

Enfermería *profesión*

Periódico de la Organización Colegial de Enfermería de la Comunidad Valenciana

DIRIGIDO A USUARIOS DE LA SANIDAD DE LA COMUNIDAD VALENCIANA



Estudiantes de Enfermería tras la realización del simulacro en la Universitat Jaume I de Castellón

XXXII Congreso Estatal Estudiantes de Enfermería



UPSANA celebra la VIII Gala de la Salud y la Semana de la Salud



La UCH-CEU se suma a la campaña internacional Nursing Now



Alergia primaveral: Síntomas y cómo combatirla estos meses

La UJI celebra el XXXII Congreso Estatal de Estudiantes de Enfermería

UN ATENTADO TERRORISTA SIMULADO FUE EL EJE CENTRAL PARA ESTAS JORNADAS CELEBRADAS DURANTE TRES DÍAS EN CASTELLÓN



Los estudiantes de Enfermería junto a todos los participantes en el simulacro celebrado en este congreso

Más de 200 estudiantes de Enfermería de toda España asistieron a la XXXII edición del Congreso Estatal de Estudiantes de Enfermería, que se celebró del 4 al 6 de abril en la Universitat Jaume I de Castellón (UJI).

Tres días en los que un atentado terrorista simulado marcó estas jornadas. Mediante una fuerte explosión en un autobús, se inició este gran simulacro, que estaba enmarcado en las actividades programadas para este congreso.

En él, algunos estudiantes voluntarios participaron como víctimas además de contar con un centenar de profesionales pertenecientes al Cuerpo Nacional de Policía, al Servicio de Emergencias Sanitarias, al Consorcio Provincial de Bomberos de Castellón y a Cruz Roja.

La presidenta de la Asociación de Estudiantes de Enfermería (AEE), Alicia Andújar, destacó que, este simulacro "puso una situación de emergencia para desarrollar un caso real de un accidente y, así, conocer, cómo reaccionar ante esta situación".

En este sentido, el vicedecano del Grado

de Enfermería de la UJI, Eladio Collado, apuntó que "este simulacro ha sido de lo más novedoso, por incluir ese problema de seguridad ciudadana mediante la implicación de un atentado terrorista".

Algunos estudiantes voluntarios de este simulacro destacaron su experiencia como "muy emocionante" y, también, como "necesaria para todos los estudiantes de Enfermería", tal como dijo Pilar Lozano de 1º de Enfermería de la Universidad Autónoma de Madrid. "Como experiencia ha sido realmente fuerte, porque, cuando se produce la explosión, te hacen replantear cómo tienen que priorizar los servicios de emergencias", apuntaba la estudiante de 1º de Enfermería de la Universidad de Alicante, Ester Cerdambucha.

Por su parte, el enfermero del S.A.M.U. de la Conselleria de Sanidad y uno de los organizadores de este simulacro, Nico Sojo, indicó que "aunque trabajas diariamente estas cosas, los simulacros y estos ejercicios te sirven para refrescar y, en especial, para corregir en el caso

que haya un incidente de verdad, y así haber practicado y entrenado".

También, la presidenta de la AEE remarcó que "este congreso tiene la finalidad de completar nuestra formación académica. Es cierto que tenemos cuatro años de carrera universitaria, pero muchas veces se queda un poco escasa a la hora de la formación tan amplia que podemos recibir como enfermeras, todos los ámbitos a los que nos podemos dedicar" y añadió que "esta idea nació por ello, para ampliar nuestra formación que no recibimos a lo mejor o que sentimos que no hay tiempo en la universidad y este congreso es un espacio dinámico, donde podemos conocer a personas de toda España".

Un congreso que, además de este simulacro, también se llevaron a cabo toda una serie de ponencias y talleres dirigidos a todos los estudiantes de Enfermería donde trataron temas como las diferentes salidas profesionales o el conocimiento del mundo 2.0 con profesionales. Un encuentro educativo y social para las futuras generaciones de la Enfermería.

UPSANA acoge la VIII Gala de la Salud de Alicante

La Unión de Profesionales Sanitarios de Alicante, UPSANA, celebró, el pasado 11 de abril, la VIII gala de la Salud de la provincia. Un evento en el que se entregaron los premios a los profesionales y colectivos más destacados en el ámbito sanitario.

