

Enfermería *profesión*

Periódico de la Organización Colegial de Enfermería de la Comunidad Valenciana

DIRIGIDO A USUARIOS DE LA SANIDAD DE LA COMUNIDAD VALENCIANA



Enfermeras y médicos visitan una treintena de poblaciones valencianas en la Ruta de la Salud.

La senda de la salud empieza en la prevención de la enfermedad



Tratar la cefalea para evitar una discapacidad



De vuelta a las aulas universitarias



XI Semana de la Lactancia Materna

Enfermeras y médicos revisan la salud en 29 localidades valencianas

LA RUTA DE LA SALUD EMPEZÓ EN SEPTIEMBRE Y FINALIZARÁ EL 26 DE NOVIEMBRE. INCLUYE ELECTROCARDIOGRAMAS O ESPIROMETRÍAS



El equipo de la Ruta de la Salud durante su visita a Turís.

CALENDARIO DE LA RUTA DE LA SALUD:

- 01/10 --> El Palomar (Vall d'Albaida)
- 06/10 --> Cheste-Chiva (Foia de Bunyol)
- 07/10 --> Yátova-Chiva (Foia de Bunyol)
- 08/10 --> Alfahuir (La Safor)
- 13/10 --> Chera (Requena-Utiel)
- 14/10 --> Fuenterrobles (Requena-Utiel)
- 15/10 --> Losa del Obispo (Los Serranos)
- 20/10 --> Algar de Palància (Camp de Morvedre)
- 21/10 --> Xirivella (l'Horta)
- 22/10 --> Museros (l'Horta Nord)
- 27/10 --> Marines (Camp de Túria)
- 28/10 --> Cofrentes (Valle de Ayora)
- 29/10 --> Alfafar (l'Horta Sud)

Más información: <https://rutadelasalud.wordpress.com>

Prevenir siempre es mejor que curar. Con esta premisa nacen iniciativas como La Ruta de la Salud por la que enfermeras y médicos del Hospital General de Valencia (HGUV) están recorriendo diversas localidades de la provincia para revisar el estado de salud de sus ciudadanos y aportar información y formación para corregir hábitos de vida.

La Ruta de la Salud arrancó el 22 de septiembre en La Pobla de Vallbona y finalizará el 26 de noviembre tras haber pasado por 29 localidades más. En estas jornadas los profesionales realizan pruebas entre las que se incluyen electrocardiograma, espirometría y coxímetro, audiometría, medición ocular y rejilla de Amsler, toma de tensión y glucosa, masa corporal, revisión bucodental y ejercicio físico.

Además, la visita incluye también charlas para aprender a cuidarse y conseguir prevenir

enfermedades que con la detección precoz son más fáciles de tratar.

Es bien sabido que prácticas como el consumo de tabaco, el sedentarismo, la obesidad o el colesterol son factores que fomentan la aparición de enfermedades como, por ejemplo, las cardiovasculares, entre otras, sin embargo, cambiar las costumbres no siempre es sencillo. Para ello, la ayuda del profesional sanitario es muy importante y diversa: a través de diferentes programas específicos, como los programas de apoyo para dejar de fumar que existen en los centros sanitarios, los talleres sobre alimentación saludable o los itinerarios para practicar deporte que cada vez se extienden por más centros de salud y consisten en salir a caminar o realizar otro tipo de ejercicio específico acompañados de enfermeras y médicos de su centro de salud.

En este sentido es importante destacar el papel educador de los profesionales de Enfermería a la hora de vigilar la alimentación sana y fomentar hábitos saludables y evitar conductas sedentarias y la ingesta de grasas y azúcares que puedan degenerar en dolencias graves.

En Consejo Autonómico de Enfermería (CECOVA) reitera su solicitud a las Administraciones Públicas para que "refuercen las políticas de prevención y educación para la salud para frenar el incremento del número de víctimas mortales de las enfermedades cardiovasculares, cuyo principal factor de riesgo es la obesidad".

Y es que, por ejemplo, las enfermedades cardiovasculares, las relacionadas con el aparato circulatorio y las relacionadas con el corazón causan en España una de cada tres muertes, tantas como el cáncer.

