

Enfermería *profesión*

Periódico de la Organización Colegial de Enfermería de la Comunidad Valenciana

DIRIGIDO A USUARIOS DE LA SANIDAD DE LA COMUNIDAD VALENCIANA



Los defensores piden "vapear" en lugares públicos cerrados, excepto en colegios y centros sanitarios.

Las autoridades sanitarias ponen límites al uso del cigarrillo electrónico



Curso para cuidadoras de dependientes



Promover la salud entre mayores de 45 años



Sí a la cerveza sin alcohol en la lactancia



Sanitat prohíbe el uso del cigarrillo electrónico en espacios sensibles

EL CONSUMO DE ESTE DISPOSITIVO SE EVITARÁ EN ZONAS INFANTILES Y EDUCATIVAS, CENTROS SANITARIOS Y ADMINISTRACIONES PÚBLICAS



El uso del cigarrillo electrónico se ha extendido entre la población fumadora.

COMPONENTES DETECTADOS EN EL CIGARRILLO ELECTRÓNICO

Por un lado hay que considerar las sustancias que contiene el líquido del cigarrillo electrónico y, por otro lado, las que se producen a consecuencia de su calentamiento y aparecen en el vapor.

Líquido: propilenglicol, glicerina y nicotina.

Vapor: formaldehído, acetaldehído y acroleínas.

Desde hace tres años los espacios públicos cerrados están libres del humo del tabaco. Además, con la entrada en vigor de la Ley 42/2010, de 30 de diciembre de 2010, también se prohibía fumar en algunos espacios abiertos como entornos hospitalarios, o donde hayan menores (colegios, parques infantiles, etc.).

Sin embargo, en los últimos tiempos ha proliferado otro tipo de cigarrillos: los electrónicos. Un inhalador destinado a reducir y, por tanto, sustituir el consumo de tabaco. Pero su carga, con o sin nicotina, ha alzado el debate entre profesionales y autoridades sanitarias.

El cigarrillo electrónico contiene diversas sustancias químicas que son vaporizadas y llegan directamente a los pulmones. Las más frecuentes son propilenglicol, glicerina y nicotina, aunque esta última en menor medida que en los cigarrillos habituales, explican desde la

Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica (SEPAR). El propilenglicol y glicerina son inocuos cuando son utilizados por vía oral. No obstante, cuando son utilizados por vía inhalada, su inocuidad no ha sido claramente demostrada, recuerdan.

En el vapor se ha detectado: formaldehído, acetaldehído y acroleínas. Estas sustancias también están presentes en el humo de los cigarrillos manufacturados, aunque en mayor cantidad que en los cigarrillos electrónicos.

La Generalitat Valenciana decidía en diciembre limitar el consumo del cigarrillo electrónico en espacios sensibles como zonas infantiles y educativas, centros sanitarios y administraciones públicas, tal y como pedían muchos colectivos sanitarios, entre ellos la Enfermería, entre cuyas funciones principales se encuentra la prevención de enfermedades y la promoción de

los hábitos saludables. Estas limitaciones coinciden con las acordadas entre el Ministerio de Sanidad y las comunidades autónomas.

El presidente de la Enfermería de la Comunitat Valenciana (CECOVA), José Antonio Ávila, recordaba también que con este dispositivo electrónico se mantiene el hábito de fumar y "en el caso de los colegios supone un referente para los niños o jóvenes que se educan con la imagen de personas con un vicio como es el cigarrillo y luego ellos pueden desembocar en el tabaquismo".

Por su parte, la SEPAR opina que regular el cigarrillo electrónico como medicamento facilitaría que se evaluara de forma científica la eficacia y la seguridad del uso del producto y obligaría a que su producción estuviera sometida a intensos controles de calidad, de forma que los riesgos detectados podrían evitarse.

La enfermeras forman a cuidadores de personas dependientes

ALGUNOS DE LOS TEMAS TRATADOS SON LOS CUIDADOS BÁSICOS DEL DEPENDIENTE Y LA PREVENCIÓN DE ACCIDENTES DOMÉSTICOS



Las profesionales del Mutxamel durante el taller ofrecido a los cuidadores.

