

# Enfermería *profesión*

Periódico de la Organización Colegial de Enfermería de la Comunidad Valenciana



UNA DE LAS CAMPAÑAS DE VACUNACIÓN, EN ESTE CASO CONTRA LA GRIPE ESTACIONAL.// MSPS

## Profesionales sanitarios de la inoculación contra la "desinformación" vacunal



Aumentan las reservas de sangre



La ciudadanía contra los recortes



Prevenir el alcohol en el embarazo

# Los expertos recomiendan seguir el calendario vacunal

**SOCIEDADES Y ASOCIACIONES CIENTÍFICAS DE VACUNOLOGÍA, ENTRE ELLOS ENFERMERÍA, SE ADHIEREN A UN DOCUMENTO CONTRA LA "DESINFORMACIÓN" QUE EXISTE SOBRE ESTE TIPO DE INMUNIZACIÓN DE ENFERMEDADES**



CARTEL DE LA SEMANA EUROPEA DE LA VACUNACIÓN DE ABRIL DE 2011. // MSPS

#### INFORMACIÓN SOBRE VACUNACIÓN:

1. "Guía de vacunación para padres".  
[www.sp.san.gva.es/rvn/Inicio\\_ciudadano](http://www.sp.san.gva.es/rvn/Inicio_ciudadano)  
[www.cuidatecv.es](http://www.cuidatecv.es)
2. Grupo de Vacunaciones. Cecova: "Pregunta al experto"  
<http://www.cecovac.com/cecovac/home.htm>
3. Asociación Española de Vacunología.  
[www.vacunas.org](http://www.vacunas.org)
4. Calendario de Vacunación de la AEP 2012  
<http://vacunasaep.org/familias/calendario-de-vacunaciones-de-la-aep-2012>

"El peor enemigo de una buena vacuna es su propio éxito" esta frase acuñada en 2001 por el Doctor Dittman está en la actualidad en plena vigencia ya que son muchas las voces contrarias a la vacunación en los últimos tiempos.

Sin embargo, los expertos recuerdan que "solo a las vacunas pueden atribuirse los cambios habidos en pocos años en la incidencia de enfermedades, como la polio-mielitis, la difteria, el tétanos, la tos ferina, el sarampión, la rubéola, etcétera. La mayoría de ellas han experimentado descensos entre el 95 y el 100% en su incidencia." Así lo recuerdan en un documento

conjunto, auspiciado por la Asociación Española de Vacunología (AEP), sociedades y asociaciones científicas, entre ellas el Consejo de Enfermería de la Comunidad Valenciana (Cecova) en cuyo seno existe un Grupo de Vacunaciones cuyo objetivo es la mejora de la calidad de la intervención vacunal entre los profesionales de Enfermería. En la calle una de las preguntas más comunes es ¿por qué seguir vacunando si las enfermedades infectocontagiosas prácticamente han desaparecido?. Los expertos recuerdan que "solo se llegará a erradicar una enfermedad inmunodeprimible, vacunando

**En 2011 se notificaron más de 28.000 casos de sarampión en Europa, la mayoría en Francia, España, Alemania, Italia y Rumanía, con un total de ocho muertes**

a todos los que no lo estén, siendo muy importante que no queden niños sin vacunar, susceptibles, y pueden padecer estas enfermedades infectocontagiosas".

Ésta es una de las respuestas a tantas preguntas sobre vacunación que se puede encontrar en la recién editada por la Generalitat Guía de Vacunación para padres. En ella, se habla también de la importancia del calendario vacunal. Los profesionales sanitarios recuerdan que los cada vez más frecuentes movimientos antivacunas han producido un descenso de las coberturas que están facilitando la aparición de brotes de enferme-

dades como el sarampión. En 2011 se notificaron más de 28.000 casos de sarampión en Europa, la mayoría en Francia, España, Alemania, Italia y Rumanía, con un total de ocho muertes y el 32% de los casos que ha requerido hospitalización.

