

Enfermería *profesión*

Periódico de la Organización Colegial de Enfermería de la Comunidad Valenciana



SOLO EL 26% DE LOS ESCOLARES REALIZA UN DESYUNO COMPLETO.

Cómo evitar la ansiedad de los más pequeños ante un nuevo curso



Los sanitarios velan por la afición taurina



Cuidados enfermeros a pie de playa



Gran atención en los festivales de música

El desayuno aporta energía para afrontar la vuelta a clase

LAS ENFERMERAS ESCOLARES RECUERDAN QUE LOS NIÑOS QUE NO DESAYUNAN TIENEN MENOS CAPACIDAD FÍSICA Y DE APRENDIZAJE



EL DESAYUNO DEBE ESTAR COMPUESTO POR CEREALES, UN LÁCTEO Y FRUTA.

1. Un desayuno completo debe contener lácteos, cereales, galletas o pan, fruta o zumos.

2. Desayunar aumenta el rendimiento físico, mejora el estado nutricional, ayuda a controlar el peso y es un buen hábito.

3. No desayunar también incide en el aumento de casos de obesidad.

4. En la Comunidad Valenciana el 10'76% de niños entre 2 y 17 años tiene sobrepeso.

La vuelta a la rutina diaria siempre supone una ardua tarea. La modificación de horarios, más flexibles durante los meses de verano, hace que a los más pequeños les cueste adecuarse al regreso a clase.

Preparar a la familia para enfrentarse a esos cambios puede ayudar a evitar ansiedad y tensión. Problemas que surgen en ocasiones ante un nuevo periodo académico.

Así, para afrontar el nuevo ciclo con energía, las Enfermeras Escolares recuerdan la importancia de tomar un buen desayuno para rendir adecuadamente. De hecho, la Sociedad Científica Española de Enfermería Escolar (SCE3) asegura que los niños que van a la escuela sin desayunar tienen una disminución de su capacidad física, de su resistencia al esfuerzo, de su fuerza muscular y de su capacidad de aprendizaje, lo

que da como resultado una menor concentración y rendimiento escolar, y aporta algunos datos a tener en cuenta: el 8% de los escolares acude al colegio sin haber desayunado y sólo el 26% realiza un desayuno completo.

Ésta es la comida más importante del día, que debe aportar el 25% de las necesidades calóricas diarias y debe estar compuesta por un lácteo, cereales en alguna de sus formas (pan, galletas, o cereales de desayuno) y fruta", recuerdan desde Enfermería.

No desayunar también incide en que "cada vez hay más casos de obesidad en los niños que toman un desayuno escaso o no desayunan". En la Comunidad Valenciana, el 13,49% de los niños entre 2 y 17 años presenta sobrepeso y el 10,76% padece obesidad. Ya en clase, Enfermería advierte que el peso de las mochilas "no

debería superar el 15% del peso corporal del alumno y su volumen no debe ser más grande que la espalda para evitar la aparición de lesiones musculares por la sobrecarga que pueden derivar en patologías degenerativas o crónicas en edad adulta".

Las alteraciones de la columna vertebral en la edad escolar más frecuentes son en un 24,9% de los casos el acortamiento de la musculatura isquiotibial (parte posterior del muslo); por delante de la hiperlordosis (aumento de la curvatura lumbar), que supone un 18,7%, y la presencia de una escoliosis (9,3%).

Las causas principales de estas dolencias son el mobiliario inadecuado en el aula, la excesiva carga de las mochilas; y, también, por el elevado sedentarismo y la escasa práctica de actividades deportivas de los niños.

Un año sanitario marcado por las movilizaciones que continúan

La aprobación del Real Decreto Ley 16/2012 de Medidas Urgentes para Garantizar la Sostenibilidad del Sistema Nacional de Salud (SNS) del Gobierno ha suscitado numerosas críticas que se traducen en constantes movilizaciones de protesta.

A la continua defensa de la sanidad pública, se une también la preocupación y confusión generada ante la entrada en vigor de dicha normativa, el pasado 1 de septiembre, que limita la asistencia a los inmigrantes no regularizados.

