una sala de cine en vez de en clase. Luego recapacité y me di cuenta de que era imposible que estuviese en el cine porque los profesores son incapaces de poner en marcha el proyector, así que por fuerza debía de estar en clase. Me relajé y me senté. Calculé que seríamos como cien alumnos, todos tan diferentes, pero con algo en común: habíamos tomado la decisión de estudiar lo mismo. Me entretuve haciendo divertidas conjeturas sobre quién de entre todas aquellas personas iba a convertirse en mi amiga inseparable de la facultad, con la que compartiría mis dramas y mis apuntes, y con la que entrenaría la propiocepción volviendo a casa piripi después de una juerga universitaria.

La directora me despertó de mi ensoñación cuando arrancó con el discurso de presentación.

«Bienvenidos a todas y a todos. A lo largo de este año descubriréis a vuestras nuevas personas favoritas. Sé que todos tenéis ya vuestro grupo de amigos fuera de estas cuatro paredes, pero no es lo mismo la amistad de la infancia que las amigas que escogemos siendo adultas. Aquí vais a crecer y a aprender a querer. Os vais a conocer de verdad. Os quitaréis la camiseta y también vuestra coraza para que vuestros compañeros os dibujen, os palpen y os valoren. Os vais a explorar como si fuerais un cuerpo enfermo, jugaréis a ser fisioterapeuta y paciente y vais a acabar enamorándoos de esta profesión y de algún que otro compañero. Os grabaréis y haréis cientos de fotos para los exámenes. Qué bonita es la fisioterapia, ¿no creéis? Los cuerpos de vuestros amigos serán vuestro material de estudio. Sé que os asaltarán dudas, pero no quiero que tengáis miedo. Nunca estaréis listos, pero sí preparados. De eso nos

encargaremos nosotros, los profesores. Así que, por favor, quiero que levantéis todos los brazos y os miréis vuestras manos». Y así lo hicimos, con los pelos de punta e incluso con los ojos un poco vidriosos, pensando que nuestra directora cerraría el discurso de forma épica con alguna frase motivadora. «Las veis, ¿verdad? Pues ya podéis despediros de esas uñas tan largas, bonitas y pintadas. Habéis venido a convertirnos en fisioterapeutas, una profesión que se ejerce en pijama, en moño y con las uñas cortas. ¡Bienvenidos!».

★ BIENVENIDOS A LAS PRÁCTICAS DE FISIOTERAPIA ★

*¿Y quién es la de prácticas?
Esa, la de los calcetines con dibujitos.*

Durante los años de facultad perdemos el miedo a desnudarnos. Es algo muy difícil de comprender si no estudias fisioterapia. «¿Cómo vas a quedarte en ropa interior delante de tus compañeros de clase?», me decían mis amigas cuando les contaba mis batallitas de la universidad. Ellas acababan de empezar Derecho, Ingeniería Industrial y Química, y era muy difícil hacerles entender que, para aprender a tratar un cuerpo enfermo, primero había que aprender a quererlo, admirarlo y verlo con unos ojos diferentes a los de otro ser humano. Para ello, el aprendizaje en la uni no es progresivo ni gradual. El primer día de prácticas, tras un pequeño discurso, el profesor nos dice: «Poneos por parejas y quitaos las camisetas». Para ser profesor de fisioterapia... ¡menudo tacto! Miré a mi pareja de camilla y le dije: «Joder, tengo un sujetador feísimo». A lo que ella contestó: «Al menos tú llevas sujetador». Y me entró tal ataque de risa que aquel sujetador y aquella compañera se convirtieron en ese momento en mi prenda y persona favoritas. Esa mañana empezó

nuestra amistad, una amistad que aún años después conservamos. Fue amor a primera risa.