El 12,7% de los trabajadores declara padecer alguna cefalea

Uno de los trastornos más comunes del sistema nervioso es la cefalea. La más habitual es la cefalea tensional, sin embargo es la migraña la que más consultas genera a los profesionales sanitarios de Atención Primaria. Así se puso de manifiesto en una jornada celebrada en la Dirección general de Salud Pública en Valencia.

Además, la cefalea viene acompañada de dolor y este puede llegar a producir discapacidad y un deterioro de la calidad de vida. De hecho, según la II Encuesta de Condiciones de Trabajo de la Comunitat Valenciana, el 12,7% de los trabajadores encuestados declararon que sufren dolor de cabeza (cefalea) relacionado con su puesto de trabajo.

Además, muchas cefaleas interfieren con el desempeño de la actividad laboral, y suponen mayor riesgo de accidente. Algo parecido

puede ocurrir con algunos tratamientos, que pueden tener efectos adversos, tales como dificultad para la concentración, lentitud de respuesta, alteraciones de la coordinación motora, de la visión, o de la percepción del riesgo. Por otro lado, el descenso de la productividad y el absentismo laboral por estas causas puede suponer también un coste elevado.

Para establecer un método homogéneo de evaluación de las personas que trabajan y padecen cefaleas, y realizar estudios epidemiológicos sobre las cefaleas en el ámbito laboral profesionales de Sanitat han elaborado la aplicación CAPMAL. Una herramienta informática pensada para ayudar a los profesionales de la salud en la toma de decisiones sobre los trabajadores que padecen cefaleas, en relación con su actividad laboral.



La cefalea viene acompañada de dolor y éste puede producir discapacidad.

Prevenir accidentes de tráfico está en manos de todos

Concienciar a la población sobre las causas de los accidentes de tráfico, sus consecuencias y el modo de evitarlos. Éste es el objetivo de las charlas que imparten los profesionales del Centro de Salud Pública de Elda en los centros educativos. Los contenidos de la charla abarcan los accidentes y sus consecuencias, el alcohol y las drogas como factores de riesgo, los elementos de seguridad, el traumatismo craneoencefálico y la lesión medular, también el protocolo de actuación ante un accidente.

Además en el ámbito de la prevención de los accidentes de tráfico enfermeras, médicos y demás profesionales de Salud Pública incluyen formación sobre sistemas de retención infantil en las sesiones de preparación al parto que se imparten en los centros de salud del Departamento de Elda y a los que han acudido un total de 212 mujeres embarazadas en el primer semestre de 2014.

Los cursos de preparación al parto del Departamento de Elda incluyen formación sobre los sistemas de retención infantil en el vehículo

Estándares para la calidad de una Unidad de Neonatos

Alicia Llorca, enfermera de la Unidad de Neonatos del Hospital General de Valencia, y Francisco Javier Soriano, pediatra del Centro de Salud Fuensanta, han participado como coautores del documento *Unidades de Neonatología. Estándares y recomendaciones de calidad*.

El trabajo se ha realizado bajo la coordinación de la Subdirección General de Calidad y Cohesión del Ministerio de Sanidad y describe los requisitos que debe cumplir una unidad neonatal para garantizar las condiciones de seguridad, calidad y eficiencias adecuadas para atender a los neonatos. Su contenido, que parte de un análisis de la situación actual de las unidades neonatales, recoge aspectos como la atención centrada en la familia, la seguridad del paciente, el trabajo en red asistencial, la cartera de servicios, la estructura de espacios o los recursos materiales y humanos.



Francisco J. Soriano y Alicia Llorca en la Unidad de Pediatría del HGUUV.

Xàtiva y Arnau de Vilanova mejoran la atención al paciente con UPP

Las úlceras por presión (UPP) son lesiones que se producen en determinadas zonas de la piel situadas en general sobre prominencias óseas, como resultado de una presión excesiva al permanecer el paciente en la misma posición durante demasiado tiempo. La frecuencia e intensidad de estas dolencias depende en gran medida de la presión pero también de otros factores relacionados con cada persona y con el ambiente o microclima donde habitan. Son especialmente vulnerables aquellas personas encamadas o con patologías como la diabetes e insuficiencia venosa entre otras.