Pero no solo los niños, existen grupos de riesgo a padecer enfermedades como la gripe. Mayores de 65 años, niños y enfermos crónicos pero también el personal sanitario que, como recuerda Enfermería, "es importante que se vacunen porque por su trabajo puede ser correa de transmisión de una enfermedad como la gripe".

## La comunicación no verbal: el valor curativo de una simple mirada

La web se llama "Diferenciate.org" y nació en diciembre de 2011 como instrumento para "concienciar al personal sanitario sobre la importancia de la comunicación no verbal en el trato con el paciente, buscando formas y modos para la humanización de la labor de los profesionales de Enfermería", explica la enfermera alicantina y experta en Nuevas Tecnologías, Olga Navarro, que forma parte del equipo multidisciplinar de esta iniciativa basada en la premisa de que "una buena comunicación no verbal con el paciente, el trabajo y la evolución del enfermo mejoran ostensiblemente".

Todo nació de la reflexión de Serafín Fernández, enfermero del Hospital de Alta Resolución Sierra de Segura (Jaén), en el blog [www.cuidando.es](http://www.cuidando.es) sobre la sensación que causa un profesional con

el simple hecho de "mirarte a los ojos cuando te atiende". Esta idea, dirigida a Enfermería, se plasmó en el proyecto 'Mírame, diferenciate' con presencia de 35 profesionales (enfermeras, médicos, fisioterapeutas, economistas, peditras, periodistas e informáticos). Estructurada en seis grupos de trabajo (vídeo, imagen, redes sociales, prensa, evidencia y web) y coordinada por Antonio Jesús Ramos, Carlos Núñez, Olga Navarro, Raúl Ferrer, Miguel Ángel Mániz, Emma Pérez y Serafín Fernández, el reto es "concienciar a todos los profesionales sanitarios, pero especialmente a las enfermeras que son las primeras en entrar en contacto con el paciente y las que pasan más tiempo con él, de que la calidad de la asistencia sanitaria se puede mejorar con pequeños detalles", recuerdan.

La web "Diferenciate.org" pretende concienciar a los profesionales sanitarios, en general, y Enfermería en particular, de que la calidad de la asistencia sanitaria se puede mejorar con pequeños detalles



LA ENFERMERA Y COORDINADORA DE LA WEB OLGA NAVARRO.

## La Marina Baixa apuesta por la diálisis peritoneal a domicilio

El servicio de Nefrología del Departamento de Salud de la Marina Baixa cuenta, desde el pasado mes de octubre, con una nueva técnica de diálisis: la diálisis peritoneal que permite a los pacientes tratarse en su domicilio.

El enfermero es el encargado de explicar al paciente las ventajas que supone para él la diálisis peritoneal, enseñarle la técnica y realizar un control y seguimiento del proceso para evitar el riesgo de infecciones en la cavidad pe-

ritoneal, una de las mayores complicaciones que puede presentar esta técnica.

En cuanto a la estructura necesaria para poder llevar a cabo este tratamiento en el domicilio, el paciente debe disponer de una habitación y el equipamiento adecuado que se le suministra gratuitamente.

Sin embargo, no todos los enfermos renales avanzadas pueden someterse a este tratamiento que deberá determinar el especialista.

El enfermero se encarga de explicar al paciente las ventajas, enseñarle la técnica y realizar el control para evitar el riesgo de infección

## Guantes rosa para concienciar sobre el cáncer de mama

Cada año, se diagnostican unos 1.600 casos de cáncer de mama en la Comunitat, de los que entre 130 y 140 corresponden a la comarca de la Ribera. El Hospital Universitario de La Ribera ha comenzado a utilizar guantes de vinilo de uso asistencial de color rosa como medio para concienciar a la población sobre la importancia del cáncer de mama, así como de su prevención a través de la asunción de hábitos de vida saludables y del seguimiento de campañas es-

pecíficas, como las del screening (cribaje) de mama.