El personal de Enfermería y la trabajadora social del Centro de Salud de Mutxamel (Alicante) han participado en un programa de formación que ofrece el Servicio Municipal para la Autonomía y Atención a la Dependencia (SMAD) dirigido a cuidadores de personas dependientes.

Así, Laura Giner, enfermera, y Lidia Iglesias, residente de Enfermería Familiar y Comunitaria de primer año, junto a una trabajadora social y a una alumna de Trabajo Social, han realizado una intervención comunitaria en el centro social de esta localidad con un grupo de 15 cuidadores.

Los cuidados básicos del dependiente y las medidas higiénico-sanitarias han sido los dos temas principales que han abordado, de una manera práctica, sirviéndose también del uso de vídeos.

Los consejos han estado presentes en todo el taller. Respecto al aseo, es importante que en el momento del baño el cuidador aclare correctamente el jabón porque puede reseca la piel y provocar problemas. Asimismo se ha hablado de las ayudas técnicas y los hogares adaptados, ofreciéndoles también soluciones más económicas, como los colchones antiescaras, que evitan la aparición de úlceras, o la colocación de barandillas alrededor de la cama.

También se abordó la prevención de riesgos y peligros domésticos, aportándose medidas como la retirada de alfombras y cables con los que el paciente se puede tropezar, la colocación de tiras antideslizantes en los escalones, acolchar las esquinas de los muebles o quita los cerrojos.

Requena cuenta con una nueva consulta de pie diabético

EL HOSPITAL TAMBIÉN OFRECE UN SERVICIO DE REHABILITACIÓN RESPIRATORIA PARA EL TRATAMIENTO DEL PACIENTE CON EPOC

El Departamento de Salud de Requena cuenta con una nueva consulta especializada en pie diabético con el objetivo de mejorar la asistencia de esta patología tan prevalente y una de sus complicaciones más frecuentes.

Gracias a la formación de un grupo de trabajo multidisciplinar con enfermeras, endocrinos, rehabilitadores, cirujanos, médicos de familia y el equipo directivo asistencial, ha sido posible además la elaboración de un protocolo de asistencia y flujo consensuado.

Mejorar la asistencia sanitaria en estos procesos implica una disminución de las complicaciones como la aparición de úlceras y amputaciones de miembros, que generan dificultades para la autonomía de los pacientes.

“Se trata de una enfermedad de alta prevalencia entre la población de este departamento, situada entre un 12% y un 14%”, apuntan desde el mismo.

El mismo centro hospitalario ofrece también un servicio de rehabilitación respiratoria, “una herramienta terapéutica fundamental en el tratamiento integral del paciente con Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC)”, recuerda la gerente de este Departamento de Salud, Marisa Reynoso. Así, “Permite un mejor control de la disnea, optimizar la función pulmonar, mejorar la capacidad de esfuerzo y reducir los factores psicosociales que modulan la evolución de la enfermedad”.

La Rehabilitación Respiratoria forma parte del tratamiento individualizado del paciente.



La directora general de Asistencia Sanitaria ha visitado el nuevo servicio.

Elda crea una consulta específica de patología mamaria

El Hospital General Universitario de Elda ha creado una consulta específica de patología mamaria con el objetivo de aumentar la calidad asistencial a este tipo de pacientes, estableciendo un espacio independiente. La principal novedad de esta unidad es la creación de una consulta de Enfermería. La enfermera se erige en una figura básica de las unidades de mama, que permite mejorar de manera significativa y durante todo el proceso asistencial la calidad de vida de las pacientes con cáncer de mama.

Las funciones que lleva a cabo la consulta de Enfermería de patología mamaria son diversas. La enfermera será un referente para la paciente durante todo el proceso, desde la detección, la intervención y el posterior seguimiento. Entre los objetivos clínicos de esta consulta se sitúan la educación prequirúrgi-

ca, el seguimiento postoperatorio de las heridas, el control de los drenajes y su retirada, el seguimiento de la reconstrucción mamaria, con la realización de los rellenos de expansores, el asesoramiento de las pacientes para fomentar la autoatención, el apoyo emocional a pacientes y familiares, el asesoramiento a las pacientes para favorecer el desarrollo de nuevas habilidades y actividades físicas para mejorar su nivel de salud, y la potenciación de la reincorporación de la usuaria a la vida laboral, social y familiar. Asimismo, la enfermera lleva a cabo la gestión de casos, una labor que supone asegurar la coordinación y la continuidad asistencial el proceso.