En esta gala, se contó con la presencia del ministro de Ciencia, Innovación y Universidades, Pedro Duque, quien entregó el Premio Especial UPSANA 2019 al investigador de la Universidad de Alicante, Francisco Martínez Mojica.

Las investigaciones de Mojica han alcanzado resonancia internacional por su descubrimiento de la secuencia *Crisper*, una base de novedosas técnicas de edición genética que han revolucionado la investigación biomédica. "Los microorganismos procariontes, es decir, las bacterias y las arqueas tienen un sistema de defensa frente a virus y, después de más de diez años, gracias a lo que conseguimos descubrir que era cómo funcionaba ese sistema inmune, se permitió el desarrollo de unas herramientas que están revolucionando, fundamentalmente, la medicina, en el sentido que permiten modificar la información genética de células, organismos, animales y humanos para rectificar defectos genéticos que producen enfermedades".

A propuesta del Colegio de Enfermería de Alicante, el premiado en la categoría de Promoción de la Salud fue el enfermero José José Gil especializado en el tratamiento

de adolescentes desde la unidad de conductas adictivas del Hospital de Elda. El enfermero destacó que "el tema de los adolescentes es un campo que, realmente, está sin explorar no hay apenas personas preparadas dentro de cualquier profesión, y menos de Enfermería, que trabajen con ellos" y añadió "paralelamente llevo a cabo un estudio de investigación sobre la efectividad del tratamiento con adolescentes consumidores de cannabis".

El premio al colectivo sanitario multidisciplinar fue para la sanidad militar de la provincia de Alicante por su compromiso con la sociedad a la que sirven y como ejemplo de colaboración y trabajo conjunto de las profesiones sanitarias. La capitán enfermera de la Comandancia de la Guardia Civil de Alicante, Pilar Palacios, incidió que "dentro de lo que es la sanidad militar hemos venido, en su mayoría, enfermeras porque, en esta provincia de Alicante, digamos que las enfermeras llevan el peso de esta sanidad militar" y apuntó que se trata de una profesión que "es vocación de servicio, pero dentro del ejército como también en la vida civil, una vocación de cuidados y, como yo digo, es la profesión del corazón y de la esperanza".

En la gala los profesionales sanitarios aprovecharon la presencia del ministro para reivindicar un pacto de estado por la sanidad, que apueste por los profesionales como máximo garante del sistema sanitario español.

Semana de la Salud en Alicante para acercar el trabajo de los profesionales

Con motivo de la celebración el pasado 7 de abril del Día Mundial de la Salud, la Unión de Profesionales Sanitarios de Alicante (UPSANA) celebró la Semana de la Salud.

Unos días de actividades destinadas a acercar a la ciudadanía el trabajo de los profesionales sanitarios y que culminó con la celebración de la VIII Gala de la Salud.

"Creo que es importante que nos vean a todos los sanitarios juntos, animándonos, apoyándonos y, de manera transversal, cuidando a las personas", señaló la presidenta del Colegio de Enfermería de Alicante, Belén Payá.

Desde el Colegio de Enfermería de Alicante participaron activamente en esta semana a través de demostraciones prácticas sobre qué hacer ante una parada cardiorrespiratoria y sobre la prevención de la obesidad infantil.

La obesidad infantil fue otra cuestión que se planteó a la sociedad alicantina en esta jornada. Los niveles están creciendo y es importante advertir a los padres de este riesgo y de las medidas para prevenirlo, porque, tal como indicó la enfermera especialista en pediatría, Inés Sánchez, "estamos en una sociedad que está incrementando el sedentarismo en los niños".

Además, otro tema que se le dedicó una especial atención fue el de la violencia de género, con la organización de la jornada "Mejorando la salud de las relaciones". La jefa de la unidad de violencia sobre la mujer, Modesta Salazar, destacó que "lo que queremos es que haya una coordinación de recursos que lleguen a las personas que más lo necesitan y, por eso, estamos contribuyendo a la formación de todos los agentes para convencerlos que el principal recurso siempre somos nosotros".

