

Enfermería *profesión*

Periódico de la Organización Colegial de Enfermería de la Comunidad Valenciana

DIRIGIDO A USUARIOS DE LA SANIDAD DE LA COMUNIDAD VALENCIANA



Las pausas en la respiración durante el sueño nocturno hacen que la persona no descansa realmente.

Obesidad y tabaquismo, factores de riesgo para sufrir apnea del sueño



Juntos para combatir la diabetes



Día Mundial de la Hipertensión Arterial



31 de mayo: lucha contra el tabaquismo

Un 4% de la población adulta padece apnea-hipopnea del sueño

ENFERMERÍA RECUERDA QUE HAY QUE EVITAR FACTORES DE RIESGO COMO LA OBESIDAD, EL TABACO O EL USO DE FÁRMACOS PARA DORMIR



Pacientes con apnea del sueño durante la celebración del Aula Respira en el HGUUV.

OTROS DATOS:

- El Aula Respira es un espacio dedicado al paciente, familiares y cuidadores, para ayudarle a resolver las dudas e inquietudes sobre las enfermedades respiratorias.
- El Hospital General de Valencia es uno de los 31 hospitales que conforman la Red de Aulas Respira, acreditadas por SEPAR (Sociedad española de Neumología y Cirugía Torácica).
- El objetivo es fomentar un papel más activo de los pacientes en el control de su enfermedad a través de mayor acceso al conocimiento e implicación en la gestión de su salud.

Un 4% de la población adulta padece el Síndrome de Apnea – Hipopnea del Sueño (SAHS), el más frecuente de los trastornos respiratorios que se producen durante el sueño. Este síndrome se asocia con un deterioro en la calidad de vida de las personas, la aparición de hipertensión arterial, enfermedad cardiovascular y cerebrovascular, así como accidentes laborales y de tráfico.

La Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica (SEPAR) estima que en España existen entre 1.200.000 y 2.150.000 pacientes con SAHS clínicamente relevante y que a pesar de encontrarnos ante una enfermedad tratable, tan solo lo están un 5-9% de los pacientes.

Uno de los objetivos del Aula Respira *Doctor ronco y me quedo dormido* que tiene lugar en el Hospital General Universitario de Valencia es concienciar a la población de la importancia

del diagnóstico para poder aplicar los últimos tratamientos y que también los pacientes puedan compartir sus experiencias con otros pacientes. El responsable de la Unidad de Trastornos Respiratorios del Sueño, Rafael Navarro; la neumóloga Amparo Lluch y las enfermeras de la Unidad, Amparo Peral y Consuelo Muñoz son las encargadas de impartir los contenidos de manera muy didáctica.

El síndrome de Apnea – Hipopnea del Sueño (SAHS) viene definido por la aparición de episodios de obstrucción de la vía aérea de varios segundos de duración, pudiendo llegar a unos minutos, que se repiten a lo largo de toda la noche. Estas "paradas de la respiración", llamadas apneas o hipopneas, las suele detectar el compañero de cama o quien presencia cómo duerme el paciente, ya que éste suele no darse cuenta, recuerdan los expertos.

El resultado es que al final de la noche la persona no ha podido descansar realmente puesto que esas paradas mantienen en una cierta alerta al cerebro para que pueda abrirse de nuevo la vía aérea y reinicie la respiración. Como el enfermo pasa la noche alternando entre una respiración normal y esas paradas, el sueño no es reparador y aparece el síntoma más llamativo y por el que suelen consultar: la excesiva somnolencia diurna acompañada de sensación de cansancio.

Las enfermeras insisten en que hay que evitar factores de riesgo como la obesidad, el consumo de tabaco o el uso de fármacos para dormir (relajantes musculares o hipnóticos). Tener una buena higiene del sueño, es decir, irse a la cama más o menos a la misma hora cada día y no usar dispositivos electrónicos cuando ya se está en la cama también ayuda a prevenir.

El Provincial de Castellón realiza 1.500 pruebas de esfuerzo al año

POR EL LABORATORIO DE VALORACIÓN FUNCIONAL PASAN DESDE DEPORTISTAS PROFESIONALES HASTA AMATEURS EN EL DEPORTE



Las pruebas consisten en correr en una cinta o pedalear en bici.