En el Hospital de Elda de las 190 intervenciones quirúrgicas realizadas en este ámbito en 2012, en 134 se evitó la extirpación total de la glándula mamaria.



El conseller de Sanitat durante la visita a la nueva unidad.

Menús especiales para el 30 aniversario del Hospital de Elda

El Hospital General Universitario de Elda ha cumplido 30 años y para conmemorarlo, los pacientes recibieron menús especiales seleccionados por Paco Torreblanca y Susi Díaz. 260 menús compuestos por albóndigas de espinacas con crema de calabaza, patata y atún, y postres de yogur con compota de peras. Platos elegidos por el jurado del concurso de recetas sanas, ligeras y equilibradas, de entre un total de 168 recetas presentadas por 104 participantes.

Homenaje a los jubilados del Hospital Sant Joan d'Alacant

El Hospital Universitario Sant Joan d'Alacant ha rendido homenaje a los profesionales jubilados durante los últimos 12 meses. El gerente les ha agradecido su esfuerzo, dedicación y profesionalidad. En el acto se ha hecho entrega de placas conmemorativas a un total de 30 trabajadores de diferentes categorías profesionales, procedentes tanto de Atención Primaria como hospitalaria, en agradecimiento a su entrega, durante sus años de servicio.



Doctor Moliner homenajea a sus trabajadores jubilados

El hospital de Crónicos y Larga Estancia Doctor Moliner de Serra (Valencia) ha homenajeado a los trabajadores jubilados durante el año 2012 y los que lo han hecho a lo largo de este ejercicio 2013. Un total de 16 trabajadores, entre de facultativos, enfermeras, auxiliares de enfermería, auxiliares de cocina, auxiliar administrativo, administrativo, celador y planchadora. A todos ellos se les ha entregado un diploma en agradecimiento a sus años en el hospital.

Enviar SMS a los sanitarios aumenta su vacunación

El envío de SMS al personal sanitario incrementa su vacunación ante la gripe, según un estudio elaborado por el Servicio de Medicina Preventiva del Hospital General Universitario de Elche y el Servicio de Salud Infantil y de la Mujer de la Dirección general de Salud Pública. El 46% de los que recibieron un SMS en el HGU de Elche se vacunaron, es decir, 12 puntos más que la media de los profesionales vacunados en la Comunitat, que se situó en un 34%.

La Plana presenta la Guía de UPP a pacientes y cuidadores

La Comisión de Atención y Cuidados en la Prevención del Deterioro de la Integridad Cutánea (CATIC) está formada por profesionales sanitarios de Atención Primaria y Atención Especializada del Departamento de Salud de la Plana. Entre sus objetivos está fomentar la formación sobre la prevención y tratamiento de las úlceras por presión (UPP).

Ésta ha convocado a las asociaciones de pacientes, profesionales sociosanitarios y cuidadores en una jornada dedicada a la presentación de la Guía para personas con úlceras por presión o riesgo de sufrirlas y sus cuidadores elaborada por la Consejería de Sanidad, y con el objetivo de prevenir la aparición de estas heridas en los enfermos y conocer los síntomas y tratamientos.

Las úlceras por presión suponen un problema de salud importante y pueden agravar el pronós-

tico de la enfermedad, deteriorar la calidad de vida de los enfermos que las sufren y de sus cuidadores, e incluso pueden ser responsables de disminuir la esperanza de vida.

Los cambios posturales son de gran importancia tanto en la prevención como en el tratamiento de las UPP. Además, en su tratamiento deben estar implicados tanto el personal sanitario, como el propio paciente y sus familiares, a los cuales se deberá prestar todo el apoyo posible.

La Conselleria de Sanitat ha elaborado una nueva Guía específica sobre úlceras por presión en que se han incluido tres versiones: una guía más completa, una guía rápida dirigida profesionales sanitarios ya formados, y una tercera guía dedicada las personas que tienen úlceras o riesgo de sufrirlas y a sus cuidadores.



