

# Enfermería *profesión*

Periódico de la Organización Colegial de Enfermería de la Comunidad Valenciana

DIRIGIDO A USUARIOS DE LA SANIDAD DE LA COMUNIDAD VALENCIANA



Un estilo de vida activo, en el que se practiquen con frecuencia actividades deportivas, es fundamental para la salud cardiovascular.

## Septiembre, un mes perfecto para cambiar de hábitos y cuidar la salud cardiovascular



Preparados para el nuevo curso escolar 2017/2018



Detectados más de 1.200 casos de maltrato en seis meses



El alcohol, primera causa de visita a la UCA en Alzira

# Más de 17 millones de personas mueren al año de forma prematura por ECV

**UNA CORRECTA ALIMENTACIÓN Y PRACTICAR CON FRECUENCIA ACTIVIDADES DEPORTIVAS, FUNDAMENTAL PARA CUIDAR LA SALUD CARDIOVASCULAR**



El 29 de septiembre se conmemora el Día Mundial del Corazón.

- El 29 de septiembre del Día Mundial del Corazón.

- La Fundación Española del Corazón ha organizado en septiembre la Semana del Corazón con el lema "Por un corazón feliz" ([www.fundaciondelcorazon.com](http://www.fundaciondelcorazon.com)).

- CECOVA recuerda que es necesario reforzar la educación para la salud y la prevención para frenar el incremento de enfermedades cardiovasculares.

- La prevención de los accidentes cardiovasculares debe basarse en el abandono del tabaco, el mantenimiento de una alimentación saludable basada en la dieta mediterránea, la práctica de deporte y el alejamiento de las situaciones de estrés.

Reducir el riesgo cardiovascular es posible llevando un estilo de vida saludable. Una correcta alimentación y un estilo de vida activo, en el que se practiquen con frecuencia actividades deportivas, es fundamental para la salud cardiovascular. Lo recuerda la Fundación Española del Corazón con motivo del Día Mundial del Corazón que se celebra el 29 de septiembre.

La enfermedad cardiovascular es la principal causa de muerte entre los mayores de 65 años, con una mayor presencia de la insuficiencia cardíaca y cardiopatía isquémica, arritmias y valvulopatías. De hecho, 17,5 millones de personas mueren al año de forma prematura por enfermedad cardiovascular (ECV).

La promoción de unos hábitos alimenticios cardiosaludables en los niños constituye la base de la reducción de los factores de riesgo cardiovascular en las generaciones futuras.

Así, los recuerdan profesionales sanitarios como la Enfermería e insisten en que la práctica de ejercicio físico favorece la reducción del riesgo cardiovascular, neurológico y psiquiátrico. También reduce la posibilidad de padecer enfermedades crónicas como la diabetes, la hipertensión, la obesidad, la depresión, la ansiedad o problemas del aparato locomotor, entre otros.

De hecho, según datos de la Conselleria de Sanidad Universal y Salud Pública, el 18,11% de los niños y adolescentes de la Comunitat Valenciana padece sobrepeso, y el 11% sufre obesidad. Unas cifras que, aunque inferiores a la media nacional, preocupan a los expertos porque los niños obesos tienen más posibilidades de seguir siéndolo en la edad adulta y de desarrollar hipertensión o colesterol alto, factores de riesgo cardiovascular.

Controlar el consumo de alimentos con alto contenido en grasas, grasas saturadas, grasas trans, azúcares y sal; sustituir dulces y golosinas por fruta fresca; incluir en la dieta cinco porciones de fruta y verdura al día; mantener el consumo de bebidas alcohólicas dentro de los límites recomendados o preparar en casa comida sana para llevar al colegio o al trabajo son algunos de los consejos de los especialistas en salud cardiovascular.

Es importante también conocer los factores de riesgo de cada persona; vigilar los niveles de glucosa en sangre ya que las enfermedades cardiovasculares son responsables del 60% de todas las muertes en personas con diabetes, el nivel de presión sanguínea, dado que la hipertensión es uno de los factores de riesgo más extendidos, el Índice de Masa Corporal (IMC) y los niveles de colesterol.