Con todo, una de las protestas más llamativas y que comenzó a escenificarse el pasado mes de mayo es el llamado Viernes Negro, donde grupos de trabajadores de la Administración pública, entre ellos enfermeras, médicos y otros empleados del SNS, ataviados de negro y con un ataúd, interpretan la muerte del sistema público.

Se trata de una muestra más del descontento ciudadano por los continuos recortes, primero aplicados por el Consell y ahora también por el Gobierno central en todos los sectores y que en la sanidad se ha traducido en una reducción de derechos laborales, con un recorte salarial que en el caso de las enfermeras supera el 20% en los últimos dos años, según las organizaciones colegiales. Pero los ajustes suponen mucho más que una bajada de sueldo ya que los profesionales consideran que estas medidas afectan a la calidad asistencial de los servicios sanitarios que reciben los pacientes. Un ejemplo es que este verano ha sido el primero en que la reducción en la contratación de personal sanitario ha sido notable y ello conlleva una mayor carga asistencial que hace decaer la calidad del servicio.



VIERNES NEGRO EN ALICANTE, FRENTE A LA SUBDELEGACIÓN DE GOBIERNO.

Urgencias de Denia instauro un eficiente método de trabajo

La estructura organizativa de los cuidados de Enfermería en el Servicio de Urgencias del Hospital Marina Salud de Denia está orientada a los procesos y, en su organización, cuenta con una figura fundamental que es la de la enfermera responsable de clasificar y valorar a los pacientes, asignar la ubicación y el profesional sanitario adecuado, según el nivel de gravedad; así como conocer la disponibilidad de los recursos. La herramienta utilizada para ello es el programa Millennium de CERNER, reconocida como una de las más completas del mundo en la integración de la Historia Clínica Electrónica (HCE). Este sistema informático ha permitido a las enfermeras de este hospital instaurar una eficiente metodología de trabajo que redundará directamente en la calidad de la asistencia prestada y el servicio percibido por el paciente. El sistema permite tener, en tiempo real, toda la información necesaria para gestionar los cuidados.



LA ENFERMERA DE CLASIFICACIÓN TIENE UNA VISIÓN GLOBAL DEL SERVICIO.

Formación de enfermeras en atención a pacientes con EPOC

La EPOC, la Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica, es la enfermedad pulmonar que aparece como consecuencia de la progresiva destrucción del pulmón por los componentes del humo que se inhalan como consecuencia de la combustión del tabaco que contienen los cigarrillos. Se estima que uno de cada 5 adultos fumadores está en riesgo de desarrollar esta enfermedad y esto supone que en la Comunidad Valenciana un total de 380.000 adultos sufren EPOC. El Servicio de Neumología del Hospital General Universitario de Alicante está llevando a cabo una formación dirigida a médicos y enfermeras de Atención Primaria. La formación está dirigida por las enfermeras en el manejo de espirómetros y sistemas de tratamiento inhalado. La espirometría es una exploración sencilla con la que se detectan los síntomas de la enfermedad. El diagnóstico permite advertir al paciente de la importancia de abandonar .



EL CONSUMO DE TABACO ES LA PRINCIPAL CAUSA DE EPOC.

Cuidados enfermeros a pie de playa durante el verano

Miles de turistas se desplazan a la costa de la Comunidad Valenciana para disfrutar de las vacaciones estivales. Para garantizar la atención a los bañistas, las localidades del litoral extreman la vigilancia con dispositivos especiales en los que Enfermería y los cuidados enfermeros tienen una importancia primordial. Para explicar su trabajo hemos hablado con las enfermeras castellanenses Sonia Sales y Natalia Alcón, que participan hasta el 15 de septiembre en el dispositivo de vigilancia y atención montado por la Asamblea Local de Cruz Roja en Castellón en las playas de Benicàssim. "Habitualmente se atienden lipotimias, picaduras de medusas, golpes de calor, cortes por caídas en el espigón y primera asistencia en caso de rescate", explicó Sales. En caso de gravedad, se realiza el traslado a alguno de los cuatro cen-

tros de Salud de las playas de Benicàssim o el ambulatorio de la localidad o, en caso de mayor gravedad, al Hospital General de Castellón. Desde las 11 de la mañana hasta las ocho de la tarde, la enfermera acompañada de un conductor-camillero, está al pie del cañón en una ambulancia, que se desplaza urgentemente donde son requeridos por los socorristas, la Policía Local o los propios bañistas. El equipo está equipado como una UVI móvil, pero habitualmente hace funciones de soporte vital básico aunque cuenta con un desfibrilador semiautomático en caso de parada cardiorespiratoria. Tras pasar un exigente examen teórico y la entrevista de trabajo, ambas accedieron a este empleo veraniego que "cuenta para otros trabajos dentro de la propia ONG, pero no para las oposiciones de la Conselleria", lamentan.