Durante la presentación de la Jornada sobre UPP.

Orihuela acerca la asistencia sanitaria a las zonas rurales

Los profesionales sanitarios del Departamento de Orihuela realizan más de 230.000 visitas anuales a través de los consultorios auxiliares y acercan así la asistencia sanitaria a la población del Baix Segura.

Los pacientes pueden acudir de forma periódica a solucionar los problemas de salud más frecuentes. Además de la atención médica al adulto, en los consultorios se realiza asistencia pediátrica y de Enfermería. Este año el personal de Enfermería ha registrado 160.969 atenciones a los consultorios auxiliares. "Además de la proximidad con el paciente, tener un conocimiento mejor de él es una de las ventajas más importantes de este tipo de atención rural", ha destacado el director de Atención Primaria del Departamento, Joaquín Fluixà. Asimismo, los expertos relacionan este tipo de asistencia con un vínculo más estrecho y de mayor confianza con los pacientes.

Este año el personal de Enfermería ha registrado 160.969 atenciones en los consultorios auxiliares del Baix Segura

El HUGCS dispone de leche materna del banco de La Fe

Los niños y niñas prematuros que se encuentran hospitalizados en la UCI Pediátrica y Neonatal del Hospital Universitario General de Castelló (HUGCS) cuentan ya con la aportación de leche materna proveniente del Banco del Hospital La Fe de Valencia, después de que se haya firmado un protocolo de donación y transporte de este alimento, básico para estos neonatos.

Este producto, que no se puede producir artificialmente, es básico para los prematuros, puesto que reduce la frecuencia de aparición de enterocolitis necrotizante en estos niños que, "al ser tan pequeños" tienen un sistema inmunológico "extraordinariamente deprimido".

"la leche materna viene congelada, sin que pierda ninguno de sus propiedades". De esta manera, en el momento en que tiene que ser administrada se prepara de forma fácil, señalan profesionales del departamento.



Una profesional sanitaria atiende a un bebé prematuro.

Enfermería mejora la calidad de vida de los vecinos de Alicante

EL PROGRAMA CONSISTE EN HACER EJERCICIO UN DÍA A LA SEMANA PARA QUE COMPRUEBEN LOS BENEFICIOS DEL DEPORTE EN SU SALUD



Hacer ejercicio un día a la semana anima a hacer deporte y mejora la salud.

Enfermería residente familiar y comunitaria del Departamento de Salud Alicante-Hospital General, junto con las tutoras de los centros de salud Florida y Babel, han organizado una intervención comunitaria para mejorar la calidad de vida, fomentar los hábitos saludables y potenciar las relaciones interpersonales de los vecinos de estos barrios. Este programa consiste a realizar ejercicio físico un día a la semana durante seis semanas, además de realizar otras rutas de ejercicio por los alrededores de ambos centros. El objetivo es promover la salud y la prevención de enfermedades en los 55 pacientes, hombres y mujeres mayores de 45 años sin deterioro de la movilidad, que conforman el grupo.

Gracias a la práctica habitual de ejercicio físico se normalizan las cifras de ten-

sión arterial, se disminuye el colesterol y mejora la glucemia. Además, la práctica continuada de ejercicio ayuda a regular el sueño y permite descansar y mejorar la calidad, así como reducir la ansiedad y la tensión emocional. Así lo recuerdan las impulsoras de esta iniciativa que tiene muy buena acogida.

“Uno de los beneficios más importantes que queremos que descubran con esta intervención es que sean conscientes que los efectos del ejercicio se extienden más allá de aquello orgánico y actúan en el plan mental o en la esfera psíquica, puesto que aumenta la fuerza de voluntad, la autoestima y la capacidad de autocontrol, y se mantiene así un equilibrio físico y mental”, recuerdan las dos enfermeras encargadas del programa.