# Enfermería da unas pautas de salud para un óptimo rendimiento escolar

**EDUCACIÓN RESPONDE A LA CARTA REMITA POR CECOVA EN LA QUE SE PEDÍA IMPLANTAR LA ENFERMERA ESCOLAR EN LOS CENTROS EDUCATIVOS**



El peso de la mochila no sobrepase el 10% del peso corporal del niño.

A las puertas del inicio del curso escolar, el Consejo de Enfermería de la Comunitat Valenciana (CECOVA) recomienda a la comunidad educativa seguir unas pautas de salud para que el niño tenga un óptimo desarrollo durante el curso escolar.

Es imprescindible tomar un buen desayuno para un rendimiento escolar óptimo. Sustituir la ingesta de azúcares simples y grasas saturadas, contenidos principalmente en la bollería, los snacks y los refrescos por el bocadillo tradicional, fruta y agua tanto para merendar como para almorzar y evitar así la obesidad infantil. Se recomienda también que el peso de la mochila no sobrepase el 10% del corporal.

Por otra parte, la Conselleria de Educación, Investigación, Cultura y Deporte ha respondido a la carta remitida por CECO-

VA el pasado mes de julio. En ella afirma que valorará la propuesta realizada por la entidad autonómica colegial de Enfermería para implantar la figura de la enfermera escolar en los centros educativos, pero que ello requiere un estudio previo.

La petición de Enfermería da continuidad a la histórica reivindicación del CECOVA que recuerda que la presencia permanente de una enfermera escolar en el centro educativo favorecería, junto a factores como la prevención o el fomento de hábitos saludables, la tranquilidad para las familias con niños con enfermedades crónicas. Una propuesta que ya ha obtenido óptimos resultados en los lugares donde se ha instaurado tanto en la contribución de asistencia profesional sanitaria al alumnado como a la comunidad educativa.

# Una campaña en redes sociales sensibiliza sobre el Alzheimer

**CECOVA DESTACA LA NECESIDAD DE CONTAR CON MÁS PROFESIONALES DE ENFERMERÍA PREPARADOS PARA ATENDER EL AUMENTO DE ENFERMOS**

Entorno al 10% de las personas mayores de 70 años tiene problemas significativos de memoria y alrededor de la mitad de éstos casos están provocados por el Alzheimer, una enfermedad cuya causa todavía se desconoce.

La Federación Valenciana de Asociaciones de Familiares de Personas con Alzheimer (FEVAFA) explica que el número de personas con esta enfermedad se duplica cada década después de los 70 años y el hecho de tener un pariente de sangre cercano que ha desarrollado la enfermedad aumenta el riesgo.

El 21 de septiembre es el Día Mundial del Alzheimer y las Asociaciones de Familiares de Personas con Alzheimer de la Comunitat Valenciana tienen en marcha la campaña #abrazosporlamemoria. Una

campaña de sensibilización en las redes sociales que se basa en mostrar imágenes de los participantes abrazándose.

Cabe recordar que las personas con Alzheimer dependen de la ayuda y atención que les proporcionan sus cuidadores, tanto profesionales como no profesionales, piezas clave en el abordaje de la enfermedad.

En este sentido el Consejo de Enfermería de la Comunitat valenciana (CECOVA) destaca la necesidad de contar con más profesionales de Enfermería preparados para atender el aumento de enfermos de esta patología previsto en los próximos años. Además las enfermeras también deben de estar al lado de los familiares y los cuidadores para guiarles en la mejor manera de cuidar al paciente.



La campaña #abrazosporlamemoria finaliza el 21 de septiembre con el Día Mundial.

## El Provincial de Castellón, pionero en la radioterapia intraoperatoria

La radioterapia intraoperatoria es una compleja técnica que se utiliza para el tratamiento del cáncer y que consiste en irradiar directamente el tumor durante el proceso de la cirugía. La técnica permite en el mismo acto operatorio tratar el lecho tumoral y reducir la dosis de radiación que va a recibir el corazón, ya que no solo se trata de curar, sino que hay que reducir la toxicidad y los efectos secundarios de los tratamientos y con esta técnica se consigue. Una de las ventajas de la técnica es que al administrarse la radiación en una dosis única se evitan en una gran parte de los casos posteriores sesiones con el acelerador lineal, con lo que el tratamiento se reduce en el tiempo e incide en la cumplimentación del mismo.

