

Enfermería *profesión*

Periódico de la Organización Colegial de Enfermería de la Comunidad Valenciana

DIRIGIDO A USUARIOS DE LA SANIDAD DE LA COMUNIDAD VALENCIANA



La enfermera Margarita Bertolin explica el funcionamiento de la cámara hiperbárica.

Casi 3.000 personas sometidas a tratamiento en la cámara hiperbárica



21 de septiembre, Día Mundial del Alzheimer



Dos profesores distinguidos como Policías Honoríficos



Cambio de hábitos para la vuelta al cole

La Unidad Terapéutica Hiperbárica realiza más de 54.000 tratamientos

LA CÁMARA HIPERBÁRICA DEL HGUCS ES LA ÚNICA DE UN CENTRO SANITARIO PÚBLICO DESDE BARCELONA HASTA CARTAGENA



Un grupo de alumnos visitan las instalaciones donde está ubicada la cámara hiperbárica.

OTROS DATOS:

1. En 13 años se han llevado a cabo más de 54.000 tratamientos, en más de 8.900 sesiones y a un total de 2.900 pacientes.
2. Un equipo compuesto por personal médico y de Enfermería efectúa labores de apoyo que facilitan el mantenimiento de la alerta localizada las 24 horas del día.
3. Las enfermeras, que son quienes entran con los pacientes a la cámara hiperbárica, deben turnarse para descansar de la presión a la que se someten en el interior de dicha cámara.

El oxígeno hiperbárico es imprescindible para la recuperación de buceadores que hayan sufrido un accidente disbárico, pero también resulta muy beneficioso en los pacientes oncológicos que se someten a radioterapia, ya que permite tratar las lesiones radioinducidas.

El Hospital General Universitario de Castellón (HGUCS) cuenta, desde hace 13 años, con la única cámara hiperbárica de un centro sanitario público en la Comunitat Valenciana. Una Unidad en la además se atiende a pacientes con otras patologías como la sordera súbita, las intoxicaciones agudas por monóxido de carbono, los aplastamientos y la gangrena gaseosa. Asimismo, otras patologías crónicas, como las referentes a los retardos de cicatrización, pie diabético, osteomielitis crónica refractaria o necrosis óseas, se benefician del oxígeno hiperbárico aplicado.

La cámara hiperbárica tiene una capacidad para 12 personas y personal sanitario. Las sesiones son en su mayoría colectivas, excepto cuando existe una urgencia o un caso especial, con un paciente encamado, que pueden ser individuales.

Margarita Bertolín fue la primera enfermera de esta Unidad y también es buceadora profesional por lo que ya sabía la presión a la iba a estar sometida. En la Unidad Terapéutica Hiperbárica (UTH) trabajan tres enfermeras encargadas de acompañar a los pacientes durante las sesiones, habitualmente de una hora y media y con una presión de unos 12 metros bajo el nivel del mar. "Los pacientes suelen tener miedo, es un habitáculo pequeño y tenemos que explicarles en qué consiste el tratamiento en la cámara hiperbárica. Después entramos con ellos y les ayudamos a compensar", explica.

El responsable de la Unidad, Manuel Salvador, asegura que hay que tener en cuenta que la curación completa depende de las características de la patología y la respuesta del paciente. "Pero en cualquier caso, con la aplicación del tratamiento siempre se obtendrá una mejoría de la vascularización de los tejidos (riego sanguíneo), como ocurre por ejemplo en las zonas que han sido sometidas a radioterapia".

La cámara está operativa las 24 horas de los 365 días del año para atender accidentes disbáricos o intoxicaciones agudas por monóxido de carbono desde Barcelona a Cartagena. Desde su apertura se han realizado más de 54.000 tratamientos en especialidades como oncología radioterápica, cirugía general, cirugía maxilofacial, cirugía ortopédica y traumatología, urología, otorrinolaringología, oncología, obstetricia y ginecología, urgencias y medicina interna.

Cuidados enfermeros para patologías degenerativas

El Alzheimer afecta a entre 400.000 y 600.000 personas en España (44.000 en la Comunitat Valenciana), a pesar de que el 30% no está diagnosticado como tal. Así lo recuerda CECOVA. El 21 de septiembre es el Día Mundial de esta demencia degenerativa.