El 28% de las valencianas mayores de 50 años padece osteoporosis

EL PROGRAMA ESOSVAL TIENE COMO OBJETIVO MEJORAR LA ATENCIÓN SANITARIA AL PACIENTE CON OSTEOPOROSIS O CON RIESGO DE TENERLA

La osteoporosis se caracteriza fundamentalmente por una disminución de la densidad mineral ósea y una alteración de la microarquitectura de las trabéculas óseas que hacen el hueso más frágil y lo predisponen a las fracturas. Esta patología está condicionada por una serie de factores de riesgo de los cuales algunos no se pueden evitar pero otros dependen exclusivamente de los hábitos de vida y, por lo tanto, se pueden prevenir.

La mejor forma de prevención es por medio de una alimentación saludable y un consumo óptimo de calcio y vitamina D acompañada por la práctica de alguna actividad física adaptada a los distintos grupos de edad y género, a la vez que se evitan aquellos estilos de vida no saludables que influyen en el desarrollo de una baja

demasiado ósea patológica cómo son el sedentarismo o el consumo de alcohol y tabaco.

El Programa ESOSVAL tiene como objetivo principal mejorar la atención sanitaria al paciente con osteoporosis o con riesgo de presentarla. El programa comprende la mejora de la formación clínica de los profesionales, así como la optimización de los sistemas de información de la historia clínica electrónica y el impulso a proyectos de investigación. Cuenta con la colaboración de más de 500 facultativos y personal de Enfermería de Atención Primaria.

Cada año se producen en España alrededor de 30.000 fracturas de cadera, 66.000 vertebrales y 25.000 fracturas de extremidad distal del radio de origen osteoporótico.

OBJETIVOS DEL PROGRAMA ESOSVAL

- Describir la prevalencia de los factores de riesgo de osteoporosis en los hombres y mujeres mayores de 50 años.
- Describir la incidencia de fracturas osteoporóticas en los hombres y mujeres mayores de 50 años.
- Desarrollar y validar una escalera de riesgo de fractura osteoporótica y evaluar su validez.
- Analizar el uso incidente de las densitometrías, tratamientos y suplementación de calcio y vitamina D y sus determinantes.

La investigación enfermera completa la actividad asistencial

El Hospital La Fe de Valencia ha celebrado las IX Jornada de Actividad Científica de Enfermería. El responsable de Docencia en Enfermería, Jesús Delgado, ha recordado que "las enfermeras y enfermeros tenemos la obligación profesional de dispensar unos cuidados sometidos constantemente a revisión, investigación y validación".

El conseller de Sanitat, Manuel Llombart, ha recordado la importancia de la investigación en Enfermería para complementar la actividad asistencial, al considerarla "necesaria para generar nuevos conocimientos, evaluar la práctica y aportar pruebas que configuren la docencia, la asistencia y la gestión de enfermería".

En las conclusiones se ha insistido en el compromiso de los profesionales de Enfermería con la seguridad del paciente, la incorpo-

ración de la innovación como agente favorecedor de los cuidados y la necesidad profesional de ofrecer la máxima satisfacción y confort al usuario para garantizar unos cuidados de calidad.

El Hospital de Manises también ha organizado una Jornada de Enfermería bajo el título *Andando hacia la excelencia en las curas enfermeras*. "Hemos integrado en la historia clínica electrónica los planes de curas y protocolos de Enfermería, que permite atender en iguales condiciones todos los pacientes, minimizando la variabilidad", ha destacado Carmen Barberá, directora de Enfermería.

También se ha presentado el proyecto *Ronda de Seguridad*, que permite garantizar la calidad y la seguridad en la atención al paciente por medio de auditorías internas sistemáticas.

El HGUV ultima la apertura del nuevo edificio quirúrgico

Centralizar toda la actividad quirúrgica que ahora está en los diferentes pabellones y ampliar los dispositivos quirúrgicos son las ventajas del nuevo edificio quirúrgico del Hospital General de Valencia (HGUV). De hecho, según ha dicho el conseller de Sanitat, Manuel Llombart, está previsto que de las 23.000 intervenciones quirúrgicas realizadas en 2013 aumento en un 12% su actividad para conseguir importantes disminuciones en la demora quirúrgica.

Se ha configurado una comisión para la puesta del edificio quirúrgico. Este grupo de trabajo multidisciplinario está integrado por facultativos, enfermeros, seguridad, técnicos en medicina preventiva, etc. Los objetivos son identificar los espacios, reevaluarlos, definir los circuitos de pacientes, acompañantes, profesionales y materiales. También elaborarán la normativa de acceso y el uso de las instalaciones y de los equipos.