Decenas de profesionales sanitarios participan en cada una de este tipo de intervenciones, que se

realizan en unos cincuenta hospitales en todo el mundo, de los que siete son españoles, entre ellos del Hospital Provincial de Castellón. En este centro se aplica la radioterapia intraoperatoria desde febrero del año 2008 y fue el tercer centro español que la implantó.

Requiere la colaboración multidisciplinaria con la participación y coordinación de un amplio equipo formado por anestesistas, cirujanos especializados en oncología, cirujanos plásticos, radioterapeutas, patólogos, radiofísicos, técnicos de radioterapia, personal de Enfermería y auxiliar.

El Provincial estrenará tras el verano un avanzado acelerador lineal, ubicado junto a uno de los quirófanos del centro, lo que va a propiciar que esta técnica se realice con las máximas garantías de seguridad y calidad para el paciente.



Imagen de un quirófano en el Hospital Provincial de Castellón.

## Matronas del HGUUV, primer premio en el Congreso nacional

Las matronas María Consuelo Cepeda Hontecillas, María Garrido Romero y la supervisora de paritorios del Hospital General Universitario de Valencia (HGUUV) Raquel Hervás Ayala son las autoras del póster "Maletín de partos de una matrona en la Valencia de 1900" con el que han obtenido el primer premio de comunicación de póster en el último Congreso nacional celebrado en Málaga y organizado por la Asociación Española de Matronas.

Este trabajo muestra, a través de los elementos conservados en el Instituto de Historia de la Medicina y de la Ciencia López Piñero, cómo ha evolucionado la asistencia en el parto que desarrollan las matronas.

Asimismo, demuestra la trascendencia del saber obstétrico que las antiguas matronas poseían en su práctica diaria y al mismo tiempo permite conocer aspectos de la normativa educativa de principios del siglo veinte.



Las matronas del HGUUV junto al trabajo ganador en la categoría de póster.

## El CECOVA recuerda que no son correctos los vocablos ATS o DUE

El Consejo de Enfermería de la Comunidad Valenciana, CECOVA, insta a la Administración Autónoma a la utilización de la palabra enfermero/a para referirse a los profesionales de Enfermería y no usar las abreviaturas incorrectas y desfasadas de ATS y/o DUE para referirse a este colectivo profesional.

El CECOVA recuerda a la Administración que desde el año 2015 está vigente el Real Decreto 184/2015, que homogeneiza la denominación de la categoría de referencia en el ámbito de los cuidados generales como Enfermero/a, desterrando las anteriores denominaciones de ATS, DUE.

Tras tener constancia de la publicación de los vocablos ATS/DUE en el DOGV el pasado 31 de julio, desde el CECOVA se solicita a todos los departamentos de la Generalitat del uso de "enfermero/a" para referirse a los profesionales de Enfermería y evitar confusión.

**CECOVA insta a la Generalitat a utilizar de la palabra enfermero/a para referirse a este colectivo profesional**

# Sanidad detecta más de 1.200 casos de violencia de género

**LA APLICACIÓN SIVIO PERMITE A LOS PROFESIONALES DE SANIDAD ELABORAR UN INFORME SOBRE LA SITUACIÓN DE MALTRATO QUE VIVE LA PACIENTE**



Más del 91% de los casos positivos han sido considerados como maltrato psicológico.

La Conselleria de Sanidad Universal ha registrado un total de 1.265 casos positivos de maltrato durante el primer semestre de 2017 frente a los 1.271 detectados en el mismo periodo del año pasado. Son datos correspondientes al programa de cribado para la detección de la violencia de género que llevan a cabo enfermeras y médicos en los centros de salud.

Durante este primer semestre de año, 50.883 mujeres han participado en el programa que se desarrolla gracias a la aplicación SIVIO (el Sistema de Información para la Detección y Actuación frente a la Violencia de Género), un sistema que permite elaborar un informe detallado sobre la situación de maltrato que vive la paciente.

Del total de casos que han dado positivo, el 91,23% ha sido considerado como

maltrato psicológico. Por su parte, un 43,56% se ha valorado como maltrato físico y en el 7,11% de los casos positivos se ha considerado maltrato sexual. Hay que señalar que los casos de maltrato psicológico engloban también los considerados como maltrato físico y sexual, ya que se dan ambas condiciones en un mismo caso.