Estudiar fisioterapia es algo único, créeme. Mientras los alumnos de otras carreras piden dinero a sus padres para fotocopias, nosotros se lo pedimos para comprarnos conjuntos bonitos de ropa interior. No solo tenemos que preocuparnos de no repetir modelo, sino también de no llevar todas las semanas las mismas braguitas y sujetadores. Menudo estrés ser estudiante de fisioterapia, ojalá alguien me hubiera explicado todo esto antes. Además, estudiar esta profesión conlleva otras desventajas. Por ejemplo, a nosotros no nos sirve el truco de imaginarnos a nuestros compañeros desnudos para perder el miedo a hablar en público. Así que nos adaptamos y creamos nuestra propia variante: imaginamos a nuestros compis sin depilar o en ropa interior con la etiqueta puesta.

La verdad es que con el paso de los meses el pudor se esfuma y nos hacemos más sinvergüenzas. El primer día nos poníamos más rojos que un Theraband al quitarnos la camiseta delante de nuestros compañeros, pero al final acaba uno tirándoles los pantalones a la cara, haciéndose vídeos con ellos para estudiar desde casa e incluso saliendo al pasillo en bragas. Que de vez en cuando pasan alumnos de otras carreras como Enfermería o Podología y piensan: «Joder con los fisios...».

Ser alumno de fisioterapia nos impulsa a madurar, a respetar nuestros cuerpos y los de nuestros compañeros. Al fin y al cabo, no hacemos otra cosa que valorarnos entre nosotros, buscándonos imperfecciones para jugar a ser fisioterapeuta y paciente.

—Uf, menudo valgo de rodilla que tienes.

—Pues anda que tu rotación externa de cadera... Pareces un pingüino andando.

Así somos, llevando siempre el humor y el amor por bandera.

No hay mejor terapia que reírnos de nuestras asimetrías, y eso lo aprendemos en las clases prácticas. Nunca olvidaré las risas que me eché aquellos cuatro años de facultad. Durante ese tiempo se va forjando un hilo invisible que nos hace estar unidos a nuestros compañeros, porque lo que se vive estudiando fisioterapia no se vive en ninguna otra carrera: nosotros nos movilizamos, nos tocamos, nos electrocutamos, nos grabamos, nos pintamos, nos reímos tanto... que es imposible desenredar ese hilo.

★ LA MASCOTA DE LA UNI ★

*Lo que pasa en el aula de prácticas
se queda en el aula de prácticas.*

¿Y si te dijera que hay alguien que se entera de todo lo que hacemos en clase? Un alma imperecedera que todo lo ve, atrapada para siempre en el aula de prácticas. Un ser solitario, incapaz de moverse por sí solo, pero siempre vigilante a nuestro lado. Aparentemente muerto, pero aferrado al mundo de los vivos. Sí, estoy hablando del eterno y entrañable... ¡esqueleto del aula de Cinesiterapia! Nuestra mascota. El esqueleto tiene una misión que destaca sobre las demás: protegernos. Y no lo digo yo, lo dicen los libros de anatomía. Cómo no vamos a quererlo... Es cierto que el primer día asusta, pero con el paso de las semanas nos vamos haciendo inseparables: le ponemos nuestra ropa, nos hacemos fotos con él e incluso le ponemos nombre. En mi grupo de prácticas lo bautizamos con el mote Huesitos.

Él ha sido testigo de todo lo que hemos vivido. Siempre presente, en lo bueno y en lo malo, en la salud y en la enfermedad, todos los días de nuestra vida universitaria y hasta que la graduación nos separó. Estaba ahí cuando nos llevamos a casa el primer rollo de

vendaje, cuando aprendimos a cortar el tape sin tijeras y cuando surgió el primer amor de camilla. Ay, si Huesitos hablara...

Toda su ternura contrarrestaba la rigidez de mi profesora de prácticas. Se trataba de una de esas personas que no necesitan hablar para imponer respeto. Tenía una mirada penetrante, un pelo rubio larguísimo y unos ojos verdes enormes. Era como si la selva no hubiese tenido suficiente espacio en la tierra y hubiese elegido vivir en aquellos ojos. Una bestia con cara de princesa. Una princesa salvaje, pero no de las que usan tacones, sino de las que van a la guerra con zuecos y en pijama. Al parecer era profesora asociada en la universidad y supervisora del servicio de rehabilitación del hospital de mi ciudad. Rapunzel, que así la llamábamos, representaba todo lo que queríamos llegar a ser profesionalmente. Cuando me miraba fijamente, el párpado me perreaba de los nervios, así que imagínate qué mal lo pasaba en los exámenes...