Se ha creado una comisión para la puesta en marcha del edificio quirúrgico. Está integrada por facultativos, enfermeros, seguridad y técnicos en medicina preventiva

El Vinalopó alcanza los 5.000 partos desde junio de 2010

El Hospital del Vinalopó ha llegado a los 5.000 partos desde su apertura en junio de 2010. Se han ido incorporando nuevas iniciativas como las visitas a los paritorios guiadas por matronas y dirigidas a mujeres, embarazadas o no, y a sus parejas que desean conocer las instalaciones. Además, las madres que dan a luz aquí tienen la posibilidad de elegir la música, el aroma y la iluminación que desean durante su proceso de dilatación y parto. También se ofrece a las mujeres la aplicación de la anestesia epidural las 24 horas del día y los 365 días del año a las mujeres que lo desean, excepto con contraindicación médica. Los profesionales que integran el área de paritorios han apostado para ofrecer una atención integral a las mujeres y poner a su disposición la última tecnología y una asistencia de la máxima calidad, que se completa con talleres de lactancia y masaje infantil.



David, uno de los últimos bebés nacidos en este centro, junto a sus padres.



Durante el acto de inauguración de las IX Jornadas Científicas de Enfermería de La Fe.



Matronas y cerveceros recomiendan la "sin" durante la lactancia

ESTA CERVEZA CUENTA CON UNA INTERESANTE COMPOSICIÓN NUTRICIONAL Y COMPUESTOS FENÓLICOS CON PODER ANTIOXIDANTE



Una embarazada consume cerveza sin alcohol.



La campaña ofrece recomendaciones para cuidar la alimentación durante la lactancia.

La Asociación Española de Matronas y la de Cerveceros de España han iniciado la campaña *Su alimentación depende de ti. Durante la lactancia, bebe SIN*, con el objetivo informar de la incompatibilidad del consumo de alcohol y la lactancia, así como guiar sobre pautas de alimentación saludables y equilibradas para las madres que se encuentran en este periodo.

La campaña, avalada por el Ministerio de Sanidad, destaca "los beneficios" de la lactancia materna en el recién nacido, la "importancia" de cuidar la nutrición en la lactancia, ofrecen recomendaciones sobre alimentación, incluida la opción de introducir la cerveza sin alcohol en la dieta de la madre lactante, tal y como señala el estudio *Efecto de la cerveza sin alcohol sobre la leche materna*, elaborada por la Universitat de València y el Hospital Doctor Peset.

Según esta investigación, las madres lactantes que suplementan su dieta con cerveza sin alcohol disponen de una leche "un 30 por ciento más rica" en antioxidantes, así como una mayor capacidad antioxidante, tanto en la sangre, como en la orina.

"El consumo de alcohol durante la lactancia debe ser nulo. Las mujeres en este periodo que deseen consumir cerveza, deben elegir sin alcohol como alternativa, ya que cuenta con una interesante composición nutricional y compuestos fenólicos con poder antioxidante", según destacó la representante de la Asociación Española de Matronas, Rosario Sánchez.

Los materiales informativos también muestran las pautas de consumo de diferentes alimentos. Por ejemplo, las verduras y hortalizas son "ricos en todos los micronutrientes necesari-

os" y en fibra, y se recomiendan dos tres raciones diarias; la fruta contiene la mayor parte de las vitaminas hidrosolubles necesarias para el organismo, así como fibra, fitoquímicos y carotenos, por lo que deben tomarse dos o tres piezas diarias.

Además, se aconseja consumir tres porciones semanales de arroz y, entre seis u ocho diarias en el caso de los cereales, con preferencia en sus variedades integrales; el aceite de oliva, "si puede ser crudo y de oliva", debe consumirse a diario. En cuanto a lácteos y derivados se recomienda tomar entre dos y cuatro raciones diarias, con preferencia desnatados. Las legumbres son "una importante fuente" de proteína vegetal y deberían consumirse dos o tres veces a la semana, mientras que los frutos secos son ricos en vitaminas y minerales.