

Enfermería *profesión*

Periódico de la Organización Colegial de Enfermería de la Comunidad Valenciana

DIRIGIDO A USUARIOS DE LA SANIDAD DE LA COMUNIDAD VALENCIANA



El ejercicio físico contribuye a mejorar la evolución clínica de patologías crónicas como la diabetes.

La diabetes centra el Día Mundial de la Salud de este año



Llega la primavera y con ella las alergias al polen



Más de 3.600 plazas para Sanidad en 2016



Enfermería educa para prevenir la trombosis

La educación del paciente diabético fomenta su autonomía

ENFERMERÍA RECUERDA QUE SABER GESTIONAR LA ENFERMEDAD ES FUNDAMENTAL PARA EVITAR O RETRASAR COMPLICACIONES DERIVADAS



La práctica habitual de ejercicio conlleva beneficios en la persona.

PÁGINAS WEB DE INTERÉS:

- Organización Mundial de la Salud (OMS): www.who.int/es
- Asociación de Enfermeras de Nutrición y Dietética: www.adenyd.es
- Sociedad Española de Diabetes: www.sediabetes.org
- Federación Española de Diabetes: www.fedesp.es
- Sociedad Científica Española de Enfermería Escolar: www.sce3.com
- Asociación Española de Pediatría: www.aeped.es

Según las previsiones de la Organización Mundial de la Salud (OMS), la diabetes será la séptima causa de defunción para 2030. A esta patología dedica la Organización internacional el Día Mundial de la Salud de este año, que se conmemora el 7 de abril.

La diabetes es una enfermedad crónica que se produce cuando el páncreas no produce suficiente insulina, o cuando el cuerpo no puede utilizar eficazmente la insulina que produce. La insulina es una hormona que regula el azúcar en la sangre y aporta la energía necesaria para vivir. Si no puede llegar a las células para convertirse en energía, el azúcar se acumula en la sangre hasta alcanzar niveles perjudiciales.

Adquirir sencillos hábitos relacionados con el modo de vida es eficaz para prevenir o retrasar la aparición de la diabetes de tipo 2: realizar una dieta sana, hacer ejercicio y controlar

el peso. La diabetes tipo 2 es una enfermedad crónica y cobra gran importancia la educación del paciente para su tratamiento. Este proceso educativo contribuye a mejorar el control metabólico de sus cifras de glucemia, lo que se traduce en la prevención de complicaciones a largo plazo y permite detectar la presencia de la enfermedad en el núcleo familiar o en la población de riesgo.

Enfermería considera fundamental aprender a gestionar la propia enfermedad para evitar o retrasar las complicaciones de la diabetes e insta a la administración a incluir la figura de la enfermera escolar en todos los centros escolares ordinarios para desarrollar la labor de detección precoz y prevención de ésta y otras patologías.

Patologías como la obesidad y el sobrepeso cuyas cifras van en aumento, también en la infancia. La OMS advertía a principios de año que

entre 1990 y 2014, la prevalencia del sobrepeso entre los niños menores de cinco años a nivel global pasó de un 4,8% a un 6,1% y el número de niños afectados, de 31 a 41 millones.

El 6 de abril se conmemora el Día Internacional de la Actividad Física y este año el lema es *Niño Activo = Adulto Saludable*. De hecho, la Sociedad Española de Pediatría recomienda que los niños y adolescentes deben realizar una actividad física moderada o vigorosa durante un mínimo de 60 minutos. A modo de ejemplo, es recomendable caminar, utilizar la bicicleta y subir por las escaleras en lugar de utilizar medios de transporte, ascensores y escaleras mecánicas. La práctica habitual de actividad física conlleva beneficios como mejorar la condición cardiorrespiratoria, el estado de ánimo, la capacidad de recuperación física y la evolución clínica de los niños con enfermedad crónica.

Urgencias y Primaria, donde hay más agresiones verbales o físicas

LAS ENFERMERAS RECALCAN LA NECESIDAD DE SENSIBILIZAR A LA POBLACIÓN PARA QUE SEPA QUE EL PROFESIONAL ES SU ALIADO



Ocho de cada 10 enfermeras han sufrido agresión a lo largo de su trayectoria laboral.