El Departamento de salud de Xàtiva-Ontinyent ha rebajado la tasa de prevalencia de los pacientes con úlceras por presión pasando de una tasa de 1,08 por cada mil habitantes en 2012 al 0,93 en 2013. Una disminución que "se puede asociar al

incremento de la valoración del riesgo de padecer úlceras por presión por parte de los profesionales, tanto en atención hospitalaria como en atención primaria y a las medidas de prevención aplicadas en concordancia con el riesgo de padecerla", señala la Directora de Enfermería Amparo Carbonell.

Por otra parte, el Departamento de salud Valencia- Arnau de Vilanova- Llíria ha creado una consulta para el tratamiento de las úlceras por presión. Dicha consulta cuenta con un enfermero especializado en el tratamiento de estas patologías, que se encarga de valorar el estado del paciente, así como de asesorar, recomendar y/o solicitar valoración por el especialista de cualquier úlcera o herida crónica. Se acortará así el período de curación de los pacientes, utilizando los recursos y las técnicas más avanzadas.



Vicente Martínez es el enfermero que coordina con el resto de profesionales del Arnau las medidas de prevención.

Un millón de catéteres analizados en un día

Un millón de catéteres intravenosos periféricos es un proyecto que surge de un grupo de Enfermeras de una universidad australiana y cuyo objetivo es conocer la situación de estas vías en todo el mundo: cuál es su prevalencia, los factores de riesgo, las complicaciones, etc. En la Comunitat Valenciana participan profesionales de 15 departamentos de salud. Este mes de octubre se realizará el corte de donde se analizarán todos los resultados para el estudio internacional.

El Hospital de Dénia recibe a siete estudiantes de intercambio

Durante el mes de septiembre un grupo de 7 estudiantes de distintas profesiones sanitarias y procedentes de diferentes países europeos eligieron el Hospital de Dénia para realizar un periodo de formación. En concreto, el Departamento de salud de la Marina Alta ha acogido a 4 estudiantes de Enfermería procedentes de Malta, un enfermero de Finlandia, que finalizará sus prácticas en noviembre, y dos médicos alemanes.



La enfermera de estomas atiende a 60 pacientes en 2014

El Hospital General de Valencia cuenta desde 2009 con una consulta enfermera dedicada a la atención de pacientes ostomizados. El estoma es una apertura en la pared abdominal directa a una parte del intestino. Estos pacientes requieren de unos cuidados específicos y aprender el autocuidado de su estoma, así como un seguimiento enfermero. Durante 2013, en esta consulta fueron atendidos 93 pacientes y 60 personas en lo que va de año.

El Centro Jaime I de Castellón celebra su 60 aniversario

El Centro de Especialidades Jaime I de Castellón ha celebrado este verano su 60 aniversario. Médicos y enfermeras del CEE han atendido en 2013 un total de 134.656 consultas en las 14 especialidades existentes.

Esta cifra previsiblemente se incrementará a lo largo de este año 2014, ya que hasta el mes de julio se habían atendido 71.888 consultas.

Más de 1.000 alumnos empiezan a estudiar Enfermería en la Comunitat

EL GRADO EN ENFERMERÍA HA SIDO LA TERCERA TITULACIÓN ESCOGIDA EN LA COMUNITAT POR LOS ESTUDIANTES DE NUEVA INCORPORACIÓN



Bienvenida al alumnado de primer curso en la EUE de Castellón

El alumnado universitario ya ha empezado las clases del curso 2014/2015 con la incorporación de más de 1.000 nuevos estudiantes de Enfermería. No en vano, este año el Grado en Enfermería fue la tercera titulación con mayor demanda en el sistema universitario de Comunitat Valenciana por detrás de Medicina y Maestro en Educación Primaria. La oferta de plazas para cursar Enfermería se mantuvo prácticamente invariable durante este nuevo curso con oferta pública en las facultades de Enfermería de la Universitat de València (UV), la de Alicante, la Jaume I de Castellón y las escuelas universitarias de Enfermería de La Fe y Sagrado Corazón de Castellón, adscritas éstas últimas a la UV.