SONIA SALES, JUNTO A LA AMBULANCIA DE CRUZ ROJA EN BENICÀSSIM.

Mejora en la seguridad de la terapia intravenosa

La seguridad del paciente es una prioridad de los profesionales sanitarios para evitar los efectos adversos y los costes directos e indirectos derivados de ellos. Proyectos como el que puso en marcha Enfermería hace cuatro años sobre seguridad y calidad en terapia intravenosa (INCA-TIV) ahondan en esta idea desde la perspectiva de los cuidados.

Gracias al trabajo realizado hasta el momento por los profesionales de Enfermería de los 19 hospitales que forman parte del estudio, se ha conseguido mejorar el indicador de calidad óptimo (una variable estándar) aumentando un 337'8%.

Esto se traduce en una mejora de la calidad de los servicios de Enfermería que permita a los equipos de trabajo y a las direcciones la elaboración de sus programas de mejora continua, evitando así efectos derivados de la asistencia sanitaria como las infecciones nosocomiales.



MEJORAR LA SEGURIDAD EN LA TERAPIA INTRAVENOSA REDUCE RIESGOS.

El corte digestivo también es posible tras hacer ejercicio

Si hasta el momento pensábamos que un corte de digestión tan solo podía producirse tras haber ingerido una importante cantidad de alimentos, el Hospital Nisa Pardo de Aravaca recuerda que hacer ejercicio físico antes de bañarse o realizar cualquier actividad que requiera una elevada temperatura corporal puede favorecer la aparición de un síncope de hidrocución, también conocido como corte de digestión.

El motivo es que se origina una brusca alteración de los reflejos al contacto con el agua, que puede llegar a ocasionar una pérdida de conocimiento o una parada cardíaca. Enfermería recuerda que es importante evitar la exposición prolongada al sol y/o el ejercicio físico intenso también antes del baño, dicen desde el centro, así como evitar entrar en el agua inmediatamente después de las comidas, especialmente si han sido copiosas o en ellas se han ingerido bebidas alcohólicas.



HAY QUE EVITAR UNA LARGA EXPOSICIÓN AL SOL Y EJERCICIO INTENSO ANTES DEL BAÑO.

La seguridad en los festejos de bous al carrer pasa por Enfermería

ATENDER UNA HERIDA POR ASTA DE TORO ES TAREA COMPLICADA QUE REQUIERE DE UNA FORMACIÓN ESPECÍFICA, AGILIDAD Y RÁPIDEZ

1. El Decreto 24/2007, de 23 de febrero, del Consell aprueba el Reglamento de Festejos Taurinos Tradicionales en la Comunitat Valenciana (Bous al carrer), modificado posteriormente por el Decreto 120/2010, de 27 de agosto.

2. La presencia de los profesionales sanitarios es obligatoria en los festejos taurinos.

4. Enfermería realiza, cada año, un curso de preparación en festejos taurinos.

En la Comunidad Valenciana se celebran unos 7.000 festejos de 'Bous al Carrer' al año, y solicitan este tipo de festejos más de 300 municipios. Una celebración en la seguridad es materia obligada y ésta pasa porque en cada cita taurina estén presentes una ambulancia con un enfermero y un médico.

Así se establece en el decreto del Consell que regula estos eventos, el decreto 24/2007, de 23 de abril sobre el Reglamento de Festejos Taurinos Tradicionales en la Comunidad Valenciana (bous al carrer).

