

Enfermería *profesión*

Periódico de la Organización Colegial de Enfermería de la Comunidad Valenciana

DIRIGIDO A USUARIOS DE LA SANIDAD DE LA COMUNIDAD VALENCIANA

QUE NO TE ARRASTRE LA OLA PRÓTEGETE DEL CALOR

#OLADECALOR



Haz ejercicio en las horas menos calurosas



Evita la exposición directa al sol entre las 12 h y las 17 h



Utiliza cremas protectoras adecuadas

Campaña de sensibilización para prevenir los problemas de salud por altas temperaturas



La donación de órganos se ha incrementado un 9% en la Comunidad Valenciana en los últimos 5 meses. Pag. 5



Un protocolo para atender a madres y padres que pierden a su bebé en el embarazo, el parto o al poco de nacer. Pag. 7



Incliva y Fundació València CF prueban los beneficios del ejercicio físico para evitar o revertir la fragilidad en mayores. Pag. 8



Campaña de sensibilización para prevenir los problemas de salud por altas temperaturas

Se trata de un programa de alerta temprana, al trasladar la información un día antes y no durante el mismo día de riesgo



V.M.

La Conselleria de Sanidad ha puesto en marcha una campaña de sensibilización dirigida a la ciudadanía para prevenir los problemas de salud ocasionados por las altas temperaturas, y concienciar sobre la importancia de tomar medidas preventivas para evitar los efectos adversos del calor extremo.

De hecho, desde el pasado 15 de mayo la Dirección General de Salud Pública tiene activo el Programa de Prevención y Atención a los Problemas de Salud derivados de las Altas Temperaturas en la Comunidad Valenciana, que se mantendrá hasta el próximo 30 de septiembre, salvo que las condiciones meteorológicas aconsejen su modificación.

Según ha explicado la directora general de salud Pública, Ruth Usó, "contamos con uno de los sistemas de alerta más precoces, ya que toda la información sobre el nivel de temperatura de una zona específica, así como las medidas preventivas para evitar problemas de salud relacionados con el calor extremo, se comunican de forma temprana un día antes, lo que facilita la puesta en marcha de las acciones que resulten necesarias".

"Además, este sistema cuenta con una red de comunicación potente que traslada la información a nivel local, de manera que cada municipio recibe el día previo a una jornada de calor extremo la información sobre el nivel de riesgo para la salud por altas temperatura, el tipo de noches en función del calor y las medidas preventivas que se deben implementar para proteger la salud de la población", ha añadido Ruth Usó.

Para ello, existe una comisión de coordinación del programa que reagrupa a todas las entidades capacitadas para trasladar la información a la

población, así como para activar cuantos recursos sean necesarios orientados a proteger la salud de las personas frente al calor extremo, de ahí que estén implicadas instituciones del ámbito sanitario, sociosanitario, educativo, deportivo, medioambiental y municipal, entre otros.

Niveles de riesgo

El programa establece una previsión de las temperaturas máximas para cada municipio de la Comunidad Valenciana teniendo en cuenta las temperaturas umbrales. Con esta información se elabora diariamente un mapa sobre el nivel de riesgo en cada zona y se representa mediante cuatro colores: el verde (ausencia de riesgo o nivel 0), el amarillo (riesgo bajo o nivel 1), el naranja (riesgo medio o nivel 2) y el rojo (riesgo alto o nivel 3), correspondiendo este último a calor extremo.

Además, el programa realiza una predicción de las temperaturas nocturnas que clasifican el tipo de noche en: normal (< 20°), tropical (> 20°C), ecuatorial (> 25°C) y tórrida (> 28°C).

En este sentido, la Conselleria de Sanidad traslada una alerta, en los casos en que el calor extremo pueda suponer un riesgo para la salud de las personas (nivel 2, 3 y noche tórrida) y, por tanto, es conveniente tomar las medidas oportunas para evitar casos de deshidratación, golpes de calor o agravamiento de enfermedades crónicas, entre otros.