Se trata de una de las diez primeras causas de muerte en España y afecta a más de 3,5 millones de personas (entre pacientes y familiares) y que, según las previsiones, cuadruplicará su incidencia en el año 2050, explican desde el Consejo Autonómico de Enfermería (CECOVA).

Para que las personas afectadas por esta patología dispongan de los cuidados necesarios, CECOVA señala la importancia de contar con profesionales especializados en Enfermería Geriátrica para tratar adecuadamente y mejorar la

calidad de vida de los enfermos de Alzheimer. Patologías degenerativas como ésta "van en constante aumento debido a la mayor longevidad de la población", indican.

No hay ningún tratamiento que pueda curar la demencia o revertir su evolución progresiva. Sí existen, en cambio, numerosas intervenciones que se pueden ofrecer para apoyar y mejorar la vida de las personas con demencia y sus cuidadores y familias. El diagnóstico precoz; optimizar la salud física, la cognición, la actividad y el bienestar; identificar y tratar enfermedades físicas concomitantes; detectar y tratar los síntomas psicológicos y conductuales; proporcionar información y apoyo a largo plazo a los cuidadores son algunas de las recomendaciones que ofrece la Organización Mundial de la Salud (OMS) respecto a esta patología.



El Alzheimer afecta a entre 400.000 y 600.000 personas en España.

Enfermería previene el golpe de calor a pie de playa

Cinco personas han fallecido este verano en la Comunitat Valenciana por golpe de calor. Para reforzar la prevención, dos enfermeras han recorrido en agosto las playas y los lugares con mayor número de turistas, como por ejemplo el Mercado Central. Una campaña del Colegio de Enfermería de Valencia que también sirve para dar mayor visibilidad a la profesión.

Bajo el lema *El sol te da vida y no permitas que te la quite*, las enfermeras María Gómez y Ana Manzano han aportado información a la población sobre los principales síntomas, cómo prevenir y cómo actuar ante un golpe de calor. "La gente se muestra muy interesada. Además estamos dando a conocer parte de las funciones de la Enfermería, como es la prevención y promoción de la salud, que todavía hoy hay personas que desconocen", apuntan las profesionales.



Dos enfermeras han recorrido las playas de Valencia informando sobre el golpe de calor.

Alcoy organiza talleres para pacientes con artritis

La enfermera María Dolores Gil imparte, desde hace más de 10 años, talleres para pacientes con diferentes patologías crónicas. Los talleres tienen lugar en Alcoy (Alicante). En el caso de las personas afectadas por artritis reumatoide, esta profesional les enseña a manejar su enfermedad y tener herramientas para controlarla y mejorar así su calidad de vida.

"Hay casos en los que la alimentación ofrece mejoras, otros en los que el ejercicio resulta básico para recuperar movilidad, y toda esta información aporta mucho conocimiento y optimismo al paciente en una enfermedad que no tiene curación", explica la enfermera encargada de la formación de pacientes y familiares.

Un 1,5% de la población padece artritis reumatoide. Una patología que afecta a las articulaciones, suele darse en mujeres, más que en hombres y a partir de los 30 años.



La enfermera guía a los pacientes durante uno de los ejercicios.

La Policía Militar nombra Policía Honorífico a un enfermero

Los profesores de la Universidad CEU Cardenal Herrera, José Vicente Carmona y Milagros Benito, han sido distinguidos por el Batallón de Policía Militar (BPM) I de Bétera, como Policías Militares Honoríficos. Son profesores de los departamentos de Enfermería y Veterinaria, respectivamente.

Con este nombramiento el Batallón de Policía Militar I quiere distinguir muy especialmente a quién, de forma continuada y desinteresada, apoya a la Unidad representando y materializando las relaciones Ejército-Sociedad.

En el caso del enfermero José Vicente Carmona, la colaboración ha sido en la formación de miembros del Batallón en materia de Soporte Vital Básico (SVB) durante los últimos dos años. Carmona es profesor de la asignatura Cuidados al Paciente Crítico y Soporte

Vital, del Grado de Enfermería, y coordinador del Módulo II Urgencias, Emergencias y Catástrofes del Máster Oficial de Especialización en Cuidados en Enfermería de la Universidad CEU Cardenal Herrera.