En las universidades privadas, puede cursarse Enfermería en la Universidad

CEU-Cardenal Herrera (CEU-UCH) en los tres campus de Moncada, Elche y Castellón; en la Universidad Católica de Valencia, en los campus de Valencia y Alzira; y en la Universidad Europea de Valencia. Mientras, siguen a la espera de la aprobación administrativa otros dos centros privados en la provincia de Alicante.

En este sentido, el Consejo Autonómico de Enfermería (CECOVA) ha advertido reiteradamente a la Administración sobre la necesidad de regular la sobreoferta de plazas de Enfermería ya que, en la actual situación socioeconómica, el mercado laboral es incapaz de absorber el incremento de número de egresados en la Comunidad Valenciana como consecuencia del incremento del número de plazas de Enfermería ofertadas en los últimos años.

Enfermería, en el Congreso Nacional de Hospitales y Gestión Sanitaria

LA PROFESIÓN PARTICIPARÁ DE FORMA DESTACADA DADA SU ALTA IMPLICACIÓN EN LA CRONICIDAD Y LA GESTIÓN SANITARIA

Alicante y Elche acogerán en marzo el XIX Congreso Nacional de Hospitales y Gestión Sanitaria organizado por la Sociedad Española de Directivos de la Salud (SEDISA) y la Asociación Nacional de Directivos de Enfermería (ANDE), con el fin de analizar la asistencia sanitaria orientada hacia la cronicidad, tanto en Atención Primaria como Especializada.

El congreso contará con una destacada participación de representantes de la profesión enfermera, dada su alta implicación en aspectos tales como la cronicidad y la gestión sanitaria.

Jesús Sanz, presidente de ANDE, destacó que "los profesionales de Enfermería están presentes de una manera transversal y tendrán protagonismo, sobre todo en los temas relacionados con los cuidados, la

educación sanitaria o la gestión de las instituciones". La implicación de la Enfermería resulta clave en el abordaje de las enfermedades crónicas y sin su concurso las acciones que se emprendan en este sentido muy probablemente terminen fracasando o no obteniendo el resultado deseado; Enfermería está capacitada plenamente para asumir todo tipo de responsabilidad en el manejo del paciente crónico y por ello debe ser uno de los profesionales con mayor participación.

El congreso se realiza de manera bianual y en esta edición se centrará en el paciente, ya que se entiende que la participación de los ciudadanos en el diseño y en el modelo de servicios sanitarios que se pretende desarrollar en los próximos años va a tener una gran importancia.



El congreso se centrará en esta edición en el paciente.

200 profesionales abordan la salud sexual en pacientes de salud mental

LAS INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL, LA ESTERILIDAD O EL RIESGO DE EMBARAZO FUERON ALGUNOS DE LOS TEMAS QUE SE TRATARON



La jornada tuvo lugar en el Hospital Doctor Peset de Valencia.

“Tanto por su propio trastorno como por los efectos secundarios de la medicación, muchas mujeres con patología psiquiátrica ven como se altera su comportamiento sexual, hasta el punto de querer suspender o llegar a abandonar su tratamiento, con el riesgo que esto comporta para su salud. Todos los profesionales sanitarios implicados en el cuidado de estas pacientes deben coordinarse y hacer un esfuerzo conjunto para conseguir que tanto la salud mental como la sexual y reproductiva de estas mujeres sea lo más satisfactoria posible”. Así se puso de manifiesto en la jornada “Salud mental, salud sexual y reproductiva: un horizonte común”, organizada por el Centro de Salud Sexual y Reproductiva y la Unidad de Salud mental, ambos de Fuente San Luis.

Psiquiatras, psicólogos, sexólogos, ginecólogos y enfermeras han abordado las novedades tanto en la medicación psiquiátrica como en la medicación ginecológica (principalmente anticonceptivos). También se han tratado temas como las infecciones de transmisión sexual, la existencia de consultas preconceptionales, la esterilidad, la salud mental y el riesgo de embarazo o las implicaciones psicológicas que los trastornos psiquiátricos conllevan para la sexualidad de las pacientes.

Sin olvidar los aspectos legales que rodean los tratamientos anticonceptivos en menores con enfermedades mentales y menores tutelados. Para tratar este asunto se contó con la participación de la Fiscal Jefe de la Fiscalía Provincial de Valencia, Tera Gisbert.