El público de Alicante pudo recibir de primera mano consejos sobre cuestiones tan importantes y que afectan al día a día como la toma de la tensión arterial, la glucemia capilar o la respuesta rápida ante una emergencia.



Momento de la entrega del premio al enfermero José José Gil



Del 9 al 11 de abril se celebró en Alicante la Semana de la Salud

UCH-CEU se suma a la campaña Nursing Now

Profesores y estudiantes del Grado de Enfermería de la Universidad Cardenal Herrera CEU se han adherido a la campaña internacional Nursing Now. Y, para ello, celebraron una jornada con diferentes talleres para poner en valor el papel de la Enfermería

En este sentido, la vicedecana de Enfermería de esta universidad, Loreto Peiró, destacó que, gracias a esta campaña, "se pretende evidenciar el papel que hacen las enfermeras en su trabajo, que es muy importante, que muchas veces la sociedad no lo reconoce y hay estamentos donde estamos en un segundo plano y, por ello, creo que es muy importante que la gente sepa lo que realmente hacemos".

Una jornada que contó con la presencia de profesionales del sector para orientar a estas futuras generaciones de la Enfermería.

Como la enfermera Noemí Bueno, ex alumna de esta universidad y coordinadora de ensayos clínicos del Grupo de Enfermedad Inflamatoria Intestinal del Hospital La Fe de

València. Noemí remarcó la necesidad de estas jornadas para dar "visibilidad" y añadió que "todos ellos deben ver dónde estamos, qué es lo que hacemos, que esto no se acaba aquí, que la sala o la atención primaria no es nuestro fin, sino que hay más opciones y no dejan de ser nuestros futuros compañeros de la profesión".

Por su parte, la enfermera de la consulta de Enfermedad Inflamatoria Intestinal del Hospital La Fe, Diana Muñoz, apuntó que "como el movimiento Nursing Now consiste en visibilizar todos esos cuidados y, en especial, ponerlos en valor". Por ello, ha añadido que "necesitan unos referentes y tener claro que en la Enfermería existen perfiles y abanicos profesionales muy diferentes".

En esta jornada también se contó con la participación de la ex alumna de la universidad, Miriam Serrano, ganadora del mejor Trabajo Fin de Grado durante el curso pasado 2017/ 2018 por su investigación en los "Riesgos biológicos en el sector sanitario".



Profesores de Enfermería de la UCH-CEU durante la jornada

La Academia de Enfermería también se adhiere a la campaña Nursing Now

La Academia de Enfermería de la Comunitat Valenciana se suma a la campaña internacional Nursing Now. Así lo aprobaron, por unanimidad, en su último pleno.

Hay que recordar que, esta campaña, está impulsada por la Organización Mundial de la Salud (OMS) y por el Consejo Internacional de Enfermeras, a la que también se han adherido el Consejo de Enfermería de la Comunidad Valenciana (CECOVA) y la Conselleria de Sanidad Universal y Salud Pública.

Además, la principal finalidad es solicitar mayor presencia de la Enfermería, que se apueste por su liderazgo y que así mejore la calidad de los cuidados y se valore más su trabajo diario.

Una campaña internacional que pretende alcanzar cinco objetivos para 2020, los cuales son:

- Mejora en las prácticas efectivas e innovadoras de la profesión.
- Mayor presencia de enfermeras en los puestos de liderazgo.
- Mayor inversión que ayude a mejorar el desarrollo profesional y las condiciones de empleo de las enfermeras.
- Más evidencias para los responsables políticos y de toma de decisiones, donde la Enfermería puede tener mayor impacto y que está impidiendo que las enfermeras alcancen su máximo potencial al igual que también abordar estos obstáculos.

Por su parte, recientemente, se ha ampliado el número de integrantes de la Academia de Enfermería de la Comunitat Valenciana tras la adhesión de siete nuevas enfermeras doctoras y un enfermero doctor.

La campaña AcogER+enfermera para concienciar a los profesionales

El Consejo General de Enfermería junto a la Federación Española de Enfermedades Raras (FEDER) han creado la campaña AcogER+enfermera que tiene la finalidad de concienciar a las 300.000 enfermeras de toda España para que adopten, de forma temporal o definitiva, a todos los niños que se encuentran en centros de acogidas y que tienen enfermedades raras. Una campaña que, recientemente, también se ha adherido el CECOVA.