¿Tú también tenías que coger un papelito en los exámenes prácticos? En plan: «Movilización pasiva de...». Dicen que ahora han entrado profesores más innovadores que utilizan el bingo, y dependiendo de la bolita que salga te toca una maniobra u otra. En mis tiempos no había de eso, y menos mal, porque tengo muy mala suerte en el juego. Nunca me ha tocado nada, excepto salir de voluntaria. En eso siempre ganaba.

—¿Algún voluntario?

Yo en ese momento siempre miraba hacia abajo o hacia Huesitos.

—Venga, Sara. Acércate tú misma. Vamos a repasar el balance articular de la cadera.

Vaya suerte la mía... Me acerqué con mi pantalón corto, mi sujetador preferido y mis nervios, ignorando que esa mala racha me iba a durar cuatro años.

—¿Podemos grabarlo con el móvil para luego estudiarlo en casa? —preguntó una compañera ávida de nuevos conocimientos.

—Sí, claro, por supuesto —contestó Rapunzel.

Y ahí estaba yo, tumbada en la camilla con las piernas abiertas, mientras veinte móviles grababan mis amplitudes articulares.

La fisioterapia te quita muchas cosas, pero también te da otras, como no tener tiempo libre ni vergüenza. Al final acabas relajándote porque, a pesar de tener solo dieciocho años, la complicidad y la confianza que se crea en el grupo es de personas que se quieren. El roce hace el cariño, a veces rozaduras e incluso quemaduras, y si no que se lo pregunten a Lucía, mi compi a la que quemé con el ultrasonido.

Lu, que así me gusta llamarla, era la compañera más divertida que se podía tener. Si no era capaz de palparme un músculo se lo inventaba, y si me veía demasiado concentrada en algo, saltaba con cualquier chorrada que me sacara de mi mundo interior.

—¿Sabes cuál es la emisora preferida de Huesitos?

—Lu, ¡estamos en un examen!

—La Radio Grafía.

Así es ella, natural e inadecuada. En el día de la lotería del año pasado, cuando llegó al trabajo dijo: «No nos ha tocado nada, pero al menos tenemos salud». ¿Cómo pudo decir eso delante de sus pacientes de la UCI? Lu, que tiene menos tacto que una hemiparesia, dice que hay que sonreír a la vida y que no quiere bordes ni en los kinesios ni en las pizzas. Aunque a mi amiga le falta sentido del ridículo, le sobra el del humor. Por eso nos seguimos llevando de maravilla.

Recuerdo a nuestra profesora diciendo: «Disfrutad de la universidad, que es la mejor etapa de la vida». En aquel momento pensé: «Ah, pero ¿es que después la vida va a peor?». Y es lo que pasa siempre, que cuando se es feliz uno no se da cuenta. Porque sí, los estudiantes de fisioterapia somos felices a pesar de todo. Aprender a curar a los demás es muy satisfactorio; es un arte que primero se es-

tudia para luego poder practicarlo. Y qué duro es estudiar algunas cosas, como los malditos orígenes e inserciones musculares. Que no vale con decir: «El tibial posterior se origina en la tibia y se inserta en el pie». No, hombre, no; se origina en la cara posterior de la tibia y membrana interósea y se inserta en la cara plantar de las tres cuñas, en la base de los metatarsianos II, III y IV y en el escafoides. Por culpa de esta necesidad de almacenar a la fuerza información detallada sobre cosas como los pares craneales, los parámetros de las corrientes de electroterapia o los mismísimos orígenes e inserciones, ahora los fisioterapeutas somos incapaces de retener datos tan sencillos como el nombre de algunos pacientes, qué hombro es el que tienen lesionado o los ejercicios que les mandamos la sesión anterior. Hemos desarrollado una memoria selectiva que nos ayuda a seguir creciendo como profesionales, pero que nos dificulta tener relaciones normales con los seres humanos.