Pero atender una herida por asta de toro no es tarea sencilla. Se trata de una herida contaminada, no solo por los gérmenes de la cornamenta, también por los de la arena que puede existir en el recorrido, la ropa que lleva el herido, etc. Además, en oca-

siones tienen más de una trayectoria por lo que hay que realizar una limpieza exhaustiva de la herida, recortar los bordes por escisión y dejar la herida bien drenada. Así lo explican profesionales como Luis Ganes, enfermero y representante de Enfermería en la Comisión de Bous al Carrer. Es también el encargado de impartir un curso sobre esta materia, que cada año reúne a centenares de enfermeros interesados en esta rama de la profesión que, de momento, no es una especialidad. Un trabajo que requiere cierta afición y actuar de forma ágil, rápida y urgente. Por eso, es fundamental que el personal sanitario tenga una alta preparación y que, por tanto, conozca bien las habilidades y técnicas necesarias en los casos de intervención en estos festejos.

Consejos para afrontar los efectos de los tratamientos oncológicos

LA ENFERMERA AYUDA AL PACIENTE A RESOLVER PROBLEMAS DERIVADOS DE LOS POSIBLES EFECTOS SECUNDARIOS DE LOS TRATAMIENTOS

La consulta de Enfermería Oncológica del Hospital General Universitario de Elche funciona desde enero de 2011 y tiene como objetivo agilizar los procesos del complejo mundo del tratamiento oncológico, así como impartir educación sanitaria a los pacientes y sus familiares proporcionándoles un trato más cercano.

Entre las funciones de la enfermera de esta consulta destacan la de ayudar al paciente a resolver problemas derivados de los posibles efectos secundarios de los tratamientos oncológicos, proporcionar orientación y asesoramiento en cuidados básicos como puedan ser la alimentación, la higiene y los cuidados de la piel, además de facilitar una atención personalizada lo que se traduce en un aumento de la calidad asistencial.

La Directora de Enfermería del Departamento de Salud del Hospital General Universitario de Elche, Teresa Beltrán, explica que "una de las vías de acceso a la consulta es a través del oncólogo, quien se encarga de derivar a los pacientes que considere oportuno a esta consulta, que está previsto que se convierta en un referente para pacientes, oncólogos, hospitales de día y hospitalización en general".

Además, "entre los proyectos de futuro y mejora del servicio está la posibilidad de que se puedan atender y dar respuesta a consultas a través del correo electrónico", anuncian los profesionales del servicio. "También está previsto que realicemos encuestas de satisfacción y sondeos entre los usuarios para valorar la labor efectuada por los trabajadores del área", concluyen.



MÁS DE 500 PERSONAS HAN REALIZADO SU CONSULTA A TRAVÉS DEL TELÉFONO.

"Un verano a tu salud" atiende a más de 2.000 personas

Durante el verano los horarios cambian y con ellos los hábitos que, en ocasiones, dejan de ser lo suficientemente saludables. Para que los usuarios de la costa no olviden que disfrutar de la vacaciones y una vida saludable son compatibles, profesionales sanitarios del Hospital de Torrevieja salieron este verano a las playas de la zona con la campaña "Un verano a tu salud". El balance de anteriores campañas como ésta fue de más de dos mil personas que acudieron a los distintos puntos de atención que el centro dispuso en playas y también en el Centro Comercial Habaneras.

En ellos, profesionales de Enfermería compartieron acciones informativas y formativas sobre temas como la prevención y detección de melanomas, información de interés para pacientes desplazados, alimentación saludable, neonatología/parto

natural y ola de calor, entre otros.

A lo largo de una semana las playas del Departamento estuvieron inundadas de batas blancas, fruta fresca y juegos infantiles como parte de las actividades.

El objetivo de estas compañías es concienciar a la población sobre los principales problemas de salud que acompañan a la época estival. Para ello se difundieron mensajes saludables y consejos relacionados con los buenos hábitos. Ayuntamientos, farmacias, oficinas de turismo y centros de salud fueron otras zonas en las que el mensaje de mantener un estilo de vida sano para pasar un verano saludable también caló en la población.

Así es más fácil que quién cambia los hábitos los mantenga también durante la temporada de invierno, cuando resulta más sencillo seguir una rutina.



DOS ENFERMERAS INFORMAN A UNA USUARIA DE LA PLAYA.