Por otro lado, se ha incrementado considerablemente el número de informes sanitarios, que también son partes de lesiones, remitidos por los profesionales, tanto en atención primaria como desde los servicios de urgencia. Durante el primer semestre de este año los profesionales sanitarios enviaron 2.287 partes frente a los 1.857 emitidos el año pasado en ese mismo periodo.

# Dénia implantará la consulta online de todo el proceso de embarazo

**CUALQUIER PROFESIONAL DEL DEPARTAMENTO PODRÁ HACER UN SEGUIMIENTO DE LA MUJER Y DEL BEBÉ A TRAVÉS DE "MATERNITY"**

Enfermeras, matronas, ginecólogos y auxiliares de Enfermería tanto desde los centros de salud de Atención Primaria, como desde el Hospital del Departamento de Salud de Dénia podrá consultar online la información del proceso de embarazo de una mujer. Será a través de la herramienta "Maternity", un sistema de información pionero en España.

Maternity es un sistema de información de la multinacional norteamericana CERNER que, por primera vez en Europa, ha sido parametrizado y adaptado al proceso asistencial del sistema sanitario público español. En él trabaja un equipo multidisciplinar para incorporar los programas públicos de control de embarazo, planes de cuidados de Enfermería o las propias cartillas de salud. La herramienta se está

completando con implantación de los programas para la mujer climatérica y los de cáncer de cérvix.

Esta herramienta permite reducir as pruebas y los tiempos de espera. Según la Supervisora del Servicio de Ginecología y Obstetricia del Departamento, Silvia Crespo, "en la implantación de la herramienta ha sido muy útil la estructura previa del sistema de trabajo, ya que las matronas somos profesionales que desempeñamos nuestra tarea, tanto en la Red Asistencial-centros sanitarios integrados y centros de salud de la Marina Alta- como en el Hospital. De manera que, Maternity permite ahora a todos los profesionales consultar online las pruebas diagnósticas, las notas clínicas, los programas de preparación al parto o los ingresos hospitalarios".



"Maternity" aumentará la seguridad de la paciente.

## El alcohol y la cocaína centran las consultas a la UCA de La Ribera

**LA UNIDAD DE CONDUCTAS ADICTIVAS (UCA) HA ATENDIDO UN TOTAL DE 419 PACIENTES DURANTE EL AÑO 2016, EL 82% HAN SIDO HOMBRES**



El consumo de alcohol es uno de los problemas más atendidos en la UCA de La Ribera.

La Unidad de Conductas Adictivas (UCA) del Departamento de Salud de La Ribera ha atendido a un total de 419 pacientes durante el año pasado. De ellos, el 53% ha acudido por primera vez a este tipo de asistencia, mientras que el 47% han sido pacientes que ya habían acudido en alguna ocasión a una UCA pero que hacía más de seis meses que habían abandonado el tratamiento.

El 36% de los pacientes que ha acudido a la UCA de La Ribera durante el año 2016, han referido como motivo de demanda principal los problemas con el consumo de alcohol, mientras que el 24% ha solicitado seguimiento por consumo de cocaína. Otros motivos de demanda que han presentado los pacientes han sido el consumo de heroína (15%), de cannabis

(12%) y el consumo combinado de alcohol y cocaína (7,4%).

Por lo que se refiere a las edades, el grupo de edad que más consultas ha concentrado, con el 49,4% de los casos, ha sido el de personas de entre 30 y 44 años, siendo la edad media de los pacientes de la UCA de 40,21 años.

Del total de los 419 nuevos pacientes atendidos, el 82% han sido hombres, mientras que el 18% han sido mujeres. El equipo terapéutico de la UCA, compuesto por un médico de conductas adictivas, un psiquiatra, dos psicólogos, una enfermera y una auxiliar de Enfermería, elabora, para cada paciente, un Plan de Intervención Terapéutica que incluye seguimiento individual, asistencia a los grupos terapéuticos, apoyo y orientación a los familiares.