El Hospital Provincial de Castellón es el único centro público de la provincia que cuenta con una Unidad de Medicina Deportiva integrada por un equipo especializado que trabaja en la prevención, el tratamiento y la recuperación de lesiones y enfermedades relacionadas con la práctica del deporte. El Laboratorio de Valoración Funcional de la Unidad realiza cada año unas 1.500 pruebas de esfuerzo que tienen como principales objetivos determinar la aptitud deportiva, la condición física del deportista y ofrecer unas pautas de intensidad de entrenamiento.

Así, por el laboratorio pasan desde deportistas profesionales hasta aquellas personas que nunca han practicado deporte y precisan orientación sobre alguna actividad física.

El equipo, compuesto por diferentes especialistas en medicina, Enfermería y auxiliares, se encarga de la valoración de la aptitud física, el control médico-deportivo, el análisis y optimización del entrenamiento, la realización de un pronóstico de rendimiento, la detección de talentos, la investigación fisiológica y la realización de pruebas experimentales.

Las pruebas, que en la mayoría de los casos se realizan una vez al año, consisten en correr en una cinta o pedalear en bicicleta mientras el ejercicio va aumentando de intensidad. Simultáneamente se monitorizan y controlan una serie de variables metabólicas, respiratorias y cardiovasculares que son las que determinan la aptitud física de la persona. Todo el proceso dura alrededor de 90 minutos.

La dieta y el ejercicio físico son básicos para controlar la diabetes

LA SOCIEDAD Y LA FEDERACIÓN DE DIABÉTICOS FIRMAN UN ACUERDO PARA PEDIR UNA MEJOR ATENCIÓN SANITARIA PARA ESTOS PACIENTES

La Sociedad Española de Diabetes (SED) y la Federación de Diabéticos Españoles (FEDE) alertaron conjuntamente sobre la importancia de una dieta adecuada y el ejercicio físico para el control de la diabetes en menores con diabetes mellitus tipo (DM1), sobre todo, en el ámbito escolar, donde es fundamental incrementar la educación diabetológica para prevenir las complicaciones de esta dolencia crónica.

Ambas entidades suscribieron un acuerdo de posicionamiento común, ante las administraciones públicas españolas, para mejorar la atención sanitaria de las personas con diabetes, reforzando su actuación conjunta sobre tres líneas estratégicas: crear una especialidad terapéutica en diabetes (ETD), ofrecer unas prestaciones de calidad a los pacientes y el acce-

so a la innovación y la transformación del Sistema Nacional de Salud para que pase a centrarse en el paciente crónico. Este acuerdo se firmó durante el XXVI Congreso Nacional de la SED, que se celebró en Valencia entre los días 15 y 17 de abril.

El Consejo de Enfermería de la Comunitat Valenciana (CECOVA) se sumó a la petición de la Federación de Diabéticos Españoles y destacó y reclamó la implantación de la figura de las enfermeras escolares en la Comunitat Valenciana para atender al alumnado con patologías crónicas y también al resto de la comunidad educativa. Cabe recordar que más de 30.000 escolares en toda España padece diabetes y es necesario que los centros educativos cuenten con profesionales sanitarios para atenderlos.



Acuerdo entre la Sociedad Española de Diabetes (SED) y la Federación de Diabéticos (FEDE).

La seguridad, eje del XIV Congreso de Enfermería en Traumatología

Mejorar la seguridad en el trabajo, integrar las nuevas tecnologías en el día a día de las enfermeras y hacer partícipe al enfermo y a su entorno de todos los procesos asistenciales para mejorar la seguridad. Fueron los objetivos del XIV Congreso de la Asociación Española de Enfermería en Traumatología y Ortopedia celebrado, por primera vez, en Alicante. En él participaron más de 250 enfermeras de toda España. Durante tres días han intercambiado experiencias y conocimientos en seguridad de los cuidados en el entorno del hospital, quirófano o a continuidad en atención primaria.