Así, el personal de Enfermería y otros colectivos sanitarios de las plantas de hospitalización, así como en las consultas de cirugía y en el Hospital de Día de Oncología, han sido pioneros en la iniciativa.

Ésta es una más de las acciones llevadas a cabo por este Departamento de Salud del "La Ribera contra el Cáncer", que incluye jornadas de difusión y concienciación sobre este tipo de enfermedad.



TRES SERVICIOS QUE HAN COMENZADO A UTILIZAR ESTE TIPO DE GUANTES DE USO ASISTENCIAL.

## La Comunidad Valenciana aumenta las reservas de sangre

El pasado 11 de enero el Centro de Transfusión de la Comunidad Valenciana hacía un llamamiento a la sociedad por encontrarse en una situación de reservas de sangre "muy preocupante". Sólo se tenía la seguridad de servir a los hospitales en los siguientes dos o tres días. "Ahora la situación parece que mejora", a comenta el Dr. Roig, director del Centro.

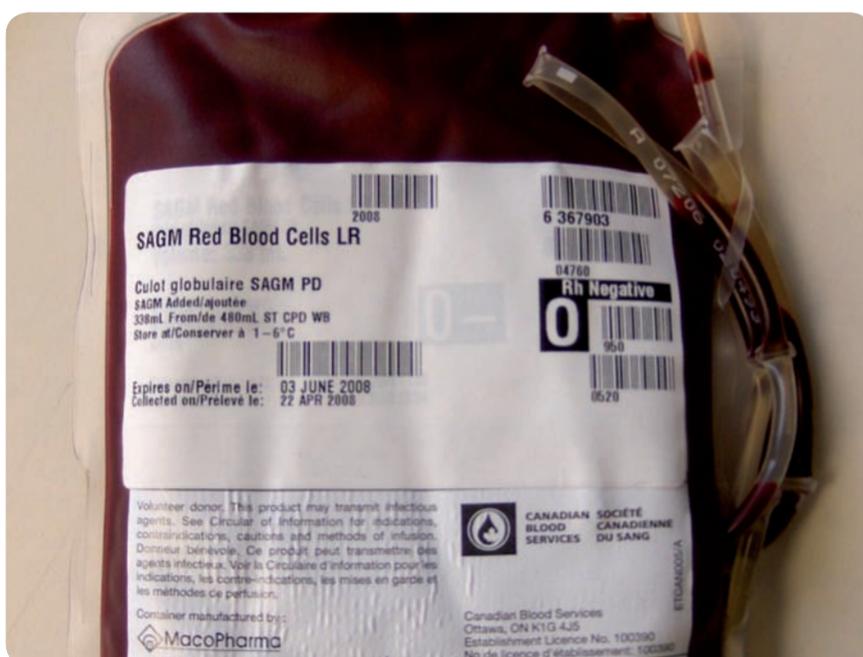
2011 cerraba con un total de 182.803 unidades de sangre obtenidas, 101.505 en Valencia, 20.329 en Castellón y 60.969 en Alicante. Estas cifras representan 4.425 unidades menos (el 2,35%) que el año anterior. Sanitarios del Centro, entre los que se encuentran profesionales de Enfermería, continúan recordando que el consumo diario de sangre en los hospitales valencianos es de unas 800 unidades.

Un solo paciente, con leucemia por ejemplo, necesita durante su tratamiento la donación de más de 250 personas. Así, hacen falta 190.000 donaciones de sangre al año para mantener las reservas del Centro de Transfusión de la Comunitat Valenciana. Gran parte de la actividad hospitalaria está condicionada a su utilización.

Sin embargo, aunque la situación ha mejorado, todavía no se ha estabilizado el stock: la reserva de sangre en este momento en la provincia de Valencia está al 88,70% del nivel óptimo, y en Alicante está al 61,50%. Las necesidades hasta finales de mes son de 4.500 unidades.