Matronas de Elda enseñan los sistemas de retención infantil

El Departamento de Salud de Elda ha incluido en las sesiones de preparación al parto impartidas por las matronas en Atención Primaria información sobre los sistemas de retención infantil existentes y el uso correcto del cinturón de seguridad. El objetivo es formar a las madres en la protección de sus hijos y en la prevención de lesiones por accidentes de tráfico, tanto en la gestación como en etapas posteriores. Una iniciativa que realizan junto a la DGT.

Décimo aniversario de la UTH en el General de Castellón

La Unidad de Terapéutica Hiperbárica (UTH) del Hospital General de Castellón ha cumplido su décimo aniversario. Desde 2002 ha realizado 6.800 sesiones. Consolidación de un servicio que cuenta con los cuidados enfermeros para atender las sesiones, generalmente colectivas. Esta terapia es imprescindible en los accidentes disbáricos de los buceadores y muy beneficiosa en la sordera súbita o las intoxicaciones agudas por monóxido de carbono.



Enfermería es la tercera titulación más demandada

El Informe General de Preinscripción Universitaria de la Conselleria de Educación desvela que para el curso 2012-2013 el grado de Enfermería es el tercero más demandado en las universidades valencianas, solo superado por los grados de Medicina y Maestro en Educación Infantil. Un total de 1.751 alumnos han solicitado cursar Enfermería, de ellos 1.422 han sido mujeres y 329 hombres. Se mantienen así la tendencia de cursos anteriores.

Europa importa profesionales de Enfermería valencianas

El interés por salir fuera de España en busca de trabajo es creciente en todos los sectores, sin embargo, en el caso de Enfermería son los países europeos como Alemania, Finlandia o Gran Bretaña los que también demandan profesionales. Una tendencia que ha llevado a los colegios profesionales a aumentar el número de cursos de formación en idiomas para facilitar la incorporación laboral de las enfermeras en otros mercados.

Marina Baixa forma a familiares en el cuidado de enfermos de Alzheimer

EL COLECTIVO ENFERMERO CONTINÚA DEMANDANDO QUE TODOS LOS AFECTADOS DISPONGAN DE CUIDADOS PROFESIONALES ESPECIALIZADOS



SER CUIDADOR CONLLEVA UNA SOBRECARGA CON CONSECUENCIAS PARA SU SALUD.

El Alzheimer es una enfermedad que produce un deterioro progresivo de todas las funciones de la persona que, con el tiempo, provoca una pérdida de su autonomía e independencia.

Una situación prolongada en la que es habitual que una persona adopte el papel de cuidador principal. A veces, esta situación implica ser el único responsable y conlleva una sobrecarga con consecuencias como insomnio, falta de apetito, depresión, agotamiento o sentimiento de tristeza, entre otros, que da lugar a lo que se denomina el 'estrés del cuidador'.

Por este motivo, el servicio de Neurología del Departamento de Salud de la Marina Baixa imparte cada jueves, en el Centro de Salud les Foietes de Benidorm, un curso dirigido a familiares, cuidadores y personal

sanitario relacionado con el cuidado de los pacientes con esta enfermedad, con el objetivo de proporcionarles unos conocimientos generales sobre esta patología.

Cabe recordar que las previsiones advierten de que la cifra de pacientes en España afectados por Alzheimer se cuadruplicará antes de 2050. Por ello, es importante la formación de los profesionales de Enfermería que puedan afrontar la demanda de cuidados enfermeros especializados y para ello el colectivo mantiene una demanda continua para que todos los afectados por esta patología dispongan de los cuidados enfermeros de la mano de profesionales especializados en Enfermería Geriátrica para tratar adecuadamente y mejorar la calidad de vida de las enfermos de Alzheimer.

Aumenta la prevención de úlceras por presión en pacientes de riesgo

ENFERMERÍA LOGRA EVITAR LA APARICIÓN DE HERIDAS EN UN 93% EN ESTE TIPO DE PACIENTES EN EL HOSPITAL GENERAL DE ELDA

El Hospital General de Elda ha conseguido aplicar medidas para prevenir la aparición de Úlceras Por Presión (UPP) en el 93% de los pacientes de riesgo en 2011, aumentando la cobertura del 86% alcanzada en 2010. Estos datos suponen una mejora notable respecto a años anteriores, como consecuencia de las actuaciones puestas en marcha por el grupo de úlceras y heridas crónicas del Departamento de Elda y el excelente trabajo llevado a cabo en este ámbito por los profesionales de Enfermería de las diversas unidades de hospitalización del Hospital de Elda.