Por su parte, la profesora Milagros Benito, ha presentado recientemente una investigación sobre los riesgos de los golpes de calor en perros de la Policía Militar, que ha resultado premiada en el I Congreso de Sanidad Militar celebrado en Granada.

Ambos se han mostrado orgullosos por representar a la Universidad y a cada uno de los colectivos a los que pertenecen: Enfermería y Veterinaria, respectivamente. El presidente del Colegio de Enfermería de Valencia, Juan José Tirado, ha asegurado que éste es un merecido reconocimiento extensible a la profesión.



Acto de entrega del reconocimiento como Policías Honoríficos.

La Plana difunde el protocolo frente al riesgo de ablación

La ablación, total o parcial, es una práctica dañina para la salud física, psicológica, sexual y reproductiva de la mujer, sin fines terapéuticos. El Hospital la Plana de Vila-real, en la provincia de Castellón, ha difundido el nuevo protocolo de actuación sanitaria a profesionales de Enfermería, médicos y trabajadores sociales, para prevenir y detectar el riesgo de mutilación genital femenina en pacientes que acuden a sus consultas. Casi 17.000 niñas en España corren el riesgo de ser víctimas de este tipo de violencia.

La Ruta de la Salud atiende a más de 1.300 vecinos

3.200 km, 1.300 vecinos atendidos y 33 municipios. Son algunos datos que se extraen de la Ruta de la Salud impulsada por el Hospital General de Valencia (HGUV) y la Diputación Provincial por la que enfermeras y médicos han realizado chequeos y charlas informativas sobre prevención de enfermedades. Por ejemplo, en neumología se han realizado más de 1042 técnicas (espirometrías, coximetrías y mediciones de saturación de oxígeno).



El HGUCS administra más de 1.300 vacunas para viajeros

El Hospital General Universitario de Castellón (HGUCS) ha administrado un total de 1.371 vacunas en su Centro de Vacunación Internacional (CVI) durante el último año.

El objetivo de estas acciones es el de reducir las consecuencias adversas en la salud del paciente en sus viajes. Enfermería ha inculcado 1.137 primeras dosis de diferentes tipos de vacuna, y otras 234 dosis de recuerdo y 112 vacunas de Fiebre Amarilla. Ésta vacuna sólo puede administrarse en Centros de Vacunación Internacional.

Xàtiva, único departamento valenciano en el Desafío 2020

El Departamento de Salud Xàtiva-Ontinyent es el único de la Comunitat Valenciana integrado en la Red Global de Hospitales Verdes y Saludables. Además, ahora es también una de las instituciones de todo el mundo incluida en el Desafío 2020 de Salud por el Clima. Así, se compromete a implicarse en la reducción del cambio climático, a reducir su propia huella de carbono, y promover la reducción de las emisiones de gases de efecto invernadero.

Medicamentos y alimentación, casos más habituales de anafilaxia

ALERGOLOGÍA DEL DEPARTAMENTO DE SALUD DE LA MARINA BAIXA HA ATENDIDO A MÁS DE 20.000 PACIENTES DURANTE LOS ÚLTIMOS 25 AÑOS



Los frutos secos son unos de los alimentos que más alergias producen.

La incidencia de la anafilaxia, la enfermedad alérgica más grave y potencialmente mortal, por alimentos o medicamentos ha aumentado en los últimos años, siendo la Comunitat Valenciana una de las autonomías que presenta un mayor porcentaje de hospitalizaciones por este motivo.

En España, los casos más habituales de anafilaxia son los medicamentos, especialmente entre la población adulta y por alimentos, principalmente entre niños y jóvenes, y son alimentos como los frutos secos, la leche, el huevo, frutas, pescados y mariscos los que más alergias provocan.

En cuanto a los síntomas, pueden presentarse a nivel cutáneo (enrojecimiento, picor, hinchazón) hasta respiratorios (ahogo), digestivos (náuseas, diarrea) y circulatorios (mareo, bajada de tensión), aunque

muchas personas pueden sufrirlas de manera leve. Alergología del Departamento de Salud de la Marina Baixa ha celebrado su 25 aniversario, unos años durante los cuales ha atendido a más de 20.000 pacientes.