Ocho de cada diez enfermeras han sufrido en algún momento de su trayectoria profesional una agresión verbal o física. El 16 de marzo se celebró el Día Nacional contra las Agresiones a Sanitarios. Una jornada en la que el Consejo Autonómico de Enfermería (CECOVA) recordó que los profesionales que desarrollan su trabajo en los servicios de Urgencias y las consultas de Atención Primaria son los que registran más actos violentos verbales y físicos por parte de los pacientes y de sus familiares o acompañantes, aunque la cifra de denuncias "sigue siendo muy inferior a los datos reales".

Cabe destacar que la reforma del Código Penal que considera al profesional sanitario autoridad pública ha sido positivo, sin embargo, la Enfermería considera

que queda mucho trabajo por hacer. En este sentido, el Sindicato de Enfermería (SATSE) considera muy necesaria la existencia de una normativa estatal específica que proteja a los profesionales de todo tipo de agresiones, tanto físicas como verbales y que regule las actuaciones a todos los niveles (prevención, sensibilización, información, apoyo...).

Las enfermeras recalcan la necesidad de sensibilizar a la población para que tenga claro que el profesional es su aliado, no su enemigo, y a la administración, para que cuide y transmita seguridad al profesional, que es quien da la cara. El estrés laboral crónico, la disminución del rendimiento laboral, síndrome de hostigamiento, son algunas de las secuelas que quedan en el profesional tras una agresión.

Con la llegada de la primavera vuelven las alergias a los pólenes

ENFERMERÍA RECUERDA QUE UNA SENCILLA PRUEBA CUTÁNEA PUEDE DETERMINAR EL ALÉRGICO ESPECÍFICO QUE DESENCADENA LA REACCIÓN

Con la llegada de la primavera llegan también algunas alergias, aunque este año se espera que sean de intensidad moderada. Así lo indica la Sociedad Española de Alergología. Las enfermedades alérgicas afectan a un 30% de la población española.

Cabe recordar que en el litoral mediterráneo el polen más frecuente es el de parietaria y gramíneas. La patología alérgica dificulta en muchos aspectos la vida diaria de los pacientes. Estornudos, picor de ojos, lagrimeo, exceso de mucosidad, son algunos de los síntomas que indican que estamos ante una alergia.

Enfermería recuerda que como cada reacción alérgica es desencadenada por un alérgico específico, lo primero es identificar ese alérgico que bien puede ser una

planta estacional, el polen, los ácaros, etc. El alérgico puede causar una reacción cuando se deposita sobre la piel, entra en los ojos o es inhalado. Existen pruebas que pueden ayudar a determinar si los síntomas están relacionados con la alergia y a identificar el alérgico implicado. Con sólo una prueba cutánea se puede identificar el alérgico concreto.

En el caso específico de padecer una alergia durante la primavera, los expertos recomiendan que lo más efectivo es evitar el alérgico. Mantener las ventanas cerradas a primera y última hora del día, tener especial precaución los días de fuerte viento, evitar el contacto con las plantas que producen la alergia o usar gafas de sol son algunos de los consejos en los que insisten los profesionales.



Las enfermedades alérgicas afectan a un 30% de la población en España.

Sanidad aprueba convocar más de 3.600 plazas para la OPE 2016

La Conselleria de Sanidad Universal y Salud Pública ha aprobado convocar 2.392 plazas para profesionales del sector en 2016. Una oferta que se suma a las 1.216 plazas ya ofertadas en las OPE de 2014 y 2015, de forma que la suma total de plazas convocadas para este año ascenderá a 3.608.

De ellas, 174 plazas serán para facultativos de distintas especialidades; 60 plazas para médicos de atención primaria y la misma proporción para pediatras de atención primaria; 23 plazas para médico SAMU y 12 plazas para médico de urgencia hospitalaria.

A profesionales de Enfermería, se destinarán 608 plazas; 7 plazas a enfermera/o SAMU y 22 plazas a Enfermería obstétrico-ginecológica (matrona). 540 plazas a auxiliares de Enfermería, y 27 plazas a fisioterapeutas.