—Hola, Sara, ¿te acuerdas de mí?

—¡Claro! ¿Qué tal tu hombro?

—No soy tu paciente. Soy tu cita Tinder del mes pasado.

Nueve de cada diez personas que nos saludan y no recordamos son pacientes. Pero uno de cada diez no lo es, y quedamos fatal.

★ EL ALUMNO DE PRÁCTICAS ★

*El que la sigue la consigue es
un alumno de prácticas.*

Hay ciertos rasgos que diferencian a un alumno de prácticas de un fisioterapeuta ya graduado, y el primero es el pijama. En la

universidad nos engañan con que tenemos que llevar una casaca y unos pantalones anchos que nos permitan movilizar de forma cómoda y nos entregan casacas XXL. Menos mal que no podemos llevar anillos ni collares a las prácticas, porque pareceríamos la mismísima Rosalía.

Llegas al centro de prácticas y el tutor se presenta dándote unas normas básicas de convivencia para los próximos meses. Te dice que espera que estés motivada, pero que tampoco seas de esas que le persiguen incluso cuando va al baño. Le gustaría que tuvieses conversación, pero sin ser inadecuada, porque hay alumnos que hablan tanto que no le dejan tiempo para ir a hacer caca entre paciente y paciente. Quiere que transmitas seguridad, pero que seas humilde. Que sepas de fisioterapia, pero sin ser una cerebrito, porque le gustaría enseñarte algo. Que seas agradable, limpia, atenta, profesional, responsable, puntual, respetuosa... vamos, lo que viene siendo un fisioterapeuta normal y corriente, ¿no?

Te lleva al vestuario para que te cambies y te hagas una foto en el espejo para subirla a Instagram. Esto último no te lo dice, pero se da por hecho. Como futura nueva fisio ya sabes que la mejor postura es... el postureo.

Sales del vestuario y ahí está tu primer paciente real esperándote en la camilla. Hasta el momento solo habías tratado a familiares, amigos y compañeros de prácticas. Intentas aparentar tranquilidad, porque los pacientes son como los dóberman: huelen el miedo.

—Tranquila, Sara, solo serán unas movilizaciones.

—Yo no me llamo Sara —contestó la paciente.

—Yo sí...

Mierda.

—Es que es mi primer día y cuando estoy nerviosa hablo conmigo misma.

La verdad es que es difícil no estarlo, sobre todo las primeras veces. Llegas a las prácticas con tanta información como confusión. En clase, unos profesores te han enseñado técnicas cuya eficacia han puesto en duda otros profesores. Unos están a favor de la osteopatía y otros en contra. Algunos fomentan el razonamiento clínico y la participación activa del paciente, mientras que otros dicen que debes hacer lo que quiera el paciente, que para eso te paga. En Twitter se hace viral un hilo de un quiropráctico sobre los beneficios de desbloquear las lumbares en pacientes con problemas de espalda. Tú, en ese momento, no lo entiendes, pero la palabra «desbloquear» ya te hace desconfiar. Con el tiempo aprenderás que a las vértebras no se las desbloquea, y a los ex tampoco. En Instagram ves una infografía que dice que las contracturas no existen, y en TikTok aparece un tío buenorro afirmando que si haces sus cuatro ejercicios de corrección postural no te dolerá la espalda nunca jamás. La única evidencia científica es que estás más confundida que un esguince con una escayola.

Van pasando las semanas y vas ganando seguridad en lo que haces. Por eso te da rabia cuando un paciente dice: «Aprieta, aprieta sin miedo», y tú piensas: «¿Miedo, yo? Te vas a cagar...». Hay que respetar la regla del no dolor excepto con ese tipo de paciente y con la peluquera que te dijo que solo te cortaría las puntas... A esa clase de gente ¡masajes con el codo! Bueno, en realidad, he de admitir que siempre he admirado a los peluqueros a los que les dices «Hazme lo de siempre» y saben perfectamente cómo cortarte el pelo. A mí me dicen «Hazme lo de siempre», y no me acuerdo ni cuál era el hombro lesionado.