Desde el Centro agradecen la sensibilidad mostrada por la ciudadanía a quién piden que mantenga el nivel de donaciones.

**El Centro de Transfusiones cierra 2011 con 4.425 unidades de sangre menos (el 2,35%) que el año anterior. De éstas se obtuvieron 101.505 en Valencia, 20.329 en Castellón y 60.969 en Alicante.**



LOS GRUPOS A Y O SON LOS MÁS NECESARIOS EN LA COMUNIDAD VALENCIANA.

## La salud sexual comienza por la educación a edades tempranas

Para la Organización Mundial de la Salud (OMS) la salud sexual es un estado de bienestar físico, emocional, mental y social relacionado con la sexualidad.

En el Día Europeo de la salud Sexual, Enfermería recuerda la importancia de la educación afectivo-sexual a edades tempranas como medida preventiva para que la situación actual de aumento de las Enfermedades de Transmisión Sexual y embarazos no deseados pueda mejorar". Ade-

más, el colectivo apuesta por "potenciar unos programas de educación afectivo-sexual completos que vayan más allá del uso del preservativo".

En la actualidad, la Enfermería ya desempeña una labor crucial de orientación en salud sexual, tanto en los centros de planificación familiar como en los servicios de urgencias y atención primaria pero es necesaria una mayor presencia en los centros escolares para inculcar buenos hábitos de salud.



UNA DE LAS CAMPAÑAS DE PREVENCIÓN IMPULSADAS POR EL MSC.

## Taller de Endoscopia digestiva para sanitarios de Castellón

La Unidad de Endoscopia Digestiva del Hospital General de Castellón ha organizado un taller de trabajo con modelos anatómicos para personal de Enfermería, médicos, médicos adjuntos y auxiliares.

La actividad, ha consistido en que los profesionales sanitarios puedan practicar técnicas de endoscopia avanzada, que implican dificultades técnicas y de manejo en los pacientes, con un modelo anatómico artificial, que simula el interior del cuerpo humano.

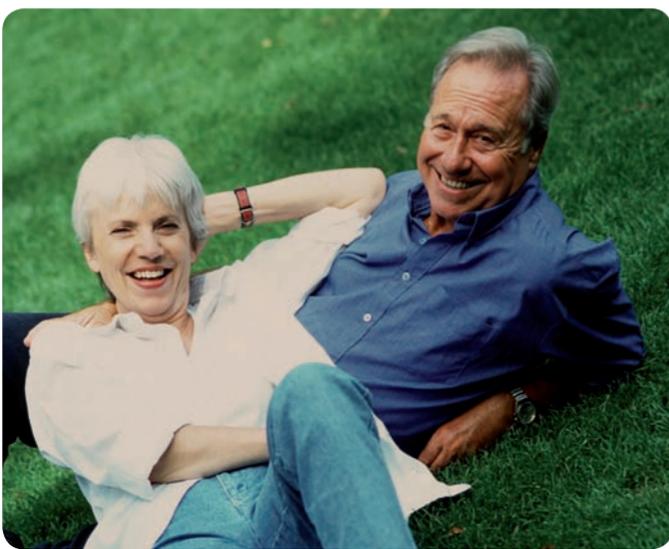
Entre las técnicas más avanzadas, figuran la colocación de prótesis esofágicas, de colon y enterales.

La inserción de las prótesis se realiza por control endoscópico a través de un hilo guía, que se introduce después de dilatar el estrechamiento del tubo digestivo. Así, llegado al punto de oclusión, la prótesis es liberada para que se expanda espontáneamente, causando una distensión de la zona y quedando incrustada dentro del cuerpo.