Campaña de sensibilización

En caso de activación de alerta, toda la población debe ser consciente de los riesgos y hay que prestar especial atención a los grupos más vulnerables, como son las personas mayores, los menores o pacientes que padecen una enfermedad crónica u otra patología, además de otros grupos sociales vulnerables (marginación, sinhogarismo...), en los que un episodio de calor en exceso pueda comprometer su estado de salud.

Por ello, la Conselleria de Sanidad ha difundido una campaña de concienciación con consejos dirigidos a la población para evitar problemas de salud, que se difundirá a través de los medios de comunicación y de las redes sociales.

Asimismo, la previsión de las temperaturas se puede consultar en la página web de la Conselleria de Sanidad, en formato interactivo para ofrecer la información de cada municipio de una forma ágil y sencilla. Además, en la web está disponible todo el material divulgativo de la campaña para que se pueda descargar (carteles, cuñas de radio y vídeo).

Algunos de los consejos para evitar riesgos asociados a las altas temperaturas son: evitar la exposición directa al sol entre las 12.00 horas y las 17.00 horas; beber abundante agua si no se tiene contraindicación médica, evitar el alcohol y la cafeína; proteger a mayores, menores y otras personas vulnerables; utilizar cremas protectoras adecuadas; hacer ejercicio en las horas menos calurosas; y no dejar a nadie en el coche, tampoco a las mascotas.



QUE NO TE ARRASTRE LA OLA PRÓTEGETE DEL CALOR

#OLADECALOR



Haz ejercicio en las horas menos calurosas



Evita la exposición directa al sol entre las 12 h y las 17 h



Utiliza cremas protectoras adecuadas



No dejes a nadie en el coche, tampoco a tu mascota



Mantén la vivienda fresca y ventilada



Come abundantes ensaladas, frutas y verduras



Protege a mayores, menores y otras personas vulnerables



Bebe abundante agua si no tienes contraindicación médica, evita el alcohol y la cafeína



Busca lugares frescos y a la sombra



Para más información



GENERALITAT VALENCIANA
Conselleria de Sanitat



Potenciar la coordinación sociosanitaria para mejorar la atención a pacientes crónicos y su acompañamiento tras el alta hospitalaria

Cada Agrupación Sanitaria Interdepartamental contará con un HACLE de referencia para la atención a pacientes crónicos

V.M.

Con el fin de mejorar el circuito de atenciones en los procesos asistenciales, el director de la Oficina Autónoma de Coordinación e Integración Sociosanitaria de la Comunitat Valenciana, Manuel Escolano, ha destacado la importancia de la coordinación del ámbito sanitario, sociosanitario y las administraciones locales "para que los pacientes que padecen una enfermedad crónica y requieren de una atención de larga estancia, reciban la mejora asistencia con el objetivo de mejorar su calidad de vida".

Escolano ha participado en la I Jornada de Investigación e Innovación en Hospitales de Atención a pacientes Crónicos y de Larga Estancia, organizada por la Conselleria de Sanidad, a través de representantes de los Hospitales de Atención a pacientes Crónicos y de Larga Estancia (HACLE) y de la Fundación para el Fomento de la Investigación Sanitaria y Biomédica de la Comunitat Valenciana (Fisabio).

Durante su intervención, Escolano ha explicado que la Conselleria de Sanidad "está trabajando para establecer sinergias efectivas entre los agentes implicados en la atención a los pacientes crónicos. Por ello, habrá una red colaborativa que permita realizar un acompañamiento a estos pacientes, desde el momento en que entran en contacto con el sistema sanitario, durante su ingreso y, posteriormente, cuando reciben el alta hospitalaria y requieren de cuidados sociosanitarios o apoyo de recursos de los ámbito social y local".