Pero si hay algo que describe a la perfección la vida de un alumno de prácticas es la cantidad de veces que tiene que cambiarse de ropa. Si juntáramos el tiempo que perdemos en cambiarnos durante los años de facultad tendríamos una o dos vidas extra. Nos levantamos, nos quitamos el pijama y nos ponemos ropa de

calle. Llegamos al centro de prácticas y nos volvemos a poner el pijama, el otro pijama. Cuatro horas más tarde, nos volvemos a poner la ropa de calle. Vamos a la uni, nos quitamos la camiseta si toca extremidad superior, o nos ponemos pantalones cortos si hay prácticas de extremidad inferior. Terminan las clases y volvemos a casa con la misma ropa que nos hemos puesto por la mañana, igual de limpia pero arrugada de haber estado todo el día embutida a presión en la mochila.

No sé si seré una buena fisioterapeuta, pero a cambiarse de ropa no me gana nadie, lo mío es de una rapidez sobrehumana.

Mis amigas un día normal: «Salgo de currar y voy».

Yo un día normal: «Me quito el pijama, me pongo las pulseras, me quito el moño, me pongo los anillos, me quito los zuecos, me pongo los zapatos, me quito el olor a crema, me pongo el vestido y... ¡salgo!».

Bueno, te dejo, que me acaban de escribir mis amigas y si hay algo que he aprendido de ser fisioterapeuta es que la puntualidad y la higiene son la base de toda relación, sea terapéutica o no.

★ LOS TUTORES DE PRÁCTICAS ★

Los tutores de prácticas hablan raro.

Tener un estudiante a tu cargo es como salir por la noche a partir de los treinta: sabes que te lo acabarás pasando bien, pero de primeras da pereza. Aparentar ser un buen fisioterapeuta, cuatro horas seguidas durante mes y medio, desgasta y mucho, porque a los pacientes sí puedes engañarlos, pero a los estudiantes no. Ellos te observan, te juzgan en silencio y, aunque siempre te sonrían, nunca sabes si es por ti o por la nota.

Hace tres veranos tuve mi primer alumno de prácticas y recuerdo que me asaltaban más miedos que dudas.

—Tía, estoy de los nervios —le confesé a mi compañera de trabajo—. ¿Cómo será?

—¿Vas a tener una cita? —preguntó sorprendida mirando al cielo, como dando las gracias al universo.

—No, idiota. Me refiero al alumno de prácticas.

En esa época tenía la confianza como un pie equino: por los suelos.

—No te preocupes, Sarita. Tú haz lo que hacemos siempre.

—¿Comprar online entre paciente y paciente?

Hay dos clases de fisioterapeutas: los que compran en el trabajo y los que niegan hacerlo y mienten. Todos los autónomos se vuelven adictos de la misma forma. Empiezan adquiriendo material para la clínica y, un día, sin saber cómo, terminan en una web de ropa añadiendo productos a una cesta que tiene más artículos que Pubmed. Por el contrario, si trabajas en la sanidad pública el consumo se hace por imitación. Los primeros días, cuando ves a tus compañeras en el ordenador, piensas que están revisando bibliografía o buscando ejercicios originales para sus pacientes. Ahora sabes que están en Amazon comprando, por ejemplo, un cepillo de dientes. «Vaya chorrada», piensas, pero luego te explican que es el último modelo de un cepillo eléctrico que te deja los dientes supersuaves. Lo que parecía una compra inútil se acaba convirtiendo en una necesidad que ni siquiera sabías que tuvieras, así que te lo acabas agenciando y, con ello, das comienzo a la segunda fase de toda compra online: escribir a ese alguien que se encarga de recoger tus pedidos. Es lo que tiene ser fisioterapeuta y tener un horario incompatible con los repartidores de Amazon.

Mamá, pasado mañana te llegará un paquete a casa, vale?

18:31 ✓✓



Mamá escribiendo...

Mamá escribiendo...

Mamá escribiendo...