**La actividad, consiste en que los profesionales sanitarios puedan practicar técnicas de endoscopia avanzada con un modelo anatómico artificial, que simula el interior del cuerpo humano**

## La risa, una terapia para descargar la tensión y afrontar con humor el día a día

**ENFERMERAS DEL CENTRO DE SALUD VILLENA I HAN REALIZADO UN TALLER DE RISOTERAPIA PARA CONMEMORAR EL XXV ANIVERSARIO DEL CENTRO**



LA RISA FAVORECE LA DIGESTIÓN Y DISMINUYE LA PRESENCIA DE COLESTEROL.

La risa, pero en forma de carcajada, ayuda a reducir el estrés y, por tanto, aumenta la relajación. Esto se traduce en una mejora de la salud. De ahí el impulso que están tomando talleres como el de risoterapia que en el centro de salud de Villena I ha llevado a cabo una enfermera especializada en educación para la salud con motivo del XXV Aniversario de la puesta en marcha del centro.

El taller se ha realizado para profesionales sanitarios y ha contado con la colaboración del Colegio de Enfermería

de Alicante. Una forma divertida de desprenderse de la tensión, relajar el cuerpo y la mente y "cargar pilas" para afrontar el día a día, aseguran los profesionales.

A través del juego, la expresión corporal, ejercicios de respiración, masajes, la danza y técnicas para reír de forma natural se consigue liberar ese estrés que repercute de forma negativa en la salud de las personas y que, los expertos advierten, puede favorecer la aparición de patologías mentales y físicas, por ejemplo, algunas patologías relaciona-

das con el corazón o dolencias como la fibromialgia.

Pero, además de mejorar el humor y liberar la angustia o el temor, la risa también favorece la digestión, disminuye la presencia de colesterol en la sangre pues equivale a un ejercicio aeróbico o ayuda a reducir la glucosa en sangre, según algunos estudios realizados.

Beneficios que también son trasladados a la atención hospitalaria donde arrancar una sonrisa a un paciente puede ayudarle a mejorar en la evolución de su enfermedad.

## Evitar el tabaco, una dieta equilibrada y ejercicio físico para prevenir el cáncer

**ENFERMERÍA RECUERDA LA NECESIDAD DE ADQUIRIR Y POTENCIAR POLÍTICAS DE PROMOCIÓN DE LA SALUD PARA CONCIENCIAR A LOS CIUDADANOS**

El 4 de febrero se conmemora el Día Mundial contra el cáncer. Una celebración mundial que ayuda a concienciar a la población sobre esta enfermedad y cómo prevenirla, así como detectar o tratar el problema

La Asociación Española de Lucha Contra el Cáncer (AECC) recuerda que alrededor de un 80% de los cánceres pueden atribuirse a factores externos que, por lo general, se pueden modificar. Por tanto, hay muchos tipos de cáncer que se pueden prevenir. Evitar el consumo de alcohol y tabaco,

llevar una dieta equilibrada, hacer ejercicio físico y protegernos del sol son lagunas de las recomendaciones que se realizan.

Para ello, Enfermería recuerda la necesidad de otorgar un mayor protagonismo a los profesionales de este colectivo en el desarrollo de políticas de promoción de la salud a través de iniciativas para concienciar a los ciudadanos sobre la importancia de reducir las enfermedades prevenibles mediante la adopción de medidas urgentes para reducir el tabaquismo, la mala alimenta-

ción, el sedentarismo y otros comportamientos insanos.

Un ejemplo es potenciar las políticas de información y prevención en el ámbito educativo mediante la Enfermería Escolar para frenar el tabaquismo, que actualmente afecta al 30% de la población mayor de 16 años y fomentar la celebración de talleres de prevención y promoción de la salud en colegios e institutos para incentivar los hábitos saludables en la adolescencia y evitar el consumo de tabaco entre los jóvenes.