## El Hospital comarcal de Vinaròs mejora la Unidad de esterilización

**LA ADQUISICIÓN DE UN NUEVO EQUIPAMIENTO AUMENTA LA SEGURIDAD DEL PROCESO QUE LLEVA A CABO UNA ENFERMERA Y CUATRO AUXILIARES**

El Hospital comarcal de Vinaròs (Castellón) ha modernizado la Unidad de esterilización con la renovación de parte de su equipamiento y la adquisición de material de última tecnología para así triplicar, en el mismo periodo de tiempo, la capacidad de esterilización tanto del área quirúrgica como de los otros servicios hospitalarios que requieren también componentes estériles para su atención diaria. De esta forma, se ha dotado al servicio con un nuevo esterilizador a vapor con capacidad para seis contenedores de gran tamaño, sistema de control más potente, pantalla táctil, eficiencia en el consumo tanto de agua como de energía y menú de navegación intuitivo.

El nuevo equipo sustituye a un aparato que tenía una antigüedad de 25 años con una capacidad limitada de 2 contenedores

grandes, por lo que la unidad de esterilización consigue así triplicar su capacidad, acortar tiempos, aumentar la sostenibilidad medioambiental e incrementar la seguridad del proceso de limpieza y esterilización del material quirúrgico y del material textil del personal sanitario.

Esta unidad cuenta con una plantilla formada por un profesional de Enfermería y cuatro auxiliares y ofrece servicio de esterilización en horario de mañana y tarde. Además, el mismo plan de renovación ha incluido una ventana con guillotina que comunica la zona sucia (a la que llega el material contaminado por su uso en el quirófano) con la zona limpia (en la que se lava el material y después se esteriliza), agilizando el proceso y dotándolo de mayor seguridad.



Parte del equipo de la Unidad de esterilización del Hospital comarcal de Vinaròs.

## Un programa sanitario promueve la salud en el barrio

La dirección general de Salud Pública ha extendido el programa de promoción de la salud Mihsalud (Mujeres, Infancia, Hombres Construyendo Salud) a la zonas del Departamento de Salud Valencia-Hospital General, gracias a la colaboración de la ONG Mundo Sano.

El programa ya está implantado en los departamentos de salud Doctor Peset, Clínico-Malvarrosa y La Fe y para ello cuenta con la participación 72 asociaciones que han facilitado la labor de difusión e implantación del mismo. Desde 2007, un total de 10.290 personas han participado en las distintas actividades comunitarias en los barrios de intervención, en su mayoría son mujeres, concretamente un 85%.

La labor de trabajo comunitario se realiza gracias a un equipo formado por dos agentes de salud de base comunitaria, personal de En-

fermería y de trabajo social de los centros de Atención Primaria. Asimismo, desde el Centro de Salud Pública de Valencia una médica y una enfermera coordinan, planifican y evalúan el funcionamiento del programa.

La directora general de Salud Pública, Ana María García, ha explicado que "el objetivo es que, a través de este programa, los colectivos más vulnerables puedan acceder a los recursos sanitarios que tienen a su disposición".

"Gracias a Mihsalud se están llevando a cabo intervenciones individuales, labores de acompañamiento, talleres y conversaciones informales sobre salud con personas en situación de vulnerabilidad, con el fin de mejorar la salud en estas zonas", ha relatado la directora del Centro de Salud Pública de Valencia, Nela Alcaraz.



El programa Mihsalud tiene como objetivo la promoción de la salud en los barrios.

## Profesionales de la Plana viajan a África y América del Sur

El Hospital Universitario de la Plana está lleno de solidaridad. Durante el mes de agosto las auxiliares de Enfermería María Pérez y Fina Canós han formado parte de una expedición a la selva paraguaya de la ONG de Burriana, Amor en Acció. Las profesionales han asegurado que su objetivo ha sido "contribuir con nuestro tiempo y nuestra experiencia profesional al bienestar de la población y aportar nuestra generosidad, ilusión y compromiso sin esperar nada a cambio".

Por su parte, la enfermera Inma Felip ha viajado a Kenia con la ONG castellanense Youcanyolé, dedicada a proyectos de asistencia sanitaria, ambulatoria e itinerante, y a la implantación de programas de desparasitación y prevención en países en vías de desarrollo, con el objetivo de contribuir a mejorar la calidad de vida de sus habitantes.