Una seguridad que pasa por integrar al paciente y a su familia en los procesos asistenciales. "El ciudadano cada vez exige más resultados, unos procedimientos, una seguridad; estamos pasando de una sanidad paternalista, como hasta

ahora a otra en la que el ciudadano exige estar informado y los profesionales debemos cumplir con ello ya que trabajamos para las personas" recordó la presidenta del Colegio de Enfermería de Alicante, Belén Payá.

Y es que la sanidad está evolucionando y las nuevas tecnologías tienen un papel importante en el ámbito profesional. Así lo explicó la presidenta del Comité Científico del Congreso, Mercedes Gil. "Las enfermeras deben evidenciar su trabajo, con ayuda de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), implicar a todos los pacientes en los procesos y hacerlo con rigor y mucha seguridad". De hecho, en el Congreso presentó una app para móviles que selecciona los implantes el momento para facilitar el trabajo de los profesionales de quirófano.



Inauguración del XIV Congreso de AEETO celebrado en Alicante.

CECOVA respalda pedir una acreditación en cuidados paliativos

El Consejo Autonómico de Enfermería (CECOVA) respalda la petición realizada por la Sociedad Española de Cuidados Paliativos (SECPAL) y la Asociación Española de Enfermería en Cuidados Paliativos (AECPAL) sobre la creación de una acreditación profesional en cuidados paliativos. El CECOVA destacó "la importancia del papel de la Enfermería en los cuidados paliativos, una atención integral de las personas a lo largo de todas las fases de la enfermedad hasta los cuidados del final de la vida".

Vinaròs rinde homenaje a las supervisoras y al jefe de Cirugía

El Hospital de Vinaròs rinde homenaje a las supervisoras y al jefe de servicio de Cirugía. El secretario autonómico de Sanitat, Luis Ibáñez, destacó que supervisión de Enfermería es una de las partes básicas dentro del engranaje de un hospital, como mando intermedio que se responsabiliza del funcionamiento de las unidades hospitalarias, de los quirófanos, del servicio de urgencias o las consultas externas y sin visibilidad excesiva de cara a los usuarios.



Voluntarios de Urgencias del Peset mejoran la comunicación

Un grupo de 15 jóvenes de la ONG Plataforma de Valores sirven de enlace entre el personal sanitario y pacientes y familiares en Urgencias en el Hospital Doctor Peset de Valencia. La mayoría son estudiantes de Enfermería, Psicología o Logopedia. Entre sus funciones como voluntarios está pedir información de la ubicación del enfermo, los tiempos de espera o la localización de determinados servicios para tranquilizar a la familia y al paciente.

Responsables sanitarios de Isla de Man visitan el HGUCS

La Directora de Enfermería y la responsable de Formación del Hospital General de Castellón han sido las encargadas de realizar una visita por las dependencias del centro que más interesaban a los responsables sanitarios de la Isla de Man. El recorrido fue por el Servicio de Urgencias, la Unidad Terapéutica Hiperbárica (UTH), el laboratorio de electrofisiología cardiaca, dependiente del Servicio de Cardiología, y la planta de maternidad.

Elda incorpora una nueva enfermera gestora de casos comunitaria

SERÁ LA RESPONSABLE DE ATENDER LA ZONA DE SALUD DE VILLENA Y ASÍ ASEGURAR LA CONTINUIDAD DE LOS CUIDADOS DE ENFERMERÍA



Remedios Yáñez, directora de Enfermería de AP, y la enfermera gestora Cristina Sánchez.

El Departamento de Salud de Elda ha incorporado una nueva enfermera gestora de casos comunitaria para atender de forma exclusiva la zona básica de salud de Villena, con el objetivo de ampliar el tiempo dedicado hasta el momento a este tipo de atención que permite asegurar la continuidad de cuidados de Enfermería entre los diversos niveles asistenciales y ofrecer una atención más integral a los pacientes paliativos y crónicos avanzados.

El programa de gestión de casos de Enfermería comenzó a funcionar en el Departamento de Salud de Elda en noviembre de 2011 con la creación de dos figuras: la enfermera gestora de casos hospitalaria y la enfermera gestora de casos comunitaria o de Atención Primaria, un papel que en cada uno de los centros de salud del De-

partamento desempeñaba uno de los enfermeros de la plantilla. No obstante, con la incorporación de esta enfermera, que se ocupa desde abril de forma exclusiva de la gestión de casos en Villena, se amplía el tiempo dedicado a este tipo de atención integral en este municipio, ya que hasta el momento las dos enfermeras gestoras comunitarias de Villena distribuían su tiempo de trabajo entre la gestión de casos y otras competencias que se desarrollan en Atención Primaria.