CAMPAÑA DE 2006 PARA QUE LAS PERSONAS MAYORES ADQUIERAN HÁBITOS SALUDABLES. // MSPS

## Castellón, Valencia y Alicante salen a la calle en defensa de la sanidad

**DECENAS DE MILES DE FUNCIONARIOS Y CIUDADANOS DE LAS TRES PROVINCIAS, ENTRE ELLOS ENFERMERÍA, PIDEN LA RETIRADA DE LOS RECORTES DEL CONSELL**



MULTITUDINARIAS MANIFESTACIONES EN LAS CAPITALES DE LAS TRES PROVINCIAS.

Decenas de miles de personas salían a la calle el jueves 26 de enero en protesta por los recortes previstos en el Decreto Ley 1/2012 de la Generalitat sobre medidas urgentes de reducción del déficit. Bajo el lema "No a los recortes en los servicios públicos: depuración de responsabilidades en el Consell" marchaban por las calles de Castellón, Valencia y Alicante trabajadores de la administración pública, funcionarios y ciudadanos en general. Entre los manifestantes podía verse mucha bata blanca, profesio-

nales sanitarios entre los que no podía faltar Enfermería. Algunas de las pancartas rezaban "RIP sanidad pública" o "no te pongas enfermo, estamos en crisis", en alusión a las 11 medidas de ajuste que llevará a cabo la Conselleria de Sanidad para ahorrar un total de 440 millones de euros del presupuesto sanitario de 2012. Entre ellas reducir el personal y no hacer sustituciones en las plantillas que atienden al usuario, así como el cierre de centros sanitarios por falta de actividad o por obsoletos, denuncian los sindicatos con-

vocantes. Unas medidas que generarán un aumento en los tiempos de espera y empeorarán la calidad asistencial. El Consejo de Enfermería de la Comunidad (Cecova) y los colegios oficiales de las tres provincias también se sumaron a la manifestación ya que las medidas anunciadas "supone un recorte de derechos laborales y económicos sin precedentes llegando a generar, alguna de estas medidas, pérdidas de poder adquisitivo que en algunos supuestos pueden llegar hasta el 11% del salario neto", recuerda.

## Fomento de la lactancia materna a través del objetivo de una cámara

**PROFESIONALES DE ENFERMERÍA DEL DEPARTAMENTO DE LA MARINA ALTA CONVOCAN EL XVI CONCURSO FOTOGRAFÍA PARA FOMENTAR ESTA PRÁCTICA**

Reivindicar la imagen de la mujer en actitud de amamantar es el objetivo del Grup Nodrissa, que ha convocado la XVI edición del Concurso Fotográfico sobre Lactancia Materna.

El Grup Nodrissa es una asociación sin ánimo de lucro desde la que algunas enfermeras del Hospital de Dénia buscan "fomentar el amamantamiento para conseguir que la lactancia materna se normalice y forme parte de la vida cotidiana". Además, organizan semanalmente un taller de lactancia que se reúne

cada lunes por la tarde en el Espai Lluïnàtics de Dénia.

El concurso nació en 1997 en el seno del Servicio de Pediatría del Hospital de La Marina Alta, tercer hospital de España y primero de la Comunidad Valenciana en obtener la acreditación de Hospital Amigo de los Niños (IHAN). En 2004, algunas enfermeras entre las que estaban Laura Pacheco (presidenta), Joan Alemany (vicepresidente) y Joan Montaner (secretario), junto a otros, crearon el Grup Nodrissa para "aunar el trabajo propio de Enfermería y el es-

fuerzo de otros miembros del grupo, ajenos al ámbito sanitario, en un objetivo común: buscar resultados más eficaces en cuanto a la calidad de la salud en las familias de La Marina Alta, la promoción de la lactancia materna y la crianza saludable de los hijos". Desde entonces el Grup Nodrissa organiza el concurso fotográfico, que este año alcanza la decimosexta edición con el apoyo de la Conselleria, el Ayuntamiento de Dénia, Marina Salud, el Colegio de Enfermería de Alicante y el CECOVA, entre otros.



TALLER DE LACTANCIA MATERNA EN DÉNIA.

