

Enfermería *profesión*

Periódico de la Organización Colegial de Enfermería de la Comunidad Valenciana

DIRIGIDO A USUARIOS DE LA SANIDAD DE LA COMUNIDAD VALENCIANA



Los profesionales de Dermatología recuerdan la importancia de controlar los lunares.

En España se detectan casi 4.000 nuevos casos de melanoma anuales



Aumentan las iniciativas para dejar de fumar



Reconocimiento por fomentar la lactancia materna



La Unidad de Enfermería Oncológica

Las revisiones periódicas son la base para prevenir el cáncer de piel

ENFERMERÍA RECOMIENDA UNA EXPOSICIÓN AL SOL PROGRESIVA Y MODERADA Y EL USO DE UN FACTOR MAYOR A 20 PARA PREVENIR



El HGU de Valencia colocó una mesa informativa sobre el cáncer de piel.

OTROS DATOS:

- En España se diagnostican cada año entre 3.800 y 4.000 nuevos casos de melanoma.
- El 50% de todos los pacientes con melanoma presenta lunares atípicos que tienen un aspecto raro.
- Un factor de protección solar por debajo de 20 es totalmente insuficiente.
- Debemos protegernos a partir de un factor 20, sobre todo en el caso de los más pequeños, ya que las quemaduras solares de la infancia tienen consecuencias en la edad adulta.

El melanoma es un tipo de cáncer que afecta fundamentalmente a la piel, aunque en raras ocasiones puede presentarse en localizaciones como los ojos o las mucosas. En España se diagnostican cada año entre 3.800 y 4.000 nuevos casos de melanoma, tumor responsable del 80% de los fallecimientos por cáncer de piel que se producen en nuestro país, según cifras del Grupo Español Multidisciplinar de Melanoma (GEM).

"Habitualmente el primer signo de un melanoma es un cambio de tamaño, forma, color o textura de un lunar que puede presentar un área negra o azulada" explica Vicente Oliver, jefe del servicio de Dermatología del Hospital General Universitario de Valencia. "Por ello, es tan importante revisar periódicamente las alteraciones de nuestros lunares, o la aparición de nuevos". Profesionales de la Unidad informaron a todos

los usuarios interesados sobre este y otros tipos de cáncer de piel, a la vez que concienciaron sobre la prevención, mediante hábitos adecuados de exposición solar y la importancia de revisiones periódicas.

Enfermería recomiendan que el primer día de exposición al sol no se supere los 15 minutos, para ir aumentando progresivamente 10 minutos cada día, dando así tiempo a la piel a aumentar su mecanismo de defensa, que es el bronceado. Aproximadamente entre los 9 y 10 días estará preparada para aguantar exposiciones más prolongadas sin problemas, siempre y cuando se eviten los peligrosos rayos del mediodía.

Es importante saber que el factor de protección debe aplicarse sobre la piel 45 minutos antes de exponerse a los rayos solares, pues es lo que tarda en activarse su efecto. También se

debería intentar evitar por todos los medios que un bebé recibiera exposición al sol, al menos hasta cumplidos los 6 meses de edad, según recuerda Enfermería el Consejo Autonómico de Enfermería (CECOVA), que considera que a partir de ahí y hasta los tres años es importante extremar las precauciones.

Y es que tomar el sol con control es muy beneficioso para las personas mayores, pues activa la vitamina D, pero cabe recordar el peligro que supone un bronceado intenso o quemaduras, pues con la edad la radiación solar se acumula y los riesgos de cáncer aumentan exponencialmente.

Del mismo modo, los profesionales de Enfermería advirtieron de que es aconsejable evitar la exposición al sol durante el embarazo porque se corre el riesgo de que aparezcan manchas en la piel o cloasmas.

Enfermería, ante los peligros de las nuevas tecnologías

El Hospital General Universitario de Elda ha acogido una Jornada sobre los *Peligros de las nuevas tecnologías en la infancia y adolescencia*, en la que expertos en la materia han tratado desde diversas perspectivas profesionales los principales riesgos que pueden surgir en esta área y cómo prevenirlos.