De este modo, se pretende realizar un mejor abordaje de los pacientes paliativos y crónicos avanzados a través de la gestión de casos, realizando una mejor captación y una valoración más completa de los pacientes susceptibles de entrar en el programa.

El Hospital Doctor Peset y Fisabio impulsan proyectos innovadores

UNO DE ELLOS, TODAVÍA EN DESARROLLO, PARTE DE LA ENFERMERÍA DE LA UNIDAD DE HEMODINÁMICA Y CARDIOLOGÍA INTERVENCIONISTA

El Hospital Universitario Doctor Peset ha celebrado la I Jornada de Innovación. Un encuentro organizado conjuntamente con la Fundación para el Fomento de la Investigación Sanitaria y Biomédica de la Comunitat Valenciana (Fisabio).

El objetivo ha sido presentar en público el Plan de Innovación Doctor Peset, un proyecto en el que se está trabajando desde 2013 para conseguir captar ideas que surgen en el entorno de este Departamento y materializarlas en algo tangible que beneficie al paciente y al profesional.

Los asistentes a la jornada han podido comprobar con casos reales cómo puede dar sus frutos la innovación. Así, en una mesa redonda se han presentado proyectos aún en desarrollo como el que está llevando a cabo Enfermería de la Unidad de

Hemodinámica y Cardiología Intervencionista del Hospital Doctor Peset relacionados con el daño miocárdico inducido por reperfusión y con un producto que hasta ahora fabrican las enfermeras de forma manual.

También se han presentado otros proyectos ya materializados como el kit y método de detección y tipificación de cepas bacterianas productoras de carbapenemasas (unas bacterias multirresistentes a los antibióticos betalactámicos) que saldrá al mercado en unos meses y que ha sido desarrollado por el Servicio de Microbiología del Hospital General de Elche, junto a Fisabio. Además, un proyecto de un residente de Anestesiología pretende solucionar la cefalea que se produce, en ocasiones, tras aplicar la anestesia epidural.



Inauguración de la I Jornada de Innovación del Hospital Doctor Peset de Valencia.

El 25% de la población adulta padece hipertensión

El 25% de la población adulta padece Hipertensión. Un dolencia sin síntomas o silenciosa, que provoca un grave nivel de riesgo de sufrir una insuficiencia cardíaca, un infarto de miocardio o lesiones en el riñón. Así lo recuerda el Consejo de Enfermería de la Comunitat Valenciana (CECOVA) en el Día Mundial de esta afección que se celebra el 17 de mayo.

Por tanto, controlar la tensión arterial es fundamental. "La proporción de pacientes hipertensos controlados aumentaría si conocieran su presión arterial y las cifras que ésta debería tener, ya que así el paciente se preocuparía más de seguir el tratamiento", aseguran desde CECOVA y recuerdan que "la existencia en los centros de salud de la consulta de Enfermería a Demanda donde se puede pedir cita previa con una enfermera, que desarrolla,

entre otras actividades, funciones de asesoramiento en hábitos saludables y controla regularmente los niveles de tensión arterial".

Un factor de riesgo es el exceso de peso o la ausencia de ejercicio físico, ya que se calcula que el 50% de las personas obesas son hipertensas. Los malos hábitos alimentarios también juegan un papel importante ya que el excesivo consumo de sal puede provocar hipertensión.

Está, unto a la diabetes y la obesidad, es uno de los llamados 'factores de riesgo cardiovascular' más prevalentes en España. De hecho, las enfermedades cardiovasculares son la causa más frecuente de muerte en todo el mundo. Cabe destacar que se trata de una enfermedad que aumenta con la edad y que afecta al 50-60 por ciento de personas mayores de 60 años.



El número de pacientes hipertensos controlados aumentaría si conocieran su presión arterial.