Imagen de la campaña AcogER+enfermera

La UCH-CEU celebra el XVI Congreso Internacional de Estudiantes

UNOS DÍAS EN LOS QUE HAN PARTICIPADO MÁS DE 450 ESTUDIANTES DE DIFERENTES TITULACIONES

Es importante que los estudiantes en Enfermería se impliquen e inicien su camino en la investigación científica.

Durante dos días, la Universidad Cardinal Herrera CEU ha reunido a más de 450 estudiantes de diferentes titulaciones en la XVI edición del Congreso Internacional de Estudiantes, donde también se ha contado con la presencia de estudiantes de otras universidades.

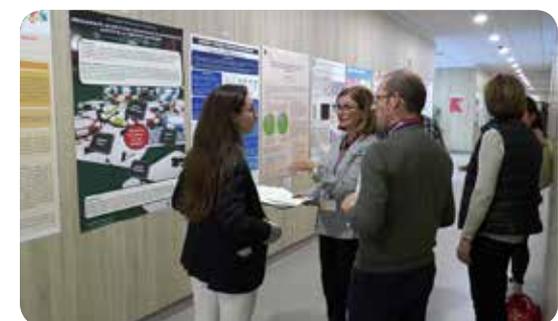
“Lo que pretendemos es que los alumnos adquieran la competencia de comunicar y que sean capaces de ello, delante de cualquier producción científica realicen”, ha destacado la vicedecana de Enfermería de esta universidad, Loreto Peiró. En este sentido, ha añadido que “una manera de llevar a cabo es a través de su Trabajo de Final de Grado (TFG) y como ensayo previo a ese trabajo pues tenemos la defensa de los pósteres o incluso las comunicaciones orales de estos alumnos y, por lo tanto, es muy enriquecedor para todos ellos”.

Por su parte, la profesora del Grado de Enfermería de la UCH-CEU, Isabel Serra, ha apuntado que “el objetivo principal es que los estudiantes empiecen a familiarizarse con el mundo de los conocimientos científicos en el ámbito de los congresos”.

Una experiencia gratificante para que los estudiantes pudieran presentar sus trabajos de investigación, y que han sido evaluados por un comité científico.

Como ha sido el caso de la estudiante de 4º curso de Enfermería, Gemma Julián, al realizar su póster sobre la ludopatía. “Prendo realizar un estudio en el que se analice la prevalencia que hay dentro de la población a través de una encuesta que voy a realizar”.

Además, Gemma ha apuntado que, gracias a este congreso, “aprendes sobre determinados temas y, también, te ayuda de cara a junio que tendré que exponer mi trabajo ante un tribunal y es una forma de practicar”. Un encuentro anual para fomentar el interés por la investigación de todos los estudiantes.



XVI Congreso Internacional de Estudiantes uch-ceu

El papel de las enfermeras en la atención sociosanitaria

España es el cuarto país del mundo en esperanza de vida y al ritmo de crecimiento actual en 2040 será el primero. Un gran reto para el futuro sociosanitario español que necesita adaptarse a esta situación.

Todo ello teniendo en cuenta, además, que la dependencia va más allá de los cuidados geriátricos. Cualquier persona en cualquier momento de su vida puede convertirse en dependiente debido a un accidente o a una enfermedad crónica.

Bajo el lema “Jornada Sociosanitaria. Enfermeras: Cuidados profesionales a las personas mayores y dependientes”, el Colegio de Enfermería de Alicante organizó este acto para reivindicar la necesidad de un cambio de paradigma en la atención a la dependencia que vaya de curar a cuidar.

Para ello se demandan una serie de modificaciones dentro del sistema sanitario que pasan por la profesionalización de la gestión, el aumento de la cualificación profesional y el establecimiento de estándares de calidad.

La vicepresidenta 1ª del Consejo General de Enfermería, Pilar Fernández, apuntó que “las residencias geriátricas están poco profesionalizadas tanto en los recursos humanos como en la propia gestión”.

En la actualidad la atención a la dependencia genera 250.000 empleos directos en España que no siempre son ocupados por personas con la adecuada formación.