Precisamente, el 13 de marzo tenía lugar el segundo examen del concurso-oposición para Enfermería de la convocatoria de 2007. Una OPE que ha estado en manos de los tribunales desde enero de 2014, cuando se paralizó el segundo examen por la denuncia de una opositora ante la bajada de nota de corte de 28 a 25 respuestas correctas.

Han pasado más de 2 años desde aquel 20 de enero de 2014 y las 341 aspirantes que superaron la primera fase celebrada el 30 de junio de 2013 han podido examinarse. Al acabar la prueba todas coincidían en definir el ejercicio como "asequible" y mostraban su confianza en haber obtenido una plaza y, por tanto, estabilidad laboral. Abrazos, sonrisas y rostros de alivio eran las imágenes que inundaban el edificio de Docencia del Hospital La Fe, donde se celebró la prueba.



Momentos antes de iniciar el examen de la OPE 2007 de Enfermería.

Alicante pondrá en marcha la web de Cuidados Enfermeros

El Colegio de Enfermería de Alicante va a poner en marcha una nueva iniciativa dirigida a mejorar la salud de los ciudadanos, la promoción de la salud y a reforzar la imagen de las enfermeras como profesionales de referencia para la prestación de cuidados.

Se trata del portal web de Cuidados Enfermeros, dirigido a la población en general con el objetivo de facilitar información, formación y recursos de calidad en salud.

Gandia inaugura un Hospital de Día más humanizado

Sanidad ha inaugurado el Hospital de Día del hospital Francesc de Borja de Gandia después de la donación del movimiento Strong People para humanizar el espacio donde los pacientes reciben tratamientos oncológicos. Los pacientes y la Enfermería que les atiende en la sala han elegido los vinilos. También se ha creado un rincón de lectura, con libros y suscripciones a publicaciones. La decoración se completa con plantas artificiales en las ventanas.



Aumenta un 35% las urgencias atendidas en La Magdalena

Los servicios de atención de urgencias del Departamento de Salud de Castellón atendieron durante las fiestas de la Magdalena 2016 un total de 6.203 personas, lo que supone un 34,6 por ciento más que las tratadas durante la semana festiva de 2015. La Dirección de Enfermería y Médica de Atención Primaria del Departamento reforzó durante los dos fines de semana de las fiestas de la Magdalena sus servicios de atención continuada.

El impacto de la actividad sanitaria en el medio ambiente

El Departamento de Salud Xàtiva-Ontinyent presentará, en un seminario en Buenos Aires, las acciones que ha llevado a cabo desde 2013 para minimizar el impacto de la actividad sanitaria en el medio ambiente. Se centrará en las actividades de formación de las y los profesionales para mejorar su concienciación y la evaluación de sus prácticas de trabajo para reducir la producción de residuos y el consumo de recursos naturales.

Benicàssim acoge el encuentro de la Enfermería Quirúrgica de la Comunitat

EL TRABAJO "PROCEDIMIENTOS DE ENFERMERÍA EN LA CIRUGÍA DE PRÓSTATA" HA OBTENIDO EL PREMIO A LA MEJOR COMUNICACIÓN ORAL



Premio a la mejor comunicación oral.

El trabajo "Procedimientos de Enfermería en la Cirugía de Próstata" ha obtenido el premio a la mejor comunicación oral en la XIV Jornada de la Asociación de Enfermería Quirúrgica de la Comunitat Valenciana (AEQCV) celebrada en Benicàssim (Castellón). El premio al mejor póster ha recaído en la "Aplicación del método Reba para la evaluación de riesgos ergonómicos en el entorno quirúrgico. Una visión comarcal". El primero ha sido obra de profesionales del Hospital de Sagunto; el segundo de profesionales del Hospital La Plana de Vila-real. Son dos ejemplos de la investigación que lleva a cabo la Enfermería para mejorar los procesos asistenciales y el cuidado de sus pacientes.

Más de un centenar de enfermeras y enfermeros de las áreas quirúrgicas de

los diferentes departamentos de salud de la Comunitat se han dado cita en este encuentro que sirve para debatir y formarse en los avances en este campo. Un área compleja, donde las técnicas y materiales se renuevan de forma continua.