La Fe implanta wi-fi para prescribir la quimioterapia

Los servicios de Farmacia, Hospital de Día e Informática del Hospital La Fe han colaborado en la implantación de un nuevo sistema de control remoto en la administración de los tratamientos de quimioterapia a los pacientes en el Hospital de Día, mediante las llamadas "bombas inteligentes". Se trata de un sistema por el que, a través de conexión wi-fi, la enfermera envía mediante dispositivos PDAs la prescripción de quimioterapia, validada por el farmacéutico, a las bombas de infusión de la medicación. Este sistema supone un filtro de seguridad añadido para evitar errores en el momento de programar las bombas de infusión.

Además, el nuevo sistema registra instantáneamente toda la medicación que se le está administrando al paciente, de forma que las enfermeras pueden conocer en todo momento la evolución de cada fármaco.



La enfermera envía mediante dispositivos PDAs la prescripción de quimioterapia.

El nuevo Hospital Francesc de Borja abre sus puertas

El nuevo Hospital Francesc de Borja de Gandia concluyó el proceso de traslado con la incorporación de 30 pacientes que quedaban ingresados en las antiguas instalaciones del Paseo Germanías. Un proceso de traslado que comenzó el 16 de marzo con la apertura de Consultas Externas y finalizó el 11 de abril con el traslado de los pacientes ingresados, gracias al trabajo conjunto de los profesionales y la colaboración ciudadana, destacó el conseller de Sanitat, Manuel Llombart.

El nuevo hospital comarcal Francesc de Borja cuenta con 292 habitaciones de hospitalización individuales (71 más que en las instalaciones del Paseo Germanías), con posibilidad de uso doble en 96 de ellas. El centro hospitalario cuenta con 1.095 trabajadores, 110 de nueva contratación de los cuales 40 son enfermeras y 38 auxiliares de Enfermería.



El 11 de abril concluyó el traslado de los últimos 30 pacientes.

La Enfermería Escolar promueve hábitos sociales libres del tabaco

Ante la celebración el próximo 31 de mayo del Día Mundial sin Tabaco, el CECOVA y los colegios de Enfermería de la Comunitat Valenciana han vuelto a reclamar la presencia de profesionales de Enfermería Escolar en los colegios e institutos para desarrollar políticas de prevención de enfermedades y promoción de la salud entre el alumnado.

Así, las entidades colegiales de Enfermería remarcaron que las enfermeras escolares desarrollan "actividades educativas para potenciar los ambientes libres de humo, promover el concepto de sociedades sin tabaco, promocionar los centros docentes como espacios 'libres de humo'", y destacaron "la importancia de promover entre el profesorado y el resto de la comunidad educativa actividades sobre la prevención del tabaquismo".

En este sentido, el CECOVA recordó que, según la última Encuesta de Salud de la Comunitat Valenciana, el 25% de los chicos y el 29% de las chicas entre 16 y 24 años fuman. Para el grupo de 16 a 24 años, la prevalencia de consumo de tabaco es de 31,4% entre los hombres y de 44% entre las mujeres. El consumo es prácticamente idéntico para los dos sexos entre los 25 y los 44 años (45,5% y 45,9%) y sólo para los mayores de 45 años la tasa de fumadores/as es mayor entre los hombres.

Solamente en España, la Sociedad Española de Especialistas en Tabaquismo estima que cada 10 minutos muere una persona por causas directamente relacionadas con el tabaco. Las mismas estimaciones apuntan que el gasto diario en tabaco en España asciende a 300 euros cada segundo.



Sesiones de Educación para la Salud dirigidas a enfermeras escolares.

Un paciente envía 100 rosas al equipo de Quemados de La Fe

Enfermeras, médicos, auxiliares y todo el equipo de la Unidad de Quemados del Hospital Universitari i Politécnic La Fe de Valencia se han visto sorprendidos por un paciente que ha enviado un ramo de 100 rosas como agradecimiento por los cuidados y tratamientos recibidos durante su estancia en el Hospital. El número cien hace referencia a los múltiples profesionales que asistieron a este paciente, por su buena labor durante la estancia del enfermo en este centro sanitario.

El paciente que ingresó el año pasado por quemaduras graves, y que actualmente se encuentra recuperado y en buen estado, fue atendido por el personal de este servicio.