En ella se ha contado con una destacada participación de la profesión enfermera a través de un apartado del programa sobre los *Factores sociofamiliares y tecnologías*, en el que José José enfermero de la Unidad de Conductas Adictivas (UCA) de Elda y Noelia Carrasco, trabajadora social de la misma Unidad trataron algunos conceptos vinculados a las adicciones tecnológicas, centrando la atención en los factores sociofamiliares que tienen mayor incidencia y relevancia en este tipo de conducta de adicción

y mostrando especial interés en la adolescencia. José José destacó "la entrada silenciosa de las tecnologías en nuestras vidas", y trató de dar respuesta a preguntas como ¿cuál va a ser el impacto a medio y largo plazo en nuestros hijos?, ¿estamos preparados para lo que se avecina?, ¿qué deberíamos hacer como padres?, ¿por dónde deberíamos comenzar como profesionales de Educación, Seguridad y Sanidad?".

Desde la organización se subrayó la necesaria interrelación de profesionales de diversos sectores para poder hacer una óptima prevención en este ámbito, ya que sólo con la colaboración de todos los sectores implicados en la educación de los niños se puede hacer frente a los riesgos que presentan las nuevas tecnologías y aprovechar todas sus oportunidades.



Los ponentes y organizadores, durante la inauguración de la Jornada.

La mortalidad cardiovascular desciende un 33%

La Red Centinela Sanitaria de la Comunitat Valenciana es un sistema de información en Atención Primaria cuyos objetivos son la vigilancia en salud pública y la investigación epidemiológica y en la cual participan de manera voluntaria, profesionales de medicina familiar y comunitaria, pediatría, enfermería y médicos de salud sexual y reproductiva.

Durante la jornada de presentación se actualizó la situación epidemiológica de la Enfermedad Cardiovascular en la Comunitat, una enfermedad cuyo índice de mortalidad ha descendido un 33 por ciento desde el año 2000 a 2012.

Según este estudio, 13 de cada 1.000 personas mayores de 18 años llevan tratamiento con anticoagulantes orales. La presencia de estos pacientes aumenta con la edad, siendo más frecuente este tratamiento entre los hombres.



La prevención y los controles periódicos son fundamentales.

Más de 61.000 pacientes de La Fe padecen hipertensión

Más de 61.000 pacientes del Departamento de salud de La Fe padece Hipertensión. Profesionales del Centro de Salud de Campanar realizaron durante varios días un cribado a los pacientes que acudían al centro de salud.

"La tarea preventiva es clave en el diagnóstico de la hipertensión. Es muy importante el control de la tensión y pensamos que estos cribados eran una buena forma de hacer un estudio de la población y poder hacer un control a los pacientes que vienen a nuestro centro", explicó Carmen Vercher, coordinadora de Enfermería de este Centro de Salud. Existen una serie de factores que aumentan el riesgo de padecer hipertensión, como los antecedentes familiares, la obesidad, el consumo elevado de sal, el alcohol, el tabaco, el estrés y la falta de ejercicio. Por ello es necesario promover hábitos de vida saludables, recuerdan las enfermeras.



Durante el cribado de los pacientes que acudían al centro de salud de Campanar.

El tabaco está relacionado con el 30% de todos los tipos de cáncer

Alrededor de 7.000 personas mueren al año en la Comunitat Valenciana por patologías provocadas directamente por el consumo de tabaco. De hecho, Enfermería recuerda que el 30% de todos los tipos de cáncer están relacionados con este hábito.

Con motivo del Día Internacional sin Tabaco, que celebró el 31 de mayo, la Organización Colegial de Enfermería de la Comunitat Valenciana (CECOVA) reclamó dotar a colegios e institutos de Enfermería Escolar porque "educar en salud a los más jóvenes y actuar en edades tempranas en la promoción de la salud es imprescindible para tener una sociedad de adultos más sanos".

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.

Los diferentes departamentos de Salud ponen en marcha iniciativas para promocionar el abandono del tabaco. Proyectos que se unen al trabajo que ya se realiza desde las Unidades de Conductas Adictivas (UCA) en los programas de deshabituación tabáquica.