La seguridad del paciente quirúrgico, los cuidados de Enfermería en el quirófano, la investigación, los nuevos materiales y técnicas a utilizar y el desarrollo competencial de la profesión en esta materia han sido algunos de los temas tratados en esta jornada.

En ella también se ha abordado la comunicación en el equipo quirúrgico, la importancia de los registros de Enfermería en el proceso quirúrgico o la atención quirúrgica en países del Tercer Mundo, a cargo de miembros de la ONG Youcanyolé.

El 'estudio de contactos' detecta casi el 20% de nuevos casos de sífilis

DOS RESIDENTES DE ENFERMERÍA FAMILIAR Y COMUNITARIA REALIZAN UN ESTUDIO SOBRE ESTA MEDIDA DE PREVENCIÓN DE ITS COMO LA SÍFILIS

Las residentes de Enfermería Familiar y Comunitaria (EIR) del Departamento de Salud Sant Joan d'Alacant Vanesa Gas y Laura Martínez se han alzado con el premio al mejor póster en el VII Congreso Seapremur (Sociedad Murciana de Enfermería Familiar y Comunitaria) con su trabajo titulado "Estudio de contactos de casos de sífilis en dos áreas de salud de Alicante".

Un estudio observacional descriptivo, en colaboración con los profesionales del Departamento de Epidemiología del Centro de Salud Pública de Alicante y motivado por el hecho de que, "en la actualidad, los casos de sífilis declarados van en aumento", explican las autoras.

Esta investigación revela que, gracias a la realización del conocido como "estudio de contactos", se diagnosticó al 19% de

los casos de sífilis declarados entre 2013 y 2015. El "estudio de contactos" es una de las medidas de prevención de las ITS (infecciones de transmisión sexual) y concretamente la sífilis. Supone la notificación a los compañeros sexuales de un caso diagnosticado, para que sean atendidos y evaluados por un profesional sanitario. "También tiene la finalidad de prevenir, en el entorno del paciente, las conductas de riesgo, así como promover hábitos sexuales saludables", continúan.

Las autoras del estudio recuerdan el papel fundamental que ya realiza la Enfermería Familiar y Comunitaria en la prevención de estas enfermedades a través del Programa de Intervención en Educación Sexual (PIES), junto con enfermeras y matronas, a alumnos de 3º de la ESO.



Vanesa Gas y Laura Martínez recogiendo el premio al mejor póster.

En 7 de cada 10 accidentes la sujeción infantil es incorrecta

Según datos de la Dirección General de Tráfico (DGT), en España fallecieron en 2014 un total de 1.688 personas por accidentes de tráfico, 117.058 heridos no hospitalizados y 9.574 hospitalizados de diversa consideración. De los fallecidos, 751 eran peatones, ciclistas o conductores y pasajeros de ciclomotor.

Del total de estas víctimas, 37 fueron niños menores de 14 años y 351 niños heridos graves. De los 14 niños fallecidos en turismo o furgoneta, 2 no llevaban sistemas adecuados de retención infantil.

Se estima que 7 de cada 10 niños hacían un uso incorrecto de la silla de auto y es conocido que el mal uso de éstas multiplica por 4 el riesgo de muerte infantil en caso de accidente de tráfico. Además, 4 de cada 5 casos en los que se sobrevive pueden sufrir lesiones y secuelas muy graves.

De todo ello se ha hablado en el XXV Curso de Asistencia Inicial al Trauma Pediátrico dirigido enfermeras y médicos relacionados con urgencias y emergencias, pediatras, traumatólogos, etc.

Cabe recordar que los primeros momentos de asistencia sanitaria tras producirse el accidente son fundamentales para conseguir una disminución tanto de la mortalidad como de discapacidades futuras.

El objetivo del curso es formar al personal sanitario que atiende a los menores accidentados, de manera que siguiendo unas pautas de actuación sistematizadas consigan esos propósitos: reducir el número de víctimas mortales infantiles y las posibles secuelas en los supervivientes. Para ello, el alumnado ha contado con una parte práctica donde simular cómo hacer frente a situaciones reales.



Una madre coloca al bebé los sistemas de retención infantil en el coche.