Qué es?

18:34

Un cepillo de dientes.

18:35 ✓✓

Para lo poco que comes no te hace falta. Cuando vengas a recogerlo avisa y te preparo un táper de croquetas.

18:36

Somos los profesionales sanitarios que ayudan a sus pacientes a ser más autónomos, pero a los ojos de una madre somos incapaces de realizar las actividades básicas de la vida diaria, desde comer a vestirse o incluso ir al baño... El otro día mi madre me pasó el Índice de Barthel y obtuve una puntuación bajísima. Al parecer soy una persona moderadamente dependiente de las comidas que me prepara, de su váter y de que me quite manchas imposibles de la ropa.

Volviendo a los tutores de prácticas, ¿te has fijado en que hablan raro? Parecen fisioterapeutas normales, pero cuando tienen un alumno es como si les poseyera Eduardo Punset y utilizaran palabras raras y cultas para expresarse.

—Bueno, ahora vamos a realizar una MPS, una técnica antero-posterior de la cabeza glenohumeral.

El paciente es el primero en darse cuenta de que a su fisio le pasa algo, porque lo único que ha entendido de todo lo que acaba de decir es «cabeza».

—¿La cabeza? Pero yo la cabeza la tengo bien, eh.

—Me refiero a la cabeza del hombro, Manolo.

—¿Tengo una cabeza en el hombro?

—Y un cuello.

—Ah, pues tengo tortícolis en el hombro.

Con el fin de superar mis inseguridades, hace años que vengo observando la interacción de mis compañeros con sus alumnos, y esto me ha permitido desarrollar una clasificación de los distintos tipos de tutores de prácticas que existen:

★ **EL TUTOR PREHISTÓRICO.** Su frase favorita es: «Ahora en la universidad os enseñan tonterías». Se pasa la regla del no dolor por el forro y es de esos fisioterapeutas (y personas) que solo saben quitar el dolor de una forma: provocándolo. No lee, no estudia y no actualiza ni su móvil porque sigue teniendo un Nokia. Anticuado es poco, hasta sigue usando Facebook.

★ **EL MOTIVADO.** Te trae artículos científicos para que los leas en casa y te mete presión para que escojas al paciente del trabajo de prácticas. Desconoce que pensabas hacer un copia y pega de los trabajos de años anteriores. Su objetivo es convertirte en un gran fisioterapeuta, y el tuyo que no te vea bostezar. Bendita mascarilla.

★ **EL TUTOR INSEGURO.** Cuando era alumno le ponía nervioso tener tutor y ahora que es tutor le pone nervioso tener alumno. Vive más tenso que un hombro congelado. De camino al trabajo piensa en sus pacientes y prepara mentalmente el discurso que le soltará a su pupilo.

- ★ **EL TUTOR GATO.** No deja que te acerques a no ser que le traigas comida. Arisco desde pequeño, es independiente y no le gusta que lo molestes mientras está con su paciente porque posee un fuerte instinto territorial. Deberás limitarte a observar y a ganarte su confianza poco a poco. Si te deja pasar los ultrasonidos es que le caes bien.
- ★ **GRU, MI VILLANO FAVORITO.** Es autónomo, tiene su propia clínica privada y trabaja con aseguradoras. No contrata a ningún fisioterapeuta porque utiliza a sus *minions*, o alumnos de prácticas, para sacar el trabajo adelante. Desde el primer día te deja pacientes a tu cargo. Masaje y electroterapia son sus tratamientos estrella, y su razonamiento clínico es trabajar para cobrar a fin de mes.
- ★ **EL CRUSH.** Lo tiene todo; es guapo, inteligente, majo y buen fisioterapeuta. Se preocupa por sus pacientes, los escucha y los valora. Siempre te tiene en consideración y te explica todas las técnicas y tratamientos. Lo primero que haces al llegar a casa es buscarlo en Instagram.



LA FISIOTERAPIA ES UNA
PROFESIÓN QUE SE EJERCE EN
PIJAMA, EN MOÑO Y CON LAS
UÑAS CORTAS. —