Así, en el Hospital Universitario Doctor Peset los profesionales han comenzado una campaña para ayudar a dejar de fumar a todos los pacientes hospitalizados que manifiesten su voluntad de abandonar el tabaco.

Por su parte, el Hospital la Plana celebró la Semana Sin Humo con mesas informativas en la que enfermeras y médicos trataban de concienciar sobre los efectos nocivos del tabaco y dar a conocer que desde los centros de salud se respalda el abandono del hábito a través de ayuda activa para dejar de fumar.



Una profesional ofrece a un paciente información para dejar de fumar.

El HGUCS inicia una campaña de donación de leche materna

La Comisión de lactancia del Hospital General Universitario de Castelló (HGUCS) inicia la campaña "Para ti es leche, para ellos es vida" sobre los beneficios de la donación de leche materna que enviarán al Banco de Leche Materna del Hospital La Fe de Valencia. Desde la Unidad de neonatología hacen un llamamiento a las madres que estén amamantando satisfactoriamente a su bebé, tengan buena salud y hábitos de vida saludable para que se conviertan en donantes de leche.

Más de 50 matronas finalizan su formación en la Comunitat

Más de 50 residentes de Enfermería Obstétrico-Ginecológica han finalizado su formación en la Unidad Docente de Matrona. Se trata de la XVI Promoción de Especialistas de Enfermería Obstétrico-Ginecológica de la Comunitat Valenciana. La formación de esta especialidad se centra en clases teóricas, combinándola con prácticas en hospitales y en centros de salud, que están tutorizadas por profesionales, en este caso matronas.



La Fe homenajea a 256 profesionales jubilados en 2014

El Departamento de La Fe homenajea a sus 256 trabajadores jubilados en 2014. Concretamente se jubilaron M^a José Saura, que fue directora de Enfermería del departamento de salud entre 2007 y 2014, el doctor Guillermo Martín Aragonés, especialista en Hematología y Trinidad Torres Sebastiá, técnico de gestión administrativa en la subdirección de Ingeniería. En total se han jubilado 256 empleados, tanto del Hospital como de centros de salud.

Convenio entre CECOVA y el Grupo Nacional de Úlceras por Presión

Compartir esfuerzos y mejorar la respuesta al grave problema de las úlceras por presión. Con este objetivo se ha firmado un convenio entre el Consejo de Enfermería de la Comunitat Valenciana y el Grupo Nacional para el Estudio y Asesoramiento en Úlceras, GNEAUPP. Ha sido durante la segunda jornada autonómica sobre esta materia que se ha celebrado en el Departamento de Salud de Xàtiva-Ontinyent y que ha reunido a más de 650 profesionales.

Más de 160 enfermeras refuerzan sus conocimientos sobre las vacunas

EN LAS XIII JORNADAS DE ACTUALIZACIÓN Y FORMACIÓN CONTINUADA EN VACUNACIONES PARA ENFERMERÍA DEL CONSEJO DE ENFERMERÍA (CECOVA)



José Antonio Ávila, Lourdes Monge y Juan José Tirado, en la mesa inaugural.

La XIII Reunión de Enfermería y Vacunas, organizada por CECOVA, abordó las novedades en la vacunación frente al neumococo, la vacunación de las mujeres embarazadas contra la tos ferina, el impacto de la vacunación por rotavirus, la prevención frente al virus del papiloma humano (VPH) y la actualización del calendario vacunal de la Comunitat Valenciana.

Juan Antonio Serrano, de la Unidad de Patología Cervical del Hospital General de Castellón, defendió la vacunación frente al VPH, "una auténtica pandemia que conlleva una mortalidad considerable en su evolución". Así, el cáncer de cérvix, asociado al VPH, es la segunda causa de muerte entre mayores de 45 años.

Por ello, Serrano apostó por la vacunación de las niñas de 9 a 14 años y las

mujeres hasta los 25 años y, a partir de esa edad, aconsejó la indicación de la vacuna hasta los 45 años. La Comunitat Valenciana cuenta con una tasa de vacunación del 73,5 por ciento.