El pasado mes de junio la Asociación Valenciana de Enfermería en Alergia celebró en Benidorm una jornada anual de actualización para Enfermería. Las profesionales participaron en un taller teórico-práctico de Pruebas Epicutáneas sobre la preparación, dosificación e interpretación de este tipo de pruebas, impartido por el alergólogo del Departamento José Luís García. Las enfermeras se encargan de realizar pruebas diagnósticas específicas cutáneas o de exposición, para determinar si el paciente tolera o no una sustancia.

La prevención, base para evitar problemas de corazón en adultos

ENFERMERÍA PROMUEVE MEDIDAS PREVENTIVAS Y CONCIENCIA SOBRE LA IMPORTANCIA DE LUCHAR CONTRA ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES

La enfermedad cardiovascular (ECV) es la principal causa de muerte en todo el mundo, con 17,3 millones de fallecimientos anuales. El 29 de septiembre se conmemora el Día Mundial del Corazón. El objetivo es promover medidas preventivas y concienciar sobre la importancia de la lucha contra las enfermedades cardiovasculares. De hecho, el objetivo de la Organización Mundial de la Salud (OMS) es una reducción del 25% de la mortalidad prematura por enfermedad cardiovascular en 2025.

Las enfermeras tienen un papel educador a la hora de vigilar la alimentación sana, fomentar hábitos saludables, evitar conductas sedentarias y la ingesta de grasas y azúcares que puedan degenerar en dolencias graves. Lo recuerdan desde el máximo órgano de

representación colegial de Enfermería de la Comunitat Valenciana (CECOVA).

La prevención de los accidentes cardiovasculares debe basarse en el abandono del tabaco, el mantenimiento de una alimentación saludable, la práctica de deporte y el alejamiento de las situaciones de estrés. Beber mucha agua, no abusar del café y hacer ejercicio con regularidad.

Además, en los últimos tiempos se están detectando enfermedades propias de adultos en niños. Enfermedades tales como hiperlipemia o la diabetes. La promoción de hábitos alimenticios cardiosaludables en los niños es la base de la reducción de los factores de riesgo cardiovascular en las generaciones futuras y la Enfermería Escolar es la encargada de hacerlo desde la escuela.



El tabaco es uno de los principales factores de riesgo.

Más de 2.200 personas vuelven a tener tarjeta sanitaria en la CV

Más de 2.200 personas ya han accedido a una cobertura sanitaria integral en la Comunitat Valenciana después de que el pasado mes de julio la Generalitat Valenciana aprobara el Decreto Ley 3/2015 que regula el acceso universal a la atención sanitaria en la Comunitat, devolviendo la atención sanitaria a los colectivos que habían quedado fuera en 2012 con el Real Decreto 16/2012, de 20 de abril, de medidas urgentes para garantizar la sostenibilidad del Sistema Nacional de Salud.

En un mes, 492 personas cuentan ya con una tarjeta sanitaria definitiva y las 1.722 restantes con tarjetas provisionales mientras se tramita el documento definitivo.

Los países de origen más frecuentes de las personas que han accedido a cobertura son Honduras (200 ciudadanos), Marruecos

(154), Ucrania (147), Bolivia (133), Rumanía (119) y Paraguay (99).

El Observatorio del Derecho Universal a la Salud de la Comunitat Valenciana que agrupa a 80 entidades, entre ellas la Asociación de Enfermería Familiar y Comunitaria, mantiene su exigencia de la derogación del Real Decreto Ley 16/2012 y recuerdan que en sus casi 3 años de vigencia se han notificado 1.338 casos de inatenciones sanitarias en al Comunitat.

Además, los profesionales sanitarios integrados en el Observatorio recuerdan el "error que supuso excluir de la atención sanitaria a parte de la población" y respecto a la nueva norma autonómica advierten que el Observatorio seguirá actuando vigilante para que la atención sanitaria además de universal sea también de mucha calidad fomentando especialmente la AP.



Acto en el que se anunció la vuelta al acceso universal a la atención sanitaria en la Comunitat.