El colectivo enfermero ha reivindicado la necesidad de que aumenten las plazas de enfermeras de geriatría e IR para poder garantizar una asistencia de calidad.

Durante la jornada se celebró una mesa redonda en la que representantes de los principales partidos expusieron sus propuestas de políticas sociosanitarias para la Comunidad Valenciana.

Además, está previsto que la ciudad de Alicante sea la sede del futuro Instituto de Envejecimiento que proyecta la Generalitat.

“Esta provincia como destino de muchos europeos nos aborda a investigar sobre ese envejecimiento”, indicó la consellera de Sanidad Universal y Salud Pública, Ana Barceló.

Los profesionales de la Enfermería reivindicaron como propio el liderazgo de la transformación sociosanitaria.

Una transformación que demandan que sea integral y basada en la atención primaria por su mayor proximidad al paciente.

La seguridad privada en la sanidad española a debate

EL COLEGIO DE ENFERMERÍA DE VALENCIA CELEBRÓ UNA JORNADA DONDE REUNIÓ A PROFESIONALES SANITARIOS Y AUTORIDADES

El Colegio de Enfermería de Valencia reunió a diferentes profesionales de la salud y autoridades en un debate sobre la seguridad privada en la sanidad española.

Ante la alerta que lanzan desde sus respectivos servicios, la pérdida de respeto en las consultas de los centros sanitarios ha hecho necesaria la creación de un protocolo de actuación que se da a conocer mediante un ciclo de conferencias a nivel nacional, creado por la Asociación Nacional para la Seguridad Integral en Centros Hospitalarios, ANSICH, y el programa «Protegidos Radio» que se realiza en Intereconomía.

En este sentido, el director del programa de Intereconomía «Protegidos Radio», Pedro Gómez, señaló que «para enseñar se debe de hacer desde los medios de comunicación o desde los distintos colegios profesionales que hay en España, cómo proceder ante situaciones de este tipo y, lo más importante, cómo concienciar a la población para que no ocurran estos hechos».

Hay que destacar que las cifras son elevadas y alarmantes, por ello han de evaluarse según el ratio de enfermeras que hay en cada comunidad autónoma.

«En el año pasado, tuvimos registradas en España casi 1.500 agresiones a enfermeras, por lo tanto, estamos hablando de unas cifras importantes y no es de recibo que se nos agreda por

hacer nuestro trabajo», apuntó el presidente del Colegio de Enfermería de Valencia, Juan José Tirado.

Todos ellos, profesionales sanitarios y autoridades coincidieron en la importancia de denunciar ante cualquier agresión que aparezca, tanto si es física como psíquica.

En este sentido, el presidente de la Asociación de Derecho Sanitario de la Comunidad Valenciana, Carlos Fornés, destacó que, ante esta situación, «hay que denunciarlo todo, no solo las agresiones físicas, sino también las agresiones verbales, injurias, calumnias...»

Por su parte, el interlocutor policial sanitario, Javier Galván, hizo hincapié en que «tenemos que considerar que no denunciar implica que ese posible o presunto agresor vuelva a hacer otra agresión».

A lo largo de esta conferencia, también se dieron a conocer casos prácticos y sentencias para detectar aspectos comunes y localizar el foco del problema de estas agresiones.

«Desde simplemente psíquicas a través de presiones, insultos o amenazas, a físicas, todo ello son agresiones», apuntó el vicesecretario del Ilustre Colegio de Médicos de Valencia, José Antonio Monrabal.

«Puede ser también una agresión causada por el acompañante o el familiar el que se pone nervioso porque a lo mejor pasan tres o cuatro

horas sin que nadie se le acerque ni siquiera a decirle alguna noticia», añadió Carlos Fornés.

No obstante, hay que señalar que se trata de una buena cohesión entre todos los servicios que ha conseguido que en 2018, los datos de agresividad, hayan disminuido.

«Esa tendencia, se ha visto reflejado en los dos y tres primeros meses del año 2019 y, por ello, creo que empezamos a ver un poco de esperanza en esta lucha», interlocutor policial.