Pacient Actiu mejora el manejo de la enfermedad por parte de pacientes

SE TRATA DE COMPLEMENTAR LA INFORMACIÓN QUE OFRECEN LOS PROFESIONALES CON LAS VIVENCIAS DE LOS PROPIOS PACIENTES

Sanitat ha puesto en marcha el programa *Pacient Actiu* cuyo objetivo es hacer participar activamente a los pacientes en el cuidado de su salud. En las sesiones, el profesional sanitario pasa a desarrollar un papel de observador, de apoyo y asesoramiento.

“No se trata de sustituirlo, sino de complementar la información que un profesional sanitario puede dar a un paciente, con información de primera mano de alguien que está en la misma situación, que ha pasado por las mismas experiencias y dificultades y que, por tanto, resulta mucho más cercano para el enfermo crónico y puede ayudar a que éste se implique y colabore en el cuidado de su patología”, señala Amparo Antonaya, enfermera del centro de salud Fuente San Luis de Valencia y Master

Trainer del programa.

Según los datos de la última Encuesta de Salud de la Comunitat, el 78,6% de la población entre 65 y 74 años padece algún tipo de enfermedad crónica. Y se trata de pacientes cada vez más informados y con mayor capacidad de decidir por ellos mismos. El rol del paciente ha dejado de ser pasivo para pasar a ser corresponsable en la toma de decisiones respecto a su salud.

El propósito de estas sesiones de grupo, que se realizan en entre 12 y 16 pacientes, será que los pacientes aumenten poco a poco la confianza en sus habilidades para manejar su enfermedad, resuelvan dudas, tomen sus propias decisiones y adquieran hábitos saludables. Todo ello a través de un diálogo fluido entre iguales y guiado por profesionales.



El programa busca potenciar un rol más activo del enfermo crónico.

Castellón prepara la XI Semana Mundial de la Lactancia Materna

La lactancia materna es la forma ideal de aportar a los niños pequeños los nutrientes que necesitan para un crecimiento y desarrollo saludables. Así lo indica la Organización Mundial de la Salud (OMS) que la recomienda en exclusiva durante seis meses, a partir de entonces la introducción de alimentos apropiados para la edad y seguros, y el mantenimiento de la lactancia materna hasta los 2 años o más. Añade que prácticamente todas las mujeres pueden amamantar, siempre que dispongan de buena información y del apoyo de su familia y del sistema de atención de salud.

Para eso, para dar visibilidad a los beneficios de la lactancia materna y recordar sus numerosos beneficios para el bebé y la madre se organizan concentraciones como la que ha previsto la Asociación Mamare de Castellón para el 4 de

octubre con motivo de la XI Semana Mundial dedicada a esta práctica.

La cita es a las 11.30 horas en la Plaza Santa Clara de la capital de La Plana. Un día antes el Hospital La Plana de Vila-real abrirá de nuevo sus puertas para acoger la fiesta infantil con la que cada año se conmemora la Semana de la Lactancia Materna.

Y es que según la OMS la crianza reduce la mortalidad infantil y tiene beneficios sanitarios que llegan hasta la edad adulta. La leche materna promueve el desarrollo sensorial y cognitivo, además de proteger al bebé de enfermedades infecciosas y crónicas. También contribuye a la salud y el bienestar de la madre, ayuda a espaciar los embarazos, disminuye el riesgo de cáncer ovárico y mamario, es una forma segura de alimentación e inocua para el medio ambiente.

La Comunitat registra más de 30 millones de vacunaciones

El Sistema de Información Vacunal (SIV) de la Comunitat Valenciana ha registrado 30.233.296 actos vacunales desde su implantación, hace una década, con una media anual de 2 millones de vacunas, el 40% de las cuales son contra la gripe (en torno a 800.000).

En 2013 se registraron un total de 1.893.881 vacunas, y este año (entre enero y septiembre de 2014) el SIV ha registrado un total de 1.042.014, una cantidad que se incrementará como cada año a partir de este mes, con la campaña de vacunación contra la gripe. La media de actos vacunales con la excepción del mes de octubre, ronda los 100.000 al mes.

El profesional de Enfermería es el encargado de administrar y registrar la vacuna en el historial clínico de vacunación del paciente, asegurando así la disponibilidad de estos datos a lo largo de la vida del paciente.