En este sentido, Manuel Escolano ha recordado que en esta línea "se está elaborando la Estrategia Valenciana de Coordinación Sociosanitaria, que va a permitir adaptar los recursos asistenciales a las necesidades reales de los pacientes crónicos, de manera que en función de la patología que tenga el paciente, se le asigne el recurso más idóneo para que reciba la mejor atención".

De hecho, ya ha sido aprobado el decreto que reestructura los recursos asistenciales en



la Comunitat Valenciana y por el que se crean ocho Agrupaciones Sanitarias Interdepartamentales (ASI) para que todos los ciudadanos tengan acceso a las mismas prestaciones asistenciales. "Gracias a este decreto se crean áreas para optimizar y organizar los recursos, por lo que en cada una de ellas habrá un HACLE que atienda a los pacientes con patologías crónicas y de larga estancia".

En la jornada han estado presentes representantes del Hospital La Pedrera (Dénia),

Hospital Padre Jofre (València), Hospital Dr. Moliner (Serra), Hospital La Magdalena (Castelló), Hospital Sant Vicent del Raspeig (San Vicente del Raspeig) y Hospital de Crónicos de Mislata, que han expuesto las líneas de investigación que se están desarrollando en los diferentes hospitales, los retos en investigación e innovación a los que se enfrentan y las oportunidades de colaboración entre las diferentes entidades.



La donación de órganos se ha incrementado un 9% en la Comunidad Valenciana en los últimos 5 meses

Se han realizado 132 donaciones y 294 trasplantes de órganos en cinco meses, es decir, casi dos trasplantes diarios



V.M.

La actividad de donación y trasplante de órganos llevada a cabo por los equipos de coordinación de trasplantes hospitalarios de la Comunitat Valenciana se ha incrementado un 9% y un 34%, respectivamente, entre enero y mayo de este año, frente al mismo período de 2023.

De esta manera, en los primeros cinco meses de 2024 se han realizado 132 donaciones (11 donaciones más) y 294 trasplantes de órganos (75 trasplantes más que en 2023, año en el que se realizaron 219 trasplantes), lo que supone cerca de dos trasplantes al día.

Estos datos han sido ofrecidos con motivo de la celebración del Día Nacional del Donante de Órganos y Tejidos, que se celebra cada primer miércoles de junio.

El coordinador autonómico de trasplan-

tes, Rafael Badenes, ha destacado el incremento de un 24% de la donación en asistolia, con catorce donaciones más (72 frente a 58) respecto a 2023. "Estos datos siguen reforzando y, ya podemos confirmar, que han consolidado la donación en asistolia o de pacientes con parada cardiorrespiratoria controlada en la Comunitat Valenciana, tras la implantación del equipo de ECMO móvil, que es el sistema de soporte vital extracorpóreo que permite realizar este tipo de donación", ha resaltado Badenes.

Por otra parte, Rafael Badenes ha señalado que "tanto la donación de órganos de pacientes con muerte cerebral o encefálica como de donante vivo se mantienen similares a las de 2023".

"Por ello - ha continuado Badenes -, debemos agradecer la gran generosidad de las

familias valencianas que, con su actitud, de forma voluntaria y altruista, contribuyen a que otras personas tengan la oportunidad de seguir viviendo. Mención especial merecen los equipos de coordinación de trasplantes y equipos trasplantadores, que hacen posible estas cifras de excelencia".

De los 294 trasplantes realizados en estos cinco meses, destaca el incremento de un 30% en trasplante renal (159 frente a 122 en 2023), un 19% en trasplante hepático (62 frente a 52), un 81% el trasplante pulmonar (49 frente a 27) y un 43% el trasplante cardíaco (23 frente a 16). En cuanto al páncreas, solo se ha realizado un trasplante por no haber pacientes en lista de espera.

El coordinador autonómico de trasplantes ha calificado estas cifras como "históricas y de récord en nuestra comunidad y ha reiterado la solidaridad ciudadana, un sistema sanitario con una extraordinaria implicación y una profesionalidad que nos permiten ser la región del mundo con más de cinco millones de habitantes con las mejores cifras mundiales de donación y trasplante".