Las enfermeras que asistieron también coincidieron en un elemento en común, aprender, para poder encontrar soluciones ante problemáticas como las analizadas en este acto.

Es por ello que enfermeras como Lidia Tevar del Centro de Vacunación Internacional apuntó que «hay menos respeto, hay más agresividad, pues es importante saber cómo manejar esta situación por si te ves afectado, porque te puede pasar a ti y pasar por una situación similar».

La enfermera y vocal de la junta del Colegio de Enfermería de Valencia, Laura Almudéver, apuntó «cada vez los pacientes exigen más y tenemos que saber cómo actuar ante estos temas».

Se incidió en la idea de que un caso es excesivo. También se habló de la educación pero si algo fue irrefutable es que la denuncia sirve para reducir el número de agresiones en las consultas y por ello es importante.



Momento de la jornada celebrada en el Colegio de Enfermería de Valencia

XV Congreso de Oftalmología

Como cada año, como suele ser habitual durante los últimos 15 años, la Asociación de Enfermería Oftalmológica de la Comunidad Valenciana (AEOCV), ha celebrado la XV edición del congreso que trata sobre los últimos avances científicos en esta rama.

Más de 20 asistentes tuvieron la oportunidad de compartir conocimientos en el Menador Espai Cultural de la Universitat Jaume I de Castellón.

Este año, bajo el lema «Cuidando tus ojos» se llevaron a cabo diferentes ponencias con las últimas novedades científicas sobre cirugía de cataratas, viscoelásticos, fármacos intracamerales o una de las dolencias más comunes en los últimos tiempos, el ojo seco, para el que se mostraron diferentes tratamientos como el IPL.

Otros aspectos como la seguridad quirúrgica o las necesidades formativas de Enfermería en el quirófano de oftalmología fueron tratados en este XV Congreso de Enfermería Oftalmológica.

La presidenta de la Asociación de Enfermería Oftalmológica de la Comunidad Valenciana, Pilar Peñalba, destacó que “lo importante es que todas las que venimos queremos compartir experiencias y, con nuestros trabajos, los cuales les dedicamos un trabajo extra para documentarnos, investigar que compartimos y crecemos como colectivo profesional, pero también

personalmente”.

Desde Madrid y de todos los puntos de la Comunitat Valenciana, cada año el Congreso de Enfermería Oftalmológica recibe a más asistentes y más participantes para seguir formándose en Oftalmología y compartir experiencias y novedades en este área.

“Estamos en un nivel muy elevado en cuanto a oftalmología y es muy importante transmitir lo que hacemos para que otra gente pueda aprender todo lo que estamos realizando”, remarcó la supervisora de Oftalmología del Hospital Provincial de Castellón, Paqui Samblas.

En este sentido, la fundadora de la AEOCV y presidenta honorífica, Carmen Jiménez, indicó que “en los congresos siempre se aprende, porque cada uno aporta su trabajo y es una apuesta en común muy necesaria”.

Durante el primer día de la jornada, los participantes asistieron a la exposición y a las prácticas de laboratorio y casas comerciales. En cambio, el segundo día se centró en intercambiar conocimientos, tanto en cirugía como en consultas externas.

Cabe destacar que, el trabajo en equipo es lo que garantiza un buen resultado y en eso la enfermería siempre está por delante. Este fin de semana los y las profesionales de la salud hicieron un buen ejercicio de compartir y aprender para mejorar su labor.

El COECS pone en marcha un Curso de Coaching en Enfermería

El Colegio Oficial de Enfermeros de Castellón (COECS) celebrará entre mayo y junio un Curso de *Coaching* en Enfermería que será llevado a cabo por la enfermera y coach M^a Dolores Feliu García.

El curso se desarrollará entre los días 28, 29 y 30 de mayo y el 4 y 5 de junio y estará dirigido a todos los profesionales de Enfermería.

Todo ello con la finalidad de que, todos los asistentes, aprendan sobre cómo liderar un cambio en el tratamiento de la salud y el bienestar desde una visión más novedosa e innovadora.

Además, este curso pretende impulsar el papel de la Enfermería como coach, dar a conocer las principales herramientas de este *coaching* mediante la atención a los clientes y mejorar la relación establecida entre enfermera y paciente y el bienestar del profesional sanitario.