Enfermeras castellonenes premiadas por un estudio de UPP

Enfermería de la Unidad de Cuidados Intensivos Pediátricos y Neonatales (UCIPN) del Hospital General Universitario de Castelló (HGUCS) ha ganado el premio a la mejor comunicación en el XXXVI Congreso Nacional de Cuidados Intensivos Pediátricos y Neonatales, celebrado en Torremolinos (Málaga), con estudio sobre la incidencia de las úlceras iatrogénicas por presión en este servicio. Las enfermeras han tomado como muestra a 222 niños ingresados en 2014. De todos los pacientes estudiados inicialmente libres de úlceras por presión (UPP), 25 desarrollaron al menos una UPP, por lo que la incidencia en la unidad fue de 11,4%. Como conclusión se ha destacado la necesidad de incidir en la protección de la piel de las zonas con presión y la mayor vigilancia de los accesos venosos del neonato por su incapacidad de expresión verbal y su piel inmadura.



Dos de las enfermeras que presentaron la comunicación.

La consellera de Igualdad se reúne con ASPAYM CV

La vicepresidenta y consellera de Igualdad y Políticas Inclusivas, Mónica Oltra, se ha reunido con los representantes de la Asociación de Lesionados Medulares de la Comunidad Valenciana ASPAYM para conocer las líneas de trabajo conjuntas de prevención en materia de las lesiones medulares y de atención integral a los afectados y sus familiares en la Comunitat Valenciana.

A la reunión han asistido también la secretaria autonómica de Servicios Sociales y Autonomía Personal, Sandra Casas, y el director general de Diversidad Funcional, Antonio Raya.

La Asociación de Lesionados Medulares de la Comunidad Valenciana ASPAYM ofrece servicios de asistencia domiciliar, consulta de Enfermería, programa de sexualidad y charlas y talleres para el aprendizaje de los nuevos socios.



Oltra se reúne con ASPAYM Comunitat Valenciana.

El Grado en Enfermería, de difícil acceso a pesar de la amplia oferta

SE TRATA DE LA CARRERA CON LA TERCERA NOTA DE ADMISIÓN MÁS ELEVADA SOLAMENTE POR DETRÁS DE MEDICINA Y VETERINARIA



Profesionales de Enfermería graduadas este curso 2014-2015.

El Grado en Enfermería no es una carrera de fácil acceso a pesar de que las Facultades de Enfermería y de Ciencias de la Salud así como las Escuelas Universitarias de la Comunitat Valenciana, tanto públicas como privadas, ofertan más de 1.300 plazas de primer curso para empezar a estudiar esta titulación durante 2015-2016.

Así, no todo el alumnado que lo desee podrá cursar la titulación ya que Enfermería es una de las más demandadas y, de hecho, es la tercera de más difícil acceso, según el informe Datos y cifras del Sistema Universitario Español 2014-2015, que elabora el Ministerio de Educación con datos del curso académico previo (2013-2014).

En este sentido, el Grado en Enfermería fue, un año más, la carrera con la tercera nota de admisión más elevada solamente

por detrás de Medicina y Veterinaria, y lo es tanto para los estudiantes que llegaron a la Universidad tras superar las pruebas de acceso (9,63 puntos sobre 14) como para los que lo hicieron desde la formación profesional (9,30).

Los ocho centros universitarios que imparten Enfermería en la Comunitat graduaron el pasado curso 2014/2015 a 1.286 nuevos profesionales, una cifra que supone un ligero incremento respecto al año anterior. Además, como novedad, la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universitat Jaume I (UJI) graduó su primera promoción tras implantar la titulación al inicio del curso 2011/2012. Por ahora, la UJI es el último centro universitario en implantar el Grado en Enfermería en la Comunidad Valenciana.

Las enfermeras recomiendan preparar la vuelta al colegio

EL CAMBIO DE RUTINA DE SUEÑO Y ALIMENTACIÓN EN LOS NIÑOS CON RESPECTO A LAS VACACIONES DEBE REALIZARSE DE FORMA GRADUAL

El final de las vacaciones de verano conlleva la vuelta al colegio y ante ello es fundamental que organicemos la vuelta a la normalidad de los más pequeños procurando que el cambio en las rutinas se realice de forma gradual.