El SIV se implantó hace 10 años y el registro medio anual de actos vacunales es de 2 millones de vacunas, el 40% de las cuales es contra la gripe

Un 7% de los mayores de 64 años sufre demencia

Un 7% de los mayores de 64 años sufre demencia. Esto supone que en la actualidad existan más de 26.000 personas diagnosticadas de Alzheimer en la Comunitat Valenciana. El 21 de septiembre se celebró el Día Mundial contra esta enfermedad. Una patología que no solo afecta a quién la padece, también a sus familiares. Por eso, Enfermería recuerda la importancia de contar con más enfermeras geriátricas para tratar adecuadamente y mejorar la calidad de vida de los enfermos de Alzheimer, que oscilan entre 400.000 y 600.000 en España, a pesar de que el 30% no está diagnosticado como tal", señalan desde la entidad autonómica de Enfermería.

La prevención también es un pilar fundamental para afrontar la patología. Por ello, los profesionales recomiendan la estimulación mental a través de hacer crucigramas, dibujar, leer, estudiar, y llevar una vida social activa.

La prevención es un pilar fundamental. Los expertos aconsejan llevar una vida social activa y estimular la mente con lectura, crucigramas, etc.



Lactància materna:
un triomf per tota la vida!



CONCENTRACIÓ DE MARES LACTANTS
Dissabte, 4 d'octubre de 2014
11.30 hores. Plaça Santa Clara. Castelló

- A les 12 h lectura del manifest.
- A les 12.15 h actuació del Projecte Caravana:



La salud toma la calle para promocionar buenos hábitos

MONCADA (VALENCIA) Y NULES (CASTELLÓN) SON DOS LOCALIDADES QUE HAN CELEBRADO UNA FERIA DE LA SALUD EN EL MES DE SEPTIEMBRE



Profesionales del Centro de Salud de Moncada en la VII Feria de la Salud.



En Nules el Centro de Transfusiones ha celebrado una maratón de donación de sangre.

Moncada (Valencia) y Nules (Castellón) son solo dos ejemplos de que los profesionales de la sanidad quieren estar cada vez más cerca de los ciudadanos, aunque estos no acudan a su centro de salud.

El primer fin de semana de septiembre Moncada organiza su Feria de la Salud que, este año, ha celebrado la séptima edición. "Para los profesionales se ha convertido en una cita señalada en el calendario, que nos permite acercarnos todavía más a nuestros pacientes", apunta Teresa Bosch, coordinadora de Enfermería del Centro de salud de esta localidad.

Durante la mañana enfermeras y médicos del Salud Sexual y Reproductiva dieron información a los asistentes sobre la educación sexual y planificación familiar o la prevención del cáncer de cuello de útero. Además, la Unidad de

Conductas Adictivas del Departamento realizó talleres dedicados a ayudar, a quien quisiera, a dejar de fumar.

Además, el alumnado de Enfermería de la Universidad Ceu-Cardenal Herrera aprovechó la ocasión para poner en práctica lo aprendido durante el curso. Este año la información y recomendaciones que han dado las futuras enfermeras ha ido dirigida a los padres y a los niños. "Aquí informamos sobre alimentación, sueño, autoestima del niños, etc", relata una de las alumnas de tercero de Grado en Enfermería que ha participado este año en la Feria.

Promocionar la salud y responder dudas sobre temas por los que el ciudadano no suele o no sabe que puede acercarse a su centro de salud son algunos de los objetivos de iniciativas como ésta.

Así, eventos como el que tuvo lugar también en Nules el último fin de semana de septiembre ayuda a los profesionales a detectar problemas de salud en la población: de azúcar, del oído, de la vista, etc.

Pruebas preventivas a las que este año se han sumado una maratón de donación de sangre. Según trabajadores del Centro de Transfusiones de Castellón, Nules es una de las localidades de la provincia con más donantes de sangre.

Cabe recordar que, pese a los numerosos avances conseguidos, la sangre es un elemento esencial para la vida que no se puede fabricar de manera artificial y solamente se puede obtener con una donación solidaria. De hecho, al donante se le extraen 450 ml y con esta cantidad se ayuda, como mínimo, a tres personas.