Por su parte, Silvia Pérez, de FISABIO, destacó la importancia de la vacunación por rotavirus, "la principal causa de gastroenteritis en menores de cinco años y, aunque no es una enfermedad grave, requiere hospitalización".

Por su parte, José Antonio Forcada, coordinador de los grupos de trabajo en Vacunaciones y Riesgo Biológico del CECOVA, centró su ponencia en la antivacunología y la seguridad vacunal e instó a las enfermeras "a defender los beneficios de las vacunas para poder revertir las creencias erróneas con datos científicos".

Una enfermera de Castellón recibe un premio en oftalmología

AEOCV CONCEDIÓ EL GALARDÓN A UNA INVESTIGACIÓN SOBRE EL TRATAMIENTO DEL PTERIGIUM A LO LARGO DE LA HISTORIA

La Asociación de Enfermería Oftalmológica de la Comunidad Valenciana (AEOCV) ha concedido en su último Congreso el premio a la mejor ponencia a la enfermera del Hospital Provincial de Castellón Francisca Samblás, quien ha realizado una investigación sobre el tratamiento del pterigium a lo largo de la historia.

El pterigium es una anomalía ocular que afecta a la conjuntiva (la membrana transparente que cubre la esclera, parte blanca del ojo) y la córnea. La patología consiste en un crecimiento anormal por inflamación de tejido de la conjuntiva que tiende a dirigirse desde la esclera hacia la córnea produciendo resequedad, ardor y disminución de la visión.

En sus fases iniciales se trata con lubricantes y en estadios avanzados se re-

quiere cirugía para eliminar el pterigium y reemplazarlo por conjuntiva sana.

La enfermedad es propia de zonas con clima cálido, ya que la exposición a la radiación ultravioleta solar es el principal factor para su desarrollo, por lo que las personas que pasan mucho tiempo bajo el sol y no utilizan gafas oscuras o sombreros presentan un mayor riesgo. Se estima que esta patología es un 5% de las consultas oftalmológicas que se atienden en el Instituto Oftalmológico del Provincial.

El recorrido histórico de Samblás se remonta a hace más de 3.000 años, cuando el cirujano indio Susrhuta describe el primer tratamiento quirúrgico de esta patología, pasando por el Egipto faraónico en el que se recurría a ungüentos o las fórmulas de la Edad Media hasta la actualidad.



Francisca Samblás, enfermera investigadora premiada por AEOCV.

Aumentan las iniciativas para formar e informar a pacientes celíacos

ALICANTE ABRIÓ LA PRIMERA CONSULTA DE ENFERMERÍA PARA CELÍACOS Y 'FARMACIAS SIN GLUTEN' SE HA PUESTO EN MARCHA RECIENTEMENTE



Seguir una dieta sin gluten es el único tratamiento efectivo.

La enfermedad celíaca es una intolerancia permanente al gluten del trigo, cebada, centeno y avena. Es la enfermedad crónica intestinal más frecuente en España: cada año unas 4.000 personas son diagnosticadas de celiaquía en España y uno de cada 100 españoles la padece.

En la Comunitat Valenciana se estima que existen 9.000 pacientes con esta patología, y un porcentaje importante de pacientes estaría sin diagnosticar.

El único tratamiento efectivo consiste en seguir una dieta estricta sin gluten para toda la vida. La persona celíaca debe basar su dieta en alimentos naturales: legumbres, carnes, pescados, huevos, frutas, verduras, hortalizas y cereales sin gluten: arroz y maíz. Deben evitarse, en la medida de lo posible, los alimentos elaborados y/o

envasados, ya que en estos es más difícil garantizar la ausencia de gluten.

Por todo ello, más de 120 farmacias de la Comunitat se han adherido al proyecto "Farmacia sin gluten", un proyecto pionero en España, mediante el que se ofrecerán productos frescos básicos y artesanales para la celiaquía.

Una patología para cuyos pacientes ya hay una primera consulta específica de Enfermería. Se encuentra ubicada en el centro de salud Los Ángeles de Alicante, dependiente del Hospital General, y su responsable, Amparo Cuenca, ofrece formación e información a pacientes y sus familiares, pero también a otras enfermeras para conseguir así que todos los centros de salud puedan atender a estos pacientes de la mejor manera posible.