Lola Gil, enfermera de Atención Primaria, recomienda comenzar con las rutinas de sueño y comida unas semanas antes de empezar el cole. Hay que volver a prestar atención a la alimentación, pues en verano se comete algún que otro exceso y nos preocupamos menos de hacer ejercicio de forma regular. Es importante que toda la familia haga al menos 5 comidas al día, y en el caso de los niños que tomen 5 raciones entre frutas, hortalizas y verduras, y procurar un consumo adecuado de carnes, pescado, huevos y frutos secos.

Controlar y reducir el consumo de bebidas azucaradas y de bollería industrial.

Durante los primeros días de cole deberíamos despertarlos con tiempo para tomar un buen desayuno. Otro aspecto esencial es la higiene postural. Y es que los niños pasan una gran cantidad de horas sentados, generalmente en una postura inadecuada, teniendo que cargar, en muchas ocasiones, con un exceso de peso en sus mochilas. Lola Gil destaca que lo recomendable es que no superen el 10 % del peso del niño y que se apoyen bien pegadas a la parte baja de la espalda, así como que su medida se adapte a su edad y constitución. Es muy importante también que los niños tengan actualizado el calendario vacunal y hacerles revisiones periódicas de vista, y oído.



Es recomendable que el peso de la mochila no supere el 10% del peso del niño.

La Enfermería vela por la salud de residentes y turistas de Tabarca

UN HELICÓPTERO REALIZA LOS TRASADOS DE PACIENTES DURANTE EL DÍA. POR LA NOCHE EL ENFERMERO PIDE AYUDA A LOS VECINOS CON BARCA O LANCHA



En Tabarca viven actualmente 15 personas, aunque en verano llegan hasta 7.000 turistas diarios.



Las atenciones más comunes son por picaduras de erizos, de medusas o por contusiones.

Frente al cabo de Santa Pola emerge la isla de Tabarca. Se trata de la isla más grande de la Comunitat Valenciana y la única habitada. A pesar de ello sus dimensiones son de 1.800 metros de largo por 300 de ancho y viven 15 personas. Tabarquinos y tabarquinas que cada día ven desembarcar en su puerto a miles de turistas en época estival y, cada quince días, al enfermero que les presta asistencia sanitaria cuando la necesitan.

El consultorio se localiza nada más entrar a la isla, frente al antiguo embarcadero y a la Iglesia. Rubén Esclape es uno de los dos profesionales de Enfermería encargados de velar de forma continua, cada 15 días, por la salud de los habitantes de Tabarca y de los turistas que la visitan. "Son 13 residentes más un policía y un enfermero los que aquí viven todo el año.

En verano las visitas pasan a ser de entre 6.000 a 7.000 personas diarias", nos cuenta Rubén quien explica que las urgencias más comunes son "por picaduras de erizos y medusas, también por contusiones, aunque he tenido que atender algún infarto".

Durante los meses de julio y agosto un médico visita la isla de lunes a viernes, dos horas por la mañana. El enfermero y el médico revisan las historias de las personas que han pedido cita en el consultorio, también la medicación y los tratamientos que se les aplican. Finalizadas las consultas ambos acuden a atención domiciliaria. En la isla hay pacientes mayores y con problemas crónicos. En el caso de que una persona requiera atención médica fuera de ese horario, la isla cuenta con un facultativo de referencia en Santa Pola y si la situación se agrava el 112 envía a un

helicóptero. Aunque las asistencias que requieren traslado son más complicadas por la noche. "Tenemos que movilizar a cualquier residente de Tabarca que nos deje un barco o una lancha para trasladar al paciente al puerto de Santa Pola donde le recoge una ambulancia", cuenta el enfermero.

Ésta es la primera vez que Rubén Esclape trabaja en Tabarca. Un puesto que, asegura, requiere de un periodo de adaptación. "Son 15 días viviendo en la isla en la que estás de guardia las 24 horas". Un trabajo que valoran de forma muy positiva los vecinos y veraneantes de la isla. "Siempre hemos estado muy bien atendidos y cuidados por las enfermeras y enfermeros de Tabarca", explica Elena, una turista francesa que lleva más de 40 años acudiendo en verano a la isla de Tabarca.