Por hospitales, del total de trasplantes de órganos realizados de enero a mayo, el Hospital Universitari i Politècnic La Fe ha realizado 175 (48 trasplantes más que en 2023): 55 trasplantes renales (4 de ellos infantiles), 49 pulmonares, 47 hepáticos (4 de ellos infantiles), 23 cardíacos (2 de ellos infantiles) y 1 de páncreas. Por su parte, el Hospital General Doctor Balmis de Alicante ha realizado 41 trasplantes (1 más que el pasado año): 26 renales y 15 hepáticos.

En cuanto al resto de trasplantes renales, el Hospital Doctor Peset ha realizado 25 (1 más), el Hospital General de Castellón 21 (15 más), el Hospital Clínico de Valencia 20 (13 más) y el Hospital General de Elche 12.

Por último, los hospitales que han registrado más donaciones de órganos han sido el General de València, el General de Castellón y La Fe de Valencia, todos ellos con 23 extracciones de órganos en estos cinco meses.



Ayuntamientos de la Comunidad Valenciana sensibilizados con la promoción de ciudades saludables

La V Jornada Xarxa Salut supone una red de 340 municipios adheridos al V Plan de Salud de la Generalitat Valenciana



V.M.

Con el objetivo de la promoción de crear ciudades saludables, la Conselleria de Sanidad está trabajando con los ayuntamientos de la Comunitat Valenciana --a través de la Federación Valenciana de Municipios y Provincias-- en la V edición de la Jornada Xarxa Salut, que se ha celebrado en la Casa de la Cultura de Castalla.

Una jornada que pretende ser un espacio para el intercambio de acciones y experiencias llevadas a cabo desde los ayuntamientos en colaboración con las administraciones, las asociaciones y la población para dar respuesta a las necesidades de la comunidad.

De esta manera, directora general de Salud Pública, Ruth Usó, ha explicado que "los ayuntamientos están colaborando con los equipos de atención primaria y de salud pública, mediante la creación de mesas intersectoriales, en un esfuerzo conjunto, encaminado a promover ciudades saludables y centrado en dos pilares fundamentales: la Estrategia de Atención Primaria y Comunitaria y la red de municipios Xarxa Salut".

El encuentro de trabajo se enmarca en el programa de iniciativas que desarrolla Xarxa Salut, la red de municipios de la Comunitat Valenciana adheridos al V Plan de Salud de la Generalitat Valenciana, que persigue desarrollar acciones para la promoción de la salud entre la ciudadanía y la mejora de la calidad de vida entre la población. Actualmente, más de 340 municipios de nuestra comunidad han adoptado este compromiso.

Según Ruth Usó, "los ayuntamientos tienen un potencial muy importante para mejorar la salud trabajando desde su entorno, promoviendo un urbanismo saludable que permita incrementar los espacios para realizar más actividad física, y facilitar la cohesión social".



Para la secretaria autonómica, "desde los Consejos de Salud y las Mesas Intersectoriales que se están formando en los ayuntamientos, se está articulando una nueva forma de trabajo más colaborativo y participativo en intervenciones que generan salud".

La directora general ha puesto como ejemplo "el papel crucial de los ayuntamientos, tanto para prevenir el incremento como para fomentar la reducción de la obesidad, la gran epidemia que enfrentamos en España, donde el porcentaje de personas con obesidad y sobrepeso, especialmente en la población infantil, supera la media europea".

En este sentido, una de las mesas de la jornada, 'Obesidad y actividad física', se centra en las actividades que se están llevando a cabo en los ayuntamientos de Xarxa Salut para controlar esta situación. Asimismo, en los talleres que se desarrollarán por la tarde se abordarán, entre otros temas, la reducción de los entornos que generan obesidad y el incremento de la actividad física.