El CS de Moncada, reconocido por su apoyo a la lactancia materna

HA SIDO POSIBLE POR EL TRABAJO DE LA COMISIÓN DE LACTANCIA, FORMADA POR ENFERMERAS, PEDIATRAS, MATRONAS, MADRES, ETC.

El Centro de Salud de Moncada ha sido reconocido con el Galardón fase 3D de la acreditación Iniciativa para la Humanización de la Asistencia al Nacimiento y la Lactancia (IHAN) que promueve internacionalmente la OMS y UNICEF. Un reconocimiento con el que actualmente sólo cuentan cuatro centros de salud en España y sólo dos en la Comunitat Valenciana.

El objetivos de la Inicitiva IHAN es el apoyo al inicio precoz de la lactancia materna, permitir a las madres una elección informada de cómo alimentar a los recién nacidos y añadir otros aspectos de atención a la madre y al niño.

Entre los requisitos superados se encuentra la presentación de la normativa de lactancia materna que se difunde en el centro, la formación del personal según el

plan aprobado en la fase anterior, así como el desarrollo del plan previsto de formación de las gestantes y elaboración de los materiales de información.

Además, se han coordinado actuaciones con la maternidad de referencia, elaborado y consensuado protocolos de asistencia a madres y lactantes para el inicio y mantenimiento de la lactancia y las mejores prácticas de alimentación infantil y se han diseñado materiales de apoyo para los usuarios.

El centro cuenta con una Comisión de Lactancia Materna formada por un grupo multidisciplinar de profesionales entre los que se encuentran pediatras, matronas, enfermeras, médicas de familia y administrativos, además de madres voluntarias del grupo de apoyo Marelactam.



Miembros de la Comisión de Lactancia Materna del CS de Moncada.

Enfermería oncológica atiende a más de 1.000 pacientes

La Unidad Enfermera de Oncología Integrativa del Hospital General de Valencia se creó con el objetivo de ofrecer una atención específica al paciente crónico oncológico y atiende a una media de 350 pacientes al año. De este modo, desde el inicio de esta unidad multidisciplinar, en 2011, han sido más de 1.000 pacientes y sus familiares los que han pasado por ella.

Los profesionales de la unidad se centran en el manejo y control de los síntomas, la prevención de complicaciones y el control de los efectos secundarios, proporcionando una atención integral. Así, se ayuda a mejorar la calidad de vida del paciente, al tiempo que se favorece la administración de medicación y la adherencia al tratamiento.

El año pasado, los motivos principales de la consulta fueron: la patología mamaria (30%), la elevación

de los marcadores (20%), las adenopatías y masas palpables (14%), los nuevos diagnósticos de cáncer y sospecha radiológica de tumor (8%) y otros.

Solo en 2014 se recibieron más de 1.000 llamadas, que son atendidas por el equipo de Enfermería para resolver posibles dudas o complicaciones, además de generar tranquilidad tanto al paciente como a sus familiares.

Actualmente muchos tipos de cáncer se comportan como una enfermedad crónica que supone la aplicación de tratamientos quimioterápicos complejos y largos, lo que conlleva, en muchas ocasiones, la necesidad de apoyo e información.

Además, la consulta exprés con la que cuenta la Unidad atendió en 2014 a 317 pacientes, de los que al 25% se les diagnosticó algún tipo de cáncer.



La Unidad Enfermera de Oncología Integrativa del Hospital General de Valencia.

240 estudiantes de Bachiller visitan el Hospital La Plana

El Hospital Universitario de la Plana ha celebrado las III Jornadas de Puertas Abiertas en las que han participado 240 escolares. El objetivo de esta actividad es mostrar a los alumnos las diferentes profesiones sanitarias, cómo se accede a ellas, las salidas laborales y el trabajo que finalmente desempeñarían.