Las Úlceras Por Presión son lesiones que aparecen en la piel como consecuencia de una presión continua entre el paciente y una superficie de apoyo, de modo que el riesgo de aparición de una úlcera aumenta

cuanto más tiempo permanezca el paciente en una misma posición. Por ello, los pacientes críticos y encamados son aquellos con mayor riesgo. Asimismo, la obesidad, deshidratación, diabetes, incontinencia, malnutrición y fiebre son algunos factores que contribuyen a la aparición de estas lesiones.

Puesto que la aparición de úlceras en enfermos pluripatológicos puede conllevar complicaciones graves, y ya que el 95% de las úlceras son evitables, el Departamento de Salud de Elda creó el grupo de úlceras y heridas crónicas, dependiente de la Comisión de Seguridad Clínica, con el objetivo de promover la prevención de este tipo de úlceras y asesorar tanto a profesionales como a pacientes y familiares en el tratamiento de estas lesiones.



EL GRUPO DE ÚLCERAS POR PRESIÓN Y HERIDAS CRÓNICAS DEL DEPARTAMENTO.

Enfermería cuida de los asistentes a los grandes festivales

UNA ENFERMERA CASTELLONENSE RELATA SU EXPERIENCIA EN EL FIB 2012 EN EL QUE HAN PARTICIPADO CERCA DE 40.000 ASISTENTES POR DÍA



MÓNICA MARTÍNEZ (EN EL CENTRO) Y EL EQUIPO DE CRUZ ROJA CASTELLÓN.



UNO DE LOS CONCIERTOS OFRECIDOS EN EL FIB 2012.

La Comunidad Valenciana acoge en verano un buen número de festivales musicales y garantizar la salud de los asistentes es fundamental. El Festival Internacional de Benicàssim (FIB) es uno de los más multitudinarios y durante su celebración es imprescindible que Enfermería esté presente para vigilar y atender las urgencias sanitarias.

Mónica Martínez Altava, enfermera del Hospital General de Castellón, que participó como voluntaria en el dispositivo de emergencia de Cruz Roja Castellón a las puertas del recinto de conciertos de Benicàssim durante el FIB, explicó que fundamentalmente atendió "pequeños golpes, contusiones, magulladuras, etcétera". La dispensación de tiritas por rozaduras de calzado inapropiado como las chanclas para asistir a los conciertos fue otra de las principales tareas.

"Fue todo muy light, estuvimos realizando pequeñas atenciones, pero nada grave. No hubo que lamentar ninguna emergencia grave por intoxicación etílica o consumo de estupefacientes" indicó Martínez. Esta enfermera estuvo desde las 11 de la noche hasta las 6 de la mañana al pie del cañón en el módulo de atención sanitaria instalado por Cruz Roja para reforzar la asistencia sanitaria en los alrededores del festival.

En caso de que sea necesaria asistencia médica, la enfermera castellanense explicó que se deriva al centro de Atención Continuada de Benicàssim, pero "también se puede atender in situ al paciente" ya que el puesto cuenta con dos ambulancias, una de ellas adaptada como UVI, "donde puedo actuar, en caso de urgencia, siguiendo las órdenes de un médico de Centro de Información y Coordinación de Urgencias

(CICU)". Un amplio equipo participó en las labores de vigilancia sanitaria del festival.

Así, Martínez, que estuvo acompañada de Laura Cestero, Pedro Izquierdo, David Cazorla, Francisco Pons, David Pérez, María Pliego y Alexandra del Nogal, remarcó "la importante labor del voluntariado" y destacó que "aunque era la única titulada en Enfermería el resto de integrantes del equipo también están muy bien preparados".

Cabe recordar que el FIB 2012 contó con una asistencia de 40.000 personas por día de las cuales el 70% procedían de Gran Bretaña e Irlanda, otro 27% eran asistentes llegados de diferentes puntos de España y un 3% de otras partes del mundo, según el balance aportado por la organización del evento. Del bienestar de todos ellos ha velado este equipo sanitario.