Por último, Ruth Usó se ha referido al incentivo que suponen las ayudas que desde la Dirección General de Salud Pública se destinan a los municipios y asociaciones, mediante la convocatoria anual de subvenciones, y que "son uno de los más importantes apoyos para que se pueda trabajar de manera intersectorial e incluir la perspectiva de salud y equidad en todas las políticas municipales". Por último, la directora general ha agradecido la colaboración en la organización de la jornada, del alcalde de Castalla, Jesús López; de la Federación Valenciana de Municipios y Provincias; así como del Centro de Salud pública y el Departamento de Salud de Alcoi.



Un protocolo para atender a madres y padres que pierden a su bebé en el embarazo, el parto o al poco de nacer

La tasa de mortalidad perinatal se sitúa en 4,26 muertes por cada 1.000 nacidos en la Comunidad Valenciana

V.M.

El Hospital Universitari i Politècnic La Fe ha definido en un protocolo los recursos y metodología para la atención y el acompañamiento a madres y padres que sufren una muerte perinatal, es decir, que pierden a su bebé durante la gestación, el parto o al poco de nacer. En la Comunitat Valenciana, la tasa de mortalidad perinatal se sitúa en torno a 4,26 muertes por cada 1.000 nacidos, según los últimos datos del INE.

El documento se basa en la actual evidencia científica y protocoliza actuaciones que ya se realizaban, aunque de forma menos sistematizada.

La directora del área clínica de la Mujer, Beatriz Marcos, lo ha sintetizado como un "protocolo de acompañamiento integral, desde el diagnóstico hasta que la mujer recibe el alta, y que abarca la asistencia tanto física como emocional, así como información normativa sobre trámites burocráticos".

El procedimiento implica a personal facultativo, de enfermería, enfermería especialista en obstetricia y ginecología o matronas, TCAE y celadores de los servicios de Neonatología, Obstetricia, Anatomía Patológica y Laboratorio. En concreto, detalla las pruebas médicas que deben hacerse y cómo debe ser la atención en la sala de dilatación y en el paritorio.

Tras la expulsión, se pauta que los padres puedan permanecer un tiempo con el bebé si quieren, o quedarse con algún recuerdo como una impresión de la huella plantar o palmar, la pulsera identificativa, alguna foto o cualquier otra cosa que consideren oportuna. Es la llamada 'caja de los recuerdos'.

"Hay que tener en cuenta que los padres han podido establecer un vínculo con el bebé basado en sus expectativas y deseos, pueden haberle puesto nombre o imaginar vivencias junto a él. Por eso, matronas y obstetras les prestamos una asistencia continuada y especializada. El objetivo es conseguir un 'duelo sano' que pase por las fases de incredulidad,



nostalgia, tristeza y retraimiento social hasta llegar a la aceptación", ha añadido María del Pilar Pastor, matrona adjunta.

Una vez en la planta de hospitalización, el protocolo recomienda que la madre ingrese en una habitación alejada de otras donde haya recién nacidos y que se coloque en la puerta el dibujo de una mariposa, símbolo de la transformación emocional que se inicia.

También se aconseja que la mujer esté acompañada en todo momento por su pareja o por la persona que elija, y que el equipo sanitario sea siempre el mismo y emplee un lenguaje sencillo y claro. En este sentido, el protocolo incluye una muestra sobre qué decir y qué no decir.

Durante el ingreso, se realiza una intercon-

sulta para valoración psicológica y, al alta, se da cita en una consulta obstétrica específica. En ella se atiende a familias que han sufrido una pérdida y se evalúan todos los resultados del protocolo asistencial, se hacen más pruebas si están indicadas y se asesora de cara a futuros embarazos.

En la vertiente normativa, como ha señalado el gerente del hospital, José Luis Poveda, "el procedimiento de manejo del duelo perinatal elaborado en La Fe establece que los padres tienen que recibir información sobre los trámites burocráticos que deben realizar en función de las semanas de gestación, así como sobre asistencia religiosa, autopsia, entierro o asociaciones de apoyo".