El Clínico-Malvarrosa potencia al participación ciudadana

El Departamento de Salud Clínico-Malvarrosa ha constituido el primer Consejo de participación de Zona Básica de la Comunitat Valenciana que está compuesto por el jefe/a y coordinador/a de Enfermería de la zona básica de salud, trabajador/a social que actúa como secretario, un representante de las asociaciones de vecinos de los municipios y uno de asociaciones, un representante de cada uno de los centros educativos y un representante de cada municipio o junta de distrito.

Este órgano se reunirá al menos una vez al trimestre y entre sus funciones se encuentran las de conocer y valorar los acuerdos de gestión anuales del equipo de Atención Primaria, conocer y aprobar la memoria de actividad, valorar y aprobar propuestas de actuación para el siguiente ejercicio y elaborar una memoria anual de funcionamiento de Consejo de participación de Zona.

El Consejo de participación de Zona Básica se reunirá al menos una vez al trimestre para conocer y valorar propuestas del equipo de Atención Primaria

Sanidad aborda el IV Plan de Salud con colegios profesionales

La Conselleria de Sanidad abrió el pasado 24 de febrero un foro de discusión a través de su página web (www.san.gva.es) para recoger las aportaciones y sugerencias de la ciudadanía al nuevo Plan de Salud de la Comunitat Valenciana. Sanidad también ha mantenido encuentros con los colegios de Enfermería de Alicante, Valencia y Castellón, el Consejo autonómico de Enfermería (CECOVA), los colegios de médicos de las tres provincias, el Consejo Autonómico de Médicos, los colegios de farmacéuticos, el Instituto Médico Valenciano, los colegios de trabajadores sociales y los colegios de psicólogos de la Comunitat.

El Plan de Salud incorpora los compromisos que adquiere el Consell ante la sociedad y recoge los principios de la política sanitaria de la Conselleria de Sanidad, que considera la salud y el bienestar como un derecho fundamental que hay que garantizar a todas las personas.

El Plan de Salud incorpora los compromisos que adquiere el Consell ante la sociedad y recoge los principios de la política sanitaria de la Conselleria de Sanidad

Educar al paciente con trombosis puede reducir la mortalidad un 25%

LA CONSULTA DE ENFERMERÍA EN ANTICOAGULACIÓN DEL HOSPITAL GENERAL DE ALICANTE ATIENDE A UNA MEDIA DE 20 PACIENTES AL DÍA



El tabaco es uno de los principales factores de riesgo para sufrir trombosis.

La trombosis es la patología por la que enferma más gente en el mundo occidental. Más que por el cáncer, el SIDA o los accidentes de tráfico. Las patologías trombóticas aparecen con el envejecimiento y debido a ello la gran mayoría de trombosis se pueden prevenir con una buena educación del paciente, con la aplicación de medidas preventivas.

La educación individualizada del paciente sobre cómo se puede prevenir la trombosis puede llegar a reducir la mortalidad de los paciente más de un 25%. Para ello, los especialistas en hematología realizan estudios personalizados para conocer los factores de riesgo de cada paciente.

“Un estilo de vida saludable, dejar de fumar, perder peso y realizar actividad física regular disminuyen el riesgo de forma-

ción de trombos aunque siempre hay que medir el riesgo trombótico de cada persona para determinar cuáles son las medidas preventivas necesarias en cada caso”, explica el doctor Pascual Marco, Jefe del Servicio de Hematología del Hospital General Universitario de Alicante.

El papel de la Enfermería en la educación del paciente anticoagulado es clave en la prevención de la trombosis. La consulta de Enfermería en anticoagulación (pacientes que toman anticoagulantes), del Hospital General Universitario de Alicante atiende a una media de 20 pacientes al día a los que se les explica en qué consiste su tratamiento y qué acciones puede realizar el paciente para mejorar su grado de buen control, también se imparten charlas formativas en grupos.

Más de 170 profesionales abordan la atención al paciente frágil

LAS UNIDADES DE CORTA ESTANCIA (UCE) ATIENDEN AL PACIENTE ANCIANO, CON PATOLOGÍAS CRÓNICAS E IMPORTANTE DETERIORO

Más de 170 profesionales de Enfermería y medicina de las distintas unidades de corta estancia (UCE) y servicios de urgencias de la Comunitat Valenciana y de otros puntos de España se han dado cita en Valencia para analizar la atención hospitalaria que se presta en estas unidades al paciente de edad avanzada y múltiples patologías que ingresa descompensado desde urgencias.