Las clases de formación se llevarán a cabo por la tarde, en horario de 16.00 a 20.00 horas, en el salón de actos del COECS (Avda. Virgen del Lledó, 57) y que tendrán una duración de 20 horas.

Todos los interesados en este curso, pueden solicitar más información a través del siguiente correo administracion@coeecs.com o a través del teléfono 964 22 81 12.

Campaña para concienciar sobre los beneficios de las vacunas

Bajo el lema “V” de Vacuna, “V” de vida, el Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social ha lanzado esta campaña para concienciar a la sociedad de la importancia de vacunarse y de los beneficios que conlleva a lo largo de la vida.

A través de un vídeo de concienciación, desde el ministerio pretenden dar a conocer el porqué las vacunas ayudan a prevenir, controlar y hacer frente a las enfermedades.

“Las vacunas salvan vidas”, en este sentido, ponen de hincapié que la vacunación ha prevenido 1.000 muertes en España entre dos y tres millones en todo el mundo.



Se celebra en Castellón la XV edición del Congreso de la AEOCV



Imagen de la campaña del Ministerio de Sanidad

La Enfermería en las alergias primaverales

LA CONJUNTIVITIS, PICOR DE OJOS, ESTORNUDOS O SENSACIÓN DE FALTA DE AIRE SON ALGUNOS DE LOS PRINCIPALES SÍNTOMAS



La enfermera Lola Fuset durante la realización del *prick test* a un paciente



Con la llegada de la primavera, las alergias regresan de nuevo. Un tipo de alergia como es la primaveral que se produce siempre en esta época del año debido a los pólenes que están en suspensión por el aire y, frente a ellos, el organismo realiza una reacción.

Y, ¿cómo sabemos que tenemos alergir primaveral?

Entre sus principales síntomas destaca la rinitis, la congestión de la nariz, los estornudos, la falta de aire al respirar, que puede llegar también al asma. Además del picor de ojos, el enrojecimiento de los ojos y el lagrimeo intenso, que es más conocido como conjuntivitis alérgica.

Para conocer, realmente, si la alergia nos está afectando, se realizan las pruebas cutáneas más conocidas como el *prick test*.

"Se trata de una prueba que se realiza sobre la piel para identificar la sustancia que puede desencadenar una reacción alérgica", señala la enfermera en el servicio de Alergia del Hospital General de València, María Jesús Vidorreta.

Hay que destacar que en el tratamiento de las alergias, el papel de la Enfermería es fundamental.

Las enfermeras son las encargadas de llevar a cabo el abordaje que se realiza de la alergia, participa en todos los procesos, desde la realización de estas pruebas para su diagnóstico y evolución hasta la administración de tratamiento específico a cada tipo de alergia que puedan tener los pacientes.

"Para un paciente que es alérgico es importante aliviar la sintomatología como por ejemplo la conjuntivitis mediante antistamínicos, el spray nasal, colirios y, como opción, también tendríamos la inmunoterapia y, por ello, es muy importante seguir el tratamiento", señala la enfermera de la consulta de alergología del Hospital General de València, Lola Fuset.

En este sentido, los profesionales sanitarios recomiendan que la mejor manera de prevenirlo es reducir el contacto con él.

Entre estas pautas, la enfermera María Je-

sús Vidorreta, destaca "no salir a la calle si hace mucho viento, ventilar la habitación por la mañana, pero intentar mantenerla cerrada, o consultar los niveles de polen de la zona a través de aplicaciones o webs avaladas como www.polenes.com".

Además, añade que "si se realiza un viaje durante estos meses, las personas alérgicas deben intentar no desplazarse en vehículos como la bicicleta o la moto y, de ser así, ponerse un casco integral, es también muy importante llevar gafas de sol, para evitar que la partícula llegue a los ojos, y, pocas veces, también utilizar mascarillas homologadas".

Una alergia que aparece tan solo en los meses de primavera, desde marzo hasta junio, debido a estos pólenes establecidos en árboles como el olivo, la gramínea, el platanillo de sombra, la palmera, entre muchos más.

En concreto, la familia de la planta de las gramíneas es la que más alergia al polen causa tanto en España como también en Europa.