Cabe destacar que desde el 2008 el Servicio de Cirugía Plástica y Quemados del Hospital La Fe es referencia nacional acreditado por el Ministerio de Sanidad.



Equipo de la Unidad de Quemados junto a las 100 rosas enviadas por un paciente.

Enfermeras forman a pacientes crónicos en su enfermedad

El conseller de Sanitat Manuel Llobart, participó en la clausura de la primera edición del Programa 'Pacient Actiu' en Vila-real, en el que un total de 12 pacientes crónicos y representantes de asociaciones provinciales de enfermos, guiados por enfermeras, han adquirido herramientas y capacidades para ser capaces de controlar su salud. Llobart destacó "la implicación de estas personas en mejorar su calidad de vida y controlar mejor su enfermedad crónica y el impacto que ésta tiene en sus vidas y, sobre todo, la labor de los profesionales sanitarios que les han entrenado durante estas seis semanas".

El Programa del Pacient Actiu está enmarcado en los planes de educación para el autocuidado de la Conselleria de Sanitat y complementa el trabajo y el seguimiento que los profesionales sanitarios, tanto de Enfermería como facultativos, realizan de cada paciente.



El conseller de Sanitat felicita a los pacientes crónicos por implicarse en su salud.

La Pedrera se alza con el premio Hospital Optimista de 2015

LOS GALARDONES RECONOCEN EL TRABAJO DE LOS PROFESIONALES QUE CONTRIBUYEN A LA HUMANIZACIÓN Y CERCANÍA DE LA ATENCIÓN SANITARIA



El Hospital la Pedrera ha sido el premio Hospital Optimista.



Los galardones destacan el trabajo de los profesionales que contribuyen a la humanización de la atención sanitaria.

Juntos podemos cambiar nuestro mundo, Contagia sonrisas. Ha sido el lema de los primeros Premios Hospital Optimista que se han celebrado en el Centro de Investigación Príncipe Felipe de Valencia.

Se trata de unos premios organizados por Vygon, Fundación Grupo OPT, el equipo de investigación WoNT de la Universitat Jaume I y la Fundación Atresmedia, que surgen para reconocer aquellas iniciativas o prácticas positivas que contribuyan a generar un entorno más saludable para el paciente y su familia.

En total se han presentado más de 130 candidaturas procedentes de más de 90 hospitales de toda España, 94 en la categoría de proyectos, 29 en la categoría de servicios y 13 en la de hospitales. Del total de candidaturas, se han seleccionado a diez finalistas en cada una.

Finalmente, el primer premio de la categoría de hospitales o centros de salud ha sido para el hospital La Pedrera de Dénia (Alicante); el galardón por equipo multidisciplinar ha recaído en la Unidad de Neonatología del Hospital Clínico de Santiago de Compostela; y el premio al proyecto de fundaciones u organizaciones sin ánimo de lucro ha sido para *Humanizando UCI* del Hospital de Torrejón (Madrid).

Unos galardones de los que hay que destacar el trabajo de los profesionales que contribuyen a la humanización y cercanía de la atención sanitaria que reciben pacientes y familiares. Una atención en la que, sin duda, destaca el papel de la enfermera, una de las profesionales que más cerca se sitúa del paciente. Así lo destacó la Directora de Enfermería del Hospital de Crónicos y Larga Estancia (HACLE) de La Pedrera,

Inmaculada Simó. “En nuestro caso, en nuestro hospital, además del soporte que enfermeras y auxiliares prestan al paciente, tengo que destacar que se trata de profesionales que siempre están con una sonrisa, en cualquier momento, y hoy día eso vale mucho”.

El optimismo, el generar un entorno agradable, a pesar de las circunstancias que rodeen a cada persona, ayuda a sobrellevar mejor la estancia hospitalaria e incluso a la recuperación del paciente. Un clima de positivismo que es el que mantienen desde el primer momento en La Pedrera. “Todas las encuestas que hemos realizado entre trabajadores y usuarios indican su satisfacción, pero lo más importante es el día a día. Ir a gusto a trabajar y que pacientes y familiares se sientan en familia”, recordó el director del centro, Jaime Morera.