Los escolares son recibidos por el equipo directivo del centro y asisten a una mesa redonda en el salón de actos en la que intervienen profesionales de diferentes categorías como enfermeras, médicos y celadores. Durante este encuentro, les cuentan el trabajo que desempeñan, algunas anécdotas y cómo pueden acceder a los estudios. El recordó, por grupos, se realiza por Urgencias, Laboratorio de Análisis Clínico, Quirófano, Paritorio, Hospital de Día, Laboratorio de Microbiología, Unidad de Esterilización, Servicio de Neonatos, Radiodiagnóstico y Rehabilitación.



Uno de los grupos de estudiantes durante la visita al Laboratorio.

El Alto Palancia ofrece hemodiálisis domiciliaria

El centro sanitario integrado del Alto Palancia ofrece hemodiálisis domiciliaria. Así se ha dado a conocer en una sesión informativa dirigida a pacientes afectados por la insuficiencia renal crónica, así como a sus familiares, con el fin de ofrecer las alternativas existentes en la actualidad para el tratamiento mediante técnicas de diálisis en el ámbito domiciliario.

La hemodiálisis es un tratamiento de sustitución renal que tiene como función suplir, en parte, la función de los riñones en aquellos casos en que una patología impide su correcto funcionamiento.

Antes de iniciar el tratamiento domiciliario, tanto el paciente como el cuidador son formados por un enfermera de la Unidad de Diálisis. Además, la primera sesión que se realiza en el domicilio es asistida por nefrólogos del hospital y personal de Enfermería.



Antes de iniciar el tratamiento domiciliario una enfermera forma al cuidador y al paciente.

Más del 45% de niños entre 6 y 9 años tiene obesidad o sobrepeso

CECOVA RECUERDA QUE VARIOS ESTUDIOS AVALAN QUE LA ENFERMERÍA ESCOLAR ES FUNDAMENTAL EN LA LUCHA CONTRA ESTAS PATOLOGÍAS



No tomar el desayuno es uno de los malos hábitos de alimentación.



El sedentarismo es una de las causas del aumento de la obesidad y sobrepeso.

“El exceso de peso es uno de los problemas más importantes de salud pública entre los niños y adolescentes españoles”. Así lo advierten los colegios de Enfermería de Castellón, Valencia y Alicante y el Consejo Autonómico (CECOVA) Los datos del Estudio ALADINO, de la Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición (AECOSAN), sobre una muestra de 7.500 niños y niñas, reflejan que más del 45% de los menores de entre 6 y 9 años ya sufren obesidad o sobrepeso. El estudio revela, en concreto, que un 26,2% de los niños en esa franja de edad presenta sobrepeso, mientras que un 18,3% son obesos. Además, señala que el exceso de peso afecta más a los chicos que a las chicas en esta franja de edad. No obstante, los comportamientos que conducen a esta situación, como el sedentarismo o

los malos hábitos alimentarios (por ejemplo, la costumbre de no tomar el desayuno) se dan en ambos sexos.

En este sentido, la presencia de profesionales especializados en Enfermería escolar en colegios e institutos es fundamental para avanzar en la lucha contra el exceso de peso y el sedentarismo mediante la concienciación y la sensibilización de los escolares a través de LA promoción de hábitos y formas de vida saludable desde edades tempranas mediante la Educación para la Salud en el ámbito escolar.

Además, CECOVA recuerda que una investigación realizada en Massachusetts (EE.UU) sobre cuánto costarían los procedimientos que habitualmente realizan las enfermeras escolares en una clínica o un hospital, concluyó que por cada dólar invertido en el programa de Enfer-

mería escolar se ahorran 2,20 dólares. La investigación, cuya autora principal es Anne Sheetz, directora de Servicios de Salud Escolar de Salud Pública de Massachusetts hasta 2013, comparó el coste de este servicio a jornada completa con el ahorro que generaba el programa al reducir las consultas sanitarias y las horas de trabajo perdidas de los padres y los docentes. Los resultados demuestran que unos 477.000 alumnos de las 933 escuelas participantes usaron los servicios de Enfermería Escolar en el curso 2009/2010. El coste fue de 79 millones de dólares, en comparación con los 20 millones de dólares que hubiesen costado estos servicios fuera de la escuela, además de los 28 millones de dólares por horas de trabajo perdidas para los padres y los 129 millones de dólares equivalentes a la pérdida de productividad docente.