Incliva y Fundació Valencia CF prueban los beneficios del ejercicio físico para prevenir o revertir el estado funcional de fragilidad en mayores

Un grupo de personas de más de 70 años constatan en nueve meses los beneficios del deporte para la salud a través de un proyecto promovido conjuntamente por ambas entidades



V.M.

Un proyecto impulsado conjuntamente por el Instituto de Investigación Sanitaria Incliva de la Conselleria de Sanidad y la Fundació Valencia Club de Fútbol ha mostrado beneficios del ejercicio físico, tanto físicos como emocionales, en los participantes, que han percibido una clara mejora de su calidad de vida y una actitud más optimista en su día a día.

Así lo ha explicado esta mañana el doctor Fernando Millán, investigador del Grupo de Investigación en Ejercicio, Nutrición y Estilo de Vida Saludable de Incliva, en un acto al que han asistido los propios participantes en el programa -entre ellos, los míticos exfutbolistas Forment, Guillot y Carmen Arce, más conocida como 'Kubalita', una de las grandes pioneras del fútbol femenino-, además de autoridades públicas del ámbito sanitario, de bienestar social y del deporte y cargos académicos.

Al respecto, la directora general de Investigación e Innovación de la Conselleria de Sanidad, Mariola Penadés, ha destacado que los grupos de investigación de Incliva están profundizando en el papel del ejercicio físico como intervención en el anciano frágil. "La estrategia de transformación digital que está llevando a cabo la Conselleria de Sanidad va a permitir implementar la medicina personalizada con mucha mayor eficacia. Con ello, podremos adaptar mejor las intervenciones y los tratamientos individualmente, teniendo en cuenta, entre otros aspectos, los hábitos y el estilo de vida", ha señalado Penadés.

El acto ha contado también con la asistencia de la secretaria autonómica de Igualdad y Diversidad de la Vicepresidencia Segunda y Conselleria de Servicios Sociales, Igualdad y Vivienda, Asunción Quinzá; y la directora general de Igualdad e Instituto de la Mujer, Davinia Bono.

En el proyecto 'Ejercicio físico personalizado, la clave para envejecer me-

yor' han participado diez personas de más de 70 años vinculadas al Valencia CF (exfutbolistas y socios) con un estado funcional de fragilidad o prefragilidad. A lo largo de nueve meses han realizado un programa de entrenamiento compuesto por una combinación de ejercicios de resistencia, fuerza, coordinación, equilibrio y flexibilidad, con dos sesiones semanales, en las instalaciones del Valencia CF utilizando sillas, gomas elásticas y pelotas.

Al finalizar el programa se han confirmado datos que muestran múltiples beneficios en los participantes, que han percibido un incremento notorio en su calidad de vida, tanto en relación a su estado físico como emocional: mejora en la distribución de la masa muscular; disminución de la materia grasa; aumento del grado de independencia para realizar actividades instrumentales; menor riesgo de caídas; aumento de la velocidad en la marcha; más fuerza de la presión palmar; y evolución de la fragilidad a la robustez.

En conclusión, el programa ha confirmado su efectividad para conseguir el objetivo previsto: prevenir o revertir el estado de fragilidad en los mayores que han participado.

El proyecto ha estado dirigido por los doctores José Viña y M^a Carmen Gómez Cabrera, coordinadores, respectivamente, del Grupo de Investigación en Envejecimiento y Ejercicio físico y del Grupo de Ejercicio, Nutrición y Estilo de Vida Saludable de Incliva, ambos del grupo Freshage, Age and Exercise Research Group, de la Universitat de València, dedicado a la investigación en estrategias de intervención para garantizar un envejecimiento saludable.

La Fundació VCF es 'Embajador de honor de Incliva' por su apoyo a la investigación sanitaria y ha dotado al proyecto de los recursos económicos, materiales y humanos necesarios.