## Enfermería previene el consumo de alcohol en el embarazo

La implicación de las enfermeras en la promoción de hábitos saludables cuenta con un ejemplo más en la campaña de sensibilización puesta en marcha por el Hospital de Torrevieja, en la provincia de Alicante, a través de su Dirección de Enfermería para prevenir el consumo de alcohol en el embarazo y la lactancia.

Gracias a una charla formativa dirigida por profesionales de Enfermería en general y matronas en particular, por el ámbito de actuación en este caso, los asistentes pudieron conocer los riesgos y el manejo que debe hacerse de este tipo de pacientes, formándose en la importancia de la prevención y la concienciación sobre esta problemática.

El consumo de alcohol por parte de las mujeres embarazadas puede provocar el síndrome alcohólico fetal, así como

complicaciones relacionadas con el parto prematuro que perjudican a la salud y al desarrollo de los neonatos. Además, consumir alcohol moderado o en exceso durante el embarazo puede conducir a un aborto espontáneo o una variedad de discapacidades conocidas como trastornos del espectro alcohólico fetal, de los cuales el más grave es el síndrome alcohólico fetal.

Desde la Dirección de Enfermería del hospital torrevejense se recomienda a las embarazadas, y a aquellas mujeres que se encuentran en período de lactancia, no consumir alcohol con el fin de evitar los problemas de salud asociados a la ingesta de bebidas alcohólicas tanto para la madre como para los lactantes recién nacidos. Para ello, se promueven campañas de sensibilización e intervención.

La implicación de los profesionales de Enfermería es fundamental en la adquisición de hábitos saludables como evitar el consumo de alcohol durante la gestación y la lactancia



EL CONSUMO DE ALCOHOL EN EMBARAZADAS PUEDE PROVOCAR SÍNDROME ALCOHÓLICO FETAL.

## Manises enseña a controlar la hipertensión arterial

La Hipertensión Arterial es la principal causa de cardiopatías coronarias, accidentes cerebrovasculares e insuficiencia renal. Sólo un 37% de los pacientes hipertensos sigue un correcto control médico y farmacológico. El resto de enfermos o bien desconoce que padece la enfermedad o no le otorga la suficiente importancia como para seguir las recomendaciones médicas.

Por eso, con el objetivo de concienciar y divulgar sobre

los principales aspectos de la enfermedad, la Unidad de Hipertensión Arterial y Riesgo Cardiovascular del Hospital de Manises ha celebrado una jornada en la que 150 hipertensos han podido resolver sus dudas y aprender técnicas de control y seguimiento de su patología. Enfermería recuerda la importancia de las acciones de prevención de hábitos y formas de vida saludable desde edades tempranas mediante la Educación para la Salud.



UN MOMENTO DE LA JORNADA DIVULGATIVA SOBRE LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL.

## Enfermería forma a 80 pacientes en el control de la diabetes

Enfermería del centro de salud Carinyena de Villarreal puso en marcha, hace un año, una nueva herramienta didáctica dirigida a los pacientes diabéticos con el objetivo de facilitarles conocimientos sobre el cuidado de su salud.

La herramienta, con la que se ha formado a 80 pacientes diabéticos en el autocontrol de su enfermedad, se basa en cuatro mapas de conversación sobre diversos aspectos de la diabetes como alimentación y ejercicio; insulinización;

complicaciones de la enfermedad; etcétera.

Durante las sesiones, la enfermera presenta la temática y modera la conversación a través de un tablero similar al de un juego de mesa de forma que son los propios enfermos los que intercambian experiencias y dialogan sobre su patología.

La intervención se realiza en grupos siempre con menos de 10 personas y está dirigido a pacientes con diabetes tipo II y un óptimo nivel cognitivo.



UN MOMENTO DE LA TERAPIA QUE SE DIVIDE EN 3 SESIONES.