Dos de las profesionales que han dedicado sus vacaciones a la solidaridad.

## Xàtiva registra qué hacer ante el rechazo a una transfusión

El departamento de salud Xàtiva-Ontinyent dispone de un documento de recomendaciones para pacientes que rechazan la transfusión de sangre. En la guía se tratan aspectos éticos, deontológicos y jurídicos ante el rechazo de un paciente a una transfusión sanguínea. Así deja registrado y por escrito todo el procedimiento y determina la necesidad de que el paciente tenga registradas sus voluntades anticipadas para acogerse a este derecho.

En la redacción han intervenido el doctor Manuel Rodríguez, jefe del Servicio de Cuidados Intensivos del Hospital Lluís Alcanyís y presidente del Comité de Ética Asistencial; el doctor Manuel Hernández, jefe del Servicio de Hospitalización Domiciliaria; Jesús García Varea, master en Bioética y enfermero de la U.H.D. así como el enfermero supervisor de Laboratorio, Antonio Sifre y la enfermera gestora, Loli Perales.



Fachada del Hospital Lluís Alcanyís de Xàtiva.

# Profesionales de Enfermería educan en salud a los vecinos de Villar y de Moncada

EN 'CAMPUS OBJETIVO BIENESTAR' LOS JÓVENES, DE ENTRE 12 Y 17 AÑOS, HAN TRABAJADO TRES ASPECTOS DE LA SALUD: FÍSICO, MENTAL Y SOCIAL



El grupo de niños y adolescentes que ha participado en el Campus Objetivo Bienestar.



Alumnas de Enfermería muestran en Moncada cómo practicar la RCP básica.

El departamento de salud Arnau de Vilanova-Llíria, en colaboración con técnicos de la Mancomunidad La Serranía, del Ayuntamiento de Villar del Arzobispo y el programa del IVAJ Xarxa Jove, ha llevado a cabo este verano el proyecto piloto Campus Objetivo Bienestar. El objetivo es estimular el desarrollo de valores, actitudes y habilidades necesarias para decidir de forma autónoma y reflexiva en relación al consumo de sustancias o alcohol y adoptar un estilo de vida saludable y participativo.

En el Campus han participado 40 jóvenes de entre 12 y 17 años que han trabajado tres aspectos de la salud: física, mental y social; y en 4 áreas de conocimiento: "Nutrición y Deporte", "Emergencias Sanitarias", "Igualdad" y "Educación Emocional". Así, la enfermera de Pediatría y el Pediatra del Centro de Salud de Villar del

Arzobispo han enseñando a los jóvenes las técnicas de reanimación cardiopulmonar (RCP), la maniobra de Heimlich y socorrismo acuático. También se ha trabajado la gestión de las emociones y la presión grupal, el concepto de identidad digital, el ciberbullying, la alimentación saludable, la igualdad de género, los distintos usos de plantas medicinales, etc, todo de forma muy lúdica, por medio de dinámicas de juegos.

Por otra parte, Moncada (Valencia) ha celebrado la X Feria de la Salud. Una cita anual que llega con la entrada del mes de septiembre y agrupa, en un mismo espacio a asociaciones de pacientes y profesionales de la salud, también a estudiantes de disciplinas como al Enfermería.

Así, alumnado de Ciencias de la Salud de la Universidad Cardenal Herrera-CEU de Valencia ha preparado para esta cita varios talleres

para educar a la población en salud. Estudiantes y profesores del Grado en Enfermería han explicado, de forma práctica, cómo realizar los primeros auxilios, tanto en una persona adulta como en un niño y un bebé. Conocimientos que, aseguran, debe conocer cualquier persona no sanitaria para, si se encontraran ante un caso de parada cardiorrespiratoria, poder actuar de forma segura y rápida hasta que lleguen los profesionales sanitarios. Cabe recordar que en España se producen cada año más de 25.000 casos de muerte súbita fuera de los centros sanitarios. Por tanto, lo primero y más importante es mantener la calma, ver si la persona responde y pedir ayuda al 112.

Dos iniciativas con las que acercar la salud y el trabajo de los profesionales de la sanidad a la ciudadanía.