Las UCE son unidades especiales con un importante volumen de actividad, con un modelo de gestión ágil y, por tanto, con un elevado índice de ocupación y rotación de las camas manteniendo una baja estancia media y un elevado índice de resolución. Se centran principalmente en la atención al paciente frágil, que es aquel de edad avanzada, múltiples patologías cróni-

ca y con un deterioro que puede llevarle a la incapacidad o a la muerte si no se actúa con rapidez. Este tipo de paciente, cada vez más frecuente por el peso de las patologías crónicas y el envejecimiento de la población, requiere una atención compleja y especializada, así como una valoración y atención integrales.

El director general de Asistencia Sanitaria, Rafael Sotoca, ha explicado que “la detección precoz al ingreso de este tipo de paciente frágil de alto riesgo es fundamental no sólo para ofrecerle la atención compleja y especializada que precisa sino para planificar su alta hospitalaria y el manejo que requiere en el futuro. De esta forma disminuiríamos los ingresos tan constantes de estos pacientes y mejoraremos su calidad de vida”.



Durante la inauguración de la Jornada de UCE celebrada en Valencia.

Sanidad homenajea a siete enfermeras y médicas pioneras

EL ACTO HA TENIDO LUGAR CON MOTIVO DEL DÍA INTERNACIONAL DE LA MUJER TRABAJADORA QUE SE CONMEMORA CADA 8 DE MARZO



Las siete homenajeadas en la Conselleria de Sanidad Universal y Salud Pública.

María Teresa Amat, Victoria Castel, Ana Laguna, Carmen Leal, María Isabel Perona, Manuela Pérez y María Dolores Soler. Son las siete enfermeras y médicas a quienes la Conselleria de Sanidad ha rendido homenaje en el Día Internacional de la Mujer Trabajadora, celebrado el 8 de marzo. Todas ellas han destacado por sus logros y su defensa de los derechos de la mujer en el campo de la Enfermería y la Medicina desde sus respectivos puestos de trabajo.

La secretaria autonómica de Salud Pública y del Sistema Sanitario Público, Dolores Salas, ha recordado que el 73,6% de los trabajadores del sistema sanitario público son mujeres. "Vosotras hoy representáis a las mujeres que con mucho trabajo, mucho sacrificio, mucha voluntad, también muchas renunciaciones, habéis abierto caminos por los que hoy podemos transitar

mujeres más jóvenes. Caminos de igualdad. Por ello, al reconocimiento se suma el agradecimiento, porque pese a las dificultades habéis dado y seguís dando lo mejor de vosotras a la sanidad pública valenciana".

La enfermera María Teresa Amat (1950) fue precursora ocupando puestos de dirección de Enfermería y ejerció como profesora de formación profesional y de prácticas.

La doctora Victoria Castel (1945), pionera en España en cáncer infantil, es la fundadora de la Unidad de Oncología Pediátrica del Hospital Universitari i Politècnic La Fe de Valencia.

La doctora en Ciencias de la Salud Ana Laguna (1956) es Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud de la UA. Esta enfermera es impulsora y responsable institucional, entre otros, del Centro de Estudios de la Mujer.

Carmen Leal (1941) es doctora en Medicina y especialista en Psiquiatría. Ha destacado por su labor docente, asistencial e investigadora. Es miembro del Consejo Asesor en Salud Mental.

La doctora Manuela Pérez (1929) fue la primera mujer médica que trabajó en el HGUA en 1974. Empezó como practicante y matrona, y posteriormente estudió Medicina y Pediatría.

La doctora María Isabel Perona (1951) es especialista en v. Instauró la biopsia asistida por vacío (en la que las punciones mamarias son guiadas por una imagen radioscópica de la mama).

La enfermera María Dolores Soler (1951) es cofundadora de la Asociación Científica de Enfermería Oncológica Española y participó en el diseño estructural, funcional y de cuidados del primer Hospital de Día de La Fe.