# Trastorno de la conducta alimentaria, es posible superarlo

UNA ENFERMERA, UNA PSICÓLOGA, UN PSIQUIATRA Y DOS AUXILIARES SE ENCARGAN DEL CONTROLAR Y TRATAR A LAS PACIENTES EN EL HOSPITAL DE DÍA



**CUALQUIER COSA ES MÁS FÁCIL DE ADMITIR QUE LA ANOREXIA Y LA BULIMIA.**

El 10% de las mujeres que sufren estas enfermedades mueren. Infórmate antes que sea demasiado tarde para tus hijos. Llama al 372-5959 ó al 372-4334.

**ALUBA**  
Asociación de Lucha contra la Bulimia y la Anorexia

CAMPAÑA REALIZADA POR LA ASOCIACIÓN ARGENTINA ALUBA, DE LUCHA CONTRA LA ANOREXIA Y LA BULIMIA.



UNA DIETISTA ELABORA LA DIETA QUE VA AUMENTANDO DÍA A DÍA.

Mantienen un discurso similar, comparten temores y problemas parecidos y además, la mayoría, no es consciente de su enfermedad. Al llegar al Hospital de Día tienen que romper con su vida (cesan trabajo y/o estudios) para dedicarse en cuerpo y alma a una curación que, según quién la padece, no necesita.

Se trata de las personas que sufren algún trastorno en la conducta alimentaria. Anorexia y bulimia nerviosa son las más comunes y suelen afectar a chicas adolescentes, aunque la incidencia masculina va en aumento. Desórdenes en la alimentación que se caracterizan por la pérdida

de peso en exceso, el rechazo a la ingesta de comida en el caso de la anorexia nerviosa y la ingesta compulsiva, para después provocar el vómito, en el caso de la bulimia.

Primero pasan por la unidad ambulatoria donde un psicólogo y un psiquiatra se encargan del tratamiento. Sin embargo, hay pacientes cuyo proceso de recuperación es más largo y, por indicación médica, acceden al grupo de Día donde una enfermera, una psicóloga, un psiquiatra y dos auxiliares controlan la dieta marcada por una nutricionista. En el Hospital de Día de Villarreal las pacientes (nunca más de 10) llegan a las 9 de

la mañana y se marchan a las 16.30 horas. Aquí desayunan y comen bajo la vigilancia de las profesionales de un centro cuya apariencia es la de una casa de jóvenes estudiantes.

En sus paredes cuelgan responsabilidades y normas que inciden en su recuperación. En el cuarto de baño llama la atención un espejo que solo refleja la cara de quién se mira, ya que el resto es opaco. "El objetivo es evitar que tras cada comida las pacientes puedan mirar su cuerpo obsesionadas por conocer dónde ha ido a parar la comida", explica Begoña Felip, Supervisora del Hospital de Día de Salud Mental del Consor-

cio Hospitalario Provincial de Castellón, del que depende esta Unidad (UTCA).

La labor multidisciplinar de las profesionales que trabajan en unidades como esta es fundamental para superar con éxito la enfermedad. Teresa Verdegal es la enfermera de la UTCA de Villarreal y relata las dificultades con las que se encuentra día a día y cómo evolucionan estas pacientes. "La primera visita es de negación de la enfermedad y la evolución suele ser positiva aunque hay algunas que no quieren curarse y te lo dicen. En cambio, con otras pacientes, en tan solo una semana hay un cambio increíble, pero

lo primero es que reconozcan su enfermedad para después abordarla desde diferentes ámbitos".

Puesto que la cena se realiza en casa, fuera del centro, Teresa recibe cada día a las jóvenes, a las que mide y pesa. Además, éstas han de entregar a la enfermera un documento en el que apuntan las comidas realizadas, cantidades ingeridas, sentimientos e incidencias ya que la familia y la reacción de la misma ante la enfermedad también es importante para superar un trastorno de la Conducta Alimentaria. Enfermedades con una curación lenta pero de las que es posible recuperarse.